

PRONTUARIO ATTIVITÀ SPORTIVA

NEL RISPETTO DELLE REGOLE DI SICUREZZA PER IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DI COVID 19

MODIFICA AL 30/01/2021: A SEGUITO DELLA RIUNIONE PERIODICA DELLA SICUREZZA TENUTASI IN DATA 29/01/2021, A SEGUITO DEI RIESAMI DEI PROTOCOLLI COVID, SI DETTAGLIA QUANTO E' GIA' APLICATO INTRODUCENDO LA MASCHERINA IN PALESTRA.

LA MASCHERINA VA SEMPRE INDOSSATA, AD ESCLUSIVA ECCEZIONE DELL'ATTIVITA' AEROBICA, DURANTE LA QUALE PUO' ESSERE ABBASSATA, SEMPRE DIETRO INDICAZIONE DEL DOCENTE E NEL RISPETTO DELLA DISTANZA DI SICUREZZA, CHE DEVE ESSERE MAGGIORE DI DUE METRI.

SCUOLA PRIMARIA DI GRADARA

Attività motoria in palestra

Per accedere alla palestra tutti gli alunni/e e insegnanti dovranno indossare la mascherina, sanificare le mani e prendere il sacchetto contenente le proprie scarpe da ginnastica, le quali verranno in seguito cambiate in palestra dove gli alunni si disporranno sul perimetro del locale, alla distanza minima di un metro.

Lo spogliatoio non sarà utilizzato per il cambio degli abiti, gli alunni/e verranno a scuola con l'abbigliamento idoneo a svolgere le attività. Non è consentito lo scambio di indumenti, né di materiali. Non sarà consentito portare in palestra una bottiglietta/borraccia personale con acqua in quanto, vista la vicinanza della palestra ai locali della scuola, gli alunni/e potranno bere una volta rientrati in classe. Non è consentito consumare cibi in palestra.

Prima di raggiungere la palestra, per chi ne avesse necessità, è possibile andare in bagno, a turni al massimo di 2 per volta, sanificandosi prima e dopo le mani.

In palestra gli alunni/e, cambiate le scarpe e riposte nel proprio sacchetto lungo il margine del locale, si sanificheranno nuovamente le mani con l'ausilio dell'insegnante; tale sanificazione avverrà anche durante l'attività motoria ogni 15 minuti circa.

Terminate le attività o se sarà necessario recarsi ai servizi sarà obbligatorio il lavaggio delle mani e la loro sanificazione. I giacconi verranno lasciati accanto allo zainetto.

Durante i vari esercizi motori, mantenendo sempre la distanza di sicurezza di 2 metri, gli studenti dovranno indossare la mascherina.

Qualora gli insegnanti intendano utilizzare gli attrezzi per i vari esercizi dovranno sanificarli prima, durante e dopo l'uso degli stessi.

Durante l'ora di educazione fisica chi avrà necessità di andare in bagno dovrà sanificarsi prima e dopo le mani.

Gli alunni al termine della lezione, si cambieranno le scarpe sul perimetro della palestra, sempre rispettando la distanza di sicurezza, e ricomponendo la fila torneranno in classe, ognuno col proprio sacchetto, dove si sanificheranno nuovamente le mani.

I gruppi classe elencati avranno disposizione due entrate: una centrale e una laterale, così per l'uscita. Questo consentirà il non accavallamento degli alunni nei vari spostamenti.

ATTIVITÀ

Tutte le attività motorie e gli esercizi a corpo libero saranno sempre individuali e tali che possano garantire la distanza di 2 metri tra gli allievi.

UTILIZZO DI STRUMENTI ED ATTREZZATURE

Ogni attività sarà preceduta dalla sanificazione delle mani, se si utilizzeranno strumenti ed attrezzature verrà ripetuta ad intervalli regolari. Gli strumenti e le attrezzature sono sanificati prima dell'utilizzo e durante lo svolgimento delle stesse se il loro uso è prolungato; azione ripetuta al termine per l'utilizzo del gruppo successivo.

Le attività motorie, considerata la grandezza della palestra e l'utilizzo della stessa da parte degli studenti della Scuola Secondaria di secondo grado e la successiva sanificazione tra un turno e l'altro, saranno svolte come riportate di seguito:

FEBBRAIO 2021

LUNEDÌ 1	MARTEDÌ 2	MERCOLEDÌ 3	GIOVEDÌ 4	VENERDÌ 5	SABATO 6
4 [^] B (lato B) 8:20-9:20	2 [^] A (lato B) 9:50-10:50 1 [^] A (lato A) 8:20-10:20 1 [^] B (lato A) 3 [^] A (lato B) 11:50-12.50	5 [^] A (lato A) 4 [^] A (lato B) 8.20-9-20	1 [^] C (lato A) 11-12.50 3 [^] B (lato B) 11-11.50	2 [^] B (lato B) 8.20- 9:20 5 [^] C (lato A) 8:20-9:20	-----

LUNEDÌ 8	MARTEDÌ 09	MERCOLEDÌ 10	GIOVEDÌ 11	VENERDÌ 12	SABATO 13
-----	5 [^] B (lato B) 8:20-9:20 1 [^] A (lato A) 8:20-10:20 1 [^] B (lato A) 3 [^] A (lato B) 11:50-12.50	-----	1 [^] C (lato A) 11-12.50 3 [^] B (lato B) 11-11.50	-----	-----

LUNEDÌ 15	MARTEDÌ 16	MERCOLEDÌ 17	GIOVEDÌ 18	VENERDÌ 19	SABATO 20
4 [^] B (lato B) 8:20-9:20	2 [^] A (lato B) 9:50-10:50 1 [^] A (lato A) 8:20-10:20 1 [^] B (lato A) 3 [^] A (lato B) 11:50-12.50	5 [^] A (lato B) 4 A (lato A) 8:20-9:20	1 [^] C (lato A) 11-12.50 3 [^] B (lato B) 11-11.50	2 [^] B (lato B) 8.20- 9:20 5 [^] C (lato A) 8:20-9:20	-----

LUNEDÌ 22	MARTEDÌ 23	MERCOLEDÌ 24	GIOVEDÌ 25	VENERDÌ 26	SABATO 27
-----	5 [^] B (lato B) 8:20-9:20 1 [^] A (lato A) 8:20-10:20 1 [^] B (lato A)	-----	1 [^] C (lato A) 11-12.50 3 [^] B (lato B) 11-11.50	-----	-----

	3^A (lato B) 11:50-12.50				
--	-----------------------------	--	--	--	--

LEGENDA:

LATO A: INGRESSO PRINCIPALE LATO B: INGRESSO LATERALE

MARZO 2021

LUNEDÌ 1	MARTEDÌ 2	MERCOLEDÌ 3	GIOVEDÌ 4	VENERDÌ 5	SABATO 6
4^ B (lato B) 8:20-9:20	2^ A (lato B) 9:50-10:50 1^ A (lato A) 8:20-10:20 1^B (lato A) 3^A (lato B) 11:50-12.50	5^ A (lato A) 4^ A (lato B) 8.20-9-20	1^ C (lato A) 11-12.50 3^B (lato B) 11-11.50	2^ B (lato B) 8.20- 9:20 5^ C (lato A) 8:20-9:20	-----

LUNEDÌ 8	MARTEDÌ 09	MERCOLEDÌ 10	GIOVEDÌ 11	VENERDÌ 12	SABATO 13
-----	5^ B (lato B) 8:20-9:20 1^ A (lato A) 8:20-10:20 1^B (lato A) 3^A (lato B) 11:50-12.50	-----	1^ C (lato A) 11-12.50 3^B (lato B) 11-11.50	-----	-----

LUNEDÌ 15	MARTEDÌ 16	MERCOLEDÌ 17	GIOVEDÌ 18	VENERDÌ 19	SABATO 20
4^ B (lato B) 8:20-9:20	2^ A (lato B) 9:50-10:50 1^ A (lato A) 8:20-10:20 1^B (lato A) 3^A (lato B) 11:50-12.50	5^A (lato B) 4 A (lato A) 8:20-9:20	1^ C (lato A) 11-12.50 3^B (lato B) 11-11.50	2^ B (lato B) 8.20- 9:20 5^ C (lato A) 8:20-9:20	-----

LUNEDÌ 22	MARTEDÌ 23	MERCOLEDÌ 24	GIOVEDÌ 25	VENERDÌ 26	SABATO 27
-----	5^ B (lato B) 8:20-9:20 1^ A (lato A) 8:20-10:20 1^B (lato A) 3^A (lato B) 11:50-12.50	-----	1^ C (lato A) 11-12.50 3^B (lato B) 11-11.50	-----	-----

LUNEDÌ 29	MARTEDÌ 30	MERCOLEDÌ 31

4 [^] B (lato B) 8:20-9:20	5 [^] B (lato B) 8:20-9:20 1 [^] A (lato A) 8:20-10:20 1 [^] B (lato A) 3 [^] A (lato B) 11:50-12.50	5 [^] A (lato B) 4 A (lato A) 8:20-9:20
--	--	--

LEGENDA:

LATO A: INGRESSO PRINCIPALE **LATO B:** INGRESSO LATERALE