



CONI Abruzzo

Scuola Regionale dello Sport

MODALITÀ ORGANIZZATIVE DEGLI ALLENAMENTI NELLA FASE DUE E
PROMOZIONE DELLE ATTIVITÀ DI RIAVVIO DELL'ANNO SPORTIVO

Ripartire da soli, con iniziative autonome, è difficile, forse impossibile

- ▶ per la complessità delle prescrizioni
- ▶ per la sostenibilità dei costi
- ▶ per le modalità organizzative (flussi, orari, rapporto tecnici/atleti, zone di attesa,...)
- ▶ per la redazione dei documenti di valutazione del rischio
- ▶ per l'adeguamento degli impianti
- ▶ per l'informazione uniforme degli operatori e fruitori
- ▶ per la formazione dei dirigenti, dei tecnici, degli operatori e addetti agli impianti
- ▶ per l'assunzione delle responsabilità
- ▶ per il necessario sostegno psicologico
- ▶ per il controllo generale dei protocolli di disinfezione
- ▶ per la disponibilità dei dispositivi di protezione ed il loro smaltimento

Favorire partnership

- ▶ tra società sportive
- ▶ tra società sportive e Federazioni
- ▶ tra società ed Enti Locali
- ▶ tra società sportive e scuole
- ▶ tra la FIMS le società sportive e gli Enti Locali
- ▶ il CONI come coordinatore delle partnership
- ▶ il CONI come promotore di iniziative
 - ▶ Educamp
 - ▶ Centri Coni
- ▶ Eventi – Trofeo Coni

Foundraising, ma anche «Found saving»

- ▶ Documentazione delle forme di sostegno economico
- ▶ Supporto per la redazione delle documentazioni
- ▶ Ricerca di sponsor e compartecipazioni
- ▶ Finanziamento di progetti specifici (Educamp e Centri CONI)
- ▶ Il CONI come intermediatore tra sponsor, Enti Locali, società sportive per la creazione di fondi di sostegno specifici
- ▶ Il CONI come intermediatore tra sponsor tecnici e società sportive

Consulenza

- ▶ il CONI come “marchio di garanzia” delle iniziative di
 - ▶ Formazione specifica
 - ▶ dei tecnici
 - ▶ degli sportivi
 - ▶ dei dirigenti
 - ▶ dei genitori
 - ▶ Documentazione
 - ▶ Guide tecniche e metodologiche
 - ▶ Sportello di consulenza e coordinamento provinciale/regionale

Italia paese di:


- ▶ Scienziati
- ▶ Artisti
- ▶ Poeti
- ▶ Santi
- ▶ Navigatori
- ▶ Conquistatori
- ▶ Cuochi
- ▶ Allenatori
- ▶ Suonatori di mandolino
- ▶ Opinionisti di ogni tipo
- ▶ **Esperti Covid-19**



Normativa di riferimento nazionale attuale

- ▶ **«LINEE GUIDA PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA DI BASE E L'ATTIVITÀ MOTORIA IN GENERE»** della Presidenza del Consiglio dei Ministri Ufficio per lo sport, emanate ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art. 1 lettera f del 19 maggio 2020
- ▶ **«MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI PER GLI SPORT INDIVIDUALI»** Linee guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020.
- ▶ **«MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI PER GLI SPORT DI SQUADRA»** Linee guida ai sensi del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 17 Maggio 2020, art.1, lett. e
- ▶ **DECRETO-LEGGE 19 MAGGIO 2020, N. 34**
- ▶ **DECRETO DEL PRESIDENTE DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI 17 MAGGIO 2020**, Disposizioni attuative del decreto-legge 25 marzo 2020, n. 19, recante misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19, e del decreto-legge 16 maggio 2020, n. 33 e *in particolare* Allegato 8 pag 35 della GU
- ▶ **«LINEE GUIDA PER LA GESTIONE IN SICUREZZA DI OPPORTUNITÀ ORGANIZZATE DI SOCIALITÀ E GIOCO PER BAMBINI ED ADOLESCENTI NELLA FASE 2 DELL'EMERGENZA COVID-19»**, Dipartimento per le politiche per la famiglia, Presidenza del Consiglio dei Ministri
- ▶ **«INDICAZIONI PER L'ATTUAZIONE DI MISURE CONTENITIVE DEL CONTAGIO DA SARS-COV-2 ATTRAVERSO PROCEDURE DI SANIFICAZIONE DI STRUTTURE NON SANITARIE (SUPERFICI, AMBIENTI INTERNI) E ABBIGLIAMENTO»** Ministero della Sanità DIREZIONE GENERALE DELLA PREVENZIONE SANITARIA Ufficio 4
- ▶ **Le disposizioni Regionali** reperibili qui: <http://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/normativa-di-riferimento/regionale/>
- ▶ **Le indicazioni dell'INAIL**
- ▶ **Le indicazioni dell'INPS**


I documenti principali




Presidenza del Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA DI BASE E L'ATTIVITÀ MOTORIA IN GENERE

Emanate ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art. 1 lettera f)




Roma, 19 maggio 2020



Dipartimento per le politiche della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri

Linee guida per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini ed adolescenti nella fase 2 dell'emergenza COVID-19



D'intesa con:
Ministero del lavoro e delle politiche sociali
Ministero dell'Istruzione
Ministero per le politiche giovanili e lo sport
Conferenza delle Regioni e delle Province autonome
Unione province d'Italia
Associazione nazionale comuni italiani

Contributo scientifico:
Istituto Superiore di Sanità



Presidenza del Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

LINEE GUIDA. MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI PER GLI SPORT DI SQUADRA.


Emanate ai sensi del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 17 Maggio 2020, art.1, lett. e)

SOSTENIAMO LO SPORT

#PIÙINDIRIMA

#DISTANTIMAUNITI

Roma, 18 maggio 2020



MODIANO
POM. 188

Presidenza del Consiglio dei Ministri
UFFICIO PER LO SPORT

Mo. 251

PROT. n. 3180 del 03/05/2020

Al Presidente del CONI
Al Presidente del CIP

e, loro tramite:

a tutti i Presidenti di Federazioni, DSA, EPS
nonchè, per conoscenza:
Alla Segreteria del Ministro
All'Ufficio di Gabinetto del Ministro

Oggetto: Linee-Guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020. Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali.

1. PREMESSA

Come noto, il DPCM in oggetto: (i) vieta l'attività ludica o ricreativa all'aperto; (ii) sospende gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati; (iii) consente di svolgere individualmente ovvero con accompagnatore per i minori o per le persone non completamente autosufficienti, attività sportiva o attività motoria, purché nel rispetto della distanza di sicurezza di almeno due metri per l'attività sportiva e di almeno un metro per ogni altra attività.

In particolare, il presente documento è volto a consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da Covid-19, in attuazione del suddetto DPCM che autorizza le sessioni di allenamento degli atleti di discipline sportive individuali, professionisti e non professionisti, riconosciuti di interesse nazionale dal CONI, dal CIP e dalle rispettive Federazioni, in vista della loro partecipazione ai giochi olimpici o a manifestazioni nazionali ed internazionali. Allo stato, tali allenamenti sono possibili nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse, per gli atleti di discipline sportive individuali, previo adeguamento alle presenti linee guida.

1

Rapporti, memorie e ... consigli

- ▶ Rapporto «[Lo sport riparte in sicurezza](#)» del Politecnico di Torino pubblicato il 26 aprile 2020.
- ▶ [Diciotto suggerimenti della fmsi](#) per evitare la diffusione del coronavirus nel mondo dello sport.
- ▶ [Raccomandazioni fmsi](#) per la ripresa dell'attività fisica “post-covid-19” da parte di tutta la popolazione che non pratica sport agonistico.
- ▶ [Memoria alle commissioni parlamentari da parte di Sport e Salute](#): Disegno di legge C. 2461, di conversione in legge del decreto-legge n. 23 del 2020, recante misure urgenti in materia di accesso al credito e di adempimenti fiscali per le imprese, di poteri speciali nei settori strategici, nonché interventi in materia di salute e lavoro, di proroga di termini amministrativi e processuali.
- ▶ Le **linee guida delle FSN** <https://www.coni.it/it/speciale-covid-19>
- ▶ [Linee di indirizzo per la riapertura delle Attività Economiche e Produttive](#), Conferenza delle regioni e delle province autonome

I documenti principali



RACCOMANDAZIONI FMSI PER LA RIPRESA DELL'ATTIVITA' FISICA "POST-COVID-19" DA PARTE DI TUTTA LA POPOLAZIONE CHE NON PRATICA SPORT AGONISTICO

www.fmsi.it

PREMESSA

L'emergenza legata all'infezione da Coronavirus (Covid-19) ha imposto a tutta la popolazione, e quindi anche alle persone fisicamente attive o che abitualmente svolgono attività sportiva, scelte di responsabilità per favorire la salvaguardia della salute collettiva. Nonostante fossero il modo migliore per prevenire e contrastare la diffusione dell'infezione, le raccomandazioni proposte hanno comportato restrizioni negli spostamenti e per la pratica di attività fisica all'aperto, riducendo inevitabilmente la quantità di esercizio fisico svolto e aumentando la sedentarietà.

In accordo con l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la mancanza di attività fisica e uno stile di vita sedentario comportano circa 3,2 milioni di morti ogni anno. Infatti, è ben noto che l'attività fisica rappresenta un potentissimo strumento per ridurre il rischio di mortalità e di numerose malattie croniche. È stato dimostrato che l'esercizio fisico regolare riduce efficacemente il rischio di malattie del sistema cardiovascolare, riduce il rischio di sindrome metabolica e diabete di tipo 2, aumenta la densità minerale ossea e la massa muscolare e, influisce positivamente sulla salute mentale. Una corretta quantità di attività fisica, svolta con le dovute cautele e in condizioni di assoluta sicurezza, è quindi un elemento imprescindibile della vita di tutte le persone. Dal lato opposto, studi di fisiologia dell'esercizio mostrano come anche brevi periodi di ridotta attività fisica (minori di 4 settimane) o completo allattamento (vedasi ad esempio gli studi di *Bed-Rest* eseguiti per simulare le condizioni di ridotta gravità nello spazio) comportino profonde alterazioni strutturali e funzionali a livello di tutti gli organi, muscoli inclusi.

Sebbene l'importanza di mantenersi "attivi" sia regolarmente presente nei principali quotidiani e mezzi di comunicazione e, nonostante numerosi centri sportivi e organizzazioni abbiano messo a disposizione programmi di allenamento gratuiti, accurate e precise raccomandazioni per la ripresa di uno stile di vita attivo sono necessarie per garantire un efficace mantenimento della salute generale ed evitare possibili conseguenze negative.

La Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI), Federazione medica del CONI fin dal 1929 e unica Società Scientifica accreditata dal Ministero della Salute per la Medicina dello Sport, vuole scendere in campo per offrire una serie di indicazioni che possano contribuire all'attuazione di un corretto stile di vita da parte di tutta la popolazione che non pratica sport agonistico, incentivando, in particolare, la regolare attività fisica durante e dopo l'emergenza epidemiologica legata alla diffusione del Coronavirus. Del resto la FMSI fu invitata all'Assemblea generale dell'ONU il 5 luglio 2018 fornendo un'audizione sul tema delle azioni di prevenzione e controllo delle malattie non trasmissibili (NCDs), proprio perché caratterizzata dalla cultura della prevenzione che ha come tratto distintivo la riduzione del rischio di malattia. È una cultura che affonda le sue radici 2000 anni fa, quando già il Senato degli antichi romani promulgava leggi per difendere i diritti dei cittadini e la Società intera.

Federazione Medico Sportiva Italiana - Raccomandazioni per la ripresa dell'attività fisica post COVID-19
www.fmsi.it



20/92/CR01/COV19

Nuovo coronavirus SARS-CoV-2

Linee guida per la riapertura delle Attività Economiche e Produttive

Roma, 22 maggio 2020



RAPPORTO LO SPORT RIPARTE IN SICUREZZA

VERSIONE 1 del 26/04/2020



Integrato con
il protocollo FMSI

Oggetto:

Indicazioni per l'attuazione di misure contenitive del contagio da SARS-CoV-2 attraverso procedure di sanificazione di strutture non sanitarie (superfici, ambienti interni) e abbigliamento.

Premessa

A seguito dell'accordo Governo-Regioni del 15 maggio 2020, *Linee di indirizzo per la riapertura delle Attività Economiche, Produttive e Ricreative*¹, e sulla base del Rapporto ISS COVID-19 n. 25 del 15 Maggio 2020², appositamente redatto per favorire la riapertura in sicurezza delle attività commerciali, è utile presentare alcuni elementi relativi agli aspetti di sanificazione delle strutture non sanitarie, per facilitare l'approccio, da parte dei gestori delle attività, agli interventi sulle superfici e sugli ambienti interni e prestando particolare attenzione al settore dell'abbigliamento.

Il quadro normativo rappresentato dal decreto legislativo n. 81 del 9 aprile 2008 (D.lgs. 81/08)³, costituisce la cornice naturale per supportare la gestione integrata del rischio connesso all'attuale pandemia, in riferimento ad ogni sistema aziendale. L'architettura del sistema di prevenzione di tale decreto ha guidato sia la redazione del protocollo posto in allegato n. 6 al decreto del Presidente del Consiglio dei ministri del 26 aprile 2020 (DPCM 26/04/2020)⁴, condiviso tra le parti sociali e approvato da queste, sia i criteri guida generali contenuti nei documenti tecnici prodotti da INAIL e Istituto Superiore di Sanità.

Le indicazioni operative di sanificazione, inerenti in particolare le attività di disinfezione, descritte in detto protocollo e quelle del Rapporto ISS COVID n. 25 sono pertanto coerenti con quanto previsto dai Titoli IX e X del D.lgs. 81/08, e dalla Legge n.40/2007⁵.

Fermo restando le misure che saranno di seguito descritte, si rammenta che il lavaggio delle mani e il distanziamento sociale costituiscono il punto cardine di una corretta prevenzione, e che solo la partecipazione consapevole e attiva di ogni singolo utente e lavoratore, con pieno senso di responsabilità, potrà risultare determinante per lo specifico contesto aziendale, per la tutela della propria salute e per quella della collettività.

In fase di riapertura e di ordinarietà delle attività commerciali, con presenza sul luogo di lavoro sia di lavoratori, sia di clienti che di fornitori, la pulizia regolare, seguita periodicamente da idonee procedure di sanificazione delle superfici e degli ambienti interni, riveste un ruolo cruciale nella prevenzione e contenimento della diffusione del virus.

La trasmissione delle infezioni da coronavirus, incluso il SARS-CoV-2, avviene soprattutto attraverso *droplets*, goccioline di diametro $\geq 5 \mu\text{m}$ che originano dagli atti del respirare, parlare, tossire e starnutare. Per le loro dimensioni i *droplets* viaggiano nell'aria per brevi distanze, generalmente

¹ <http://www.regioni.it/news/2020/05/15/emergenza-coronavirus-linee-di-indirizzo-per-la-riapertura-delle-attivita-economiche-e-produttive-61216/>

² Rapporto ISS COVID-19 n. 25/2020. Raccomandazioni ad interim sulla sanificazione di strutture non sanitarie nell'attuale emergenza COVID-19: superfici, ambienti interni e abbigliamento. Versione del 15 maggio 2020. <https://www.iss.it/assets/covid-19>

³ <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2008/04/30/008001041sg> D.lgs. 9 aprile 2008, n. 81. Testo coordinato con il D.lgs. 3 agosto 2009, n. 106 TESTO UNICO SULLA SALUTE E SICUREZZA SUL LAVORO

⁴ <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2020/04/27/20A021521sg> DPCM 26 aprile 2020 - Ulteriori disposizioni attuative del decreto-legge 23 febbraio 2020, n. 6, recante misure urgenti in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19, applicabili sull'intero territorio nazionale. (GU Serie Generale n.108 del 27-04-2020)

⁵ <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2007/04/02/007000551sg>

Le agenzie governative sull'emergenza 1

- ▶ <http://www.sport.governo.it/it/>
- ▶ <http://www.salute.gov.it/portale/home.html>
- ▶ <https://www.coni.it/it/speciale-covid-19>
- ▶ <https://fmsi.it/it/>
- ▶ <https://www.sip.it/>
- ▶ <https://www.epicentro.iss.it/>
- ▶ <https://www.sportosalute.eu/>

Le agenzie governative sull'emergenza 2

- ▶ https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html?CDC_AA_refVal=https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html#Coronavirus-Disease-2019-Basics
- ▶ <https://www.inps.it/nuovoportaleinps/default.aspx>
- ▶ <https://www.inail.it/cs/internet/home.html>
- ▶ Link alla cartella drive dove visualizzare tutti i documenti, le iniziative e le informative relative alla ripresa delle attività sportive: <https://drive.google.com/drive/folders/1kkhr85edim-jgZdOR6ic91aB2m09jwXr?usp=sharing>

Esempio di analisi di un documento



Linee guida per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini ed adolescenti nella fase 2 dell'emergenza COVID-19

D'intesa con
Ministero del lavoro e delle politiche sociali
Ministero dell'istruzione
Ministro per le politiche giovanili e lo sport
Conferenza delle Regioni e delle Province autonome
Unione province d'Italia
Associazione nazionale comuni italiani

Contributo scientifico



Decreto Rilancio 19 maggio 2020 Art.105

Finanziamento dei centri estivi 2020 e contrasto alla povertà educativa

1. **Al fine di sostenere le famiglie**, per l'anno 2020, a valere sul Fondo per le politiche della famiglia, di cui all'articolo 19, comma 1, del decreto-legge 4 luglio 2006, n. 223, convertito con modificazioni dalla legge 4 agosto 2006, n. 248, una quota di risorse è destinata ai comuni, per finanziare iniziative, **anche in collaborazione con enti pubblici e privati**, volte a introdurre:
 - a) interventi per il potenziamento dei centri estivi diurni, dei servizi socioeducativi territoriali e dei centri con funzione educativa e ricreativa destinati alle attività di bambini e bambine di età compresa fra i 3 e i 14 anni, per i mesi da giugno a settembre 2020;
 - b) progetti volti a contrastare la povertà educativa e ad implementare le opportunità culturali e educative dei minori.
2. Il Ministro con delega per le politiche familiari, stabilisce i criteri per il riparto della quota di risorse di cui al comma 1 e ripartisce gli stanziamenti per le finalità di cui alle lettere a) e, nella misura del 10 per cento delle risorse, per la finalità di cui alla lettera b), previa intesa in sede di conferenza unificata, ai sensi dell'articolo 8 del decreto legislativo 28 agosto 1997, n. 281.
3. Per le finalità di cui al comma 1, il fondo di cui al comma 1 medesimo è incrementato di 150 milioni di euro per l'anno 2020. Al relativo onere, pari a 150 milioni di euro per l'anno 2020, si provvede ai sensi dell'articolo 265.

Linee guida per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini ed adolescenti nella fase 2 dell'emergenza COVID-19

Queste linee guida sono state redatte in coerenza con gli orientamenti contenuti nel documento della **Società italiana di pediatria** sulle attività extra domestiche per soggetti in età evolutiva per la fase 2 durante l'emergenza SARS CoV 2, nonché avendo a riferimento le Proposte e linee di indirizzo per modalità alternative di gestione in sicurezza dei centri estivi e delle attività per minori in fase 2 di emergenza COVID-19 elaborato a cura della **Regione Emilia-Romagna** ed il documento di Proposte per la ripresa delle attività educative e scolastiche elaborato a cura **dell'Associazione nazionale comuni italiani** ed integrato dalle raccomandazioni del **Comitato tecnico-scientifico del Dipartimento della protezione civile**, della **Presidenza del Consiglio dei ministri**.

Opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini ed adolescenti

- ▶ Tale prospettiva è stata perseguita ricercando il giusto bilanciamento tra il **diritto alla socialità, al gioco** ed in generale all'educazione dei bambini e degli adolescenti e la necessità di **garantire condizioni di tutela della loro salute...**
- ▶ Nel momento in cui si immagina una, seppur ridotta e controllata, interazione tra persone, **non è infatti possibile azzerare completamente il rischio di contagio...**
- ▶ Esiste peraltro una diffusa convergenza di orientamenti che sottolineano la necessità di avere **linee guida generali** ed unitarie relativamente ai requisiti per la riapertura delle attività...

Costituiscono elementi di riferimento trasversali alle esperienze ed attività prospettate nelle diverse sezioni del documento:

- ▶ **la centratura sulla qualità della relazione interpersonale**, mediante il rapporto individuale adulto e bambino, nel caso dei bambini di età inferiore ai 3 anni, e mediante l'organizzazione delle attività in piccoli gruppi nel caso dei bambini più grandi e degli adolescenti, evitando contatti tra gruppi diversi;
- ▶ l'attenta organizzazione degli **spazi più idonei** e sicuri, **privilegiando quelli esterni** ed il loro allestimento per favorire attività di piccoli gruppi;
- ▶ l'attenzione particolare agli **aspetti igienici e di sanificazione**, al fine di ridurre i rischi tramite protocolli di sicurezza adeguati.

Le linee guida trattano tre distinte tipologie di interesse, che troveranno realizzazione progressiva nella fase temporale che ci separa dalla riapertura dei servizi educativi e delle scuole nel prossimo anno scolastico **2021-2022**

- ▶ a decorrere dal mese di maggio 2020, riapertura regolamentata di parchi e giardini pubblici per la loro possibile frequentazione da parte di bambini anche di età inferiore ai 3 anni ed adolescenti con genitori o adulti familiari, anche non parenti;
- ▶ a decorrere dal 18 maggio 2020 e per il periodo estivo, alla **realizzazione di attività organizzate** per bambini di età superiore ai 3 anni ed adolescenti, con la presenza di operatori addetti alla loro conduzione, nel contesto di parchi e giardini, anche attraverso sperimentazioni innovative nell'orizzonte dell'*outdoor education*;
- ▶ a decorrere dal mese di giugno 2020 e per il periodo estivo, alla realizzazione di **progetti di attività ludico-ricreative – i centri estivi** – per bambini di età superiore ai 3 anni ed adolescenti, con la presenza di operatori addetti alla loro conduzione, utilizzando le potenzialità di accoglienza di spazi per l'infanzia e delle scuole o altri ambienti simili.

Attività ludico-ricreative – centri estivi – per i bambini d'età superiore ai 3 anni e gli adolescenti con la presenza di operatori addetti alla loro conduzione utilizzando le potenzialità di accoglienza di spazi per l'infanzia e delle scuole o altri ambienti simili (ludoteche, centri per famiglie, oratori, ecc.)

- ▶ L'utilizzo di sedi ordinariamente ospitanti i servizi educativi per l'infanzia e le scuole per realizzare i centri estivi che offrano un **programma di attività ludico-ricreative** ...
- ▶ Le sedi di servizi educativi e di scuole maggiormente utilizzate per questo scopo sono naturalmente quelle che sono dotate di un **generoso spazio verde dedicato** ...
- ▶ Non è esclusa la possibilità di utilizzare anche altre sedi simili, a patto che le stesse offrano le medesime funzionalità necessarie, in termini di spazi per le attività all'interno e all'esterno, **servizi igienici, spazi per servizi generali** ...

I progetti potranno essere realizzati dagli enti interessati, dai soggetti gestori da questi individuati, nonché da organizzazioni ed enti del Terzo Settore

Si intende che il **progetto di attività** sia **elaborato dal gestore** ricomprendendo la relativa **assunzione di responsabilità**, **condivisa con le famiglie**, nei confronti dei bambini e degli adolescenti accolti, anche considerando il particolare momento di emergenza sanitaria in corso

3.9 Progetto organizzativo del servizio offerto

- ▶ Il gestore dell'attività deve garantire l'elaborazione di uno specifico progetto da sottoporre preventivamente all'approvazione del Comune nel cui territorio si svolge l'attività, nonché, per quanto di competenza, da parte delle competenti autorità sanitarie locali.
- ▶ Il progetto organizzativo del servizio offerto deve essere coerente con tutti gli orientamenti contenuti nel presente documento e ha lo scopo di mostrare la loro applicazione coerente all'interno dello specifico contesto ambientale in cui le attività si svolgeranno.

Il progetto di cui sopra deve contenere le seguenti informazioni:

1. il calendario di apertura e orario quotidiano di funzionamento, con distinzione dei tempi di effettiva apertura all'utenza e di quelli – precedenti e successivi – previsti per la predisposizione quotidiana del servizio e per il suo riordino dopo la conclusione delle attività programmate;
2. il numero e età dei bambini e degli adolescenti accolti, nel rispetto di un rapporto con lo spazio disponibile tale da garantire il prescritto distanziamento fisico;
3. gli ambienti e spazi utilizzati e loro organizzazione funzionale, mediante l'utilizzo di una piantina delle aree chiuse nella quale i diversi ambiti funzionali – ad esempio, accessi, aree gioco, aree servizio, ecc. – siano rappresentati in modo chiaro e tale da costituire base di riferimento per regolare i flussi e gli spostamenti previsti, nonché per verificarne preliminarmente la corrispondenza ai richiesti requisiti di sicurezza, igiene e sanità, distanziamento fisico;
4. i tempi di svolgimento delle attività e loro programma giornaliero di massima, mediante un prospetto che espliciti con chiarezza le diverse situazioni e attività che si svolgono dall'inizio al termine della frequenza e individuando altresì i momenti in cui è previsto di realizzare routine di lavaggio delle mani e di igienizzazione degli spazi e materiali;

Informazioni

5. l'elenco del personale impiegato (nel rispetto del prescritto rapporto numerico minimo con il numero di bambini ed adolescenti accolti), ivi compresa la previsione di una figura di coordinamento educativo e organizzativo del gruppo degli operatori;
6. le specifiche modalità previste nel caso di accoglienza di bambini ed adolescenti con disabilità o provenienti da contesti familiari caratterizzati da fragilità, identificando le modalità di consultazione dei servizi sociosanitari al fine di concordare le forme di individualizzazione del progetto di attività da proporre e realizzare;
7. le specifiche modalità previste per l'eventuale utilizzo di mezzi per il trasporto dei bambini ed adolescenti, con particolare riguardo alle modalità con cui verrà garantita l'accompagnamento a bordo da parte di figura adulta, nonché il prescritto distanziamento fisico;
8. le modalità previste per la verifica della condizione di salute del personale impiegato, attraverso dichiarazioni e certificazioni da identificare in accordo con le competenti autorità sanitarie locali;

informazioni

9. l'elenco dei bambini ed adolescenti accolti e modalità previste per la verifica della loro condizione di salute, attraverso dichiarazioni e certificazioni da identificare in accordo con le competenti autorità sanitarie locali;
10. il rispetto delle prescrizioni igieniche inerenti alla manutenzione ordinaria dello spazio, il controllo quotidiano dello stato dei diversi arredi e attrezzature in esso presenti e loro relativa pulizia approfondita periodica;
11. le previste modalità di verifica quotidiana delle condizioni di salute delle persone che accedono all'area e del regolare utilizzo delle mascherine
12. quanto eventualmente inerente alla preparazione e consumo di pasti.

Gli aspetti presi in considerazione riguardano:

- 1) L'accessibilità;
- 2) Gli standard per il rapporto fra bambini ed adolescenti accolti e lo spazio disponibile;
- 3) Gli standard per il rapporto numerico fra il personale ed i bambini ed adolescenti, e le strategie generali per il distanziamento fisico;
- 4) I principi generali d'igiene e pulizia;
- 5) I criteri di selezione del personale e di formazione degli operatori;
- 6) Gli orientamenti generali per la programmazione delle attività e di stabilità nel tempo della relazione fra gli operatori ed i gruppi di bambini ed adolescenti;
- 7) L'accesso quotidiano, le modalità di accompagnamento e di ritiro dei bambini ed adolescenti;
- 8) Il triage in accoglienza;
- 9) Il progetto organizzativo del servizio offerto;
- 10) Le attenzioni speciali per l'accoglienza di bambini ed adolescenti con disabilità.

Aspetti fondamentali:

- ▶ **3.1.1 - il progetto deve essere circoscritto a sottofasce di età** in modo da determinare condizioni di omogeneità fra i diversi bambini ed adolescenti accolti a tale scopo, dovranno distinte fasce relative alla scuola dell'infanzia (dai 3 ai 5 anni), alla scuola primaria (dai 6 agli 11 anni) ed alla scuola secondaria (dai 12 ai 17 anni);
- ▶ **3.2 - è fondamentale l'organizzazione in piccoli gruppi** e l'organizzazione di una **pluralità di diversi spazi** per lo svolgimento delle attività programmate
- ▶ **3.3 - Il rapporto numerico minimo fra operatori, bambini ed adolescenti sarà graduato in relazione all'età dei bambini ed adolescenti nel modo seguente:**
 - ▶ 1) per i bambini in età di scuola dell'infanzia (**dai 3 ai 5 anni**), un rapporto di **un adulto ogni 5 bambini**;
 - ▶ 2) per i bambini in età di scuola primaria (**dai 6 agli 11 anni**), un rapporto di **un adulto ogni 7 bambini**;
 - ▶ 3) per gli adolescenti in età di scuola secondaria (**dai 12 ai 17 anni**), un rapporto di **un adulto ogni 10 adolescenti**.

Attenzione, vale sempre la norma più restrigente

▶ **3.4 Principi generali d'igiene e pulizia**

- ▶ lavarsi frequentemente le mani in modo non frettoloso;
- ▶ non tossire o starnutire senza protezione;
- ▶ mantenere il distanziamento fisico di almeno un metro dalle altre persone;
- ▶ non toccarsi il viso con le mani;
- ▶ pulire frequentemente le superfici con le quali si viene a contatto;
- ▶ arieggiare frequentemente i locali.

Ministero della Salute

DIREZIONE GENERALE DELLA PREVENZIONE SANITARIA Ufficio 4

Indicazioni per l'attuazione di misure contenitive del contagio da SARS-CoV-2 attraverso procedure di sanificazione di strutture non sanitarie (superfici, ambienti interni) e abbigliamento.

Superfici	Particelle virali infettanti rilevate fino a	Particelle virali infettanti non rilevate dopo
carta da stampa e carta velina	30 minuti	3 ore
tessuto	1 giorno	2 giorni
legno	1 giorno	2 giorni
banconote	2 giorni	4 giorni
vetro	2 giorni	4 giorni
plastica	4 giorni	7 giorni
acciaio inox	4 giorni	7 giorni
mascherine chirurgiche strato interno	4 giorni	7 giorni
mascherine chirurgiche strato esterno	7 giorni	Non determinato

Organismi nazionali ed internazionali e i dati derivanti dai PMC attualmente autorizzati suggeriscono, come indicazioni generali per la disinfezione delle superfici, a seconda della matrice interessata, i principi attivi riportati in Tabella

Superfici in pietra, metalliche o in vetro escluso il legno	Detergente neutro e disinfettante virucida - sodio ipoclorito 0,1 % o etanolo (alcol etilico) al 70% o altra concentrazione, purché sia specificato virucida
Superfici in legno	Detergente neutro e disinfettante virucida (contro i virus) a base di etanolo (70%) o ammoni quaternari (es. cloruro di benzalconio; DDAC)
Servizi	Pulizia con detergente e disinfezione con disinfettante a base di sodio ipoclorito almeno allo 0.1% sodio ipoclorito
Tessili (es. cotone, lino)	Lavaggio con acqua calda (70°C-90°C) e normale detersivo per bucato; <i>in alternativa</i> : lavaggio a bassa temperatura con candeggina o altri prodotti disinfettanti per il bucato

3.5 Criteri di selezione del personale e formazione degli operatori

- ▶ ... verifica dei requisiti di formazione ...
- ▶ ... prevedere un certo numero di operatori supplenti ... opportunamente formati.
- ▶ Tutto il personale, professionale e volontario, deve essere formato sui temi della prevenzione di COVID-19, nonché per gli aspetti di utilizzo dei dispositivi di protezione individuale e delle misure di igiene e sanificazione.
- ▶ ... che tutti gli operatori conoscano per tempo lo spazio in cui andranno ad operare, le opportunità che esso offre rispetto all'età dei bambini e degli adolescenti che accoglierà, in modo utile alla programmazione delle diverse attività da proporre ...

Educamp e Centro CONI



<http://www.educamp.coni.it/educamp.html>

<https://www.coni.it/it/centro-coni.html>

La formazione al centro

A AGGIORNAMENTO TECNICI

B ROTAZIONE TECNICI

C ROTAZIONE BAMBINI

D FESTIVAL CONI



Il progetto, valorizzando l'azione educativa dello sport, mira a riportare in campo un numero sempre maggiore di giovani attraverso un percorso in sicurezza che consenta loro di riacquistare fiducia nella pratica sportiva, anche con l'obiettivo di arrivare ad acquisire abilità e competenze motorie e sportive attraverso la **possibilità di sperimentare diverse discipline sportive.**

Spiegazione: Cosa posso fare?

- ▶ Raccontare le cose che si posso fare e come
 - ▶ Cosa non posso fare?
- ▶ Raccontare le cose che assolutamente devo evitare
- ▶ Come leggere i cartelli e cosa dicono?
 - ▶ Abituarsi a prestare attenzione ai cartelli (gioco scopri i cartelli)
- ▶ Questionario con fumetti da rispondere
 - ▶ 10 / 12 domande se rispondi almeno a 8 in modo corretto sei OK
 - ▶ Se non riesci ripeti la prova
 - ▶ Domande e risposte finali





Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN UN FAZZOLETTO EVITANDO IL CONTATTO DELLE MANI CON LE SEGREZIONI RESPIRATORIE; SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE NELLA PIEGA INTERNA DEL COMITO



EVITARE DI LASCIARE IN LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI GLI INDUMENTI INDOSSATI PER L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI IN ZAINI O BORSE PERSONALI E, UNA VOLTA RIENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCHE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana





Presidenza del
Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE
MANI, ANCHE ATTRAVERSO
APPOSITI DISPENSER DI GEL
DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA DI
1 MT IN CASO DI ASSENZA DI
ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI
MONOUSO O BOTTIGLIE
PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI,
NASO E BOCCA CON LE
MANI



STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN
UN FAZZOLETTO EVITANDO IL
CONTATTO DELLE MANI CON
LE SECREZIONI RESPIRATORIE;
SE NON SI HA A DISPOSIZIONE
UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE
NELLA PIEGA INTERNA DEL
GOMITO



EVITARE DI LASCIARE IN
LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI
GLI INDUMENTI INDOSSATI PER
L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI
IN ZAINI O BORSE PERSONALI E,
UNA VOLTA RIENTRATO A CASA,
LAVARLI SEPARATAMENTE
DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA
ADEGUATA ALL'INTENSITÀ
DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE
NON INFERIORE
A 2 MT



GETTARE SUBITO IN
APPOSITI CONTENITORI I
FAZZOLETTINI DI CARTA O
ALTRI MATERIALI USATI
(BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN
"SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI"
(ES. FAZZOLETTI MONOUSO,
MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI
SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE
PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI
DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET,
ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI
EFFETTI PERSONALI E DI NON
CONDIVIDERLI (BORRACCE,
FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC..)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE
ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO
TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI
E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E
SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana

Fase 2 al “Centro “

Cose da fare al Centro nel primo giorno

- ▶ Accoglienza
 - ▶ proposta dei protocolli di sicurezza in forma di gioco
- ▶ Giochi su come si leggono le indicazioni
 - ▶ Gioco trova le parole, gioco puzzle, gioco dell'oca
- ▶ Giochi su come si rispettano le regole
 - ▶ Gioco sugli spazi, gioco dentro fuori, gioco ascolta e fai
- ▶ Giochi su come si usano gli strumenti (mascherina ecc....)
 - ▶ Le distanze games, il guidatore mascherato, gioco mani pulite
- ▶ Giochi su come si igienizzano le cose
 - ▶ Mettiamo in ordine e puliamo, gioco la lampada di Aladino, gioco i piedi magici
- ▶ Giochi su come si sta lontani
 - ▶ pac man, labirint, battaglia navale
- ▶ Giochi su come si gioca con gli altri
 - ▶ il silenzio magico, collaborando, io si tu no



Come realizzare Tutorial Informativo formativo?

Presentazione del problema in modo semplice con disegni e animazioni (il virus)

Domande chiuse	Esempi di situazioni	Risposte
1 come ci si contagia		A) B) C)
2 come ci si difende		A) B) C)
3 come si previene		A) B) C)



Le attività, la proposta della FIP



Attività Minibasket – Esempi di gioco.

Classi di rischio: **3 e 4**

Atleti coinvolti: **8**

Obiettivo degli allenamenti proposti: **sviluppo delle capacità motorie coordinative**

Strumenti didattici utilizzati: **palleggio e tiro**

I giochi proposti possono essere utilizzati a discrezione dell'Istruttore nei 2 diversi quadri di attività, sarà suo il compito e la responsabilità di valutare le competenze dei propri giocatori e stabilire l'adeguatezza delle proposte da applicare.

• **Liberi con palla**

(orientamento e differenziazione spazio-temporale)

ragazzi tutti con palla in palleggio libero per il campo, si muovono cercando di mantenere 5 passi di distanza tra loro

• **Capitano stop e via**

(orientamento e differenziazione spazio-temporale)

bambini che palleggiano liberi per il campo tenendo un cono in mano; quando il capitano designato lo decide, si ferma, tutti si fermano posizionando il cono a terra tenendo il palleggio aperto e verificando di non essere a meno di 5 passi da un altro, quando il capitano riparte, tutti ripartono riprendendo il cono da terra;

• **Amico chiamato**

(controllo motorio)

ragazzi tutti con palla in palleggio libero per il campo, quando vogliono, chiamano un compagno e lo invitano a posizionarsi di fianco a 5 passi di distanza e mantenere la distanza e la linea in movimento per il campo; quando lo decidono saluta e la coppia si scioglie

Variante del gioco:

- quando vuole chi aveva chiamato il compagno può girarsi dal lato opposto

• **Vieni con me**

(adattamento e trasformazione del movimento)

ragazzi tutti con palla in palleggio libero per il campo, quando vogliono, chiamano un compagno invitandolo a posizionarsi di fianco e stando a 5 passi di distanza, palleggiano lateralmente cercando di rubare lo spazio al compagno chiamato che dovrà provare a mantenere la distanza; quando lo decide il ragazzo che aveva chiamato un compagno può rompere la coppia salutandolo ed andare a cercare un nuovo compagno o essere chiamato a sua volta da un compagno

Variante del gioco:

- quando vuole chi aveva chiamato il compagno può girarsi dal lato opposto

● **Sullo specchio**

(adattamento e trasformazione)

ragazzi a coppie, tutti con palla, uno di fronte all'altro (a specchio), distanti entrambi 5 passi dalla linea immaginaria che va da canestro a canestro, palleggio aperto; uno dei 2 comanda il palleggio e il movimento, il compagno di fronte deve riconoscere la mano di palleggio (a specchio) e reagire ai movimenti; quando il giocatore che comanda si avvicina alla linea dovrà arretrare velocemente per mantenere costantemente la stessa distanza



- **Un capitano**
(adattamento e trasformazione)

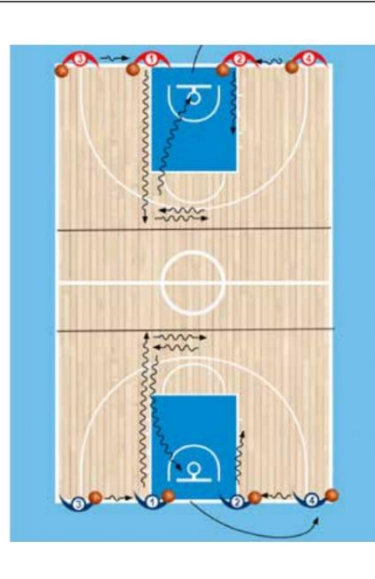
situazione di partenza come nel gioco precedente, l'Istruttore nomina un capitano che, quando vuole, si gira verso il compagno di fianco, ed inizia a muoverlo a specchio lateralmente, tutti i giocatori si girano e si mettono d'accordo su chi comanda i movimenti, ogni volta che l'Istruttore chiama CAMBIO, inversione dei ruoli, ma non appena il capitano si gira si ritorna nella situazione precedente



• **Sprint opposto**

(controllo motorio)

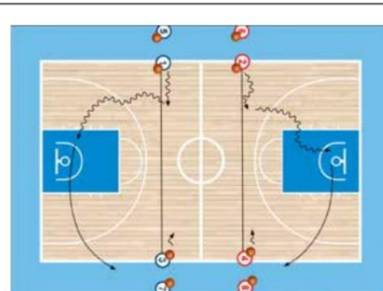
ragazzi divisi in 2 squadre, ogni squadra divisa su 2 file a fondo campo, una squadra con il potere (vedi figura); il primo giocatore della squadra con il potere, quando vuole, parte per raggiungere la linea dei 3mt della pallavolo, nel momento in cui parte deve partire anche il primo giocatore di fronte nell'angolo opposto che si posizionerà di fronte sulla linea dei 3mt della pallavolo; il giocatore con il potere si muove lateralmente sulla linea fino a quando non decide di girarsi per andare a tirare a canestro, il primo che realizza prende il potere per la propria squadra (la partenza dei giocatori avviene in modo alternato tra i giocatori negli angoli)



• **Sul fianco**

(controllo motorio)

proposta simile al gioco precedente con posizione dei giocatori di fianco rispetto all'avversario, il giocatore con il potere può muoversi avanti e indietro sulla linea dei 3mt della pallavolo fino a quando non decide di partire per il canestro a lui più vicino



• **Insieme...alternati**

(adattamento e trasformazione)

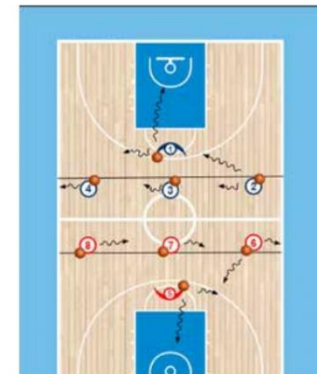
ragazzi divisi in 2 quartetti, un quartetto per ciascun canestro, giocatori disposti come nel diagramma; al VIA dell'Istruttore il giocatore sulla linea di tiro libero deve tirare a canestro, se realizza fa 1pt per la propria squadra e se recupera il pallone prima che cada ha diritto a tirare nuovamente, non appena il pallone tocca per terra il suo posto viene preso rapidamente dal compagno che, nel frattempo, stava giocando a specchio con gli altri 2 compagni guidando i loro movimenti di palleggio sul posto; e il suo posto verrà preso da uno dei 2 giocatori sullo specchio; vince il primo quartetto che realizza 15 punti. Giocatori disposti, come da diagramma, mantenendo le distanze di almeno 4 mt.



• **Quartetti pronti**

(anticipazione e scelta)

ragazzi divisi in quartetti posizionati come nella figura, una squadra con il potere, il giocatore della squadra con il potere muove lateralmente i propri compagni sulla linea dei 3mt della pallavolo, ma, quando vuole si gira per andare a canestro; l'avversario sul lato opposto mentre muove a sua volta i compagni, deve vedere la partenza sul lato opposto dell'avversario ed andare a sua volta a canestro; il primo che realizza prende il potere per la propria squadra



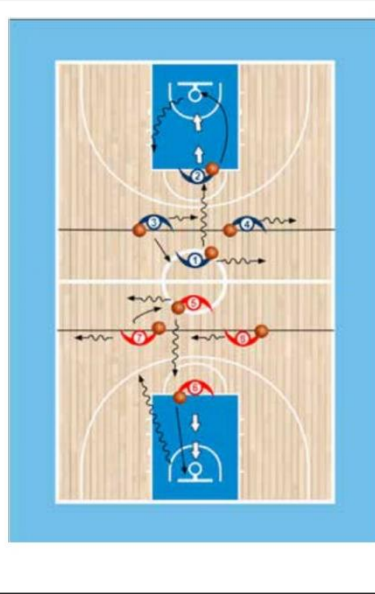
● **Insieme...alternati**

ragazzi divisi in 2 quartetti, un quartetto per ciascun canestro, giocatori disposti come nel diagramma; al VIA dell'Istruttore il giocatore sulla linea di tiro libero deve tirare a canestro, se realizza fa 1pt per la propria squadra, recupera il pallone e corre a prendere il posto (chiamandolo per nome) di uno dei 2 giocatori che, nel frattempo, stavano giocando a specchio con un compagno che guidava il palleggio laterale sul posto; il giocatore che guidava i movimenti dello specchio laterale, corre velocemente a prendere il posto del tiratore e così via di seguito; vince il primo quartetto che realizza 10 canestri.

Varianti del gioco:

- Posizioni diverse di tiro

(adattamento e trasformazione)

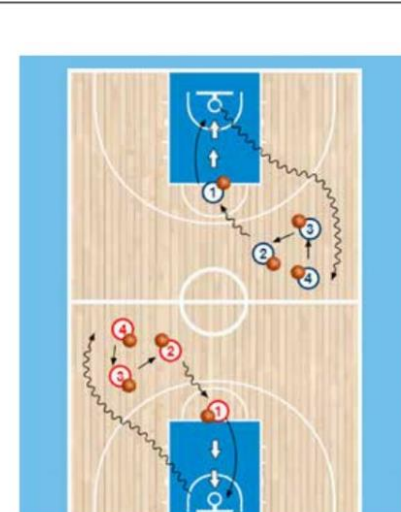


● **A venti hai vinto**

(anticipazione)

ragazzi divisi a quartetti, un giocatore del gruppo pronto a tirare sulla linea di tiro libero, un secondo giocatore, posizionato davanti agli altri due compagni, gioca a guidarli in movimenti di ball handling sul posto; al VIA dell'Istruttore inizia la gara di tiro, il tiratore iniziale esegue 1 tiro, se realizza conquista 2pt per la propria squadra e se cattura il proprio pallone prima che cada per terra conquista il diritto a tirare di nuovo, e così via fino a quando non cade la palla, non appena la palla cade a terra inizia la rotazione (vedi diagramma), vince il primo quartetto che arriva a 20 punti

Variante del gioco:



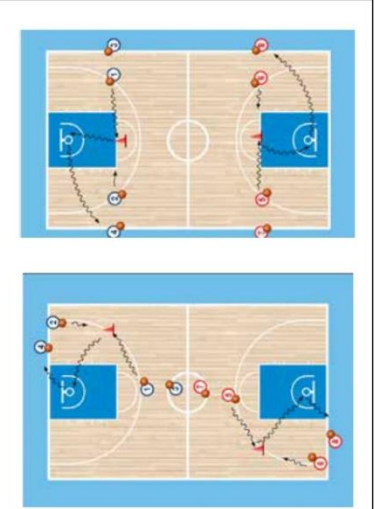
● **Tocco e tiro**

(controllo motorio)

ragazzi divisi a quartetti, tutti con palla, al VIA dell'Istruttore il primo giocatore del gruppo corre a toccare il cono palleggiando e tirare, a canestro (1 tiro solo), non appena esegue il tiro può partire il compagno sul lato opposto per eseguire lo stesso compito; gara a 8 canestri realizzati

Varianti del gioco:

- posizioni diverse del cono da toccare
- distanze diverse del cono da toccare
- posizioni diverse dei giocatori



Giocatori disposti come da diagramma, con piedi divaricati sul piano sagittale (uno avanti ed uno dietro). Ogni giocatore esegue saltelli sul posto, alternando sempre la posizione dei piedi e facendo cambi di mano sotto le gambe, in continuità.

FOCUS: Combinazione braccia-gambe, ritmo e frequenza del palleggio, spinta polso e dita, velocità di mani.



Giocatori disposti come da diagramma, in ginocchio su una gamba e l'altra con il piede appoggiato a terra, eseguono cambi di mano sotto la gamba e dietro la schiena, in continuità.

FOCUS: Occhi su, ritmo e frequenza del palleggio, spinta polso e dita, velocità di mani.



Giocatori seduti su una sedia eseguono un cambio di mano.

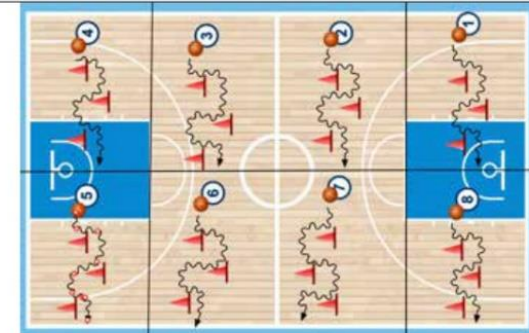
Giocatori disposti come da diagramma, seguono un cambio di mano sotto le gambe a ogni birillo.

FOCUS: Posizione della mano sulla palla, cambio di direzione e velocità, spinta del primo passo, mano dietro dopo il cambio di mano.



Tecnica del cambio di mano: giocatori disposti come da diagramma, seguono un cambio di mano davanti a ogni birillo.

FOCUS: Posizione della mano sulla palla, cambio di direzione e velocità, spinta del primo passo, mano dietro dopo il cambio di mano.



Cambio di mano frontale: tecnica e tattica

Giocatori disposti come da diagramma. Il giocatore senza palla di muove verso la linea laterale. Il giocatore con palla si muove in palleggio dalla linea laterale a quella canestro-canestro. Quando il giocatore senza palla si gira, il giocatore con palla effettua un cambio di mano frontale. Arrivato alla linea divisoria, esegue un passaggio e i giocatori invertono i ruoli.



● Cambio di mano sotto le gambe

Giocatori disposti come da diagramma eseguono in palleggio un 8 tra le gambe (4 palleggi).

FOCUS: Posizione della mano sulla palla, ritmo e frequenza del palleggio, spinta polso e dita, velocità di mani.





1
2
3
4
5
6