

PROTOCOLLO DI SICUREZZA PER LA PREVENZIONE DELLE INFEZIONI DA COVID-19 DURANTE L'ATTIVITA' SPORTIVA IN PALESTRA E ALL'APERTO

- All'ingresso in palestra è obbligatorio igienizzare le mani con l'apposito gel idroalcolico; lo studente provvederà inoltre a nebulizzare la suola delle scarpe con apposito prodotto disinfettante;
- È obbligatorio indossare la mascherina e mantenere la distanza di sicurezza minima di 1 metro durante gli spostamenti e durante le soste in attesa, rispettando, in questo caso, le postazioni segnalate a terra;
- Gli ingressi e le uscite dai locali della palestra saranno differenziati e indicati con apposita segnaletica;
- L'accesso agli spogliatoi avverrà mantenendo la distanza di sicurezza minima di 1 metro, utilizzando la mascherina; le studentesse e gli studenti raggiungeranno i rispettivi spogliatoi e si posizioneranno rispettando le indicazioni di distanziamento evidenziate dal bollino rosso situato in prossimità delle panche;
- Gli indumenti e gli oggetti personali dovranno essere riposti nel proprio zaino; le scarpe in una busta per evitare il contatto con gli stessi; è obbligatorio l'uso di scarpe da ginnastica dedicate esclusivamente all'attività in palestra;
- Il numero massimo di alunni per ogni spogliatoio è pari a 11 unità, segnalate dagli appositi bollini rossi; in caso di affollamento, l'utilizzo degli spogliatoi sarà scaglionato, in modo da rispettare la capienza massima di ogni locale;
- Nel caso il cellulare ed altri effetti personali siano consegnati per la custodia, dovranno essere inseriti in busta di plastica individuale prima della consegna al docente, che li riporrà nel contenitore comune;
- Per favorire il ricambio d'aria, le finestre dovranno essere sempre aperte;
- Prima di accedere al parquet della palestra si dovranno igienizzare nuovamente le mani con gel idroalcolico e nebulizzare le suole delle scarpe con soluzione disinfettante;
- Durante l'attività in palestra si manterrà la distanza minima di 2 metri; nel caso di attività all'aperto, si manterrà la distanza minima di 1 metro; durante l'attività fisica non è previsto l'uso della mascherina;
- Saranno privilegiate le attività individuali e l'utilizzo di strutture all'aperto;
- Al termine della lezione ogni alunno avrà cura di igienizzare i materiali utilizzati
- È da evitare l'uso promiscuo di bicchieri, bottiglie e borracce; è consentito bere esclusivamente dalla propria borraccia; non è consentito bere direttamente dai rubinetti;
- In caso di utilizzo di erogatori d'acqua per il riempimento delle borracce:
 - mantenere la distanza di sicurezza tra le persone di almeno 1 metro in caso di rifornimento presso le "case dell'acqua", ed evitare di toccare direttamente con le mani l'imboccatura delle bottiglie;
 - lavarsi le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica;
 - non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.