

STATO MAGGIORE DELL'AERONAUTICA
1° REPARTO

SMA-ORD-034

**“DIRETTIVA PER IL MANTENIMENTO, L'AGGIORNAMENTO
ED IL CONTROLLO DELL' EFFICIENZA PSICOFISICA ED
OPERATIVA DEL PERSONALE MILITARE DELL'A.M.”**



EDIZIONE SETTEMBRE 2007

ATTO DI APPROVAZIONE

Ai sensi della legge 18 febbraio 1997, n. 25 e del relativo Regolamento di attuazione (D.P.R. 25 ottobre 1999, n. 556)

Approvo la presente Direttiva SMA-ORD 034 - Edizione Settembre 2007

“DIRETTIVA PER IL MANTENIMENTO, L’AGGIORNAMENTO ED IL CONTROLLO DELL’ EFFICIENZA PSICOFISICA ED OPERATIVA DEL PERSONALE MILITARE DELL’A.M.”.

La presente Direttiva sostituisce e abroga la SMA-ORD-034 – Edizione Luglio 2006 ed entra in vigore in data 01 Settembre 2007.

Roma, 29.08.2007

**IL CAPO DI STATO MAGGIORE
(Gen. S.A. Vincenzo CAMPORINI)**



ELENCO DI DISTRIBUZIONE

1. DISTRIBUZIONE ESTERNA F.A.

Stato Maggiore della Difesa	Roma	Copie n. 10
Segretariato Generale della Difesa/D.N.A.	Roma	Copie n. 10
Stato Maggiore Esercito	Roma	Copie n. 1
Stato Maggiore Marina	Roma	Copie n. 1
Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri	Roma	Copie n. 1

2. DISTRIBUZIONE INTERNA F.A.

Comando della Squadra Aerea	Roma	Copie n. 5
Comando Logistico	Roma	Copie n. 5
Comando Scuole dell' A.M.	Guidonia (RM)	Copie n. 5
Comando Operativo delle Forze Aeree	Poggio Renatico (FE)	Copie n. 3
Comando 1^ Regione Aerea	Milano	Copie n. 1
Comando 3^ Regione Aerea	Bari	Copie n. 1
Direzione per l'Impiego del Personale Militare dell'Aeronautica	Roma	Copie n. 1
Ufficio Generale per il Controllo Interno	Roma	Copie n. 1
Ufficio Generale di Coordinamento della Vigilanza Antinfortunistica	Roma	Copie n. 1
Ispettorato per la Sicurezza del Volo	Roma	Copie n. 1
Ufficio dell'Ispettore dell'Aviazione per la Marina	Roma	Copie n. 1
Ufficio del Generale del Ruolo delle Armi dell'Arma Aeronautica	Roma	Copie n. 1
Ufficio del Capo del Corpo del Genio Aeronautico	Roma	Copie n. 1
Ufficio del Capo del Corpo di Commissariato Aeronautico	Roma	Copie n. 1
Ufficio del Capo del Corpo Sanitario Aeronautico	Roma	Copie n. 1
Comando delle Forze Aerotattiche della Difesa Aerea	Bari	Copie n. 1
Comando delle Forze Aerotattiche di Attacco e Ricognizione	Milano	Copie n. 1
Comando delle Forze per la Mobilità e il Supporto	Roma	Copie n. 1
1^ Divisione Comando Logistico	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
2^ Divisione Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
3^ Divisione Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
Servizio dei Supporti del Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
Servizio di Commissariato e Amm.ne del Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
Servizio Sanitario A.M. del Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
Servizio Infrastrutture del Comando Logistico	Roma	Copie n. 1
Comando Aeronautica Militare Roma	Roma	Copie n. 1
Istituto di Scienze Militari Aeronautiche	Firenze	Copie n. 1
Accademia Aeronautica	Pozzuoli (NA)	Copie n. 1
Divisione Formazione Sottufficiali e Truppa – S.S.A.M.	Caserta	Copie n. 1
Scuola Militare Aeronautica “Douhet”	Firenze	Copie n. 1
1^ Brigata Aerea – Operazioni Speciali	Padova	Copie n. 1
46^ Brigata Aerea	Pisa	Copie n. 1
Poligono Sperimentale di Addestramento Interforze - PISQ	Perdasdefogu (NU)	Copie n. 1
2° Stormo	Rivolto (UD)	Copie n. 1
4° Stormo	Grosseto	Copie n. 1
5° Stormo	Cervia (RA)	Copie n. 1
6° Stormo	Ghedi (BS)	Copie n. 1
9° Stormo	Grazzanise (CE)	Copie n. 1
14° Stormo	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1

15° Stormo	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
16° Stormo – Protezione delle Forze	Martina Franca (TA)	Copie n. 1
17° Stormo	Padova	Copie n. 1
31° Stormo	Ciampino (RM)	Copie n. 1
32° Stormo	Amendola (FG)	Copie n. 1
36° Stormo	Gioia del Colle (BA)	Copie n. 1
37° Stormo	Trapani	Copie n. 1
41° Stormo	Sigonella (CT)	Copie n. 1
50° Stormo	Piacenza	Copie n. 1
51° Stormo	Istrana (TV)	Copie n. 1
61° Stormo	Lecce	Copie n. 1
70° Stormo	Latina	Copie n. 1
72° Stormo	Frosinone	Copie n. 1
Reparto Sperimentale Standardizzazione Tiro Aereo	Decimomannu (CA)	Copie n. 1
Comando Aeroporto / Q.G. del Comando Squadra Aerea	Roma - Centocelle	Copie n. 1
Comando Aeroporto /Q.G. del Comando delle Scuole dell’A.M.	Guidonia (RM)	Copie n. 1
Comando Aeroporto	Aviano (PN)	Copie n. 1
Comando Aeroporto	Capodichino (NA)	Copie n. 1
Comando Aeroporto	Cameri (NO)	Copie n. 1
Comando Aeroporto	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Comando Aeroporto / Quartier Generale 1° R.A.	Linate (MI)	Copie n. 1
Comando Aeroporto / Centro Storiografico e Sportivo A.M.	Vigna di Valle (RM)	Copie n. 1
Comando Scuola di Aerocooperazione Interforze	Guidonia (RM)	Copie n. 1
Scuola Marescialli A.M.	Viterbo	Copie n. 1
Scuola Perfezionamento Sottufficiali	Loreto (AN)	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale – Ist. ONFA	Cadimare (SP)	Copie n. 1
Centro di Addestramento Sanitario Professionale	Roma	Copie n. 1
Scuola Volontari di Truppa A.M.	Taranto	Copie n. 1
Quartier Generale 3^ R.A.	Bari	Copie n. 1
Quartier Generale del C.O.F.A.	Poggio Renatico(FE)	Copie n. 1
Quartier Generale D.F.S.T.	Caserta	Copie n. 1
Commissione Sanitaria d’ Appello	Roma	Copie n. 1
Istituto Medico Legale Milano	Milano	Copie n. 1
Istituto Medico Legale Roma	Roma	Copie n. 1
Infermeria Principale – Villafranca	Villafranca	Copie n. 1
Infermeria Principale – Milano	Milano	Copie n. 1
Infermeria Principale – Roma	Roma	Copie n. 1
Infermeria Principale – Pratica di Mare	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Infermeria Principale – Bari	Palese Macchie (BA)	Copie n. 1
Infermeria Polifunzionale – Pozzuoli	Pozzuoli (NA)	Copie n. 1
Reparto Mobile di Supporto	Villafranca (VR)	Copie n. 1
Reparto Incursori	Furbara (RM)	Copie n. 1
Reparto Supporto Tecnico Operativo Guerra Elettronica	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Reparto Addestramento Controllo Spazio Aereo	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Reparto Sperimentazioni Meteorologia Aeronautica	Vigna di Valle (RM)	Copie n. 1
Reparto Sistemi Informativi Automatizzati	Roma-Acquasanta	Copie n. 1
1° Reparto Manutenzione Velivoli	Cameri (NO)	Copie n. 1
2° Reparto Manutenzione Missili	Padova	Copie n. 1
3° Reparto Manutenzione Velivoli	S. Angelo (TV)	Copie n. 1
4° Reparto Tecnico Manutentivo D.A., A.V.e TLC	Borgopiave (LT)	Copie n. 1
6° Reparto Manutenzione Elicotteri	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
10° Reparto Manutenzione Velivoli	Galatina (LE)	Copie n. 1

11° Reparto Manutenzione Velivoli	Sigonella (CT)	Copie n. 1
8° Reparto Genio Campale	Ciampino (RM)	Copie n. 1
16° Reparto Genio Campale	Palese Macchie (BA)	Copie n. 1
27° Reparto Genio Campale	Vicenza	Copie n. 1
Centro Interforze di Telerilevamento Satellitare	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Centro Informazioni Geotopografiche Aeronautiche	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
Centro Nazionale Meteorologia e Climatologia Aeronautica.	Pratica di Mare(RM)	Copie n. 1
82° Centro S.A.R.	Trapani	Copie n. 1
83° Centro S.A.R.	Rimini	Copie n. 1
84° Centro S.A.R.	Brindisi	Copie n. 1
Comando Rete POL	Parma	Copie n. 1
21° Gruppo Radar A.M.	Poggio Ballone (GR)	Copie n. 1
22° Gruppo Radar A.M.	Licola (NA)	Copie n. 1
32° Gruppo Radar A.M.	Otranto(LE)	Copie n. 1
34° Gruppo Radar A.M.	Mezzogregorio (SR)	Copie n. 1
58° Gruppo I.T.	Cordovado (PN)	Copie n. 1
72° Gruppo I.T.	Bovolone (VR)	Copie n. 1
80° Gruppo I.T.	Bagnoli di Sopra - PD	Copie n. 1
5° Gruppo Manutenzione Velivoli	Capodichino (NA)	Copie n. 1
2° Gruppo Manutenzione Autoveicoli	Forlì	Copie n. 1
3° Gruppo Manutenzione Autoveicoli	Mungivacca (BA)	Copie n. 1
Centro Tecnico Rifornimenti	Fiumicino (RM)	Copie n. 1
1° Reparto Tecnico Comunicazioni	Linate (MI)	Copie n. 1
4° Reparto Tecnico Comunicazioni	Palese (BA)	Copie n. 1
Gruppo Campale di Comando e Controllo	Palese Macchie (BA)	Copie n. 1
Gruppo Automazione Sistemi Comando e Controllo	Pratica di Mare (RM)	Copie n. 1
Squadriglia di Collegamento e Soccorso	Linate (MI)	Copie n. 1
Servizio di Coordinamento e Controllo A.M.	Abano Terme (PD)	Copie n. 1
Servizio di Coordinamento e Controllo A.M.	Brindisi	Copie n. 1
Servizio di Coordinamento e Controllo A.M.	Ciampino (RM)	Copie n. 1
Servizio di Coordinamento e Controllo A.M.	Linate (MI)	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale	Brindisi	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale	Rimini	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale	Pantelleria (TP)	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale	Elmas (CA)	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale Vicenza	Vicenza	Copie n. 1
Distaccamento Aeroportuale	Alghero (SS)	Copie n. 1
Distaccamento Aeronautica Militare	Lampedusa (AG)	Copie n. 1
Centro Nazionale Supervisioni reti	Monte Cavo (RM)	Copie n. 1
1° Laboratorio Tecnico A.M. di Controllo	Padova	Copie n. 1
3° Laboratorio Tecnico A.M. di Controllo	Mungivacca (BA)	Copie n. 1
4° Laboratorio Tecnico A.M. di Controllo	Parma	Copie n. 1
5° Laboratorio Tecnico A.M. di Controllo	Decimomannu (CA)	Copie n. 1
6° Laboratorio Tecnico A.M. di Controllo	Trapani	Copie n. 1
1° Deposito Centrale A.M.	Monterotondo (RM)	Copie n. 1
2° Deposito Centrale A.M.	Gallarate (VA)	Copie n. 1
11° Deposito Centrale A.M.	Orte (VT)	Copie n. 1
14° Deposito Centrale A.M.	Modena	Copie n. 1
64° Deposito Territoriale A.M.	Porto S. Stefano (GR)	Copie n. 1
65° Deposito Territoriale A.M.	Taranto	Copie n. 1
Deposito Centrale Sistemi Missilistici	Vigodarzere (PD)	Copie n. 1
Direzione Magazzini Principali di Commissariato 1^ R.A.	Milano Baggio	Copie n. 1

Direzione Magazzini Principali di Commissariato 3 [^] R.A.	Mungivacca (BA)	Copie n. 1
Direzione Magazzini Secondari di Commissariato	Guidonia (RM)	Copie n. 1
R.A.M.I. – AMX	Brasilia (BR)	Copie n. 1
R.A.M.I. – C130J Lockheed	Marietta (USA)	Copie n. 1
R.A.M.I. – E.N.J.J.P.	Sheppard (USA)	Copie n. 1
R.A.M.I. – Prog. B-767 T/T	Wichita	Copie n. 1
	Kansas(USA)	
R.A.M.I. – F16 c/o AFB Hill	Utah (USA)	Copie n. 1
R.A.M.I. – E.A.G.	HighWycombe (UK)	Copie n. 1
R.A.M.I. – I.A.F.F.T.	Warton (UK)	Copie n. 1
R.A.M.I. – MRCA - Transshipment Depot	Stafford (UK)	Copie n. 1
R.A.M.I.	Geilenchirken (D)	Copie n. 1
R.A.M.I. – I.W.S.S.C.	Hallbergmoos (D)	Copie n. 1
R.A.M.I. – Mrca - Transshipment Depot	Erding (D)	Copie n. 1
R.A.M.I.	Heindhoven (NL)	Copie n. 1
R.A.M.I.	Taverny (F)	Copie n. 1
R.A.M.I. – T.L.P.	Florennes (B)	Copie n. 1
R.A.M.I. – EF 2000	Madrid (E)	Copie n. 1

3. DISTRIBUZIONE INTERNA S.M.A.

Ufficio Generale del Capo di SMA	Sede	Copie n. 1
Ufficio del Sottocapo di SMA	Sede	Copie n. 1
1° Reparto	Sede	Copie n. 5
3° Reparto	Sede	Copie n. 1
4° Reparto	Sede	Copie n. 1
5° Reparto	Sede	Copie n. 1
6° Reparto	Sede	Copie n. 1
Ufficio Generale Spazio Aereo e Meteorologia	Sede	Copie n. 1
Reparto Generale Sicurezza	Roma	Copie n. 1

REGISTRAZIONE DELLE AGGIUNTE E DELLE VARIANTI

INDICE

FRONTESPIZIO	I
ATTO DI APPROVAZIONE	III
ELENCO DI DISTRIBUZIONE	V
REGISTRAZIONE DELLE AGGIUNTE E VARIANTI	XIII
INDICE	XV
RIFERIMENTI NORMATIVI	XVII
1. GENERALITÀ	pag 1
2. SCOPO	pag 1
3. APPLICABILITÀ	pag 1
4. DIVULGAZIONE	pag 1
CAPO I	
1. ATTIVITÀ GINNICO MILITARE	pag 3
a. Attività ginnico militare	pag 3
b. Oneri per la Forza Armata	pag 5
c. Convenzioni esterne alla Forza Armata	pag 5
d. Verifiche	pag 5
2. CONTROLLI MEDICI	pag 7
a. Controlli per attività ginnico-militare	pag 9
b. Controlli di laboratorio e strumentali per idoneità all'impiego in OFCN	pag 9
c. Tutela dei dati personali e sensibili	pag 9
CAPO II	
1. CAPACITÀ PROFESSIONALI	pag 11
a. Aggiornamento delle capacità professionali	pag 11
(1) Uso e manutenzione delle armi individuali	pag 11
(2) Mezzi e tecniche di protezione e bonifica individuale NBC	pag 11
(3) Fraseologia e mezzi di comunicazione	pag 11
(4) Nozioni di Diritto Umanitario dei conflitti armati	pag 11
b. Verifiche	pag 13
CAPO III	
1. DOCUMENTAZIONE CARATTERISTICA	pag 15
a. Annotazioni riguardanti l'attività ginnico-militare	pag 15
b. Annotazioni riguardanti l'aggiornamento professionale	pag 15
CAPO IV	
1. COMPITI	pag 17
a. Stato Maggiore Aeronautica	pag 17
b. Alti Comandi	pag 17
c. Comando Squadra Aerea	pag 19
d. Comando Logistico	pag 19
e. Comando Scuole dell'A.M.	pag 21
f. Comandante Ente/Reparto	pag 21
g. Istruttore ginnico	pag 21
h. Infermeria di Corpo	pag 23
CAPO V	
1. NORME TRANSITORIE	pag 25
ELENCO ALLEGATI	
“A” Tabelle valori minimi di prestazione relative alle prove di resistenza/agilità/forza	A-1/A-2
“B” Accertamenti sanitari	B-1/B-2
“C” Scheda individuale di controllo dell'efficienza fisica	C-1
“D” Modulo per il monitoraggio delle visite mediche e prove fisiche effettuate presso i Reparti dell'A.M.	D-1

RIFERIMENTI NORMATIVI

- Legge 11 giugno 1978, n. 382, “Norme di principio sulla Disciplina Militare”;
- D.P.R. 18 luglio 1986, n. 545 “Regolamento di Disciplina Militare”;
- D.P.R. 25 ottobre 1999, n. 556, “Regolamento di attuazione dell’art. 10 della L. 18 febbraio 1997, n. 25, concernente le attribuzioni dei vertici militari”;
- Legge 14 novembre 2000, n. 331, “Norme per l’istituzione del servizio militare professionale”;
- Legge 18 febbraio 1997, n. 25, “Attribuzioni del Ministro della difesa, ristrutturazione dei vertici delle Forze Armate e dell’Amministrazione della difesa”;
- D.P.R. 8 agosto 2002, n. 213, “Norme per la redazione della documentazione caratteristica relativa al personale militare”;
- D.P.R. 11 luglio 2006, n. 255, “Regolamento recante modificazioni al D.P.R. 8 agosto 2002, n. 213 concernente la documentazione caratteristica del personale dell’E.I., della M.M., dell’A.M. e dell’Arma dei Carabinieri”;
- D.M. Ministero della Sanità del 18 febbraio 1982, “Norme per la tutela sanitaria dell’attività sportiva agonistica”;
- D.M. Ministero della Sanità del 28 febbraio 1983, “Norme per la tutela sanitaria dell’attività sportiva non agonistica”;
- Direttiva SMD FORM – 001, “Direttiva per il conseguimento degli obiettivi di integrazione ed omogeneizzazione interforze nel campo della formazione del personale” ed. 2004;
- Direttiva SMD FORM – 003, “Direttiva per il mantenimento, l’aggiornamento ed il controllo dell’efficienza psicofisica ed operativa del personale militare” ed. 2005;
- Direttiva SMD 3° Rep. 131/AC/3179/001, “Organismi NATO/EU/Multin.li” ed. maggio 2005;
- Pubblicazione OD 1, “Ordinamento dei Comandi, Reparti dell’Aeronautica Militare e norme generali sul loro funzionamento” ed. 2003;
- Circolare Ordinativa “Istruttore Ginnico presso Enti/Reparti A.M.” del 25 giugno 2004.
- Direttiva SMA 10, “Addestramento del Personale A.M. alla difesa locale” ed.1993;
- Direttiva SMA 21, “La difesa delle installazioni aeronautiche” ed. 2000;
- Direttiva SMA 22, “La difesa NBC nelle installazioni aeronautiche” ed. 2001;
- Direttiva SMA ORD 011, “Normativa generale sull’orario di servizio e sul lavoro straordinario” ed. 1 Febbraio 2003;
- Direttiva SMA OPR 010, “Predisposizioni per l’invio del personale dell’A.M. in operazioni fuori dai confini nazionali” ed. 2004;
- Direttiva SMA-REF-001, ed. 2006;
- Manuale del Combattente C.S.A. – edizione 2002;
- Direttiva CSA 603, “Consegna, custodia, trasporto, uso, conservazione e maneggio delle armi”;
- Direttiva CSA 607, “Norme per la compilazione del piano di difesa NBC”.

1. GENERALITA'¹

La professione militare richiede il possesso di adeguata preparazione psico-fisica che, unitamente alle conoscenze professionali, devono consentire al personale a tutti i livelli di esprimere le capacità operative necessarie per assolvere i compiti affidati alla F.A..

I predetti compiti e l'attuale situazione internazionale, che vede personale di ogni ordine e grado impiegato presso comandi multinazionali e nell'ambito di contingenti nei diversi teatri operativi all'estero, conferma l'esigenza ed impone che ogni singolo militare senta il dovere di mantenere al giusto livello la propria efficienza fisica e le capacità professionali. In tale contesto, la F.A. intende stimolare ed agevolare lo sviluppo delle conseguenti attività, consentendo al proprio personale di:

- svolgere attività ginnico-militare, secondo standard e requisiti minimi previsti;
- effettuare controlli medici periodici, volti a consentire l'effettuazione dell'attività ginnico-militare nonché verificare lo stato di salute;
- disporre di specifici momenti di aggiornamento tecnico-professionale in settori legati in particolare alle Operazioni Fuori dai Confini Nazionali (OFCN).

2. SCOPO

La presente Direttiva indica i criteri da seguire, ai diversi livelli di Comando, per porre in essere in Forza Armata le azioni e le attività volte a disporre di personale efficiente dal punto di vista psico-fisico e professionalmente preparato.

3. APPLICABILITÀ

Le disposizioni in essa contenute si applicano a tutto il personale militare A.M. di qualsiasi grado, ruolo e sesso, impiegato sul territorio nazionale o presso Enti NATO/UE o comunque in ambito internazionale in Italia e all'estero, fino al compimento del sessantesimo anno di età.

4. DIVULGAZIONE

I contenuti della presente Direttiva devono essere divulgati presso tutte le articolazioni centrali, territoriali e periferiche della F.A. e dell'area Interforze.

Il Comando Scuole dell'A.M. curerà la corretta illustrazione della Direttiva presso tutti gli Istituti di formazione.

I Comandi/Enti in indirizzo, per una diffusa divulgazione, sono autorizzati a riprodurre autonomamente estratti della Direttiva necessari per l'assolvimento dei compiti d'istituto.

Le eventuali proposte di modifica e/o integrazioni, corredate delle relative motivazioni, dovranno essere indirizzate, attraverso le vie gerarchiche, a:

Stato Maggiore Aeronautica – 1° Reparto.

I recapiti sono i seguenti:

postale: Viale dell'Università, 4 – 00185 Roma;

telegrafico: STATAEREO ORD;

fax: 0649865355 (civile) – 82005355 (militare).

¹ I margini evidenziati indicano le integrazioni e/o modifiche alla precedente edizione

CAPO I

1. ATTIVITA' GINNICO MILITARE

a. Attività ginnico-militare

“Il militare ha il dovere di mantenere e migliorare le proprie conoscenze e capacità fisiche e psichiche.... La F.A. pone in atto ogni possibile misura al fine di agevolare il miglioramento della formazione militare (commi 1 e 3 Art. 15 R.D.M.)”.

A tal fine, per agevolare in ogni modo la pratica dell'attività fisica ed essendo il raggiungimento ed il mantenimento di determinati standard psico-fisici altresì una esigenza della F.A., è stata introdotta la possibilità di allenarsi anche in orario di servizio attraverso lo svolgimento di attività ginnico-militare, per un totale di due ore settimanali.

Tale monte ore:

- può essere usufruito in unica soluzione (2 ore) ovvero in due soluzioni (1+1);
- non è cumulabile al di fuori dell'ambito settimanale;
- è comprensivo del tempo necessario al raggiungimento/rientro in sede dalle strutture sportive qualora le stesse non siano collocate all'interno dell'Ente/Reparto.

Il periodo individuato per lo svolgimento dell'attività ginnico-militare quindi, deve iniziare e terminare nel luogo ove si svolge l'attività di servizio ordinaria ed all'interno dell'orario di servizio.

L'attività ginnico-militare è volontaria; l'unica alternativa ad essa è il normale svolgimento delle attività di servizio. Non è consentito il ricorso all'istituto dello straordinario.

L'attività può essere svolta in gruppo o singolarmente.

Per il personale “turnista”:

- qualora il turno sia costituito da un numero di personale tale da permettere l'avvicendamento nelle postazioni durante lo svolgimento del servizio, l'attività può essere svolta durante il turno stesso;
- in caso contrario, si può ricorrere a periodici avvicendamenti del personale per far sì che lo stesso possa effettuare l'attività senza incidere sulle turnazioni ovvero sia messo in condizione di recuperare le eventuali eccedenze maturate.

È data autonomia al singolo militare di curare la propria efficienza fisica.

L'istruttore ginnico costituisce la figura di riferimento in questo ambito; egli, ove previsto, fornisce supporto al personale nella pratica dell'attività ginnico-militare.

È demandata ai Comandanti, in funzione dei compiti d'istituto e delle peculiarità operative del relativo Ente/Reparto, la definizione delle modalità pratiche per la fruizione delle due ore settimanali dedicate all'attività ginnico-militare (scelta degli orari, infrastrutture utilizzabili, eventuali suddivisioni del personale, ecc.) usufruendo di strutture militari (anche di altre FF.AA.), ovvero stipulando apposite convenzioni con strutture sportive civili, compatibilmente con le risorse assegnate.

b. Oneri per la Forza Armata

La Forza Armata tende a migliorare le strutture esistenti nei limiti delle risorse disponibili. Non sono previste altre tipologie di supporto, ad esempio trasporti da/per i centri sportivi, ecc.

L'equipaggiamento sportivo è a cura del singolo militare.

c. Convenzioni esterne alla Forza Armata

L'attività ginnico-militare è di norma svolta all'interno dell'Ente.

Ove ciò non sia fattibile si può usufruire di strutture di altre Forze Armate ovvero di strutture civili, previo accordi o convenzioni.

La stipula di convenzioni è auspicabile qualora consenta di promuovere e facilitare l'attività sportiva anche al di fuori dell'orario di servizio, sia per il personale militare che per i familiari.

Negli Enti in cui non siano disponibili infrastrutture idonee e nel contempo sia oggettivamente difficoltoso individuare strutture alternative in grado di soddisfare le esigenze di tutto il personale dipendente, l'attività ginnico-militare potrà essere svolta presso ulteriori strutture individuate anche dal personale interessato, previa autorizzazione da parte del Comandante di Corpo. Le convenzioni stipulate sia su iniziativa dei singoli che della F.A. dovranno contenere esplicito riferimento ad attività svolta per motivi di servizio al fine di notificare alla struttura con la quale si è stipulata la convenzione che il personale militare ivi iscritto, nei giorni ed agli orari indicati, svolge attività lavorativa.

Gli orari di inizio e termine dell'effettuazione dell'attività ginnico-militare dovrà essere annotata sul foglio firma degli interessati presso il luogo di lavoro così come previsto dalle direttive di settore in vigore.

d. Verifiche

L'attività di verifica, è volta a:

- fornire al singolo militare un riscontro concreto sul suo stato di efficienza fisica, al fine di orientare e approfondire la propria attività di allenamento, raffrontando le proprie prestazioni a parametri di riferimento minimi;
- garantire ai Comandanti ad ogni livello la disponibilità di dati oggettivi sullo stato di efficienza fisica del proprio personale.

A tale scopo sono definite le prove, in termini qualitativi e di prestazione, a cui deve essere sottoposto con cadenza annuale il personale. Le modalità sono stabilite localmente (Allegato "A").

Tali prove sono obbligatorie per tutto il personale militare A.M. di qualsiasi grado, ruolo e sesso fino al compimento del sessantesimo anno di età ad eccezione di coloro che, temporaneamente o permanentemente, sono esentati su disposizione del Servizio Sanitario per motivi di salute.

I limiti indicati nelle tabelle (citato Allegato "A") possono subire variazioni per categorie di personale a cui sono richieste prestazioni più elevate (es. incursori, personale navigante, ecc.).

Il personale in servizio all'estero, non inquadrato in Contingenti/Comandi, effettua le prove sotto la direzione del SENITOFF. Questi potrà avvalersi, se necessario, di personale militare straniero, previo opportuni accordi.

Eventuali casi di impossibilità oggettiva allo svolgimento delle verifiche dovranno essere rappresentati ai Comandi sovra-ordinati che, operate le opportune verifiche, sanzioneranno caso per caso l'eventuale esenzione.

(1) Tipologia di prove

- Prova di resistenza ed agilità

La prova consiste in una corsa piana di 2000 metri - da effettuarsi nei limiti di tempo previsti in relazione alla fascia d'età (Tabella 1 dell'Allegato "A") - e tende a verificare la capacità del militare di sostenere uno sforzo di non elevata intensità ma prolungato nel tempo, dimostrando di possedere una sufficiente coordinazione motoria.

- Prove di forza e agilità

Le prove consistono in una serie di piegamenti sulle braccia e addominali (da effettuarsi secondo le modalità riportate in Allegato "A" alle Tabelle 2 e 3) e tendono a verificare la capacità di esprimere uno sforzo energetico ma limitato nella durata, dimostrando di possedere una certa coordinazione motoria.

(2) Modalità di svolgimento

La tipologia di prove sportive sottoposte a verifica non rende indispensabile presso gli Enti la disponibilità di strutture particolari per l'allenamento all'interno (es. palestre). Pertanto, indipendentemente dalle strutture esistenti e dall'attività effettivamente svolta, le verifiche saranno svolte obbligatoriamente in un periodo compreso tra il 1° marzo ed il 30 ottobre di ogni anno attraverso:

- un programma che preveda più opportunità temporali, in modo da poter dare a tutto il personale la possibilità di essere sottoposto a verifica;
- prove che devono essere effettuate durante le ore diurne ed in assenza di condizioni meteorologiche avverse (pioggia forte, vento eccessivo, temperature troppo rigide o troppo calde, ecc.);
- la presenza di:
 - almeno un istruttore ginnico, in forza all'Ente ovvero in supporto da altro Ente;
 - personale sanitario e relativi equipaggiamenti, in forza all'Ente ovvero in supporto da altro Ente.

Il personale può essere temporaneamente esentato da una verifica per motivi sanitari, previo accertamento del Capo dell'Infermeria di Corpo. In tal caso l'interessato viene riprogrammato per una verifica successiva inserita nello stesso programma annuale.

La riconosciuta esenzione permanente dalle verifiche sportive comporta l'invio all'IML per le valutazioni medico-legali.

2. CONTROLLI MEDICI

Sono istituiti:

- controlli finalizzati allo svolgimento di attività ginnico-militare (Allegato "B" Tab. 1);
- controlli di laboratorio e strumentali comprensivi di visita medica generale, indirizzati ad un controllo complessivo dello stato di salute del personale ed all'accertamento dell'idoneità all'impiego in OFCN (Allegato "B" Tab. 2).

a. Controlli per attività ginnico-militare

Tali controlli sono volti a consentire lo svolgimento di attività ginnico - militare.

Essi:

- si effettuano presso le Infermerie di Corpo, con cadenza annuale;
- si applicano esclusivamente al personale militare, attraverso una visita medica generale comprendente:
 - un'accurata anamnesi;
 - esame obiettivo generale;
 - rilevazione dei parametri antropometrici, concernenti peso, statura e indice di massa corporea (I.M.C.);
 - controllo dei valori di pressione arteriosa e di frequenza cardiaca.
- nei soggetti di età inferiore ai 40 anni possono essere integrati, qualora le risultanze dell'esame obiettivo lo rendessero necessario, con analisi ematochimiche e/o indagini strumentali. Nei soggetti compresi nelle fasce di età tra 41 e 50 anni e oltre i 50 anni dovranno essere integrati secondo quanto riportato nell'allegato B – tabella 1.

Ai fini dello svolgimento dell'attività ginnico-militare il personale militare può eventualmente produrre presso l'Infermeria di Reparto la certificazione di idoneità all'attività sportiva non agonistica rilasciata dal medico di base e/o certificazione di idoneità sportiva agonistica rilasciata dalle autorità competenti in materia, qualora già possedute dall'interessato.

b. Controlli di laboratorio e strumentali integrativi per l'idoneità all'impiego in OFCN

Tali controlli, effettuati secondo le modalità riportate nell'allegato B – tabella 2, integrando la visita di cui al punto a, assicurano la monitorizzazione dello stato di salute del personale e, per le loro caratteristiche, permettono l'emissione del giudizio di idoneità per l'impiego fuori area da parte dell'Infermeria di Corpo, salvo specifiche prescrizioni per particolari teatri operativi. Nel caso in cui non sia possibile procedere agli accertamenti di cui sopra presso le Infermerie di Corpo, ovvero siano necessari opportuni approfondimenti diagnostici o l'interessato intenda ricorrere avverso il giudizio del capo dell'Infermeria di Corpo, l'idoneità per l'impiego fuori area del personale precettato in partenza sarà accertata presso gli Istituti Medico Legali il cui giudizio sarà considerato definitivo.

Il personale in possesso dell'idoneità sanitaria in quanto già sottoposto a visita periodica obbligatoria presso gli Istituti Medico Legali (Navigante, CSA, Incursore, etc.), è automaticamente abilitato, indipendentemente dall'età, sia all'attività in argomento che all'impiego in OFCN, salvo specifiche prescrizioni per particolari teatri operativi.

c. Tutela dei dati personali e sensibili

A garanzia della riservatezza degli interessati, la trattazione delle pratiche concernenti la presente direttiva, con particolare riguardo al trattamento dei dati personali idonei a rivelare lo stato di salute del personale interessato, deve avvenire nel rispetto delle previsioni del D.Lgs. 196/2003 “Codice in materia di protezione dei dati personali”.

CAPO II

1. CAPACITÀ PROFESSIONALI

a. Aggiornamento delle capacità professionali

“ Il militare ha il dovere di mantenere e migliorare le proprie conoscenze...per poter disimpegnare con competenza ed efficacia l’incarico ricevuto e per far appropriato uso delle armi e dei mezzi affidatigli (comma 1, Art. 15 R.D.M.)”

Le capacità professionali costituiscono un ulteriore elemento caratterizzante il grado di capacità ad assolvere i compiti operativi.

Nell’ambito della formazione continua del personale sono demandati ai Comandanti ai vari livelli la costante istruzione ed aggiornamento relativi a:

- (1) Uso e manutenzione delle armi individuali
 - Adeguata conoscenza e capacità di utilizzo dell’armamento individuale per tutto il personale;
 - addestramento più approfondito per il personale da impiegare in OFCN.
- (2) Mezzi e tecniche di protezione e bonifica individuale NBC
 - Conoscenza a carattere generale delle tecniche di protezione NBC e del materiale in dotazione in Forza Armata per tutto il personale;
 - conoscenza maggiormente approfondita e addestramento adeguato per il personale da impiegare in OFCN.
- (3) Fraseologia e mezzi di comunicazione
 - conoscenza e corretto utilizzo della fraseologia standard delle comunicazioni in lingua inglese.
 - conoscenza a carattere generale dei mezzi di comunicazione in dotazione alla Forza Armata per tutto il personale;
 - conoscenza maggiormente approfondita per il personale da impiegare in OFCN.
- (4) Nozioni di Diritto Umanitario dei conflitti armati
 - conoscenza a carattere generale dei principi del Diritto Umanitario dei conflitti armati per tutto il personale;
 - idoneo indottrinamento per il personale destinato ad operazioni fuori area con finalizzazione per il contesto operativo di missione.

A tale scopo, per incoraggiare ed agevolare l’aggiornamento individuale, a prescindere dall’area di effettivo impiego e quale ausilio per i Comandanti di Ente/Reparto, nell’ambito delle aree disciplinari sopra individuate sono stati predisposti programmi minimi di istruzione consultabili sul sito WEB dell’A.M.

Inoltre, sulla base delle capacità operative che ciascun Ente/Reparto è in grado di esprimere nel proprio settore d’impiego, i Comandanti dovranno individuare, di concerto con l’Alto Comando sovraordinato, l’ Individual Common Core Skill (ICCS) dell’Ente/Reparto dipendente e definire un programma addestrativo che, nel tempo, tenda ad elevare la capacità operativa del personale per il successivo impiego in OFCN ai sensi della Direttiva SMA-OPR-010.

b. Verifiche

La verifica dell'aggiornamento e del mantenimento delle capacità professionali è responsabilità di ciascun Comandante di Corpo che, sulla base delle peculiarità operative del proprio Ente/Reparto ed in relazione con quanto concordato con L'Alto Comando sovraordinato, stabilirà le modalità di accertamento ed i livelli di conoscenza richiesti.

CAPO III

1. DOCUMENTAZIONE CARATTERISTICA

a. Annotazioni riguardanti l'attività ginnico-militare

L'effettuazione delle prove di efficienza fisica è oggetto di annotazione sulla documentazione caratteristica, Parte 1^ "Qualità fisiche, morali e di carattere" (D.P.R 213/2002 e successive modificazioni).

I risultati devono essere tenuti in considerazione nella compilazione del giudizio sul "vigore fisico". Poiché l'attività fisica e le prove relative sono a carattere non agonistico, non vanno riportati i singoli risultati ottenuti (tempi, esercizi effettuati, ecc.) ma solo il superamento o meno delle prove.

A seconda che l'interessato abbia superato o meno le prove previste, saranno utilizzate le voci positive o quelle negative ed espressi i rispettivi giudizi così come di seguito indicato:

- *"ha mantenuto i requisiti fisici richiesti"* (se ha superato le prove);
- *"non ha mantenuto i requisiti fisici richiesti"* (se non ha superato le prove);
- *"non è stato sottoposto alle prove di efficienza operativa"* (se non ha potuto effettuare l'attività).

In occasione delle prove viene compilata una scheda che deve essere conservata nella documentazione personale dell'interessato (Allegato "C").

Nel caso in cui l'interessato non sia stato sottoposto alle prove, il giudizio sul vigore fisico non deve essere espresso, ma va compilata l'apposita voce nella scheda menzionata.

b. Annotazioni riguardanti l'aggiornamento professionale

L'attività di aggiornamento professionale deve essere parimenti tenuta in considerazione nella formulazione dei giudizi contenuti nella Parte 3^ del documento valutativo alla voce "Valore operativo o apporto professionale".

CAPO IV

1. COMPITI

a. STATO MAGGIORE AERONAUTICA

- Definire annualmente la priorità da assegnare sul pertinente capitolo di spesa a favore delle visite mediche per il personale militare (di cui alle tabelle in Allegato "B");
- definire apposita previsione sul pertinente capitolo di spesa dei programmi relativi al mantenimento/miglioramento/realizzazione delle infrastrutture sportive all'interno degli Enti, assegnando le risorse secondo criteri di priorità che tengano conto dei seguenti elementi:
 - assenza o limitata disponibilità di strutture sportive;
 - dislocazione geografica, privilegiando Enti che possano fornire supporto anche ad Enti vicini.

In particolare, Stato Maggiore Aeronautica - 5° Reparto:

- sovrintendere alle attività di reclutamento ed indottrinamento del personale qualificato istruttore ginnico attraverso i relativi corsi presso il Centro Sportivo di Vigna di Valle;
- stabilire la partecipazione ai corsi suddetti considerando le seguenti priorità:
 - R.M.S.;
 - 16° Stormo;
 - Reparti di volo/precettati per OFCN;
 - altri Reparti/Enti;
- stipulare accordi con altre Forze Armate ovvero convenzioni con associazioni sportive civili per lo svolgimento dell'attività a favore degli Enti nell'area della Capitale sprovvisti di impianti sportivi;
- sovrintendere alle operazioni di stipula di convenzioni sul rimanente territorio nazionale a favore di Enti sprovvisti di impianti sportivi;
- curare la pubblicazione e l'aggiornamento sul portale A.M. di una guida all'attività ginnico-militare.

b. ALTI COMANDI

- curare e migliorare le strutture e le attrezzature sportive presso gli Enti di giurisdizione;
- trasmettere al COMANDO LOGISTICO/Servizio Sanitario gli elementi di programmazione di spesa inerenti le visite mediche, secondo quanto previsto dalla normativa in vigore;
- trasmettere annualmente a SMA-ORD, entro il 31 gennaio dell'anno successivo, la situazione suddivisa per Ente delle visite mediche e delle verifiche effettuate (valori riferiti alla FEO del 31 dicembre precedente - modulo in allegato "D");
- stipulare convenzioni a favore degli Enti sprovvisti di impianti sportivi ricadenti nell'area di rispettiva competenza;

Originale (r.b.)

- trasmettere a SMA GEN, su base annuale, le esigenze di istruttori ginnici da reclutare/qualificare nonché le eventuali esigenze infrastrutturali relative al settore sportivo;
- concordare con gli Enti/Reparti di appartenenza gli standard operativi richiesti al personale dipendente (ICCS iniziale);
- programmare con gli Enti/Reparti di appartenenza attività rivolte ad elevare gradualmente le capacità operative per il raggiungimento dell'ICCS stabilito dalla F.A..

c. COMANDO SQUADRA AEREA

Riguardo all'uso e manutenzione delle armi individuali nonché ai mezzi e tecniche di protezione e bonifica individuale NBCR:

- predisporre e mantenere aggiornati, in concorso anche con altro Alto Comando ove necessario, i programmi di addestramento ed aggiornamento delle capacità professionali pubblicati sul sito web dell'A.M.;

d. COMANDO LOGISTICO

- Definire la programmazione di spesa riguardante le visite mediche, secondo quanto previsto dalla normativa in vigore;
- ripartire le risorse da destinare alle visite mediche tenendo presenti, in un'ottica di proiezione fuori area, le seguenti priorità:
 - Reparto Mobile di Supporto;
 - 16° Stormo;
 - Reparti di volo/precettati per OFCN;
 - altri Reparti/Enti;
- curare ed integrare le dotazioni tecniche e le apparecchiature delle Infermerie di Corpo dei vari Reparti in modo da eseguire in Forza Armata il maggior numero di esami possibili;
- predisporre e mantenere aggiornato un elenco di strutture sanitarie militari, da fornire agli Alti Comandi, presso le quali poter fare effettuare i controlli medici di laboratorio e strumentali previsti.

Riguardo ai mezzi di comunicazione esistenti in Forza Armata (radio, telefoni satellitari, ecc.):

- predisporre e mantenere aggiornato, in concorso anche con altro Alto Comando ove necessario, un programma per l'indottrinamento e l'aggiornamento sull'utilizzo della fraseologia e dei mezzi di comunicazione in dotazione alla F.A. da pubblicare sul sito web dell'A.M., mantenendo la trattazione a livello non classificato, al fine di consentire un idoneo aggiornamento prima del corso presso il Reparto Mobile di Supporto. Le informazioni devono essere indirizzate a tutto il personale A.M. e, in particolare, ai militari già precettati per l'impiego fuori area, prima dell'indottrinamento operativo e tecnico-logistico svolto presso il Reparto Mobile di Supporto;
- curare il programma di indottrinamento presso il Reparto Mobile di Supporto propedeutico all'invio fuori area.

Originale (r.b.)

Riguardo all'insegnamento del Diritto Umanitario dei conflitti armati:

- curare l'aggiornamento sul sito web dell'A.M. della finestra dedicata all'argomento, con informazioni a carattere generale e nozioni ulteriori orientate all'impiego in OFCN. Il sito, indirizzato a tutto il personale, potrà essere utilmente consultato dai militari già precettati per l'impiego fuori area prima dell'indottrinamento svolto presso il R.M.S.;
- curare il programma di indottrinamento presso il Reparto Mobile di Supporto propedeutico all'invio fuori area;

e. COMANDO SCUOLE DELL'A.M.

- curare l'addestramento ginnico-militare degli allievi (requisiti minimali) e dei frequentatori presso gli Istituti/Scuole;
- curare i programmi istruzionali nei vari Istituti/Scuole;
- prevedere, relativamente ai corsi di formazione di durata inferiore o uguale a due settimane l'esenzione dall'attività ginnico-militare.

f. COMANDANTE ENTE/REPARTO

- Stabilire le modalità per lo svolgimento dell'attività ginnico-militare settimanale e il calendario annuale delle verifiche, in funzione delle esigenze operative e delle caratteristiche infrastrutturali dell'Ente;
- curare l'efficienza e, laddove possibile, migliorare le strutture sportive del proprio Ente;
- promuovere e facilitare, con opportune direttive interne, l'attività sportiva nell'Ente anche al di fuori dell'orario di servizio;
- stipulare convenzioni con Enti esterni, civili o di altre Forze Armate, per facilitare la pratica sportiva del proprio personale e dei familiari, anche al di fuori dell'orario di servizio, sulla base delle risorse disponibili/ove conveniente;
- stipulare convenzioni con le ASL locali, qualora economicamente più convenienti rispetto alle strutture militari, per l'effettuazione dei controlli medici non effettuabili presso la locale Infermeria di Corpo;
- definire, sulla base delle risorse economiche disponibili, i criteri di priorità per i controlli medici di laboratorio e strumentali dando precedenza al personale impiegato nei settori "Combat Service" e "Combat Service Support" con maggiore probabilità d'invio in OFCN;
- definire di concerto con l'Alto Comando sovra ordinato, gli standard operativi che l'Ente/Reparto è in grado di esprimere (ICCS iniziale) e programmare le attività rivolte al mantenimento/miglioramento delle capacità operative richieste ed individuate per l'impiego in OFCN.

g. ISTRUTTORE GINNICO (ove previsto)

Oltre ai compiti previsti dalla Circolare Ordinativa istitutiva:

- fornire supporto per la pianificazione delle modalità di svolgimento dell'attività sportiva;

Originale (r.b.)

- curare il corretto svolgimento delle verifiche (a cui è sempre presente);
- registrare i risultati ottenuti e trasmetterli alla Sezione Personale dell'Ente per gli adempimenti di cui al Capo III, para. 1, in merito alla documentazione caratteristica;
- fornire consulenza al Comandante per favorire l'applicazione della presente Direttiva nell'Ente.

h. INFERMERIA DI CORPO

- Curare la corretta applicazione delle procedure mediche contenute nella Direttiva;
- curare l'effettuazione dei controlli annuali per lo svolgimento dell'attività ginnico-militare a favore del personale dell'Ente, secondo quanto previsto al Capo I, paragrafo 2;
- organizzare i controlli di laboratorio e strumentali in funzione delle risorse disponibili e delle priorità stabilite dal Comandante ed inviare il personale, qualora necessario, presso idonea struttura militare ovvero civile, quale delle due sia più conveniente;
- conservare lo scadenario delle visite mediche effettuate;
- programmare le visite mediche successive in modo da mantenere il personale costantemente idoneo a svolgere attività ginnico-militare;
- coordinare con l'istruttore ginnico la scheda annuale delle verifiche sportive;
- coordinare l'assistenza sanitaria durante le verifiche sportive;
- curare la certificazione di esenzioni temporanee o permanenti dalle verifiche.

CAPO V**1. NORME TRANSITORIE**

La presente direttiva entra in vigore il 1° settembre 2007.

Dal 1° settembre 2007 l'attività ginnico-militare in orario di servizio, escluse le verifiche, sarà svolta da tutto il personale militare che:

- sia in possesso dell'idoneità per attività ginnico-militare accertata presso le Infermerie di Corpo;
- abbia presentato certificazione di idoneità all'effettuazione di attività sportiva non agonistica rilasciata dal medico di base;
- sia in possesso dell'idoneità sanitaria in quanto già sottoposto a visita periodica obbligatoria (Naviganti, EFV, CSA, etc.).

A prescindere da eventuali insormontabili difficoltà di carattere organizzativo dovrà essere sottoposto alle verifiche ginnico-militari tutto il personale militare che:

- abbia fruito delle due ore settimanali per lo svolgimento dell'attività ginnico-militare;
- abbia espressamente richiesto di effettuare dette verifiche previa presentazione di idonea certificazione sanitaria;
- sia in possesso dell'idoneità sanitaria in quanto già sottoposto a visita periodica obbligatoria (Naviganti, EFV, CSA, etc.).
- sia precettato per l'invio in OFCN e sia impiegato nei settori del Combat Service e del Combat Service Support.

Dal 1° gennaio 2008 dovranno essere incrementate tutte le attività per il raggiungimento e mantenimento a regime del dispositivo.

Originale (r.b.)

**TABELLE DEI VALORI MINIMI DI PRESTAZIONE RELATIVE ALLE
PROVE DI RESISTENZA/AGILITA'/FORZA**

Corsa 2.000m tempi minimi:

ETA' (anni)	≤30	31-40	41-50	51-60
TEMPI	13 min.	15 min.	18 min.	23 min.

La prova deve essere effettuata:

- *in tuta ginnica, ovvero in tuta da combattimento o equivalente, con scarpe ginniche;*
- *su pista d'atletica o in terra battuta o comunque su terreno vario sostanzialmente pianeggiante.*

Piegamenti sulle braccia: numero minimo

ETA' (anni)	≤30	31-40	41-50	51-60
NUMERO ESERCIZI	12	10	8	7

La prova può essere effettuata sia in tuta ginnica che in uniforme da combattimento o equivalente, senza equipaggiamento o armamento.

Posizione di partenza:

- *posizione prona, braccia tese e distanziate della lunghezza delle spalle;*
- *piedi uniti;*
- *corpo disteso.*

Durante la prova il corpo deve mantenersi teso e le braccia debbono essere piegate sino a portare il corpo a sfiorare il terreno.

La prova è superata se si effettua il numero di piegamenti previsti.

segue ALLEGATO "A"

Addominali:numero minimo

ETÀ (anni)	≤30	31-40	41-50	51-60
NUMERO ESERCIZI	22	19	18	14

La prova può essere effettuata sia in tuta ginnica che in uniforme da combattimento o equivalente, senza equipaggiamento o armamento.

Posizione di partenza:

- *posizione supina, busto a terra;*
- *gambe unite e piegate a 90° all'altezza del ginocchio;*
- *pedi uniti e tenuti a terra da un altro militare;*
- *mani dietro la nuca.*

Durante la prova i piedi devono restare al suolo e le mani dietro la nuca.

La prova è superata se si effettua il numero di esercizi previsto.

Le prove si intendono superate se vengono effettuati tutti gli esercizi nel numero e secondo le modalità indicate.

NOTA: Lo svolgimento delle prove di cui sopra deve essere intervallato di almeno 15 minuti.

	<i>FINO A 40 ANNI</i>	<i>41 – 50 ANNI</i>	<i>OLTRE 50 ANNI</i>
VISITE MEDICHE (periodicità)	VISITA MEDICA GENERALE (annuale)	VISITA MEDICA GENERALE (annuale)	VISITA MEDICA GENERALE (annuale)
ESAMI (periodicità)	Analisi ematochimiche e/o indagini strumentali solo qualora le risultanze dell'esame obiettivo lo rendessero necessario	Esami da effettuarsi con cadenza triennale : <ul style="list-style-type: none"> • Emocromo • Azotemia • Glicemia • Colesterolo • Trigliceridi • Esame urine 	Esami da effettuarsi con cadenza biennale : <ul style="list-style-type: none"> • Emocromo • Azotemia • Glicemia • Colesterolo • Trigliceridi • Esame urine • P.S.A.
E.C.G. (periodicità)		Elettrocardiogramma a riposo (triennale)	Elettrocardiogramma a riposo (annuale)

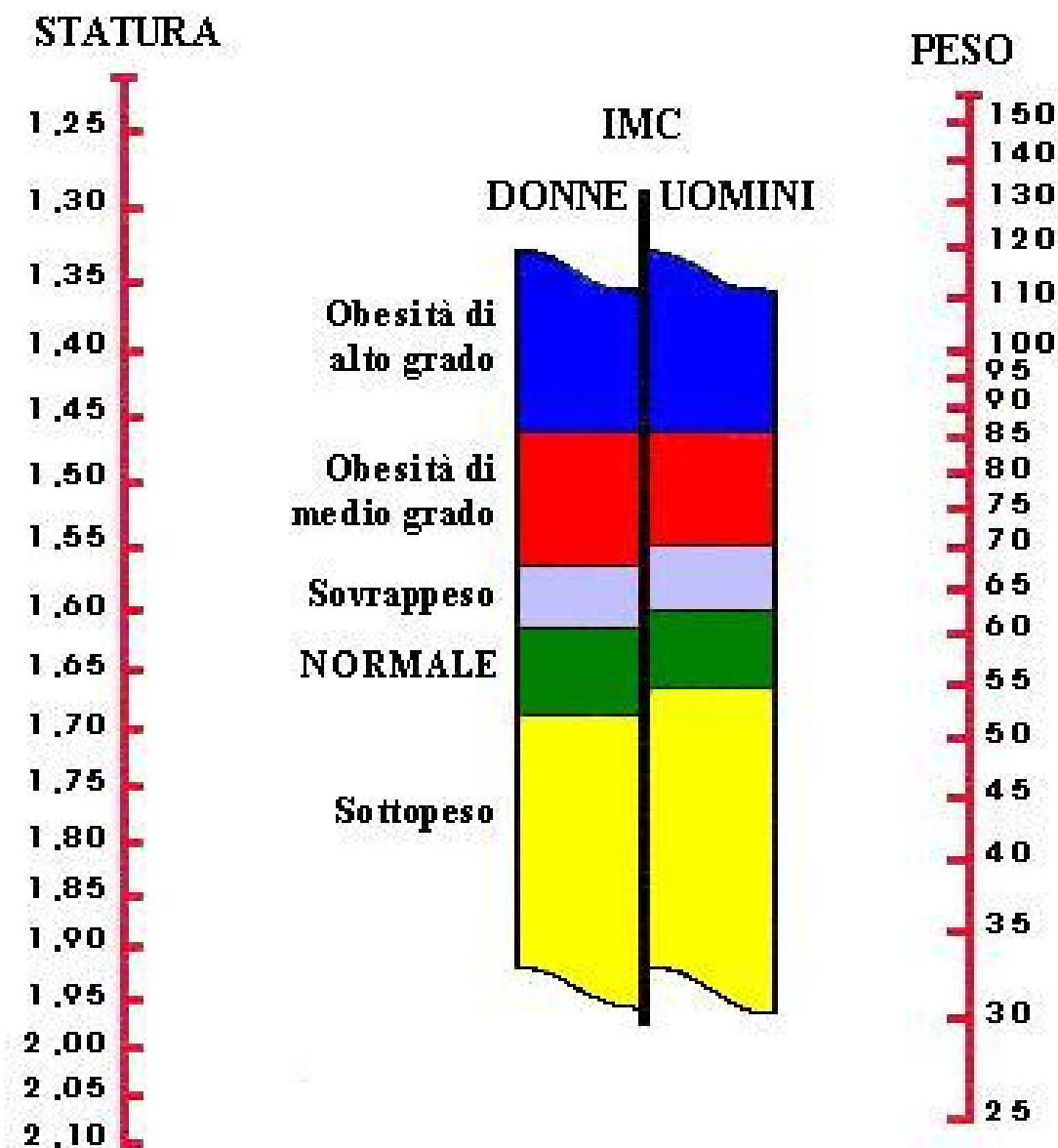
Tabella 1.
Idoneità allo svolgimento di attività ginnico-militare

	<i>FINO A 50 ANNI</i>	<i>OLTRE 50 ANNI</i>
VISITE MEDICHE (periodicità)	VISITA MEDICA GENERALE (annuale)	VISITA MEDICA GENERALE (annuale)
ESAMI (periodicità)	Esami da effettuarsi con cadenza triennale : <ul style="list-style-type: none"> • Emocromo • Azotemia • Creatinemia • Bilirubinemia totale e diretta • Glicemia • Colesterolo • Trigliceridi • Esame urine • GGT • VES • LDH • GOT, GPT 	Esami da effettuarsi con cadenza biennale : <ul style="list-style-type: none"> • Emocromo • Azotemia • Creatinemia • Bilirubinemia totale e diretta • Glicemia • Colesterolo • Trigliceridi • Esame urine • P.S.A. • GGT • VES • LDH • GOT, GPT
E.C.G. (periodicità)	Elettrocardiogramma a riposo (triennale)	Elettrocardiogramma a riposo (annuale)

Tabella 2.
Idoneità all'impiego in O.F.C.N.

NOTA: La Tabella 2 deve intendersi come protocollo minimo sufficiente all'emissione di un giudizio all'impiego in O.F.C.N. a meno che, dalle risultanze della visita medica generale non emerga la necessità di ulteriori accertamenti diagnostici ovvero siano previste prescrizioni sanitarie connesse a particolari teatri operativi.

Per il calcolo del peso ideale unire con un righello i metri corrispondenti alla statura (riga verticale di sinistra) con i chilogrammi relativi al peso (riga verticale destra).



Il punto di incontro della linea tracciata dal righello con la linea centrale indica la fascia nella quale si colloca il vostro peso (sottopeso, normale, sovrappeso, obeso).

Si precisa che la linea centrale rappresenta l'indice di massa corporea (IMC) ottenuto dividendo il peso (in kg.) per il quadrato della statura (in metri).

(FONTE ISTITUTO NAZIONALE DELLA NUTRIZIONE).

SCHEDA INDIVIDUALE DI CONTROLLO DELL'EFFICIENZA FISICA

Grado _____ Cognome _____ Nome _____

Nato/a a _____ (____) il _____

ATTITUDINE VALUTATA	PROVA	DATA DI EFFETTUAZIONE	SUPERAMENTO DELLA PROVA(1)
Resistenza e Agilità	Corsa 2.000m piani		
Forza e Agilità	Piegamenti sulle braccia		
	Addominali		

GIUDIZIO FINALE: _____² SUPERATO LA PROVA FISICA

NON E' STATO SOTTOPOSTO ALLE PROVE DI CONTROLLO DELL'EFFICIENZA FISICA PERCHÈ:

Località e data

VISTO³

Per presa visione(4)

- (1) Riportare SI/NO, senza l'indicazione di tempi o quantità
- (2) HA/NON HA (La prova fisica si intende superata quando siano state superate tutte le singole prove)
- (3) Timbro e Firma del Comandante di Corpo
- (4) Firma dell'interessato/a.

**MODULO PER IL MONITORAGGIO DELLE VISITE MEDICHE E PROVE
FISICHE EFFETTUATE PRESSO I REPARTI DELL'A.M.**

(da trasmettere allo Stato Maggiore Aeronautica – 1° Reparto, entro il 31 gennaio dell'anno successivo a quello di riferimento)

ALTO COMANDO

ANNO

ENTE/REPARTO	FEO	VISITE MEDICHE EFFETTUATE (Allegato "B")		VERIFICHE	
		Per attività ginnico- militare	Per O.F.C.N.	Partecipanti	Superate

NOTE:

EVENTUALI OSSERVAZIONI: