



Liceo Statale Francesco Cecconi

Liceo Artistico - Liceo Linguistico - Liceo Scientifico
Liceo delle Scienze Applicate - Liceo delle Scienze Umane



NORME DI COMPORTAMENTO NELLA PALESTRA

Introduzione

La prevenzione dei rischi negli ambienti scolastici, la loro definizione e la risoluzione connessa con le attività nella palestra, nella quale gli studenti sono chiamati a svolgere personalmente la loro attività operativa, rappresenta uno degli aspetti più delicati. La palestra, come un qualsiasi laboratorio didattico, relativo ai corsi scolastici di scuole di ogni ordine e grado, dovrà avere in termini di strutture, tutte quelle misure previste dalle normative vigenti.

Nelle scuole superiori gli elementi essenziali della sicurezza che il docente deve insegnare sono la capacità di riconoscere il rischio e valutarne il pericolo attraverso opportuna scelta di esempi pratici eseguiti con consapevolezza. In verità l'università dovrebbe essere preposta a questo compito se è vero che la formazione disciplinare è rivolta anche ai futuri docenti. E' pur vero che esistono problemi contingenti che limitano la divulgazione della cultura della sicurezza; tra questi il rapido avvicinarsi di persone giovani in cui è molto forte il desiderio di superare gli esami per raggiungere al più presto la maturità o la laurea. Ritengo personalmente che queste non siano ragioni sufficienti a giustificare la mancanza o quasi.

Ritengo inoltre che corsi avanzati di sicurezza devono essere una componente importante dell'educazione.

L'insegnamento della sicurezza deve essere un processo continuo e deve diventare una pratica integrante dell'attività giornaliera da svolgere nei laboratori e nel contempo non deve essere visto come un lavoro aggiuntivo ed imposto; deve in definitiva entrare nella cultura personale anche se come è ovvio richiede uno sforzo sia intellettuale sia in tempo materiale. Trasmettere la cultura della sicurezza presuppone che la si possieda, come avviene per qualsiasi altra cultura disciplinare.

"**Cultura della sicurezza**" significa tra l'altro, *condivisione* con i collaboratori di norme di comportamento, *coerenza* per essere credibili e quindi *credibilità*, *comunicazione* della conoscenza dei pericoli e dei rischi.

ATTIVITA' E CLASSIFICAZIONE DEI RISCHI NELLE PALESTRE

Nello specifico le *attività operative* svolte *nelle palestre comportano inevitabilmente dei rischi* che possono riassumersi secondo la seguente classificazione:

1. *rischio caduta a livello detto anche scivolamento (quota < 2,00 ml.)*
2. *rischio caduta dall'alto connesso con l'esercizio con attrezzature come corde e pertiche (quota >2,00 ml.)*
3. *rischio fisico dovuto ad urti, colpi, impatti, compressioni*
4. *rischio connesso all'uso delle attrezzature ginniche*

Pertanto i rischi presenti si possono riassumere in quelli a carattere **infortunistico** escludendo quelli di carattere igienico-ambientale (sempre che il locale possieda i necessari requisiti architettonico-strutturale-impiantistico) .

RISCHIO DI CADUTA A LIVELLO

Tale rischio, comune nelle attività ginniche, è strettamente connesso alla caratteristica della superficie di giuoco; questa al fine di garantire un sufficiente grado di sicurezza deve possedere caratteristiche come:

- adeguata stabilità di piano
- buon coefficiente di aderenza
- complanarità
- impermeabilità
- assenze di vistose scabrosità o imperfezioni

Al contempo coloro i quali accedono alle superfici di giuoco devono inevitabilmente possedere idonee calzature come le scarpe ginniche che si prefigurano a tutti gli effetti come D.P.I. .

Pertanto al fine di contenere tale rischio, le misure di prevenzione e protezione da adottare sono:

Misure di Prevenzione	Misure di protezione
Mantenere efficienti le attrezzature con un piano di manutenzioni programmato (semestrale), in particolare controllo delle sedi di appoggio, delle teste delle pertiche, delle piombature e dell'integrità degli anelli di sicurezza	Uso obbligatorio degli indumenti ginnici
Formare ed informare gli studenti e i docenti all'uso delle scarpe ginniche e degli adeguati indumenti che non intralcino i movimenti del corpo	Introduzione delle protezioni individuali come brache (di tipo completo) uso alpinistico per il sostegno dello studente in fase di ascensione-discensione
Effettuare regolare manutenzioni delle	Confinamento immediato delle attrezzature

superfici con lavaggi e segnalare immediatamente sconnessioni che nel caso si manifestino inficiano l'uso della palestra stessa	fuori norma ed immediato segnalazione al D.S. delle anomalie
Per coloro che devono fare uso di lenti oftalmiche queste devono avere caratteristiche di infrangibilità ed essere montate su supporti adeguatamente elastici (uso sportivo); in alternativa uso delle lenti a contatto	Al fine di prevenire cadute accidentali, inserire materassi protettivi in alternativa alle brache di sostegno

RISCHIO DI CADUTA DALL'ALTO

Tale rischio è legato all'uso di corde e pertiche; il loro uso deve preventivamente avvenire dopo un attento controllo che si può riassumere:

CORDE

- integrità della fune, priva di sfilacciamenti; corda classificata per adeguato carico di rottura
- integrità delle piombature (a regola a norma CE)
- stabilità ed efficienza degli occhielli di aggancio o comunque della struttura che supporta le corde

PERTICHE

- assenza di scabrosità od imperfezioni (in modo particolare quelle lignee che non devono scheggiarsi)
- verticalità
- stabilità nei sostegni (base e testa)
- adeguata robustezza

Accertato il loro stato di integrità e funzionalità, l'uso di tali attrezzature deve prevedere necessariamente dei D.P.I. imprescindibili come le cinture di sicurezza di tipo completo, per chi si appresta all'uso, e una braca di tipo basso per chi effettua "sicurezza", ovvero comanda la corda di sicurezza collegata all'utente durante l'esercizio.

Pertanto al fine di contenere tale rischio le misure di prevenzione e protezione da adottare sono:

Misure di Prevenzione	Misure di protezione
Mantenere le superfici di giuoco asciutte	Uso obbligatorio degli indumenti ginnici
Formare ed informare gli studenti e i docenti all'uso delle scarpe ginniche e degli adeguati indumenti che non intralcino i movimenti del corpo	Introduzione delle protezioni individuali come ginocchiere, protezioni del gomito ect.

Misure di Prevenzione	Misure di protezione
Effettuare regolare manutenzioni delle superfici con lavaggi e segnalare immediatamente sconessioni che nel caso si manifestino inficiano l'uso della palestra stessa	Confinamento, durante l'uso, dell'area impegnata, al fine di non avere interferenze indesiderate, intese sia come utenza sotto gli attrezzi, sia come vere e proprie attrezzature, che in caso di caduta potrebbero rappresentare causa di aggravamento.
Per coloro che devono fare uso di lenti oftalmiche queste devono avere caratteristiche di infrangibilità ed essere montate su supporti adeguatamente elastici (uso sportivo); in alternativa uso delle lenti a contatto	

RISCHIO FISICO

Sicuramente quello più comune e difficilmente gestibile, perché insito nell'attività ginnica; il suo contenimento può essere effettuato esclusivamente facendo effettuare esercizi o giochi di squadra sotto attento controllo del Docente. Al fine di contenere il rischio comunque occorre prevedere che le superfici e volumi di giuoco siano libere da ostacoli e sporgenze che potrebbero aggravare le conseguenze di urti, compressioni, impatti e colpi.

Massimo rigore nel far adottare da chiunque pratici la superficie da giuoco le scarpe e gli indumenti ginnici.

RISCHIO CONNESSO ALLE ATTREZZATURE GINNICHE

La dotazione standard di una palestra prevede attrezzature come:

- cavalletti
- cavalli
- quadri svedesi
- pedane
- materassi

- sostegni ed asta per il salto in alto
- attrezzatura minuta (clave, cerchi, blocchetti ect.)

La sicurezza di tali attrezzature, che spesso viene commercializzata senza un quadro normativo di riferimento, è legata al loro stato manutentivo ed al loro corretto impiego; se ne desume che oltre ad un indispensabile inventario, la palestra debba essere dotata di un registro delle manutenzioni delle attrezzature ove viene riportata la loro verifica periodale, nonché la segnalazione di un'eventuale sostituzione in caso di danneggiamento. Nel caso la palestra venga utilizzata da soggetti esterni alla scuola, le società sportive che fanno uso di tali attrezzature dovranno impegnarsi a:

1. non utilizzare espressamente le attrezzature suddette, e quindi non condividere l'aspetto manutentivo o di sorveglianza in tal senso
2. nel caso di utilizzazione, impegno scritto a provvedere al corretto uso delle attrezzature ed immediata segnalazione di anomalie o difetti.
3. non introdurre attrezzature di fattura artigianale e comunque non riferibili ad un produttore certo che attesti la conformità degli organi meccanici e delle sezioni strutturali degli attrezzi, anche in relazione alle sollecitazioni ed all'usura durante l'uso delle medesime.

NORME DI COMPORTAMENTO

La **mancanza di informazioni** e la **disattenzione** sono le cause principali degli incidenti che si verificano nelle palestre. E' opportuno richiamare l'attenzione sull'**importanza di questo aspetto espressamente previsto dal decreto legge 626/94.**

Diritto del docente

Il diritto è dato dalla libertà di scelta sul tipo di esercitazione che intende effettuare e di avere una struttura adatta alla esecuzione della sua attività di palestra; è bene ricordare che il docente dovrà valutare la fattibilità dell'esercitazione a priori e, qualora le difficoltà siano di difficile soluzione nell'immediato, essere disponibile alla sostituzione dell'esercitazione.

Dovere del docente

Il dovere esplicito del docente è quello di dare informazioni agli studenti sulle operazioni che si svolgono in palestra e sulle norme specifiche di sicurezza relative alle esercitazioni che si svolgeranno e i rischi ad esse connessi.

Diritti dello studente

Ha il diritto di essere informato sui rischi e sulle norme di sicurezza e comportamento intrinseci della palestra. Inoltre deve essere messo a conoscenza dei mezzi e delle misure di protezione individuali attivate nella palestra ed in generale nella struttura scolastica.

Doveri dello studente

Lo studente ha il dovere di informarsi sui rischi e l'obbligo di ottemperare alle norme di sicurezza previste e a tutte le norme di comportamento.

SINTESI DELLE NORME

1. lo studente deve accedere agli spazi di palestra munito di scarpe ed indumenti ginnici; ove il docente lo richieda espressamente anche dotato di protezione degli arti inferiori e superiori
2. vietato espressamente manomettere od alterare le attrezzature ginniche, che sono di esclusiva competenza del docente in termini di movimentazione, sconfinamento e regolazione.
3. nella palestra è fatto divieto assoluto accedervi con cibi, lattine o bottiglie
4. divieto dell'uso del cellulare durante le attività ginniche
5. provvedere prima e dopo le esercitazioni ad arieggiare i locali
6. non effettuare le operazioni ginniche sotto correnti d'aria
7. attenersi sempre alle istruzioni del Docente
8. non mettere in atto comportamenti irresponsabili che possano danneggiare, oltre se stessi, anche gli altri
9. nel caso sia il docente che lo studente ravvedano anomalie o danneggiamenti ad attrezzature o all'ambiente palestra debbono immediatamente segnalarlo al Dirigente Scolastico
10. nel caso le superfici di giuoco e non (spogliatoi) risultino bagnate provvedere immediatamente ad asciugarle

non effettuare manovre su apparati elettrici (asciuga capelli, scaldabagni elettrici, organi di manovra, manovre su corpi illuminanti ect.) quando siamo in condizioni critiche (bagnati e senza calzature)

Il Responsabile di Laboratorio

Prof. FEDERICO MARZINI

L'R.S.P.P. d'Istituto

Ing. EUGENIO LUCCHESINI

Il Dirigente Scolastico

Ing. GIUSEPPE DE PURI

LIVORNO li 02/02/2018