



ISTITUZIONE SCOLASTICA DI ISTRUZIONE LICEALE TECNICA E PROFESSIONALE

LYCÉE GENERAL TECHNIQUE ET PROFESSIONNEL

*e-mail: is-iltpperres@regione.vda.it*  
*Codice Fiscale: 91070370076*

*Sede centrale: VERRES Via Frère Gilles, 33*  
*Succursale: VERRES – P.zza Brambilla 1*  
*Tel.0125/929484 – Fax 0125/921055*

*Sede associata: SAINT VINCENT – Via Mons.Alliod, 5*  
*Tel. 0166/512593 –*

*Codice Univoco fattura UFHTUQ*

## REGOLAMENTO UTILIZZO PALESTRE NECESSARIO ALLA PREVENZIONE E AL CONTENIMENTO DEI CONTAGI DA COVID-19

(Approvato con deliberazione del Consiglio di Istituto n. 21 dell' 8 ottobre 2020)

### • **Spostamenti**

- durante gli spostamenti (classe-palestra) gli alunni devono indossare obbligatoriamente la mascherina.

### • **Spogliatoi**

- palestra Brambilla e Saint Vincent: 2 spogliatoi da 15 posti (ogni classe utilizzerà uno spogliatoio in due turni F/M, per consentire l'utilizzo dell'altro spogliatoio alla classe che subentra in palestra);
- palestra Piscina: 3 spogliatoi da 25 posti e 2 spogliatoi piccoli da 5 posti (eventualmente se i numeri lo consentono non è necessario effettuare dei turni per cambiarsi); è necessario però fare attenzione se nella giornata vi sono due classi contemporaneamente; in tale caso bisogna prevedere tale afflusso;
- negli spogliatoi, sempre con la mascherina, gli alunni si siedono nei posti appositamente segnalati, si cambiano e ripongono nella sacca i vestiti che non utilizzano in palestra;
- prima di entrare in palestra gli alunni/e ripongono la propria mascherina nella propria sacca;
- gli alunni/e (anche quelli a riposo) entrano in palestra obbligatoriamente con le scarpe pulite;
- all'ingresso degli spogliatoi ci sono i dispenser con il gel igienizzante, con il quale è obbligatorio lavarsi le mani prima e dopo essersi cambiati.

### • **Cellulari e oggetti di valore**

- i cellulari rimangono nello zaino, a meno che debbano essere utilizzati per attività didattiche (cronometraggio...);
- gli spogliatoi vengono chiusi durante l'attività in palestra in modo che gli alunni/e possano lasciare nelle proprie sacche oltre al cellulare anche i propri oggetti di valore;
- eventualmente, dopo essersi cambiati si possono portare gli zaini fuori dallo spogliatoio, in un luogo visibile da tutti (atrio palestra o palestra stessa).

### • **In palestra**

- non si utilizzano le mascherine;
- durante l'appello e le fasi di briefing è necessario mantenere una distanza interpersonale di almeno 1 metro, in condizioni di staticità;
- durante le attività motorie è necessario mantenere una distanza interpersonale di almeno 2 metri;

- gli alunni a riposo o che fanno attività differenziata (alunni con disabilità e non) mantengono le suddette distanze in relazione al compito che viene loro proposto.
- **Pause e idratazione**
  - gli alunni vanno in bagno individualmente previa richiesta al docente;
  - preferibilmente è bene portarsi una bottiglietta/borraccia d'acqua riconoscibile.
- **Responsabilità**
  - chi non rispetta in modo esplicito le suddette indicazioni e protocolli verrà sanzionato come da regolamento di istituto e nuova integrazione.
- **Igienizzazione palestre e attrezzi**
  - Se non si mettono le mani per terra non è necessario sanificare la palestra tra una classe e l'altra (verrà fatto solo a fine giornata);
  - Gli attrezzi vengono sanificati con prodotti a base alcolica da parte di un adulto (operatore o docente) a conclusione dell'attività. Pertanto, la classe successiva può utilizzare un set diverso di materiali oppure gli stessi utilizzati precedentemente ma opportunamente igienizzati;
  - I docenti di scienze motorie della sezione di Verrès concordano i periodi nella proposta dei contenuti (ovviamente declinandone competenze e obiettivi secondo le classi), in modo che, utilizzando gli stessi materiali nella giornata, si possa favorire una più veloce sanificazione degli stessi. Inoltre, si possono utilizzare contenitori e sacche diverse per gli attrezzi ancora da igienizzare e quelli invece fruibili dalla classe che svolge la lezione in palestra;
  - Calcolando il tempo necessario per accompagnare le classi in palestra e riportarle dopo l'attività in sede e/o ai piani, i docenti garantiscono che tra una lezione e l'altra vi sarà una pausa di almeno 15' necessari per arrieggiare le palestre.
- **Contenuti/attività proponibili come da protocolli COVID nel I trimestre**
  - attività all'aperto (escursioni sul territorio, utilizzo del campo sportivo di Verrès)
  - atletica leggera (corse)
  - ginnastica artistica e ritmica
  - preparazione fisica (anche all'aperto) es: circuiti, tabata, HIIT, crossfit, stretching, pilates...
  - sport di racchetta (badminton)
  - baseball
- **Contenuti/attività proponibili come da protocolli COVID nel 2 pentamestre**
  - nuoto (previo accordo con gestore piscina)
  - arrampicata sportiva indoor (previo accordo con gestore palestra)
  - preparazione fisica (anche all'aperto)
  - atletica leggera (corse, salti e lanci)
  - sport di racchetta (tennistavolo, tamburello-tennis)
  - lavoro tecnico individuale (con la palla) sui fondamentali degli sport di squadra
  - giocoleria
  - progetto "DIVERSE BICI" (tutta la classe con il loro compagno con disabilità)
  - attività all'aperto

**N.B.:** in corso d'anno, in relazione all'evoluzione epidemiologica e quindi a nuove disposizioni da parte del MIUR e/o della Sovrintendenza, i docenti potranno eventualmente proporre attività sportive di squadra che prevedono il contatto fisico.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
(BARBIERI Luca)

*Documento firmato in originale*