DISPOSIZIONI PER L'ACCESSO NEI LOCALI DELLA PALESTRA PER LA LEZIONE DI EDUCAZIONE FISICA

Si porta all'attenzione delle famiglie le disposizioni da seguire per la lezione di **EDUCAZIONE FISICA** al fine di ridurre le situazioni di rischio e tutelare la salute dei propri figli.

Gli **ALUNNI** sono tenuti a **RECARSI A SCUOLA** con **l'ABBIGLIAMENTO SPORTIVO GIÀ INDOSSATO** e consistente in indumenti comodi e adatti al clima (tuta da ginnastica e/o pantaloncini e maglietta girocollo a maniche corte e di lunghezza adeguata da coprire addome e fianchi).

MATERIALE RICHIESTO

SACCA o ZAINETTO contenente:

- ✓ **SCARPE DA GINNASTICA PULITE** e con suole antiscivolo custodite in un sacchetto di plastica da cambiare nello spogliatoio prima della lezione.
- ✓ **MAGLIA PULITA** di ricambio da alternare a quella già usata durante l'attività.
- ✓ **SALVIETTE UMIDIFICATE** per detergersi dopo la lezione ed eventuale **DEODORANTE IN STICK in PLASTICA** (no spray).
- ✓ **ASCIUGAMANO** di piccole dimensioni.
- ✓ **MASCHERINA** fornita dall'Istituzione scolastica.
- ✓ **BOTTIGLIETTE D'ACQUA o BORRACCE** identificabili con nome e cognome di ciascun alunno.
- ✓ **STUOIA** di piccole dimensioni per l'esecuzione degli esercizi al suolo.

PRIMA DI USCIRE DALL'AULA SARA' NECESSARIO:

- ✓ Rimuovere gli apparecchi ortodontici mobili.
- ✓ Rimuovere e riporre nello zaino orecchini, anelli, collane, bracciali, orologi ed occhiali (questi ultimi se non strettamente indispensabili).
- ✓ Munirsi del materiale richiesto per la lezione e della merenda.

SPOSTAMENTO AULA – PALESTRA

- ✓ Lo spostamento della classe nel percorso aula - palestra sarà effettuato con gli allievi, **SEMPRE DOTATI DI MASCHERINA** e disposti in **FILA INDIANA** garantendo il distanziamento tra le file, minimo pari a 100 cm.

INGRESSO IN PALESTRA

- ✓ All'ingresso in palestra gli alunni si **DETERGERANNO** le **MANI** con il **GEL IGIENIZZANTE,** depositeranno le **MERENDE E LE BORRACCE** nello **SPAZIO** appositamente dedicato e contrassegnato dagli adesivi, e si recheranno negli spogliatoi.

ACCESSO E PERMANENZA NELLO SPOGLIATOIO

- ✓ Per tutto il tempo di permanenza all' interno dello spogliatoio, cioè sia prima che dopo la lezione, gli alunni dovranno **SEMPRE INDOSSARE LA MASCHERINA** ed occupare **PER CAMBIARSI** sempre **LO STESSO POSTO DELLA PANCA PRESCELTA E CONTRASSEGNATA DALL'ADESIVO.** Al fine di ridurre il tempo di permanenza nello spogliatoio, si precisa che prima della lezione gli alunni procederanno al solo cambio delle scarpe e al termine della stessa anche a quello della maglia e all'igiene personale. Si informa che qualunque atteggiamento scorretto che dovesse avvenire all'interno dello spogliatoio sarà duramente sanzionato.

LEZIONE

Durante la lezione gli alunni dovranno:

- ✓ **INDOSSARE LA MASCHERINA INFILATA NEL BRACCIO** in modo da indossarla al rientro nello spogliatoio, in bagno o in qualunque momento in cui, in presenza di altre persone, non sia possibile mantenere il distanziamento di almeno un metro.
- ✓ **OCCUPARE** durante le attività **LO SPAZIO** prescritto e indicato dai contrassegni adesivi mantenendo obbligatoriamente il **DISTANZIAMENTO INTERPERSONALE DI ALMENO DUE METRI**.
- ✓ NON PERSONALIZZARE le attività proposte dalla docente.

- ✓ Allacciare con cura le scarpe.
- ✓ Non masticare gomme o caramelle.
- ✓ Legare i capelli lunghi con un elastico personale.
- ✓ **INFORMARE LA DOCENTE SUL PROPRIO STATO DI SALUTE** segnalando immediatamente condizioni di malessere anche momentaneo.

INTERVALLO

- ✓ Durante l'intervallo, gli alunni **CONSUMERANNO LA MERENDA NELLO SPAZIO INTERNO ALLA PALESTRA EVITANDO LO SCAMBIO DI CIBI O DI BEVANDE.**
- ✓ **DURANTE L'INTERVALLO E LE PAUSE**, gli alunni potranno **RECARSI AL BAGNO**, opportunamente **SCAGLIONATI E INDOSSANDO LA MASCHERINA.**

SPOSTAMENTO PALESTRA - AULA

- ✓ Lo spostamento della classe nel percorso palestra - aula sarà preceduto dalla **IGIENIZZAZIONE DELLE MANI** ed effettuato con gli allievi, **SEMPRE DOTATI DI MASCHERINA** e disposti in **FILA INDIANA** garantendo il distanziamento tra le file, minimo pari a 100 cm.

ESONERI DALLA LEZIONE DI EDUCAZIONE FISICA

- ✓ Nel caso gli **ALUNNI** siano affetti da **PARTICOLARI PATOLOGIE** o da **INDISPOSIZIONI TEMPORANEE** (es: fratture, postumi di interventi chirurgici, ecc.) che pregiudichino la partecipazione degli stessi alle attività pratiche, è necessario far pervenire alla **SEGRETERIA** della scuola il **CERTIFICATO MEDICO** che attesti la durata dell'esonero.

- ✓ Gli alunni esonerati dalle esercitazioni pratiche, saranno coinvolti in compiti di giuria ed arbitraggio e più in generale in lavori interdisciplinari e attività contenute nel libro di testo.

Torino, 19.10.2020

La docente Prof.ssa Donatella Amedoro

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa Monica Rosso

firma autografa sostituita a mezzo stampa

ai sensi dell'articolo 3, comma 2

Decreto legislativo 39/1993