

**PROTOCOLLO DA SEGUIRE PER LE LEZIONI DI SCIENZE MOTORIE IN PALESTRA  
(MISURE DI PREVENZIONE E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL SARS-COV-2)**

1. Lavare e igienizzare frequentemente le mani.
2. Mantenere la distanza interpersonale di **1 metro** in assenza di attività fisica, di almeno **2 metri** durante l'attività motoria. Negli spostamenti è obbligatorio indossare la mascherina, individuare un apri-fila e un chiudi-fila in accordo con il docente, seguire le corsie appositamente segnalate a terra.
3. Durante l'attività motoria non si indosserà la mascherina, pertanto evitare di toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
4. Per entrare in palestra è indispensabile calzare **scarpe pulite**, da usare solo per l'attività sportiva scolastica, portate da casa in un sacchetto. E' necessario arrivare già con l'abbigliamento adeguato per partecipare alle lezioni pratiche.
5. Gli alunni che entrano in palestra si devono collocare prontamente sulle postazioni contrassegnate sul pavimento alla distanza di 2 m.
6. Coloro che, per motivi di salute o personali non parteciperanno alla lezione pratica, dovranno posizionarsi anche loro su posti contrassegnati e dovranno portare ugualmente le **scarpe di ricambio pulite** rimanendo posizionati ad una distanza minima di un metro (se non è garantita tale distanza minima devono indossare la mascherina chirurgica).
7. Il cambio delle scarpe dovrà avvenire ai margini della palestra, sempre nel rispetto delle distanze minime interpersonali.
8. Un collaboratore scolastico designato dovrà, ad inizio turno di mattina, il prima possibile, aprire tutte le finestre che dovranno rimanere costantemente aperte per tutto il periodo dell'utilizzo della palestra.
9. Durante la lezione gli alunni dovranno attenersi alle indicazioni dei docenti, rispettando rigorosamente il distanziamento e i tempi di turnazione nei vari esercizi che l'insegnante proporrà. Verranno privilegiate attività motorie individuali che permetteranno ai ragazzi di mantenere la distanza interpersonale richiesta.
10. L'utilizzo di eventuali piccoli e grandi attrezzi sarà prevalentemente personale. Gli studenti potranno collaborare con il docente e il collaboratore scolastico per igienizzare tale attrezzo dopo il suo utilizzo, in un'ottica di collaborazione e cura della salute propria e altrui.
11. Spogliatoi e attrezzi, dovranno essere igienizzati ad ogni cambio di "gruppo classe".
12. Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.
13. Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare oggetti.
14. Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati o altri oggetti personali: utilizzare il sacchetto portato da casa.
15. Starnutire o tossire in un fazzoletto o nell'incavo del gomito, mai sulle mani. Gettare il fazzoletto negli appositi contenitori di rifiuti.

**Il presente regolamento potrà subire variazioni in caso di nuove indicazioni da parte del Comitato Tecnico Scientifico, o del Dipartimento di Scienze Motorie.**

### **Bibliografia e riferimenti normativi:**

1. dal Piano Scuola 2020/2021 - Documento Tecnico CTS pag.16;
2. Allegato 17 DPCM 17 Maggio 2020;
3. Allegato1 DPCM 14 Luglio 2020;
4. Circolare USR Toscana del 16/09/2020 n.0010899.