



## Istituto Statale di Istruzione Secondaria di 2° Grado

ARTICOLAZIONI:

Ist. Prof. Serv. Comm.Tur. Soc.Pubblicità e Moda "G. Sismondi" - Ist. Prof. Ind. Art. "A. Pacinotti"  
Liceo Artistico "B. Berlinghieri" – Ist. Tecnico Statale – indirizzo Tecnologico "E. Ferrari"

Via Aldo Moro n°11 - 51017 PESCIA (PT) ITALIA - Codice Fiscale: 91005380471



Com n. 257

Pescia, 20/01/2021

Agli STUDENTI  
Alle FAMIGLIE  
e p.c.  
Ai DOCENTI  
Al personale ATA  
Al DSGA

### Oggetto: Regolamento Palestra e attività di Scienze Motorie

Si allega di seguito il Regolamento per l'utilizzo della Palestra d'Istituto, comprensivo di indicazioni sul corretto svolgimento dell'attività di Scienze Motorie.

Il Dirigente Scolastico  
Prof. Tiziano Nincheri

**Firma autografa sostituita a mezzo stampa**  
**Ex art. 3 comma 2, D. Lgs. 39/93**



Via Aldo Moro n°11 - 51017 PESCIA (PT) ITALIA -  
Codice Fiscale: 91005380471 Tel. 0572 / 444015 - Fax  
0572 / 444117

E-mail [ptis00200a@istruzione.it](mailto:ptis00200a@istruzione.it);  
[ptis00200a@pec.istruzione.it](mailto:ptis00200a@pec.istruzione.it)

# **REGOLAMENTO UTILIZZO PALESTRA D'ISTITUTO**

## **Regole generali**

È fatto obbligo a tutti i docenti di Scienze Motorie, a tutti gli alunni, collaboratori scolastici ed a chiunque entri in palestra per tutta la durata della loro permanenza di:

- Indossare la mascherina chirurgica (potrà essere tolta solo durante lo svolgimento delle attività sportive);
- Igienizzarsi le mani all'ingresso nei locali;
- Mantenere la distanza fisica interpersonale di almeno 1 metro (2 metri durante le attività pratiche sportive);
- Disinfettare periodicamente le mani con gel igienizzante prima e dopo l'attività motoria, in particolare prima di accedere in palestra e negli spogliatoi e subito dopo il contatto con oggetti di uso comune e dopo aver utilizzato i servizi igienici.
- Le collaboratrici e i collaboratori scolastici sono tenuti ad arieggiare periodicamente, almeno ogni ora per almeno 15 minuti le palestre, i corridoi, gli spogliatoi, la palestrina ed a sanificare tutti gli ambienti dopo ogni lezione tenuta dai docenti ad una sola classe come da calendario.

## **Misure di prevenzione riguardanti lo svolgimento delle attività didattiche**

- Durante lo svolgimento delle attività didattiche pratiche in palestra gli alunni e gli insegnanti sono tenuti a mantenere il distanziamento fisico interpersonale **di almeno 2 metri**.

- Soltanto durante le attività sportive in palestra gli alunni e i docenti potranno togliere la mascherina soltanto per il tempo strettamente necessario all'attività da svolgere, sempre nel rispetto delle distanze di sicurezza. È, comunque, obbligatorio l'uso della mascherina negli spogliatoi e negli spostamenti.

- Nel caso in cui un solo alunno abbia ottenuto il permesso di uscire dalla palestra per recarsi ai servizi igienici, dovrà disinfettarsi le mani con l'apposito gel prima e dopo l'utilizzo dei servizi.

- Durante eventuali spostamenti (se consentiti) per raggiungere palestre, campi sportivi e altri luoghi in cui svolgere attività didattiche specifiche, gli alunni e gli insegnanti dovranno mantenere il distanziamento fisico di un metro, indossare la mascherina e rispettare la normativa vigente in materia di prevenzione del contagio da SARS-CoV-2 nei luoghi pubblici al chiuso e all'aperto.

## **Accesso ai servizi igienici della palestra e alla palestrina**

Gli alunni dovranno rispettare le regole di spostamento negli ambienti dell'Istituto per l'accesso agli spogliatoi in palestrina e in palestra.

- E' vietato l'utilizzo degli spogliatoi salvo che per l'accesso ai servizi igienici.
- Prima di accedere alla palestrina, che rappresenta il nostro deposito e svolge la funzione in questo caso di uno spogliatoio/deposito, ogni alunno dovrà igienizzarsi le mani con il gel igienizzante posto all'ingresso dei locali.
- In palestrina dovranno essere tassativamente rispettate le norme di distanziamento personale (almeno 1 metro) come nelle aule e verrà predisposta la segnaletica per il distanziamento e per l'utilizzo delle sedie.
- Eventuale materiale di proprietà dell'alunno andrà posto in palestrina ben distanziato da quello eventualmente depositato da altri compagni di classe.
- L'alunno che farà richiesta al docente di usufruire dei servizi igienici durante la lezione in palestra dovrà seguire le norme igienico – sanitarie precedentemente descritte, pertanto dovrà igienizzarsi le

mani prima e dopo l'ingresso ai bagni utilizzando l'apposito gel disinfettante posto all'ingresso degli spogliatoi .

- L'accesso ai servizi igienici sarà consentito ad un solo alunno per volta.
- Terminata la lezione ogni alunno dovrà:
  - tornare alla propria postazione;
  - indossare la mascherina (in caso abbia finora svolto attività motoria);
  - cambiarsi velocemente le scarpe;
  - prendere il proprio materiale;
  - igienizzarsi di nuovo le mani;
  - tenere sempre indosso la mascherina.

## **Materiale sportivo**

Ogni alunno, quindi, deve essere in possesso dell'abbigliamento sportivo personale :

- scarpe da palestra pulite;
- eventualmente (per chi lo desiderasse) maglia di ricambio;
- asciugamano grande o tappetino;
- bottiglietta d'acqua personale;
- contenitore dove riporre la mascherina personale durante l'attività fisica;
- elastico per i capelli in caso di capelli lunghi;
- non sono ammessi in palestra oggetti di valore da dare in custodia agli insegnanti (collane, bracciali, orologi ecc...);
- non è ammesso l'uso del cellulare/smartphone durante lo svolgimento delle lezioni in palestra.

Qualsiasi oggetto precedentemente elencato e altri oggetti, indumenti personali (giubbotti ecc.....), accessori (zaino, casco ecc...) saranno depositati in un apposito spazio (mantenendo le dovute distanze anche tra gli oggetti stessi) in palestrina dove sarà consentito l'accesso solo per:

- il cambio delle scarpe
- il deposito del materiale personale (zaini,indumenti,oggetti di valore,portafogli,cellulari ecc...).

La palestrina sarà chiusa a chiave durante l'intero periodo di permanenza degli studenti in palestra, per tutto il tempo in cui saranno impegnati a seguire la lezione; sarà riaperta subito dopo il termine delle attività didattiche sportive.

Ogni attrezzo utilizzato nella lezione verrà pertanto disinfettato o dal docente o dai collaboratori scolastici prima e dopo l'attività proposta.

## **Precauzioni igieniche personali**

Gli alunni e tutto il personale scolastico sono invitati a portare a scuola un flaconcino di gel igienizzante e fazzoletti monouso per uso strettamente personale, se impegnati in palestra, prescindendo da quelli ampiamente forniti dalle scuole e dal Ministero dell'Istruzione.

## ***INDICAZIONI SUL CORRETTO SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITÀ DI SCIENZE MOTORIE***

In considerazione dei limiti imposti dalle vigenti normative da pandemia Covid-19-Sars 2 relativi al distanziamento sociale ed al rischio del droplet, i docenti di Scienze Motorie concordano con la Dirigenza lo svolgimento delle seguenti attività:

- Attività di coordinazione motoria, potenziamento, mobilità articolare e stretching a corpo libero e/o con l'uso di piccoli attrezzi ad uso personale;
- Fitness e Wellness;
- Esercizi di familiarizzazione con palloni di vario tipo solamente ad uso personale;
- Giochi motori singoli (non di gruppo): ritmo, equilibrio, coordinazione ecc. (nel rispetto delle norme anti Covid);
- Educazione alla cittadinanza attiva: utilizzo corretto delle mascherine e del gel sanificante e di igienizzazione del materiale usato.

Il presente Regolamento è stato concordato in via definitiva durante la Riunione di Dipartimento di Scienze Motorie in data 18 Gennaio 2021 sulla base delle indicazioni da parte della Dirigenza, dell'RSPP d'Istituto e del Protocollo di comportamento generale rivisto in data 21 Ottobre 2020.

Il Dirigente Scolastico

Prof. Tiziano Nincheri

**Firma autografa sostituita a mezzo stampa**

**Ex art. 3 comma 2, D. Lgs. 39/93**