



ISTITUTO COMPRENSIVO DI VILLA LAGARINA

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO Di VILLA LAGARINA

NORME DI COMPORTAMENTO IN PALESTRA

Si conviene la necessità di rispettare alcune regole sia per l'uso corretto e razionale della palestra, che come mezzo di prevenzione di spiacevoli infortuni. Il rispetto delle norme è garanzia di BEN-ESSERE psico-fisico di tutti e di ciascuno. Gli alunni terranno un comportamento corretto e responsabile, al fine di non essere di pericolo per sé e per gli altri.

- **ACCESSO ALLA PALESTRA**

Nel tragitto dall'aula alla palestra camminare senza alzare la voce per non disturbare le lezioni nelle altre aule; l'ingresso in palestra è consentito solo se c'è l'Insegnante di Scienze Motorie e solo agli studenti che hanno lezione.

- **SICUREZZA A PERSONE E COSE**

Evitare litigi ed urla con i compagni; relazionarsi con tutti, insegnanti, compagni e collaboratori, con rispetto e amicizia anche nei momenti di gioco, investiti dal ruolo di avversari; in caso di stanchezza, di malessere o di eventuale infortunio sfuggito all'osservazione dell'insegnante, darne subito avviso; togliere orecchini, ciondoli, collane, orologi e braccialetti per la sicurezza propria e altrui; non lasciare occhiali, cellulari, oggetti di valore o soldi incustoditi, né in aula né in palestra ma depositarli negli appositi contenitori; si ricorda che gli insegnanti e il personale di sorveglianza e pulizia non sono responsabili della custodia di tali oggetti e non rispondono di eventuali danni, furti e smarrimenti.

- **CURA DEGLI AMBIENTI E DELLE ATTREZZATURE**

Non gettare carte ed oggetti vari per terra; in palestra è vietato consumare cibi e bevande; l'inizio di qualsiasi tipo di attività e l'uso delle attrezzature sono consentite solo in presenza e con l'autorizzazione dell'insegnante. Il materiale va usato con cura e solo nei modi indicati dal docente e al termine di lezione ordinatamente riposto negli appositi contenitori o negli spazi predisposti.

- **CORRETTO COMPORTAMENTO NELLO SVOLGIMENTO DELLA DISCIPLINA**

Nell'ora di Scienze Motorie è necessario che lo studente indossi la tuta e le scarpe da ginnastica pulite e idonee allo svolgimento della lezione, sia che partecipino attivamente alla lezione, sia che vi assistano in qualità di giustificati e/o esonerati; la scelta delle calzature dovrà orientarsi verso un articolo che possieda un minimo di sostegno plantare idoneo allo svolgimento di attività motorie (non in tessuto, non a suola piatta, né liscia). E' tassativamente obbligatorio annodare i lacci. Ascoltare le indicazioni dell'Insegnante prima di agire; prendere gli attrezzi solo dopo aver chiesto e ottenuto il permesso dell'Insegnante. Come da Regolamento di Istituto, è vietato fumare sia durante il tragitto dalla Sede alla palestra e viceversa, che nelle vicinanze dell'entrata in palestra.

- **GLI ESONERI**

I genitori, o chi per essi, devono segnalare al docente di scienze motorie e sportive qualsiasi controindicazione in atto alla PRATICA dell'attività fisica, tramite certificato medico. Gli esoneri possono essere così classificati:

- **Totale**, quando esclude l'alunno dall'eseguire la parte pratica delle lezioni di Scienze Motorie;
- **Permanente**, per tutto il corso degli studi;
- **Temporaneo**, per l'anno scolastico in corso o per parte di esso;
- **Parziale**, quando esclude l'alunno dall'effettuare solo determinati esercizi;
- **Occasionale**, in caso di temporanea indisponibilità fisica, solo per una lezione.

In questo caso è opportuno presentare una comunicazione scritta da parte della famiglia che richiede l'esonero per il giorno.

Nel corso dell'anno scolastico, a discrezione dell'insegnante, possono essere concessi esoneri estemporanei e/o parziali, in caso di improvviso malore da parte dello/a studente/ssa; in tal caso lo/a stesso/a dovrà successivamente presentare la regolare certificazione del medico o della famiglia, come da richiesta del docente. Gli allievi esonerati dovranno comunque presenziare alle lezioni e collaborare in forma attiva con i docenti.