



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
UFFICIO VIII - AMBITO TERRITORIALE DI VICENZA
Borgo Scroffa, 2 – 36100 Vicenza

Educazione Fisica in sicurezza

Il CTS ha indicato le Modalità di ripresa delle attività motorie nel prossimo anno scolastico: “... Per lo svolgimento della ricreazione, delle attività motorie ..., ove possibile e compatibilmente con le variabili strutturali, di sicurezza e metereologiche, privilegiare lo svolgimento all'aperto, valorizzando lo spazio esterno quale occasione alternativa di apprendimento. Per le attività di Educazione Fisica, qualora svolte al chiuso (es. palestre), dovrà essere garantita adeguata aerazione e un distanziamento interpersonale di almeno 2 metri (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020). Nelle prime fasi di riapertura delle scuole sono sconsigliati i giochi di squadra e gli sport di gruppo, mentre sono da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico”.

Anche per l'Educazione Fisica dovranno essere rispettati i **tre criteri** generali indicati dal CTS: **distanziamento, protezione, pulizia**.

Per l'attività al chiuso, in palestra, il distanziamento potrebbe ottenersi per le attività individuali facendo “muovere” una parte della classe, mentre l'altra attende il proprio turno. Più adatta al contenimento del rischio è l'attività svolta all'aria aperta.

Tuttavia, per quanto questa venga correttamente consigliata, l'attività all'aperto non può esaurire lo svolgimento delle attività previste dal curriculum disciplinare: solo parte dei contenuti possono essere svolti outdoor, perché gli spazi esterni sono, nella maggior parte dei casi, non attrezzati, né adatti a tutte le attività motorie e nemmeno idonei in ogni tempo, per le mutevoli condizioni climatiche e meteorologiche.

Rispetto al criterio della protezione è utile ricordare che, ove l'evoluzione del contagio ne imponesse l'obbligo, **l'uso della mascherina - da non utilizzare durante l'attività motoria perché potrebbe impedire l'assunzione di una adeguata quantità di ossigeno** - è da prevedersi per gli spostamenti e durante le fasi di attesa. Altro punto centrale è **la pulizia: spogliatoi e attrezzi, se non pure palestre, andrebbero puliti ad ogni cambio di “gruppo classe”**. Per gli spogliatoi e soprattutto per gli allievi più giovani si suggerisce, poi, una attenta strutturazione dello spazio, posizionando sedie, oppure segnalando sulle panche quali sedute non occupare. Anche il cambio dell'abbigliamento deve evitare che si creino contatti, soprattutto tra le suole delle scarpe e gli abiti. Occorrerà anche assicurare l'aerazione e il ricambio d'aria degli ambienti, disponendo quanto necessario ad evitare pericolo di contagio, d'intesa con il Responsabile del Servizio Prevenzione e Protezione.

Uso condiviso delle palestre

Il “Piano Scuola 2020-2021”, emanato dal Ministro dell'Istruzione, precisa: “*Resta ferma la competenza degli Enti locali nell'utilizzo delle palestre e degli altri locali afferenti alle istituzioni scolastiche di competenza, al termine dell'orario scolastico, operate le opportune rilevazioni orarie e nel rispetto delle indicazioni recate dal Documento tecnico del CTS, purché, all'interno degli accordi*



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
UFFICIO VIII - AMBITO TERRITORIALE DI VICENZA
Borgo Scroffa, 2 – 36100 Vicenza

intercorrenti tra ente locale e associazioni concessionarie siano esplicitamente regolati gli obblighi di pulizia approfondita e igienizzazione, da condurre obbligatoriamente al termine delle attività medesime, non in carico al personale della scuola”.

Ai fini del rispetto delle misure anti-contagio e per chiarezza in ordine ad eventuali responsabilità, si raccomanda che Ente locale, Società sportive e Dirigente scolastico stipolino un protocollo di disciplina riguardante modalità di utilizzo delle palestre da parte di terzi, tempi, operazioni di pulizia e di igienizzazione. La sostanza è semplice: la scuola deve ricevere la palestra utilizzata da terzi in perfette condizioni igieniche.

Il DPCM 14 luglio 2020 e le attività motorie

Con il Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 14 luglio 2020 ed i relativi due allegati¹ sono state aggiornate alcune misure di contenimento del contagio da virus Covid-19. L'allegato 1 contiene le *“Linee guida per la riapertura delle Attività Economiche, Produttive e Ricreative”*. Si tratta di 25 schede tecniche con indirizzi operativi per singoli settori di attività. In ciascuna di queste sono integrate le diverse misure di prevenzione e contenimento riconosciute a livello scientifico per contrastare la diffusione del contagio, tra le quali: norme comportamentali, distanziamento sociale e contact-tracing. L'obiettivo è fornire uno strumento sintetico di applicazione delle misure di prevenzione e contenimento di carattere generale. Le schede su cui si ritiene qui opportuno richiamare l'attenzione dei Dirigenti scolastici sono quelle dedicate alle *“Palestre”* e all'*“Attività fisica all'aperto”*, riportate in allegato. Le medesime infatti, seppure dedicate a realtà diverse da quelle scolastica, si ritiene possano offrire ulteriori suggerimenti utili per l'insegnamento in sicurezza dell'Educazione Fisica nell'anno scolastico 2020/21.

Studenti e assunzione di responsabilità

Favorendone e sostenendone la partecipazione personale, gli allievi potranno sperimentare il significato del *“rendersi utili per la comunità”* e prendere coscienza del valore del *“prendersi cura”* della propria e dell'altrui salute, in termini di prevenzione e di rispetto delle norme previste. Piccoli gesti potranno divenire di grande significato, se intesi come opportunità di crescita personale e collettiva e di acquisizione di competenze pratiche. *Ad esempio, se come ovvio la pulizia degli spazi è compito dei collaboratori scolastici, rilevante è pure il loro corretto utilizzo da parte degli alunni, nel quadro dell'educazione civica praticata in cui potrebbe rientrare anche la pulizia dei piccoli attrezzi, realizzata dagli alunni stessi prima di riporli o di passarli ad altri, tramite prodotti presenti in palestra.* Allo stesso modo, nel caso di impianti sportivi in cui si pratica attività all'aperto, oltre all'imprescindibile igiene delle mani prima di utilizzare le attrezzature presenti, potrebbe essere richiesto agli alunni di occuparsi della sanificazione di strutture di servizio come pareti artificiali per l'arrampicata, macchine, ecc. La promozione dei comportamenti suggeriti e con ciò di responsabilità dirette e personali nell'esercizio dell'Educazione Fisica, contribuisce a realizzare uno degli obiettivi fondamentali delle Indicazioni nazionali per il curriculum del primo ciclo: *“L'educazione alla cittadinanza viene promossa attraverso esperienze significative che consentano di apprendere il*



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
UFFICIO VIII - AMBITO TERRITORIALE DI VICENZA
Borgo Scroffa, 2 – 36100 Vicenza

concreto prendersi cura di se stessi, degli altri e dell'ambiente e che favoriscano forme di cooperazione e di solidarietà... Obiettivi irrinunciabili dell'educazione alla cittadinanza sono la costruzione del senso di legalità e lo sviluppo di un'etica della responsabilità... finalizzata al miglioramento continuo del proprio contesto di vita, a partire dalla vita quotidiana a scuola e dal personale coinvolgimento in routine consuetudinarie che possono riguardare la pulizia e il buon uso dei luoghi, la cura del giardino o del cortile, la custodia dei sussidi, la documentazione, le prime forme di partecipazione alle decisioni comuni, le piccole riparazioni, l'organizzazione del lavoro comune... “.

Forme di flessibilità oraria

La complessità organizzativa di questo tempo suggerisce di valutare l'accorpamento delle ore settimanali di insegnamento della stessa disciplina e, nello specifico, la riarticolazione del monte ore annuale dell'Educazione Fisica in modo meno dispersivo. Valorizzando le opportunità offerte dal Regolamento sull'autonomia (DPR 275/1999), come suggerito dalle Linee guida - Piano Scuola 2020-2021, le Istituzioni scolastiche potranno adottare criteri di flessibilità dell'orario: "aggregare più ore" anche per periodi limitati, ad esempio, facilita lo svolgimento di attività all'aperto

Recupero degli apprendimenti di Educazione Fisica

Non sfuggirà che in questo anno scolastico non è stato materialmente possibile rispettare la programmazione iniziale di Educazione Fisica, né rimodulare la parte pratica, predominante nella disciplina. Che fare? L'Ordinanza Ministeriale 16 maggio 2020, n. 11, ha introdotto la necessità di valutare, in sede di Consiglio di Classe, l'attivazione di Piani di Apprendimento Individualizzato (riservati agli alunni con insufficienze) e di Piani di Integrazione degli Apprendimenti (per attività didattiche che non sia stato possibile svolgere). Gli apprendimenti "mancati" di Educazione Fisica nell'anno scolastico 2019/20, andranno dunque recuperati nella parte iniziale dell'anno scolastico 2020/21

Educazione Fisica "mezzo di contrasto" ai rischi psicosociali

L'Educazione Fisica, come ogni disciplina, ha finalità specifiche e finalità educative trasversali: la motricità facilita l'apprendimento di corretti stili di vita e del rispetto delle regole. La motricità, inoltre, migliora le condizioni psicosociali, così rilevanti in questa fase, conduce alla proattività, ricuce il tessuto relazionale interpersonale. Non è un azzardo paragonare l'importanza dell'Educazione Fisica in questa fase post-emergenziale al momento già tristemente vissuto del post-terremoto: l'obiettivo è riaffermare l'immagine di sé, l'autostima, la motivazione, la ripresa delle interazioni sociali. L'Educazione Fisica può svolgere quindi una rilevante funzione di contrasto degli effetti "psicosociali" conseguenti al lockdown e può, pertanto, risultare importante l'organizzazione di uscite sul territorio mirate ad obiettivi quali:

- integrazione/socializzazione (ad es., nella scuola primaria e/o nelle prime classi della scuola secondaria di primo grado, uscite a carattere motorio/sportivo non competitivo, per riscoprire il

valore dello stare insieme, del fare comunità, del significato profondo del "giocare per giocare" insieme ai compagni);

- conoscenza, lettura e rispetto dell'ambiente (ad es., per le scuole secondarie di I e II grado, esperienze in ambiente naturale - trekking, orienteering, canoa, lezioni/attività di accoglienza ad inizio anno scolastico nei parchi delle città e negli spazi attrezzati del territorio, come pure in territori extraurbani, anche con l'ausilio di volontari, guardie ecologiche, forestali... Nel caso di quest'ultimo tipo attività occorreranno contatti con gli Enti locali al fine di ricevere rassicurazioni circa l'assenza di elementi di pericolo).

L'Educazione Fisica, in buona sostanza, non è soltanto una disciplina da insegnare e neppure soltanto da praticare. E' pure una importante risorsa per la ricostruzione personale e comunitaria degli allievi e per la "riparazione" dei danni fisici, emotivi e relazionali loro inferti dalla pandemia.

"LINEE GUIDA PER LA RIAPERTURA DELLE ATTIVITÀ' ECONOMICHE, PRODUTTIVE E RICREATIVE" Allegato 1 al DPCM 14 luglio 2020

Scheda tecnica: PALESTRE

"Le presenti indicazioni si applicano a enti locali e soggetti pubblici e privati titolari di palestre, comprese le attività 'fisiche con modalità' a corsi (senza contatto fisico interpersonale):

- *Predisporre una adeguata informazione sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.*
- *Redigere un programma delle attività il più possibile pianificato (es. con prenotazione) e regolamentare gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni; mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.*
- *Potrà essere rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura >37,5 °C.*
- *Organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro (ad esempio prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi.*
- *Regolamentare i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi e macchine, anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza:*
 - *almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica,*
 - *almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).*
- *Dotare l'impianto/struttura di dispenser con prodotti igienizzanti per l'igiene delle mani dei frequentatori/clienti/ospiti in punti ben visibili, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani all'ingresso e in uscita.*
- *Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, il responsabile della struttura assicura la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.*
- *Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.*



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
UFFICIO VIII - AMBITO TERRITORIALE DI VICENZA
Borgo Scroffa, 2 – 36100 Vicenza

- *Garantire la frequente pulizia e disinfezione dell'ambiente, di attrezzi e macchine (anche più volte al giorno ad esempio tra un turno di accesso e l'altro), e comunque la disinfezione di spogliatoi (compresi armadietti) a fine giornata.*
- *Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.*
- *Utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.*
- *Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti; si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti e di mettere a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali.*
- *Favorire il ricambio d'aria negli ambienti interni. In ragione dell'affollamento e del tempo di permanenza degli occupanti, dovrà essere verificata l'efficacia degli impianti al fine di garantire l'adeguatezza delle portate di aria esterna secondo le normative vigenti. In ogni caso, l'affollamento deve essere correlato alle portate effettive di aria esterna. Per gli impianti di condizionamento, è obbligatorio, se tecnicamente possibile, escludere totalmente la funzione di ricircolo dell'aria. In ogni caso vanno rafforzate ulteriormente le misure per il ricambio d'aria naturale e/o attraverso l'impianto, e va garantita la pulizia, ad impianto fermo, dei filtri dell'aria di ricircolo per mantenere i livelli di filtrazione/rimozione adeguati. Se tecnicamente possibile, va aumentata la capacità filtrante del ricircolo, sostituendo i filtri esistenti con filtri di classe superiore, garantendo il mantenimento delle portate. Nei servizi igienici va mantenuto in funzione continuata l'estrattore d'aria.*
- *Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti; si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti e di mettere a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali”.*

Scheda tecnica: ATTIVITA' FISICA ALL'APERTO

“Le presenti indicazioni si applicano a tutti gli impianti sportivi dove si pratica attività all'aperto che hanno strutture di servizio al chiuso (reception, deposito attrezzi, sala ricezione, spogliatoi, direzione gara, etc):

- *Predisporre una adeguata informazione sulle misure di prevenzione.*
- *Redigere un programma delle attività il più possibile pianificato in modo da dissuadere eventuali condizioni di aggregazioni, regolamentare i flussi degli spazi di attesa e nelle varie aree in modo da evitare assembramenti e garantire il distanziamento interpersonale.*
- *Potrà essere rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura >37,5°C.*
- *Distanziare attrezzi e macchine per garantire gli spazi necessari per il rispetto della distanza di sicurezza delimitando le zone di rispetto e i percorsi con distanza minima fra le persone non inferiore a 1 metro mentre non si svolge attività fisica, se non può essere rispettata bisogna indossare la mascherina. Durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa) è necessario mantenere una separazione di almeno 2 metri.*



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
UFFICIO VIII - AMBITO TERRITORIALE DI VICENZA
Borgo Scroffa, 2 – 36100 Vicenza

- Presenza di personale formato per verificare e indirizzare gli utenti al rispetto di tutte le norme igieniche e distanziamento sociale.
- Pulizia e disinfezione dell'ambiente e di attrezzi e macchine al termine di ogni seduta di allenamento individuale.
- Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.
- Per gli utenti è obbligatoria l'igiene delle mani prima e dopo l'accesso.
- Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- Fare in modo che ogni praticante possa disporre di prodotti per la disinfezione e in quantità adeguata (in prossimità di ciascuna macchina o set di attrezzi) affinché, prima e dopo ogni esercizio, possa effettuare in autonomia la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.

MATERIALI DI AGGIORNAMENTO DOCENTI DI EDUCAZIONE FISICA

Per la Scuola primaria e la Scuola dell'infanzia

Il metodo **Joy of moving** può rappresentare una strategia replicabile in ogni scuola.

Al link <http://www.joyofmovinghandbook.com/> troverete un percorso in evoluzione con caratteristiche di continuità, progressione e trasversalità didattico-educativa.

Per la Scuola secondaria

L'obiettivo primario è rappresentato da iniziative tendenti ad accompagnare i docenti alla didattica in 'sicurezza', a 'riorientare' e 'rimodulare' il curriculum, all'introduzione di 'nuove' aree disciplinari e interdisciplinari.

Al link <http://www.istruzionevicenza.it/wordpress/educazione-fisica/materiale-per-didattica-a-distanza/> sono consultabili i prodotti multimediali per la didattica dell'Educazione Fisica e delle Scienze Motorie prodotti e/o raccolti dall'Ufficio di Educazione Fisica nel corso di questa emergenza epidemiologica. Si tratta di materiali che vanno contestualizzati in relazione allo sviluppo della disciplina e all'evoluzione dell'ambiente-scuola.

Ufficio Educazione Fisica e Sportiva
UAT VII Vicenza