

Regolamento per le lezioni di Scienze Motorie

approvato in Collegio Docenti con delibera n. 28 del 21/10/2025

- 1- Il giorno in cui gli alunni avranno la lezione di Scienze Motorie dovranno:
 - Venire a scuola già con la tuta da ginnastica.
 - Portare le scarpe da ginnastica pulite da cambiare negli spogliatoi della palestra.
 - Portare una maglietta di ricambio, eventualmente anche un piccolo asciugamano, sapone, deodorante stick (NO deodorante spray).
- 2- Durante le attività sportive occorre evitare di indossare oggetti che possono diventare pericolosi: braccialetti, collane, orecchini ecc. I capelli dovranno essere legati.
- 3- E' importante che i genitori informino gli insegnanti e la scuola qualora eventuali problemi di salute possono precludere all'alunno/a la partecipazione, anche parziale, alle attività motorie. E' quindi necessario, per periodi di astensione dall'attività motoria, portare una copia del certificato medico di esonero al docente e una alla segreteria scolastica (FIIC876002@istruzione.it).
- 4- In caso di infortunio l'alunno/a dovrà avvertire subito l'insegnante che valuterà l'entità dello stesso e se ritenuto necessario contatterà i genitori. Nel caso in cui i genitori decidano di portare l'alunno/a al pronto soccorso, è necessario inviare in segreteria il referto rilasciato dall'ospedale (FIIC876002@istruzione.it).
- 5- Qualora l'alunno/a indisposto non possa partecipare all'attività motoria è preferibile che i genitori ne diano avviso tramite comunicazione scritta. Per permettere al ragazzo/a di completare il percorso di esperienza è bene limitare le giustificazioni allo stretto necessario.
- 6- Si consiglia di mettere eventuali oggetti di valore nel cassetto della cattedra della palestra per evitare che rimangano incustoditi in classe o negli spogliatoi. I docenti e la scuola comunque non ne saranno responsabili.
- 7- Si raggiunge la palestra e si ritorna in classe stando in fila in silenzio.
- 8- In palestra si attende l'inizio della lezione stando seduti in silenzio.
- 9- In palestra e negli spogliatoi, come nel resto della scuola, è vietato l'utilizzo di cellulari, videogiochi ecc.
- 10- Gli spogliatoi devono essere utilizzati solo per il tempo strettamente necessario mantenendoli puliti.
- 11- Chiedere il permesso all'insegnante per recarsi in bagno o a bere.
- 12- Si rispettano le attrezzature e gli ambienti della palestra.
- 13- E' vietato mangiare, masticare chewing gum e lasciare sporco in palestra.
- 14- Si ricorda che è offensivo prendere in giro o rimproverare i compagni.

Rules for Sports lessons

1- On the day the students have the Sports Science lesson they will have to:

- Come to school already wearing your tracksuit.
- Bring clean sneakers to change in the gym changing rooms.
- Bring a clean t-shirt (possibly also a small towel and soap).

2- During sporting activities it is necessary to avoid wearing objects that can become dangerous: bracelets, necklaces, earrings, etc. The hair must be tied up.

3- It is important that parents inform teachers and the school if any health problems may preclude the student from participating, even partially, in physical activities. It is therefore necessary, for periods of abstention from physical activity, to bring a copy of the medical certificate of exemption to the teacher and one to the school secretary (FIIC876002@editore.it).

4- In the event of an injury, the student must immediately notify the teacher who will assess the extent of the injury and if deemed necessary contact the parents. In the event that parents decide to take the student to the emergency room, it is necessary to send the report issued by the hospital to the secretariat (FIIC876002@editore.it).

5- If the unwell student is unable to participate in the physical activity, it is preferable for the parents to notify them via written communication. To allow the boy/girl to complete the experience journey, it is best to limit the justifications to what is strictly necessary.

6- It is advisable to bring any valuable objects in the drawer of the gym desk to prevent them from remaining unattended in class or in the changing rooms. However, the teachers and the school will not be responsible for them.

7- You reach the gym and return to class standing in line in silence.

8- In the gym you wait for the start of the lesson sitting in silence.

9- In the gym and in the changing rooms, as in the rest of the school, the use of smartphones, video games, etc. is prohibited.

10- The changing rooms must be used only for the time strictly necessary, keeping them clean.

11- Ask the teacher for permission to go to the toilette or to drink.

12- The equipment and environments of the gym must be respected.

13- It is forbidden to eat, chew chewing gum and leave dirt in the gym.

14- It is offensive to make fun of or scold your classmates.

体育科学课程规定

1- 在上体育科学课的当天，学生必须：

- 穿着运动服来学校。
- 带上干净的运动鞋到健身房更衣室更换。
- 带上一根跳绳和一件备用T恤(可能还有一条小毛巾和肥皂)。

2- 在体育活动期间，必须避免佩戴可能产生危险的物品：手镯、项链、耳环等。头发必须扎起来。

3- 如果任何健康问题可能妨碍学生参加(甚至部分参加)体育活动，家长应告知老师和学校，这一点很重要。因此，如果停止体育活动的时间超过两周，有必要向老师携带一份医疗豁免证明副本，并向学校秘书携带一份 (FIIC876002@editore.it)。

4- 如果受伤，学生必须立即通知老师，老师将评估受伤程度，并在认为有必要时联系家长。如果家长决定带学生去急诊室，需要在48小时内将医院出具的报告发送给秘书处 (FIIC876002@editore.it)。

5- 如果身体不适的学生无法参加体育活动，家长最好以书面形式通知他们。为了让男孩/女孩完成体验之旅，最好将理由限制在绝对必要的范围内。

6- 建议将手机(关闭)和任何贵重物品放在健身房书桌的抽屉里，以防止它们在课堂上或更衣室中无人看管。但老师和学校将不承担任何责任。

7- 你到达体育馆，默默地排队返回课堂。

8- 在体育馆里，你静静地坐着等待上课。

9- 在体育馆和更衣室以及学校其他地方，禁止使用手机、电子游戏等。

10- 更衣室只能在绝对必要的时间内使用，并保持清洁。

11- 去洗手间或喝水要征得老师的同意。

12- 尊重健身房的设备和环境。

13- 禁止在健身房内进食、嚼口香糖和留下污物。

14、取笑或责骂同学是一种冒犯行为。