



All.1

VIII ISTIT. ISTR. SEC. II GRADO - M. F. QUINTILIANO-SIRACUSA  
Prot. 0000023 del 02/01/2025  
I-1 (Uscita)

## REGOLAMENTO PALESTRA

### Regole di utilizzo della palestra, spogliatoi

Art. 1 - L'accesso alla palestra e alle aree ad essa pertinenti è regolamentato secondo l'orario scolastico stabilito ed è consentito agli studenti solo durante le ore di attività motoria ed in presenza dell'insegnante di scienze motorie.

Durante l'orario scolastico non è consentito l'utilizzo della palestra e delle aree ad essa pertinenti, da parte di estranei, di enti o istituzioni diversi dal Liceo Quintiliano, salvo in casi eccezionali per i quali è sempre necessaria l'autorizzazione del Dirigente Scolastico, sentito il parere del Dipartimento di Scienze Motorie.

Art. 2 - Gli spogliatoi e i servizi igienici annessi sono di esclusivo utilizzo da parte degli studenti impegnati nell'ora di Scienze Motorie. Tutti gli altri studenti devono utilizzare i servizi igienici presenti ai piani.

Art. 3 - Durante l'orario scolastico l'utilizzo della palestra per attività della scuola previste dal Piano dell'Offerta Formativa, ma diverse dalle lezioni curriculari e dell'attività del CSS (Centro Sportivo Scolastico) deve essere autorizzato dal Dirigente Scolastico, sentito il parere del Dipartimento di Scienze Motorie.

### Regole di comportamento

Art. 4. - Il contegno durante la permanenza in Palestra, nelle aree esterne preposte alle attività di Scienze Motorie, negli spogliatoi e negli ambienti di pertinenza ad essa (servizi igienici ecc.) deve essere improntato alla massima correttezza e sicurezza, secondo quanto previsto dal buon senso e normato dal Regolamento di Istituto e dal Regolamento di Disciplina.

**Qualsiasi infrazione delle norme di seguito riportate o comunque qualsiasi comportamento che non tenga conto del rispetto degli altri, dell'armonioso svolgimento delle lezioni, che metta a repentaglio la propria e l'altrui sicurezza e salute, che danneggi le strutture e le attrezzature didattiche, sarà sanzionato secondo quanto previsto dal Regolamento di Istituto e dal Regolamento di Disciplina.**

Art. 5 - Nell'ora di Scienze Motorie **ogni studente deve:**

1. Autonomamente e tempestivamente recarsi negli spogliatoi in modo ordinato e silenzioso, preferibilmente già con abbigliamento adatto all'attività motoria per ottimizzare i tempi, riporre cellulare ed effetti personali negli appositi armadietti. È consigliato dotarsi anche di un asciugamano e di una maglietta di ricambio.
2. Per motivi di sicurezza, gli studenti, prima della lezione di Scienze Motorie, devono



togliere orologi, bracciali, orecchini, anelli, piercing o qualsiasi altro oggetto che possa costituire, durante l'attività motoria, un pericolo per la propria ed altrui incolumità (coprire le unghie lunghe con apposito nastro adesivo). È vietato anche il consumo di caramelle e/o gomme da masticare.

2bis. I docenti sono sollevati da ogni responsabilità se gli alunni disattendono quanto sopra previsto e nel caso provvederanno a segnalare tale inadempienza per un eventuale provvedimento disciplinare.

3. Avere cura di non portare o comunque non lasciare incustoditi oggetti di valore e/o documenti nella Palestra e/o nelle aree ad essa pertinenti che potranno essere riposti negli appositi armadietti. Gli insegnanti ed il personale addetto non sono tenuti a rispondere di eventuali furti o ammanchi.
4. Rispettare le norme igieniche. Al termine di ogni lezione la Palestra, i bagni e gli spogliatoi devono essere lasciati puliti.
5. In caso di infortunio o di malessere anche lieve, informare tempestivamente il docente titolare dell'ora di Scienze Motorie che provvederà a porre in essere le misure necessarie.
6. Al termine della lezione, recarsi tempestivamente negli spogliatoi in modo ordinato e silenzioso, cambiarsi nel più breve tempo possibile per recarsi in classe senza attardarsi nei corridoi.

**Art. 6 – Nell'ora di Scienze Motorie è assolutamente vietato:**

1. Utilizzare la Palestra, le aree ad essa pertinenti, prelevare e/o utilizzare il materiale o le attrezzature sportive in assenza o senza l'autorizzazione del docente di Scienze Motorie titolare dell'ora.
2. Prelevare e/o utilizzare il materiale o le attrezzature sportive in modo improprio e inadeguato (solo a titolo di esempio: calciare o palleggiare con i piedi palloni di pallavolo, pallacanestro ecc.).
3. Eseguire esercizi (solo a titolo di esempio: verticali, ruote, saltare sui tappetoni, ecc.) senza l'autorizzazione o il controllo dell'insegnante, nonché assumere atteggiamenti o comportamenti che possano recare danno a sé stessi o agli altri.
4. Lanciare attrezzi, soprattutto metallici o pesanti, ed appendersi a qualsiasi appendice delle attrezzature o alle cornici delle porte (ad es. alle attrezzature di pallavolo) nonché calciare palloni in maniera violenta perché ciò può arrecare danni alle persone e alle suppellettili montate sulle pareti (interruttori, lampade, ecc.).
5. Allontanarsi dalla palestra senza l'autorizzazione del docente.
6. Stazionare o attardarsi negli spogliatoi e/o nei bagni.



7. Consumare cibi o bevande diverse dall'acqua sia in Palestra che nelle zone ad essa pertinenti. Qualsiasi deroga per casi di reale necessità sarà concessa dal docente titolare dell'ora.
8. Fumare.
9. Usare cellulari.

### **Responsabilità del materiale didattico e degli ambienti. Danni.**

Art. 7 – Ogni classe è responsabile della palestra e degli spogliatoi che utilizza; eventuali danni ai locali e/o alle attrezzature deve essere risarcito dal responsabile, se noto, o suddiviso fra gli alunni della classe, se il responsabile non venisse individuato.

Art. 8 – Qualora si presenti l'occasione, gli studenti all'inizio del proprio turno di lezione devono immediatamente segnalare al proprio insegnante qualunque fatto o situazione che abbia provocato un qualsiasi danneggiamento (anche involontariamente procurato) agli ambienti e/o alle attrezzature o che possa provocare o rappresentare una situazione di pericolo

### **Esoneri e infortuni.**

Art. 9 – Chi, per motivi di salute, non può svolgere l'attività motoria, tutta o in parte, per un periodo limitato o per tutto l'anno scolastico, deve presentare domanda di esonero, secondo il modulo predisposto dalla Segreteria Didattica con allegato il certificato medico.

Art. 10 – L'alunno che usufruisce di un esonero alla pratica motoria deve comunque presenziare alla lezione di Scienze Motorie, partecipare alla parte organizzativa e/o teorica della lezione o essere impiegato in compiti alternativi stabiliti dall'insegnante.

Art. 11 – La mancata partecipazione alla lezione pratica sarà annotata dal docente sul registro personale.

Art. 12 – L'alunno che si infortuna deve contestualmente e tempestivamente informare il docente di Scienze Motorie titolare dell'ora il quale metterà in atto la procedura relativa a tale circostanza. Non saranno prese in considerazione denunce di infortunio qualora l'insegnante di Scienze Motorie non sia stato messo tempestivamente ed esaurientemente a conoscenza, durante la lezione, dell'infortunio occorso.

### **Attività sportiva.**

Art. 13 – Tutti gli alunni che intendono partecipare all'attività sportiva della scuola, alle gare di istituto o a quelle dei Campionati Studenteschi, debbono presentare la certificazione medica



attestante l'idoneità fisica per attività sportiva non agonistica. Si rimanda al Regolamento del Centro Sportivo Scolastico.

## Appendice

### Indicazioni funzionali al corretto svolgimento delle lezioni di Scienze motorie e sportive

Al fine di garantire il benessere e l'integrità degli studenti, si comunicano le linee guida da seguire durante la lezione pratica di Scienze Motorie.

Tali linee sono parte integrante del Regolamento della palestra e del Centro Sportivo Scolastico.

1. **Piercing:** non sono idonei e vanno rimossi
2. **Unghie:** non devono essere esageratamente lunghe, sia quelle NATURALI sia quelle RICOSTRUITE, in tal caso occorre ricoprirle con nastro telato.
3. **Apparecchi dentali:** agli alunni/e con apparecchi dentali è consigliato l'uso di appositi paradenti
4. **Occhiali:** è consentito esclusivamente l'uso di occhiali infrangibili o lenti a contatto.
5. **Scarpe:** le scarpe dovranno essere ben allacciate in modo da evitare gravi incidenti alle articolazioni degli arti inferiori;
6. **Collane - Bracciali - Orecchini - Anelli - Fermagli - Orologi - etc:** dovranno obbligatoriamente essere rimosse dagli alunni.
7. **I capelli lunghi** vanno legati.
8. **I pantaloni di tuta** troppo lunghi vanno evitati

Regolamento approvato nella seduta del Collegio dei docenti del 17/10/2024

Il Dirigente Scolastico  
Prof.ssa Simonetta Arnone  
*(firmato digitalmente)*