



# ISTITUTO COMPRESIVO STATALE di LA MORRA

plessi di La Morra – uffici – Monforte d'Alba, Barolo e Novello  
Via Carlo Alberto n.6 – 12064 La Morra (CN) – tel. 0173/50251  
C.F. 91021000046 C.M. CNIC81900X



[www.ic-lamorra.edu.it](http://www.ic-lamorra.edu.it) e-mail [cnic81900x@istruzione.it](mailto:cnic81900x@istruzione.it) [cnic81900x@pec.istruzione.it](mailto:cnic81900x@pec.istruzione.it)

## REGOLAMENTO UTILIZZO PALESTRE

Sino al termine dell'emergenza rimane in vigore il Regolamento Utilizzo Palestre rif. prot. 505 del 20/01/2021.

=====

Nello specifico:

- Per motivi di igiene e per consentire le dovute operazioni di pulizia e igienizzazione della palestra e dei locali annessi (spogliatoi e bagni), le lezioni di Educazione Fisica, dovranno rigorosamente seguire l'orario depositato agli atti della scuola e non potranno subire variazioni, sì da consentire un'adeguata organizzazione delle pulizie e l'igienizzazione dei locali usati durante l'attività fisica svolta dalla classe precedente (palestra, spogliatoi, bagni, corridoi di comunicazione tra i locali interessati alle attività).
- Durante le lezioni tenute al chiuso o in palestra o all'aperto, gli alunni dovranno rispettare sempre il distanziamento di 2 m dai compagni e dal docente.
- La palestra potrà essere suddivisa in spazi per consentire eventualmente l'utilizzo a due o più gruppi contemporaneamente, garantendo sempre il distanziamento e la non promiscuità.
- Non è consentito l'accesso allo spogliatoio a più di 4 alunni per volta.
- E' consentito l'accesso ai bagni maschili/femminili a n.1 solo alunno per volta.
- Le attività fisiche, qualora le condizioni metereologiche lo consentano, possono essere effettuate all'aperto.
- Quando le attività di Educazione fisica sono svolte in palestra al chiuso, dovrà essere garantita prima dell'accesso al locale una approfondita igienizzazione delle mani, dell'attrezzatura e una adeguata aerazione naturale continua.
- Il distanziamento tra gli alunni e tra alunni e docente deve essere sempre di almeno 2 metri.
- Non sono consentiti giochi di squadra e sport di gruppo, mentre sono da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettono il distanziamento fisico con esercizi a corpo libero o altro a discrezione del docente di Educazione Fisica.
- È obbligatoria la disinfezione delle mani prima e alla fine delle attività motorie.
- È obbligatorio utilizzare scarpe dedicate esclusivamente alla palestra, distinte da quelle utilizzate nel tragitto casa – scuola.
- Durante il cambio per le lezioni di Educazione Fisica, gli studenti devono evitare accuratamente di mescolare gli abiti. Negli spogliatoi va tenuta la mascherina chirurgica.



# ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE di LA MORRA

plessi di La Morra – uffici – Monforte d'Alba, Barolo e Novello  
Via Carlo Alberto n.6 – 12064 La Morra (CN) – tel. 0173/50251  
C.F. 91021000046 C.M. CNIC81900X



[www.ic-lamorra.edu.it](http://www.ic-lamorra.edu.it) e-mail [cnic81900x@istruzione.it](mailto:cnic81900x@istruzione.it) [cnic81900x@pec.istruzione.it](mailto:cnic81900x@pec.istruzione.it)

- Il docente avrà cura di pianificare e regolamentare gli ingressi negli spogliatoi e gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni.
- Potrà essere rilevata la temperatura corporea, in caso di temperatura  $> 37,5$  °C;
- Il docente di Educazione Fisica organizzerà gli spazi negli spogliatoi in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro tra un alunno e l'altro.
- Il docente di Educazione Fisica prevederà postazioni d'uso alternate anche regolamentando l'accesso agli stessi.
- Il docente di Educazione Fisica, durante la lezione, regolamenterà 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 tra tutti i presenti.
- Saranno disponibili dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani degli studenti, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani in ingresso e uscita dalla palestra.
- Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo alunno, il docente assicura la disinfezione degli attrezzi usati.
- Gli attrezzi che non possono essere disinfettati non devono essere usati e devono essere collocati in appositi locali non accessibili agli alunni.
- I collaboratori scolastici garantiranno la frequente pulizia e disinfezione degli attrezzi anche più volte al giorno (tra una lezione e l'altra) e comunque la disinfezione degli spogliatoi, l'areazione dei locali e la sanificazione dei servizi igienici al termine di ogni attività e comunque prima dell'arrivo di una nuova classe.
- Per la pulizia di tutti i locali i collaboratori scolastici faranno riferimento al Piano anti Covid 19 d'Istituto.
- Si fa divieto di condividere borracce, bicchieri e bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, tappetini, teli o altro.

## **TRASFERIMENTO AULA-PALESTRA**

- E'obbligatorio l'uso della MASCHERINA nel trasferimento in palestra
- E'obbligatorio mantenere il distanziamento di 1 m.
- Lo spostamento avviene sempre alla presenza del docente
- E'obbligatorio lasciare in aula tutto il materiale scolastico (per gli alunni della scuola secondaria anche il cellulare), all'interno del proprio zaino.

## **ACCESSO ALLO SPOGLIATOIO PER CLASSE**

- E'obbligatorio l'uso della MASCHERINA nello spogliatoio



# ISTITUTO COMPRESIVO STATALE di LA MORRA

plessi di La Morra – uffici – Monforte d'Alba, Barolo e Novello  
Via Carlo Alberto n.6 – 12064 La Morra (CN) – tel. 0173/50251  
C.F. 91021000046 C.M. CNIC81900X



[www.ic-lamorra.edu.it](http://www.ic-lamorra.edu.it) e-mail [cnic81900x@istruzione.it](mailto:cnic81900x@istruzione.it) [cnic81900x@pec.istruzione.it](mailto:cnic81900x@pec.istruzione.it)

- **E' obbligatoria la sanificazione delle mani**
- E' necessario ridurre al minimo essenziale il tempo di permanenza all'interno dello spogliatoio
- Al fine del contenimento del contagio, **gli spogliatoi sono assegnati per classe e non per genere**
- L'entrata e l'uscita dallo spogliatoio, è regolamentata a turni alterni: prima femmine, poi maschi sia all'arrivo che dopo l'attività motoria
- Il gruppo di alunni, in attesa, staziona nei posti contrassegnati
- All'interno dello spogliatoio, ove possibile, è riservato un WC per le femmine e uno per i maschi; evitare assembramenti e attendere nello spazio contrassegnato
- E' obbligatorio il cambio di ABBIGLIAMENTO e delle CALZATURE; prevedere abbigliamento sportivo idoneo per l'attività motoria in tutte le stagioni
- Non è consentita la partecipazione all'attività motoria senza il materiale e l'abbigliamento richiesto; la dimenticanza viene annotata sul registro e, se ripetuta, diventa oggetto di valutazione disciplinare
- Non è consentito lo scambio o il prestito di abbigliamento e calzature
- Chi non svolge l'attività motoria è **comunque obbligato al cambio scarpe** e si posiziona nel posto assegnato
- **Tutti gli indumenti, compresi le scarpe e gli oggetti personali, devono essere riposti in una borsa personale CHIUSA e depositati negli appositi spazi individuati dal docente accompagnatore**

## DURANTE L'ATTIVITA' MOTORIA

- Non è obbligatorio l'uso della mascherina durante l'attività motoria pur nel rispetto del distanziamento sociale previsto
- Attività in palestra: distanza 2 m e si svolge nello spazio contrassegnato
- Attività all'esterno: distanza 1 m e si svolge nello spazio indicato
- Nel rispetto della normativa Covid-19, non è consentita la pratica degli sport di squadra e di gruppo
- Non è consentito, in nessuna fase della lezione, effettuare l'attività motoria insieme a studenti di eventuale altra classe presente in palestra
- E' obbligatorio portare un telo-tappetino personale per gli esercizi al tappeto
- E' obbligatorio **igienizzare le mani prima dell'utilizzo di piccoli attrezzi**
- Seguire le indicazioni dell'insegnante per collaborare nelle procedure di riordino dei piccoli attrezzi utilizzati
- Non è consentito il consumo di alimenti in palestra, nei corridoi e negli spogliatoi
- Non è consentito lo scambio di borracce o bottigliette
- Non è consentito portare attrezzi sportivi da casa
- L'accesso e l'uscita presuppongono il doveroso mantenimento di ordine e distanziamento

## AL TERMINE DELL'ATTIVITA'

- Il collaboratore scolastico avrà cura di arieggiare i locali, igienizzare i servizi igienici e sanificare gli spogliatoi con apposita strumentazione in dotazione alle varie palestre.