

REGOLAMENTO PALESTRA

ARTICOLO 1

Le classi o gruppi classe, accedono alla palestra secondo l'orario delle attività settimanali previsto dall'inizio dell'anno scolastico.

ARTICOLO 2

Al suono della campanella gli alunni aspettano in classe l'arrivo dell'insegnante, preparando il materiale da portare in palestra per lo svolgimento della lezione.

ARTICOLO 3

Lo spostamento dalla classe alla palestra deve avvenire ordinatamente, senza recare disturbo o essere di pericolo per sé o per gli altri compagni.

ARTICOLO 4

Arrivati in palestra gli alunni accedono agli spogliatoi per indossare l'abbigliamento idoneo a praticare l'attività fisica, ovvero: **pantaloncini corti e maglietta di cotone**; una **tuta** da usare nei mesi freddi durante la fase di riscaldamento; **calze** di cotone da cambiare alla fine delle lezioni; **scarpe** pulite e adatte al movimento con i lacci ben chiusi; un **elastico** per raccogliere i capelli; un capellino per le attività all'aperto. E' utile avere una **bottiglietta di plastica con dell'acqua** da portare in palestra.

ARTICOLO 5

Il vestiario utilizzato oltre ad essere adatto alle attività di movimento deve anche rispettare il regolamento scolastico del "buon gusto"; quindi ad esempio, non si potranno usare pantaloni a vita troppo bassa.

ARTICOLO 6

In palestra si entra tutti assieme, ricordando di portare il quaderno e la penna per prendere appunti, i fazzoletti e la bottiglietta d'acqua.

ARTICOLO 7

Per motivi di sicurezza e di sorveglianza, fino alla fine della lezione nessuno andrà più in spogliatoio.

ARTICOLO 8

Coloro che non svolgono la lezione devono portare una giustificazione scritta dai genitori ed entreranno con i compagni in palestra, calzando scarpe da ginnastica pulite.

ARTICOLO 9

Finita la lezione si torna ordinatamente agli spogliatoi dove ci si laverà le mani, viso ed ascelle e si cambieranno tutti gli indumenti sudati precedentemente usati in palestra.

ARTICOLO 10

Durante lo spostamento per il rientro in classe si potrà fare un piccolo spuntino, evitando merende salate e grasse e bevande gassate.

IL PRESENTE REGOLAMENTO E' AFFISSO NEI LOCALI DELLA PALESTRA E TUTTI GLI ALUNNI SONO TENUTI AL RISPETTO DELLE NORME IN ESSO CONTENUTE

APPROVATO DAL CONSIGLIO D'ISTITUTO CON DELIBERA N. 21 DEL 04/06/2013