



Data e protocollo (vedasi segnatura)

Trescore B.rio

- Ai docenti
 - E.p.c. al Persola ATA e al Dsga
 - E.p.c ai Genitori
- Scuola Primaria e Secondaria I°

Oggetto: Prevenzione salute e sicurezza: intervalli all'aperto e protocollo viaggi e visite d'istruzione

Si ricorda nuovamente a tutti i docenti che la sottoscritta in qualità di datore di lavoro, per garantire al massimo la salute e il benessere psicofisico degli alunni, ha dato negli anni specifico ordine di servizio permanente: **l'intervallo degli alunni va fatto all'aperto, compreso il pre mensa e il post mensa per consentire un adeguato recupero di energie psicofisiche degli stessi e adeguato ricambio d'aria delle aule.**

Il venir meno all'obbligo di servizio da parte del personale docente è una violazione disciplinare. Si può derogare a tale obbligo solo in caso di pioggia e neve.

"Diverse ricerche hanno analizzato gli effetti che giocare e muoversi all'aria aperta producono sul cervello degli alunni durante l'orario scolastico. I risultati delle ricerche hanno rilevato come l'attività fisica e la comunicazione che si svolgono durante l'intervallo aiutino il cervello dei bambini a funzionare correttamente abbassando i loro livelli di stress. Una volta in classe, consentono, quindi, la ripresa dell'attenzione sulle attività scolastiche"¹. Non va inoltre dimenticato che le Nazioni Unite (Onu), nella Convenzione sui diritti dell'infanzia, hanno inserito il giocare e muoversi all'aria aperta come diritto fondamentale di ogni bambino e di ogni bambina.

Si coglie l'occasione per ricordare ai docenti impegnati nei viaggi d'istruzione che devono leggere attentamente quanto pubblicato sulla bacheca sicurezza del sito istituzionale dell'Ic alla voce "Viaggiare d'Istruzione in Sicurezza" e mettere in campo tutti i controlli di competenza previsti nelle **"Indicazioni permanenti Ds su sicurezza viaggi di istruzione"**.

Sicura della massima collaborazione di tutto il personale.

Il Dirigente Scolastico

Dott.ssa Raffaella Chiodini

Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa.

L'originale è firmato digitalmente ed è conservato al Registro Protocollo BGIC883005 di cui all'instestazione.

Responsabile del procedimento: il Dirigente Scolastico

Referente del procedimento: ogni responsabile di plesso e dirigente della sicurezza

Telefono: 035 940086

¹ Studio americano *The Crucial Role of Recess in Schools*, pubblicata su *The Journal of school health*

Le funzioni cerebrali

La funzione cerebrale di una persona riposata e tranquilla è in gran parte governata dalla corteccia prefrontale, che gestisce le "funzioni esecutive" e la capacità di regolare il comportamento e le emozioni. Una persona riposata è in grado di seguire le istruzioni, utilizzare indizi per risolvere problemi, prestare attenzione e apprendere nuove informazioni.

La funzione cerebrale di una persona stanca e stressata viene regolata invece in aree del cervello che gestiscono comportamenti istintivi, provocando l'interruzione delle funzioni esecutive, distrazione e iperattività. Tutti questi elementi possono abbassare la capacità di apprendimento della persona.

Una condizione di stress a lungo andare può anche rovinare la motivazione allo studio perché blocca il rilascio di dopamina, la sostanza chimica del cervello che provoca un senso di piacere e soddisfazione anche durante l'apprendimento. Le difficoltà di apprendimento dovute allo stress possono portare ulteriore stress, attivando le regioni cerebrali "istintive" che danneggeranno quindi ulteriormente la capacità di apprendere.

Il corpo si muove, la mente si ricrea

Lo studio conferma quello che è il termine stesso, ricreazione, a spiegare: l'intervallo ricrea, ristabilisce il livello di apprendimento e concentrazione delle persone anche grazie al movimento del corpo. Quando si muovono e giocano all'aperto... i movimenti messi in campo aiutano il cervello a rigenerarsi, o resettarsi, come diremmo oggi, azzerare il livello di stress e affaticamento e poter ricominciare a lavorare o studiare, o seguire una lezione.



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO
ISTITUTO COMPRESIVO STATALE DI TRESCORE BALNEARIO
Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado



Via Lorenzo Lotto, 15 -24069 **TRESORE BALNEARIO** (BG) Tel 035/940086 Fax 035/945451
C.F 95119300168 C.M BGIC883005- <https://www.ictrescorebalneario.edu.it> **Cod. U.Ufficio UF9ZD7**
e-mail bgic883005@istruzione.it – pec bgic883005@pec.istruzione.it