



Ministero dell'Istruzione
Liceo Scientifico Statale "G. Ferraris"
Via Sorrisole, 6 - 21100 Varese – Tel. 0332 226345 Fax 0332 226433
Sito internet: <http://www.liceoferrarisvarese.edu.it>. PEC: segreteria@pec.liceoferraris.it
C.F. 80016880124 Codice univoco UFM5RS

A tutti i Docenti

Ai Genitori e Agli Studenti

Agli Atti

Oggetto: Regolamento palestra - precisazioni attività di scienze motorie e norme anticontagio

Vi informo che, al fine di facilitare lo svolgimento delle lezioni di scienze motorie, gli alunni potranno cambiarsi gli indumenti all'interno delle classi.

La decisione è stata presa di concerto con i docenti interessati e con il RSPP dell'Istituto Ing. Silvia Calderara.

Resta inteso che i ragazzi e le ragazze si alterneranno nell'uso dei locali, che la vigilanza ricade sempre in capo al docente di scienze motorie e che in nessun caso potranno essere disattese le misure anti contagio previste dalla normativa vigente e dal protocollo interno del Liceo.

In particolare si forniscono le seguenti indicazioni:

- durante l'attività fisica in palestra (con particolare attenzione a quella intensa) è necessario mantenere una distanza di almeno 2 metri;
- durante gli spostamenti da un luogo all'altro (es. tragitto classe palestra e viceversa) gli alunni dovranno indossare la mascherina così come in tutte quelle situazioni statiche e/o dinamiche in cui non è possibile rispettare la distanza di 1 metro;
- l'uso della mascherina è altresì obbligatorio durante l'uso dei bagni e degli spogliatoi/classe;
- in questa prima fase di riavvio dell'attività scolastica saranno previste attività fisiche/sportive individuali che permettano il distanziamento previsto e compatibilmente con le variabili strutturali, di sicurezza e metereologiche, sarà privilegiato lo svolgimento all'aperto, valorizzando lo spazio esterno quale occasione alternativa di apprendimento;
- gli alunni dovranno utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo (non si dovranno utilizzare le scarpe da ginnastica utilizzate per arrivare a scuola); le scarpe vanno indossate dentro la palestra.

In particolare:

- le classi che svolgeranno l'attività motoria all'interno della palestra, raggiungeranno l'ingresso della stessa utilizzando il corridoio lato uffici. Gli alunni cambieranno le scarpe e riporranno le sacche nell'antibagno degli spogliatoi oggi non in uso. Il docente dovrà controllare e verificare che gli alunni indossino sempre la mascherina e non vi siano assembramenti.
- la classe che svolgerà l'attività motoria all'interno delle palestre, raggiungerà l'ingresso delle stesse attraverso il portico esterno. Gli alunni cambieranno le scarpe e riporranno le sacche nella zona antistante l'ingresso della palestra (dove sono presenti le cattedre). Il docente dovrà controllare e verificare che gli alunni indossino sempre la mascherina e non vi siano assembramenti



Ministero dell'Istruzione

Liceo Scientifico Statale "G. Ferraris"

Via Sorrisole, 6 - 21100 Varese – Tel. 0332 226345 Fax 0332 226433

Sito internet: <http://www.liceoferrarisvarese.edu.it>. PEC: segreteria@pec.liceoferraris.it

C.F. 80016880124 Codice univoco UFM5RS

- lasciando sull'anti palestra quelle utilizzate per venire a scuola. Per uscite varie dalla palestra/palestrina gli alunni devono necessariamente effettuare il cambio scarpe.
- gli alunni al momento dell'ingresso in palestra dovranno igienizzare le mani con l'apposito gel;
- se un alunno è uscito dalla palestra (ad esempio, per recarsi presso gli spogliatoi, in bagno, etc) il successivo ingresso deve essere preceduto dal lavaggio delle mani.
- se l'uscita ai bagni è necessaria durante lo svolgimento delle attività sportive, il docente di classe può autorizzare l'uscita contemporanea solo di 2 alunni di sesso diverso. Il docente deve indossare la mascherina negli spostamenti tra gli alunni mantenendo in ogni caso la distanza minima di 1 metro.
- durante in cambio degli indumenti (nello spogliatoio/classe) gli alunni dovranno mantenere la distanza di almeno 1 metro altrimenti dovranno sempre indossare la mascherina;
- il cambio dell'abbigliamento deve avvenire evitando che si creino contatti, soprattutto tra le soles delle scarpe e gli abiti. Pertanto, ogni alunno deve riporre il proprio materiale dentro una sacca e posizionarlo ben in ordine sulla sedia o sotto il banco;
- la pulizia/igienizzazione degli attrezzi utilizzati (es. pallone...) verrà realizzata dagli alunni stessi prima riporli o di passarli ad altri, tramite prodotti igienizzanti presenti in palestra;
- ove possibile, nella/e palestra/palestrine sarà presente anche un collaboratore scolastico;
- gli alunni non dovranno condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro;
- è vietato l'uso delle docce;
- dopo l'uscita dalla palestra di una classe è previsto un congruo tempo prima dell'ingresso della classe successiva al fine di garantire la corretta igienizzazione dei locali e delle attrezzature.
- favorire il ricambio d'aria negli ambienti interni;
- gli alunni su richiesta della/del docente potranno portare un materassino da casa per svolgere gli esercizi sul pavimento della palestra;
- gli alunni potranno utilizzare alcuni attrezzi personali, ad es. la corda per saltare;
- al momento non è consentito lo svolgimento degli sport di contatto;
- durante le attività svolte all'esterno dell'edificio scolastico (cortile e/o luoghi gestiti da soggetti esterni all'Istituto) il docente dovrà verificare, preliminarmente, il rispetto delle norme di sicurezza e di quelle anticovid-19.

Il Presente Regolamento è stato redatto di concerto con il RSPP dell'Istituto, Ing. Calderara.

Il Dirigente Scolastico

Marco Zago

(Firmato digitalmente ai sensi del CAD e norme ad esso connesse)