



Istituto Comprensivo Baricco

Corso Peschiera 380, 10139 Torino Telefono: 01101168300
Codice meccanografico: TOIC8CD00E Codice Fiscale: 97856420019
Mail: toic8cd00e@istruzione.it PEC: toic8cd00e@pec.istruzione.it

www.scuolabaricco.edu.it

REGOLAMENTO PER UTILIZZO PALESTRE E SVOLGIMENTO ATTIVITA' FISICA EMERGENZA COVID-19

Il presente Regolamento viene redatto per l'uso delle palestre e costituisce una **integrazione del Protocollo**.

Le misure attuate hanno lo scopo di limitare, dal punto di vista organizzativo, la diffusione del Coronavirus Covid-19 nella pratica sportiva.

Confidiamo sul senso di responsabilità di tutti i docenti e alunni i quali dovranno attenersi scrupolosamente alle linee guida del presente protocollo nella consapevolezza che il comportamento di ciascuno condiziona la possibilità di ritornare a praticare lo sport.

A questo scopo è fondamentale il controllo e il rispetto delle disposizioni sotto riportate e in particolare:

- verifica condizioni per la permanenza all'interno dell'edificio scolastico come da Protocollo
- verifica corretto utilizzo dei DPI, distanziamento e igiene
- verifica di corrette procedure di accesso all'impianto
- verifica organizzazione spogliatoi
- verifica corretta esecuzione dell'attività di pulizia
- verifica corretto svolgimento attività di allenamento

ACCESSO

- Non è consentito l'accesso all'impianto sportivo a chi presenta sintomi influenzali, come da Protocollo.
- L'accesso alla palestra è consentito solo agli alunni e docenti della classe che ne abbiano diritto.
- Gli alunni non potranno sostare all'interno della palestra una volta terminate le proprie ore di lezione, in quanto si verificherebbe il raggiungimento massimo degli accessi.

IGIENE

- È obbligatorio indossare la mascherina all'interno della palestra fino a quando non si ha un distanziamento di almeno 2 metri rispetto al compagno
- In palestra è obbligatorio effettuare il cambio scarpe
- È obbligatorio lavarsi le mani con acqua e sapone o usare gel a base alcolica che troverete nei dispenser dislocati nella scuola.
- Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani.
- È vietato condividere borse, bicchieri e bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- È obbligatorio starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito. Inoltre è obbligatorio gettare subito in appositi contenitori presenti nella struttura dedicati ai rifiuti potenzialmente infetti, come fazzolettini di carta o altri materiali usati.
- È vietato consumare cibo all'interno della palestra
- Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani
- Palestra e spogliatoi saranno frequentemente areati.

DPI (DISPOSITIVI DI PROTEZIONE)

- **ALUNNI:** gli atleti devono raggiungere la palestra indossando una mascherina di protezione individuale. Durante tutte le fasi di allenamento dovrà essere salvaguardata l'igienizzazione delle mani utilizzando un gel disponibile all'interno della palestra. La mascherina può non essere indossata se è garantito un distanziamento di almeno due metri durante l'attività fisica. Terminato l'allenamento, l'uscita dall'impianto dovrà essere effettuata nel minor tempo possibili indossando la mascherina.
- **DOCENTI:** i docenti devono raggiungere la palestra indossando una mascherina. La mascherina dovrà essere indossata per tutta la durata dell'allenamento salvaguardando comunque l'igienizzazione delle mani utilizzando il gel. Durante i momenti di pausa e di spiegazione andrà comunque mantenuto il distanziamento sociale di almeno 1 metro tra gli atleti e i docenti.

DISTANCING

- All'interno della palestra è vietata ogni forma di assembramento.
- Durante lo svolgimento dell'attività fisica è osservato il distanziamento di almeno due metri (in tal caso la mascherina potrà essere rimossa).
- È obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza di 1 metro evitando contatti ravvicinati per tutta la permanenza all'interno della palestra mentre non si svolge attività fisica.
- Se non si sta svolgendo attività fisica è obbligatorio indossare la mascherina.
- Negli ambienti di collegamento fra i vari locali e nelle zone di attesa sono consentiti solo passaggi e pause di breve durata.

MODALITÀ DI LEZIONE

- **LAVORO INDIVIDUALE:** si privilegia il lavoro a corpo libero o utilizzando attrezzi, meglio se propri (vedi funicelle, tappetini), che verranno sanificati alla fine di ogni lezione.
- **UTILIZZO DEL PALLONE:** uso individuale e nessuna forma di competizione dove si manifestino situazioni di contatto; dopo ogni lezione, procedere alla sanificazione del pallone e alla igienizzazione delle mani di ogni alunno.

SPOGLIATOI

- L'ingresso agli spogliatoi potrà essere gestito dai docenti al fine di garantire la distanza interpersonale di sicurezza evitando ogni forma di assembramento. Se necessario, si provvederà ad attuare degli scaglionamenti nell'accesso ed uscita dagli spogliatoi.
- Varcato l'accesso dello spogliatoio, si dovrà effettuare il cambio scarpe che dovranno essere riposte in una busta e collocate all'interno del proprio borsone.
- All'interno degli spogliatoi, come in tutti i locali della scuola, è obbligatorio indossare la mascherina.
- Tutti gli indumenti (comprese le scarpe e gli oggetti personali) dovranno essere riposti all'interno del proprio borsone.
- Lo spogliatoio dovrà essere frequentemente areato.