

## DISPOSIZIONI PER LE LEZIONI DI ED. FISICA - ANNO 2023/2024

### 1. COMPORTAMENTO

Per evitare spiacevoli incidenti e relativi infortuni, è vietato, senza la presenza o l'autorizzazione del docente, entrare in palestra o in piscina prima dell'inizio regolare delle lezioni. **Lo spostamento nei corridoi e il cambiarsi negli spogliatoi devono avvenire in modo tranquillo ed educato, nel pieno rispetto delle principali regole del buon comportamento.** Gli allievi durante la lezione non potranno recarsi al bagno a bere; se lo desiderano potranno portare con sé una **borraccia con acqua** (borracce contenenti altre bevande non saranno permesse).

L'allievo/a che entra in palestra o in piscina attende seduto che tutti i suoi compagni lo raggiungano; nel momento dell'attesa non è autorizzato ad utilizzare gli attrezzi ed il piccolo materiale già piazzati come pure entrare in acqua. È pure proibito masticare cicche durante la lezione.

### 2. TENUTA

L'abbigliamento adatto è un punto da osservare per poter lavorare in assoluta sicurezza durante le lezioni di educazione fisica e nuoto. Si consiglia pertanto:

**in palestra:** scarpette di tela o scarpe da ginnastica con suola non marcante (in nessun caso scarpe usate all'esterno o solo con calze!), calzoncini e maglietta o tuta da ginnastica, asciugamano e necessario per la doccia. Per l'esterno scarpe adatte ed eventualmente maglia pesante. Per chi avesse capelli lunghi, questi devono essere legati con un nastro.

**in piscina:** costume adatto, asciugamano, ciabatte, nastro per i capelli (chi li ha lunghi), cuffia obbligatoria, occhialini. Per i dispensati: ciabatte, maglietta e calzoncini.

### 3. OGGETTI DI VALORE

Gli oggetti di valore (cellulari, borsellini, ecc) possono essere depositati nell'apposito contenitore. **Il docente e la Direzione non si assumono nessuna responsabilità** in caso di furto, danneggiamento o smarrimento degli oggetti di valore.

Gli ornamenti (orologi, orecchini, anelli, collane, braccialetti, ecc.) che possono compromettere l'incolumità degli allievi devono essere tolti e riposti nel apposito contenitore. Il docente non si assume nessuna responsabilità in caso di infortunio legato al non rispetto della regola.

Per coloro che hanno problemi alla vista, per evitare danni agli occhiali e/o infortuni al viso, è vivamente consigliato l'utilizzo di occhiali sportivi con elastico o di lenti a contatto.

### 4. DOCCIA

Il rispetto del proprio corpo e l'igiene personale sono parte integrante della lezione di educazione fisica. Per questo motivo la doccia alla fine delle lezioni è **caldamente consigliata**.

### 5. CERTIFICATI E DISPENSE

Un infortunio o una malattia possono impedire la partecipazione attiva ad una o più lezioni. In tal caso è richiesta una **giustificazione scritta** dall'autorità parentale (data, motivo, firma dell'autorità parentale). Per dispense superiori alle due settimane è richiesto il certificato medico (formulario ufficiale). L'allievo/a dispensato nel limite delle proprie possibilità **partecipa o comunque assiste** alle lezioni.

### 6. SITUAZIONI PARTICOLARI

È indispensabile comunicare tempestivamente qualsiasi situazione particolare, problema di salute, malattia, allergie, infortuni, uso di medicinali o qualsiasi altra informazione che possa aiutare ed evitare problemi durante le lezioni di educazione fisica (vedi tagliando accompagnatorio).

### 7. VALUTAZIONE

L'allievo è valutato in base alle competenze raggiunte. In educazione fisica, quest'ultime si riallacciano a cinque dimensioni della personalità: affettiva, biologica, cognitiva, espressiva e socio-relazionale. Appoggiandosi ai bisogni riscontrati dagli allievi/classe, il docente decide quali competenze sviluppare e, progettando le lezioni riflettendo sulla logica interna dell'attività sportiva proposta, darà la possibilità all'allievo di apprenderle. Infine, si ricorda che la disponibilità a partecipare attivamente alla lezione di EF fa parte delle competenze della materia. Pertanto, ripetute giustificazioni, se non comprovate da un

certificato medico, così come l'inattività causa dimenticanza del materiale o rifiuto a mettersi in gioco, saranno tenuti in considerazione nell'assegnazione della nota finale.

### **8. TURNI IN PISCINA**

Il calendario dei turni in piscina si trova all'indirizzo internet <https://giubiasco.sm.edu.ti.ch> alla voce "Scuola media Giubiasco" → "Calendario turni piscina" ed è appeso agli albi della scuola.

### **9. DISPOSIZIONI EDUCAZIONE FISICA**

Una copia del presente documento è consultabile sul sito della SM Giubiasco all'indirizzo <https://giubiasco.sm.edu.ti.ch>

## **DOCENTI DI EDUCAZIONE FISICA SM GIUBIASCO**

***Il presente foglio è da ritornare compilato e firmato entro il 08.09.2023 al/alla docente di educazione fisica.***

***Grazie!***

L'allievo/a (nome e cognome) ..... della classe .....

e la sua famiglia, dichiarano di aver preso conoscenza delle informazioni di inizio anno riguardanti la materia educazione fisica.

Eventuali osservazioni o situazioni particolari da segnalare (malattie, allergie, infortuni, medicinali, ecc.):

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Luogo e data: .....

Firma dell'allievo/a:

.....

Firma dell'autorità parentale:

.....