

DISPOSIZIONI PER LE LEZIONI DI ED. FISICA - ANNO 2026/2027

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

3. OGGETTI DI VALORE

Gli ornamenti (orologi, orecchini, anelli, collane, braccialetti, ecc.) che possono compromettere l'incolumità degli allievi devono essere tolti e riposti nell'apposito contenitore; lo stesso può essere utilizzato dagli allievi anche per riporre i propri oggetti di valore (cellulari, borsellini, ecc.). **I docenti e la Direzione non si assumono nessuna responsabilità** in caso di infortunio legato al non rispetto della regola, così come per il furto, il danneggiamento o lo smarrimento degli stessi.

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 a una lezione. In tal caso è richiesta una **giustificazione scritta** dall'autorità parentale (data, motivo, firma dell'autorità parentale). Per dispense superiori alla settimana è richiesto il certificato medico (formulario ufficiale).

In entrambi i casi l'allievo porta il materiale e sarà il docente a valutare la modalità di partecipazione in base alla problematica segnalata (maggiori info su www.activdispens.ch)

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 11.09.2026 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:

.....