

NORME DI UTILIZZO DELLA PALESTRA E MATERIALE OCCORRENTE “IC. COMMENDA” BRINDISI SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO



Considerata l'attuale situazione di emergenza sanitaria e al fine di contrastare e contenere la diffusione del COVID-19, nel tentativo di limitare quanto più possibile le probabilità di trasmissione del virus, per lo svolgimento delle lezioni di scienze motorie in palestra, è necessario attenersi scrupolosamente a quanto di seguito elencato:

- 1) Presentarsi a scuola già vestiti con abbigliamento ginnico e con uno zainetto che conterrà le scarpe da ginnastica, la borraccia o la bottiglia d'acqua personale, le salviettine igienizzanti, l'asciugamani, la maglietta di ricambio ed una mascherina di emergenza.
- 2) Gli spogliatoi saranno utilizzati limitatamente ai servizi igienici e per gruppi ristretti di alunni per il cambio della maglietta, nel rispetto del distanziamento e con l'utilizzo della mascherina.
- 3) Nel cambio dell'ora bisogna stare seduti, ognuno al proprio posto, ad attendere l'arrivo dell'insegnante.
- 4) All'uscita dall'aula bisognerà continuare ad indossare la mascherina fino all'inizio dell'attività pratica.
- 5) Il trasferimento in palestra avviene in fila rispettando la distanza minima di sicurezza (1mt.)
- 6) All'ingresso in palestra/cortile gli alunni attenderanno l'inizio della lezione stazionando nei punti di raccolta.
- 7) Durante la lezione si rispetterà il distanziamento e non sarà necessario l'uso della mascherina.
- 8) L'utilizzo dei piccoli attrezzi (palloni, bacchette, ecc.) è previsto previa igienizzazione degli stessi, all'inizio e dopo il loro utilizzo.
- 9) Il ritorno in classe avviene dopo il cambio delle scarpe, della maglietta e igienizzazione delle mani.

DURANTE L'ANNO SARANNO SVOLTE ATTIVITA' TEORICHE, PERTANTO E' NECESSARIO ESSERE PROVISTI DI UN QUADERNONE A QUADRETTI.

ABBIGLIAMENTO GINNICO (DA INDOSSARE A CASA):

- 1) maglietta bianca
- 2) pantaloncini/leggings/pantaloni di tuta/pinocchietti scuri (blu o neri)
- 3) calze di cotone o di spugna
- 4) felpa se necessario

Materiale da portare a scuola (nella sacca sportiva):

- a) **scarpe da ginnastica da usare solo per la palestra** (pulite e in un sacchetto a parte)
- b) borraccia o bottiglia d'acqua naturale

- c) asciugamani
- d) fazzolettini
- e) maglietta di ricambio
- f) mascherina di ricambio/emergenza

I capelli per motivi igienici, se lunghi, devono essere legati.

Durante le attività pratiche non sarà consentito indossare orecchini, braccialetti, collane, anelli, orologi. La scuola non risponde di eventuali danni o smarrimenti di tali oggetti.

LE BUONE CONDIZIONI DI SALUTE sono presupposto fondamentale per poter svolgere le attività motorie; pertanto le famiglie, qualora il figlio presenti sintomatologie non riferibili al COVID, ma che rendono non ottimale lo stato di salute dello stesso, sono tenute ad informare il docente delle eventuali malattie o traumi che possono impedire o limitare lo svolgimento dell'attività fisica.

In tal caso i genitori devono presentare:

- 1) **L'ESONERO** se si tratta di gravi motivi di salute che non permettono la pratica motoria per un lungo periodo di tempo. La richiesta di esonero, sottoscritta e firmata da uno dei genitori, deve essere presentata alla segreteria accompagnata dal certificato medico.
- 2) **LA GIUSTIFICAZIONE GIORNALIERA** se si tratta di lievi motivi di salute che impediscono la pratica della lezione giornaliera; in questo caso il genitore utilizza il diario/quaderno del figlio per la comunicazione diretta all'insegnante indicando la motivazione.

Si ricorda che a norma di legge, l'esonero dalle lezioni di scienze motorie e sportive è solo parziale, ovvero solo dalla parte pratica, rimanendo pertanto l'obbligo della partecipazione alla lezione per la componente teorica e per lo svolgimento di compiti quali arbitro, giudice, segnapunti, ecc.).

“La pratica sportiva è un microcosmo della vita fatto di sacrifici, applicazione nel lavoro, rispetto delle regole, successi e delusioni. Ma è soprattutto un modo sano di intendere la vita a prescindere dai risultati che ciascuno può ottenere.”

