



Ministero dell'Istruzione

Istituto Comprensivo II

**"Rita Levi Montalcini 1909-2012"**

Via CARAVAGGIO, 1 – 20851 LISSONE (MB) Tel. 039.7397570

[mbic8f5003@pec.istruzione.it](mailto:mbic8f5003@pec.istruzione.it) – [mbic8f5003@istruzione.it](mailto:mbic8f5003@istruzione.it)

Cod. meccanografico: mbic8f5003 – CF: 85017330151 – codice univoco: UF78X1

## REGOLAMENTO INTERNO RELATIVO ALL'ATTIVITÀ DI EDUCAZIONE FISICA E UTILIZZO DELLA PALESTRA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO "E. FARÈ"

Il giorno di lezione si arriva da casa **indossando già la tuta** (completa di felpa e pantaloni lunghi) e scarpe da ginnastica (per svolgere la lezione nel cortile) portando una sacca con:

- un secondo paio di scarpe da ginnastica (*suola di gomma pulita* da utilizzare esclusivamente nella palestra della scuola)
- un cambio di indumenti ginnici (pantaloncini e T-shirt)
- una bottiglia/borraccia d'acqua (da usare solo su indicazione dell'insegnante)
- **salviettine umidificate o un piccolo asciugamano** per l'igiene personale
- deodorante "roll on" o "in stick" (**NO vetro, NO bombolette spray con gas**) per motivi di sicurezza.

Tutto il materiale va inserito in una sacca che dovrà essere portata a scuola ogni volta che c'è lezione di Educazione Fisica. La sacca non dovrà essere lasciata o dimenticata a scuola per nessun motivo, ma riportata a casa al termine della giornata scolastica per il lavaggio degli indumenti usati.

### **PER LE LEZIONI PRATICHE DI EDUCAZIONE FISICA**

#### **SI DOVRÀ:**

- Legare i capelli con un elastico (solo per chi ha i capelli lunghi);
- Utilizzare il materiale assegnato avendo cura di recuperarlo e riportarlo secondo le indicazioni ricevute dal docente (*attività di Educazione Civica: prendersi cura e rispettare i beni comuni, crescita e responsabilizzazione*);
- In caso di necessità, igienizzare le mani all'inizio, alla fine e ogni volta che lo richiede l'insegnante;
- Rinfrescarsi a fine lezione e cambiare obbligatoriamente almeno la maglietta;
- Sostare nello spogliatoio per il solo tempo necessario al cambio indumenti, senza attendersi.

#### **E' VIETATO:**

- Indossare oggetti pericolosi per sé e per gli altri (*es.: orologi, anelli, collane, piercing, ecc...*).  
**Si chiede di non indossarli nei giorni che prevedono Ed Fisica;**
- Recarsi negli spogliatoi, ai servizi e al magazzino attrezzi senza autorizzazione;
- Eseguire esercizi di propria iniziativa senza controllo dell'insegnante.

## REGOLE GENERALI:

- Alla palestra può accedere solo il gruppo classe che ha lezione, accompagnato dal docente di Ed. Fisica, dopo aver effettuato il cambio scarpe.
- Tutti gli alunni sono responsabili nel mantenere puliti i locali: palestra, bagni, spogliatoio. Va segnalata tempestivamente all'insegnante qualsiasi anomalia. Al termine di ogni lezione gli spazi devono essere lasciati puliti ed in ordine.
- E' consentito recarsi ai servizi solo per urgenze e chiedendo esclusivamente al docente.
- **Ogni alunno deve informare tempestivamente l'insegnante in caso d'infortunio o di malessere, anche se lieve.**
- Gli alunni che *occasionalmente* si giustificano per motivi di salute o per mancanza del materiale ginnico devono comunicarlo tramite diario con firma di un genitore. Per periodi prolungati di **esonero** dalle attività pratiche, sempre per motivi di salute (per esempio arto ingessato), si dovrà far richiesta scritta al Dirigente Scolastico allegando la documentazione medica che lo attesta. Tali alunni sono ugualmente tenuti a seguire le lezioni e potranno essere sottoposti a verifiche teoriche e/o impiegati in compiti di collaborazione con l'insegnante. Non devono distrarre o disturbare i compagni impegnati nelle esercitazioni pratiche.