



## REGOLAMENTO DELLA PALESTRA RELATIVO ALLO SVOLGIMENTO DELLE LEZIONI DI EDUCAZIONE FISICA E AGLI SPOSTAMENTI

Premesso che

Il CTS ha indicato le Modalità di ripresa delle attività motorie nel prossimo anno scolastico:

Per lo svolgimento delle attività motorie ..., ove possibile e compatibilmente con le variabili strutturali, di sicurezza e metereologiche, privilegiare lo svolgimento all'aperto, valorizzando lo spazio esterno quale occasione alternativa di apprendimento. Per le attività di Educazione Fisica, qualora svolte al chiuso (es. palestre), dovrà essere garantita adeguata aerazione e un distanziamento interpersonale di almeno 2 metri (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM del 17 maggio 2020 e nell'attuale DPCM 13 del 12/10/2020).

Nelle prime fasi di riapertura delle scuole sono sconsigliati i giochi di squadra e gli sport di gruppo, mentre sono da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico.

### Scheda tecnica: PALESTRE

Predisporre una adeguata informazione sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.

Organizzare gli spazi negli spogliatoi in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro (ad esempio prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi.

Regolamentare i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza:

almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica,

almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).

Dotare l'impianto/struttura di dispenser con prodotti igienizzanti per l'igiene delle mani dei frequentatori/ospiti in punti ben visibili, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani all'ingresso e in uscita.

Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, il responsabile della struttura assicura la disinfezione degli attrezzi usati.

Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.

Garantire la frequente pulizia e disinfezione dell'ambiente, di attrezzi e macchine (anche più volte al giorno ad esempio tra un turno di accesso e l'altro), e comunque la disinfezione di spogliatoi a fine giornata.

Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.

Utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.

Favorire il ricambio d'aria negli ambienti interni. In ragione dell'affollamento e del tempo di permanenza degli occupanti, dovrà essere verificata l'efficacia degli impianti al fine di garantire l'adeguatezza delle portate di aria esterna secondo le normative vigenti.

Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale e di avere a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali".

**La palestra è luogo di lavoro nel quale deve essere mantenuto un comportamento corretto e responsabile. Gli ambienti, gli attrezzi e le strutture sono patrimonio comune di tutto l'Istituto. Per un regolare svolgimento delle lezioni, per un corretto utilizzo delle attrezzature e, soprattutto, per favorire le condizioni di massima sicurezza igienico-sanitaria e didattico - operative, devono essere osservate le seguenti regole fondamentali:**

Gli alunni si recheranno in palestra in fila per due ad una distanza di 1m. rispettando la segnaletica.

Lo spostamento aula-palestra e viceversa deve avvenire in modo ordinato e corretto non eludendo la sorveglianza del docente.

Durante tutto il tragitto si dovrà essere indossare la mascherina fino all'ingresso in palestra.

Si verrà in tuta da casa già pronti per la lezione.

## **Il borsone della palestra dovrà contenere:**

Scarpe da ginnastica con la suola chiara o neutra, da utilizzare esclusivamente per l'ambiente palestra.

Canottiera e/o T shirt (che cambieranno a fine lezione).

Telo mare (possibilmente in microfibra perché più leggero e poco ingombrante) da poggiare sul tappetino o sulla pavimentazione della palestra, dove svolgeranno gli esercizi ginnici in forma individuale.

Asciugamano piccolo e salviettine umidificate.

Borraccia per l'acqua (che non dovrà mai essere condivisa con i compagni).

Per le ragazze con i capelli lunghi è obbligatorio legare i capelli durante l'attività.

È vietato l'uso di deodorante spray per evitare reazioni allergiche a coloro che ne soffrono.

Evitare l'appoggio delle mani a terra.

L'accesso agli spogliatoi e l'utilizzo dei servizi igienici, nel corso dell'attività, sono consentiti solo se autorizzato dal docente e, in caso di estrema necessità, uno per volta sotto la sorveglianza del collaboratore della palestra.

Per gli spogliatoi saranno segnalate le posizioni da non occupare sulle panche, prevedendo dei turni d'ingresso (per i quali è segnalata la capienza massima all'ingresso) al fine di evitare assembramenti. Verrà assicurata l'aerazione e il ricambio d'aria degli ambienti.

A fine lezione gli spogliatoi saranno utilizzati lo stretto necessario per il cambio degli indumenti avendo cura di riporli direttamente all'interno di una sacca specifica e mai sulle sedie o panche.

Il flusso e il numero degli alunni in entrata e in uscita sarà controllato e regolato dall'insegnante e dal collaboratore, assicurandosi sempre che ci sia il regolare distanziamento e un comportamento corretto e adeguato al contesto scolastico.

Gli effetti personali (documenti, portafogli, telefonini, catenine, orologi...) devono essere lasciati a casa. L'Istituto e i docenti declinano ogni responsabilità nel caso dovessero verificarsi ammanchi, smarrimenti o danneggiamenti degli oggetti.

L'esonero dalla parte pratica che renderà necessario un periodo di inattività protratto nel tempo, dovrà essere richiesto tramite certificazione medica e/o formale procedura di esonero attivata presso l'Ufficio di Segreteria della Scuola. Allo stesso Ufficio devono essere consegnate, con sollecitudine, eventuali certificazioni successive ad accertamenti effettuati, in conseguenza di traumi subiti durante l'attività didattica, presso servizio di Pronto Soccorso, nei termini previsti dalla normativa. Gli alunni esonerati dovranno comunque essere presenti ed assistere alle lezioni pratiche e saranno valutati in relazione alla partecipazione, all'impegno e alle conoscenze teoriche acquisite.

Nello svolgimento dell'attività, è vietato indossare oggetti che possono ledere la propria o altrui incolumità (orologi, anelli, bracciali, catenine, orecchini, ecc.....);

Il personale addetto provvederà alla pulizia e disinfezione dell'ambiente, degli attrezzi al termine di ogni seduta di allenamento individuale e tra un turno e l'altro si assicurerà un intervallo di 15 minuti.

Le attrezzature (piccoli e grandi attrezzi) possono essere utilizzate solo se precedentemente igienizzati, previa autorizzazione del docente, seguendo scrupolosamente le sue indicazioni relativamente all'uso e all'eventuale riordino delle stesse al termine della lezione.

In caso di mancata osservanza delle regole sopra esposte, verranno adottati opportuni provvedimenti disciplinari, in accordo con il Consiglio di Classe e la Dirigenza.

I

