



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO COMPRENSIVO ZAGAROLO
Via Colle dei Frati n. 7 - 00039 ZAGAROLO
Tel 069524035 FAX 0695200356 C.F. 93008730587 RMIC8A600D
E mail:rmic8a600d@istruzionee



Istituto Comprensivo Zagarolo



Regolamento per le attività di educazione fisica e per l'utilizzo della palestra e degli altri spazi per le attività motorie e sportive durante l'emergenza COVID.

REGOLAMENTO APPROVATO con DELIBERA n. 22 seduta CDI del 21 Ottobre

L'Educazione Fisica in sicurezza

Il CTS ha indicato le Modalità di ripresa delle attività motorie nel prossimo anno scolastico fornendo indicazioni essenziali *per lo svolgimento delle attività motorie. Le attività di Educazione Fisica, quando svolte al chiuso (es. palestre), dovranno avere garantite adeguata aerazione e un distanziamento interpersonale di almeno 2 metri (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020). Sono da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico". Anche per l'Educazione Fisica dovranno essere rispettati i tre criteri generali indicati dal CTS: distanziamento, protezione, pulizia. L'attività all'aperto non può esaurire lo svolgimento delle attività previste dal curriculum disciplinare: solo parte dei contenuti possono essere svolti outdoor, perché gli spazi esterni sono nella maggior parte dei casi, non attrezzati, né adatti a tutte le attività motorie e nemmeno idonei in ogni tempo, per le mutevoli condizioni climatiche e meteorologiche. Rispetto al criterio della protezione è utile ricordare che, ove l'evoluzione del contagio ne imponesse l'obbligo, l'uso della mascherina - da non utilizzare durante l'attività motoria perché potrebbe impedire l'assunzione di una adeguata quantità di ossigeno - è da prevedersi per gli spostamenti e durante le fasi di attesa. Occorrerà anche assicurare l'aerazione e il ricambio d'aria degli ambienti, disponendo quanto necessario ad evitare pericolo di contagio, d'intesa con il Responsabile del Servizio Prevenzione e Protezione La promozione dei comportamenti suggeriti e con ciò di responsabilità dirette e personali nell'esercizio dell'Educazione Fisica, contribuisce a realizzare uno degli obiettivi fondamentali delle Indicazioni nazionali per il curriculum del primo ciclo : "L'educazione alla cittadinanza viene promossa attraverso esperienze significative che consentano di apprendere il concreto prendersi cura di se stessi, degli altri e dell'ambiente e che favoriscano forme di cooperazione e di solidarietà... Obiettivi irrinunciabili dell'educazione alla cittadinanza sono la costruzione del senso di legalità e lo sviluppo di un'etica della responsabilità... finalizzata al miglioramento continuo del proprio contesto di vita, a partire dalla vita quotidiana a scuola e dal personale coinvolgimento in routine consuetudinarie che possono riguardare la pulizia e il buon uso dei luoghi, la cura del giardino o del cortile, la custodia dei sussidi, la documentazione, le prime forme di partecipazione alle decisioni comuni, le piccole riparazioni, l'organizzazione del lavoro comune. "*



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO COMPRENSIVO ZAGAROLO
Via Colle dei Frati n. 7 - 00039 ZAGAROLO
Tel 069524035 FAX 0695300356 C.F. 93008730587 RMIC8A600D
E mail:rmic8a600d@istruzionee



Istituto Comprensivo Zagarolo



Educazione Fisica "mezzo di contrasto" ai rischi psicosociali
L'Educazione Fisica, come ogni disciplina, ha finalità specifiche e finalità educative trasversali: la motricità facilita l'apprendimento di corretti stili di vita e del rispetto delle regole. La motricità, inoltre, migliora le condizioni psicosociali, così rilevanti in questa fase, conduce alla proattività, ricuce il tessuto relazionale interpersonale. L'obiettivo è riaffermare l'immagine di sé, l'autostima, la motivazione, la ripresa delle interazioni sociali. L'Educazione Fisica può svolgere quindi una rilevante funzione di contrasto degli effetti "psicosociali" conseguenti al lockdown e può, pertanto, risultare importante l'organizzazione di uscite sul territorio mirate ad obiettivi quali integrazione/socializzazione (ad es. nella scuola primaria e/o nelle prime classi della scuola secondaria di primo grado, uscite a carattere motorio/sportivo non competitivo, per riscoprire il valore dello stare insieme, del fare comunità, del significato profondo del "giocare per giocare" insieme ai compagni); conoscenza, lettura e rispetto dell'ambiente (ad es., per le scuole secondarie di I esperienze in ambiente naturale, orienteering.
L'Educazione Fisica, è una importante risorsa per la ricostruzione personale e comunitaria degli allievi e per la "riparazione" dei danni fisici, emotivi e relazionali loro inferti dalla pandemia.

LOCALI

- I ragazzi vengono prelevati ed accompagnati in palestra
- Nello spostamento per e dalla stessa, indossano la mascherina e sono distanziati.
- Al fine di evitare contatti indossano già la tuta da casa e non utilizzano lo spogliatoio per cambiarsi.

Gli alunni dovranno venire a scuola già con l'abbigliamento adatto a svolgere la lezione di Educazione Fisica (Come da Regolamento vigente).
Gli alunni di scuola secondaria di I grado dovranno munirsi di sacca contenente salviette umidificate, gel igienizzante, bottiglietta dell'acqua. Si suggerisce di avere una maglietta di ricambio ed un piccolo asciugamano. Lo svolgimento degli esercizi al suolo comporterà l'uso di un tappetino di uso personale, se possibile, lavoro al in caso contrario si potrà usufruire di quelli in dotazione alla scuola, sarà necessario quindi un telo da apporre su di essi, per evitare il contatto diretto col tappetino che è usato anche da altri.
Ciascun alunno all'interno della palestra dovrà posizionarsi sui segnali appositamente allocati a terra distanziati di 2 metri, eseguire le attività ginniche in sicurezza. Tale distanziamento rende possibile l'abbassamento della mascherina per la necessaria ossigenazione durante l'attività ginnica. In caso di coesistenza di 2 classi nello stesso orario di lezione questa disposizione dei gruppi è un modo sicuro ed efficace per lavorare sul potenziamento muscolare generale. Nel caso di una sola classe, la gestione e la proposta delle attività sarà più ampia e proficua per i ragazzi. Permanendo la situazione di emergenza non saranno utilizzati attrezzi e palloni, per evitare ogni contatto. Rientrando la situazione epidemica si comincerà a proporre le attività dei giochi sportivi come impostazione dei vari fondamentali, escludendo le partite, per lavorare in sicurezza. Al termine gli alunni saranno invitati ad igienizzare gli attrezzi usati, così da renderli partecipi, collaborativi e per svilupparne l'etica della responsabilità e la cura di se stessi. Gli alunni della scuola di infanzia e della scuola primaria manterranno fermo il principio del distanziamento rispettando le posizioni segnalate e privilegiando le attività di coordinazione e degli schei motori per una



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO COMPRENSIVO ZAGAROLO
Via Colle dei Frati n. 7 - 00039 ZAGAROLO
Tel 069524035 FAX 0695200356 C.F. 93008730587 RMIC8A600D
E-mail:rmic8a600d@istruzione.it



Istituto Comprensivo Zagarolo



maggior acquisizione del proprio corpo nello spazio.

. Tutte le attività saranno svolte con le porte finestre aperte per permettere il ricambio dell'aria,
- Se autorizzati dai genitori gli alunni della scuola secondaria di I grado potranno praticare l'attività fisica nel boschetto adiacente alla scuola per attività di orienteering e fisica. Ciò tuttavia è subordinato sia ad idonee condizioni climatiche ,sia alla concorrenza del liceo scientifico che potrebbe utilizzarlo, non avendo più la palestra, in quanto trasformata in aule.

