

# REGOLAMENTO PER L'UTILIZZO DELLA PALESTRA



## Regole di utilizzo della palestra, spogliatoi, palestrina.

Art. 1. - L'accesso alla palestra e alle aree ad essa pertinenti è regolamentato secondo l'orario scolastico stabilito ed è consentito agli studenti solo durante le ore di attività motoria ed in presenza dell'insegnante specifico o altro insegnante abilitato.

1. Durante l'orario scolastico non è consentito l'utilizzo della palestra e delle aree ad essa pertinenti, da parte di estranei, di enti o istituzioni diversi dall' IIS Bressanone, salvo in casi eccezionali per i quali è sempre necessaria l'autorizzazione del Dirigente Scolastico.
2. Durante l'orario scolastico l'utilizzo della palestra per attività della scuola previste dal Piano Triennale dell'Offerta Formativa, ma diverse dalle lezioni curriculari e dell'attività del Gruppo Sportivo deve essere autorizzato dal Dirigente Scolastico.

Art. 2. - Gli spogliatoi e i servizi igienici annessi sono di esclusivo utilizzo da parte degli studenti impegnati nell'ora di Scienze Motorie.

Art. 3. - Tutti coloro che usufruiscono della palestra devono calzare scarpe da ginnastica pulite (riservate all'uso in palestra) e ben allacciate.

Art. 4. - Il comportamento durante la permanenza in Palestra, negli spogliatoi e negli ambienti di pertinenza ad essa (servizi igienici ecc.) deve essere improntato alla massima correttezza e sicurezza, secondo quanto previsto dal buon senso e stabilito dal Regolamento di Istituto.

Qualsiasi infrazione delle norme di seguito riportate o comunque qualsiasi comportamento che non tenga conto del rispetto degli altri, dell'armonioso svolgimento delle lezioni, che metta a repentaglio la propria e l'altrui sicurezza e salute, che danneggi le strutture e le attrezzature didattiche, sarà sanzionato secondo quanto previsto dal Regolamento di Istituto.

Art. 5. - Nell'ora di Scienze Motorie ogni studente deve:

- a) Recarsi tempestivamente negli spogliatoi in modo ordinato e silenzioso e cambiarsi nel più breve tempo possibile per indossare gli indumenti idonei all'attività pratica (scarpette da ginnastica pulite, non utilizzate in strada, con stringhe ben allacciate; tuta, maglietta e pantaloncini o comunque abbigliamento sportivo che tenga coperte pancia e schiena). L'abbigliamento deve essere privo di fibbie o parti metalliche

- pericolose, adeguato alla temperatura sia dell'ambiente interno che, eventualmente, esterno.
- b) Per motivi di sicurezza, gli studenti, prima della lezione di Scienze Motorie, devono togliere orologi, bracciali, orecchini, anelli, piercing o qualsiasi altro oggetto che possa costituire, durante l'attività motoria, un pericolo per la propria ed altrui incolumità.
  - c) Come nella pratica di ogni sport, qualora non fosse possibile frequentare la lezione senza occhiali, si richiede l'utilizzo di occhiali sportivi con struttura in silicone o lenti a contatto. Se i genitori non volessero provvedere in tal senso, la Dirigenza declina ogni responsabilità per la rottura degli occhiali indossati dai loro figli durante le attività di educazione fisica o per i danni fisici provocati dalla rottura degli occhiali.
  - d) I capelli lunghi devono essere sempre legati con un elastico durante l'attività fisica. Per favorire la traspirazione cutanea, si consiglia di rimuovere il trucco dal viso prima dell'attività fisica. Si consiglia altresì di mantenere le unghie corte al fine di evitare di ferire altre persone negli sport da contatto e per poter svolgere senza impedimento tutte le attività proposte dai docenti.
  - e) È vietato il consumo di caramelle e/o gomme da masticare durante l'attività sportiva.
  - f) Avere cura di non portare o comunque non lasciare incustoditi oggetti di valore e/o documenti nella Palestra e/o nelle aree ad essa pertinenti. Gli insegnanti ed il personale addetto non sono tenuti a rispondere di eventuali furti o ammanchi.
  - g) Rispettare le norme igieniche. Dopo la lezione gli studenti devono cambiarsi e indossare magliette pulite per evitare la proliferazione di batteri, l'insorgenza di impurità sulla pelle e cattivi odori. Gli studenti dovranno munirsi di asciugamano e detergenti per potersi lavare. Al termine di ogni lezione la Palestra, i bagni e gli spogliatoi devono essere lasciati puliti.
  - h) In caso di infortunio o di malessere anche lieve, informare tempestivamente il docente titolare dell'ora di Scienze Motorie che provvederà a porre in essere le misure necessarie.
  - i) Al termine della lezione, recarsi tempestivamente negli spogliatoi in modo ordinato e silenzioso e cambiarsi nel più breve tempo possibile per poi recarsi, senza attendersi nei corridoi, alla lezione successiva.

Art. 6 - Nell'ora di Scienze Motorie è assolutamente vietato:

- a) Utilizzare la Palestra, le aree ad essa pertinenti, prelevare e/o utilizzare il materiale o le attrezzature sportive, in assenza o senza l'autorizzazione del docente di Scienze Motorie titolare dell'ora o della Dirigente scolastica.
- b) Prelevare e/o utilizzare il materiale o le attrezzature sportive in modo improprio e inadeguato (solo a titolo di esempio: calciare o palleggiare con i piedi palloni di pallavolo, pallacanestro ecc.).
- c) Eseguire esercizi (solo a titolo di esempio: verticali, ruote, salti, ecc.) senza l'autorizzazione o il controllo dell'insegnante, nonché assumere atteggiamenti o comportamenti che possano recare danno a sé stessi o agli altri.

- d) Lanciare attrezzi, appendersi a qualsiasi appendice delle attrezzature (ad es. i sostegni dei canestri e alle attrezzature di pallavolo), arrampicarsi sulla parete di roccia senza adeguata sicurezza e senza la presenza del docente, nonché calciare palloni in maniera violenta perché ciò può arrecare danni alle persone e alle cose.
- e) Allontanarsi dalla palestra senza l'autorizzazione del docente.
- f) Stazionare o attardarsi negli spogliatoi e/o nei bagni.
- g) Consumare cibi o bevande diverse dall'acqua sia in Palestra che nelle zone ad essa pertinenti. Qualsiasi deroga per casi di reale necessità sarà concessa dal docente titolare dell'ora.
- h) Fumare, ai sensi del D.Lgs. 626/1994 e successive modifiche apportate dal D. Lgs. 81/2008 (vd. Regolamento d'Istituto)
- i) Usare cellulari e dispositivi elettronici secondo quanto previsto nel Regolamento di Istituto

Art. 7 - Qualora si presenti l'occasione, gli studenti all'inizio del proprio turno di lezione devono immediatamente segnalare al proprio insegnante qualunque fatto o situazione che abbia provocato un qualsiasi danneggiamento (anche involontariamente procurato) agli ambienti e/o alle attrezzature o che possa provocare o rappresentare una situazione di pericolo per la sicurezza.

Art.8 - È fondamentale che i genitori informino il docente di educazione fisica sulle problematiche dei propri figli relative a patologie anche lievi, croniche o transitorie i cui sintomi possono manifestarsi in ambito scolastico e precludano all'alunno/a la partecipazione alle attività in palestra.

In assenza di specifiche informazioni da parte delle famiglie, la Scuola, in caso di malessere, potrà solo garantire il protocollo di intervento, senza sviluppare un'organizzazione adeguata con le eventuali esigenze terapeutiche specifiche.

Art. 9 - Chi, per motivi di salute, non può svolgere l'attività motoria, tutta o in parte, per un periodo limitato o per tutto l'anno scolastico, deve presentare domanda di esonero, secondo il modulo predisposto dalla Segreteria Didattica con allegato il certificato in carta libera rilasciato dal medico curante. Gli esoneri parziali valgono solo per il periodo richiesto e, se le condizioni di salute lo richiedono, potranno essere prolungati ripetendo la stessa procedura. Nel caso l'esonero riguardi solo alcune tipologie di esercizi, questi dovranno essere specificati con chiarezza nel certificato medico.

Agli alunni che non saranno valutabili sotto un profilo pratico-operativo, verranno assegnate prove scritte per verificare la padronanza delle competenze acquisite relativamente alla parte teorica.

Gli esoneri relativi ad una singola giornata dovranno essere richiesti dai genitori al docente titolare via mail o attraverso il registro elettronico Nuvola, specificandone la causa.

Art. 10 - L'alunno che usufruisce di un esonero alla pratica motoria deve comunque presenziare alla lezione di Scienze Motorie, partecipare alla parte organizzativa e/o teorica della lezione o essere impiegato in compiti alternativi stabiliti dall'insegnante.

Art. 11. - L'alunno che si infortuna deve contestualmente e tempestivamente informare il docente di Scienze Motorie titolare dell'ora il quale metterà in atto la procedura relativa a tale circostanza. Non saranno prese in considerazione denunce di infortunio qualora l'insegnante di Scienze Motorie non sia stato messo tempestivamente ed esaurientemente a conoscenza, durante la lezione, dell'infortunio occorso.

### **Attività sportiva.**

Art. 12. - Tutti gli alunni che intendono partecipare all'attività sportiva della scuola, alle gare di istituto o a quelle dei Campionati Studenteschi, debbono presentare la certificazione medica attestante l'idoneità fisica per attività sportiva non agonistica.

*La Dirigente Scolastica*

*Prof.ssa Maria Concetta Capilupi*