



**ISTITUTO STATALE "PASCASINO"**  
Liceo delle Scienze Umane - Liceo Economico Sociale - Liceo Linguistico  
*Una scuola per l'Europa*

## REGOLAMENTO FRUIZIONE DELLA PALESTRA

### 1. Accesso alla Palestra

- Gli alunni non possono entrare in palestra senza la presenza o l'autorizzazione di un professore .
- È necessario attendere l'arrivo del docente prima di iniziare qualsiasi attività fisica.

### 2. Comportamento in Palestra

- In palestra è richiesto un comportamento rispettoso nei confronti di compagni, insegnanti e delle attrezzature.
- È vietato correre, spingersi o giocare in modo pericoloso prima dell'inizio delle lezioni o senza supervisione.
- Gli alunni devono sempre seguire le indicazioni fornite dall'insegnante.

### 3. Attrezzature

- Le attrezzature sportive devono essere utilizzate con attenzione e solo sotto la guida dell'insegnante.
- È vietato utilizzare gli attrezzi (come palloni) senza previa autorizzazione.
- Ogni attrezzatura deve essere riposta al termine dell'uso nel luogo stabilito.

### 4. Vestiario e Igiene

- Gli alunni devono indossare un abbigliamento sportivo adeguato (tuta, pantaloncini e maglietta) e scarpe da ginnastica pulite.
- Si raccomanda una corretta igiene personale prima e dopo l'utilizzo della palestra.

### 5. Consumo di Cibi e Bevande

- È assolutamente vietato mangiare all'interno della palestra.

- È consentito bere acqua, ma solo durante le pause e utilizzando bottiglie personali.

## **6. Sicurezza e Pronto Soccorso**

- Qualsiasi incidente o infortunio deve essere immediatamente segnalato all'insegnante presente.
- In caso di malessere, l'alunno deve informare subito il docente e sospendere l'attività.

## **7. Divieti Assoluti**

- Non è consentito portare palloni o altri oggetti personali da casa senza autorizzazione.
- È vietato usare il cellulare o dispositivi elettronici durante le attività, salvo indicazioni diverse dell'insegnante.
- È vietato entrare in palestra con scarpe non adeguate o con abiti non conformi alle norme di sicurezza.

## **8. Rispetto degli Spazi**

- Gli alunni sono tenuti a mantenere puliti e ordinati tutti gli ambienti della palestra, comprese le attrezzature e gli spogliatoi.
- Qualsiasi danno volontario agli arredi o alle attrezzature verrà segnalato e sanzionato.

## **9. Sanzioni**

- Il mancato rispetto di queste regole comporterà l'allontanamento temporaneo dalle attività sportive e, nei casi più gravi, la segnalazione alla direzione scolastica per ulteriori provvedimenti disciplinari.

Si raccomanda a tutti gli alunni di rispettare il presente regolamento per garantire un ambiente sicuro e sereno durante le attività fisiche.