



CIRCOLARE N.  
Prot. n. 8197/VI/9

POLO DELL'OSPITALITA'

- Sig. ri Docenti di Scienze Motorie
- Studenti e loro famiglie
- Coordinamento Didattico
- Personale ATA

Dipartimento di Scienze motorie  
Sig. Direttore SGA  
Ufficio Beni e Servizi

Milano, 16 novembre 2024

OGGETTO: disposizioni in merito allo svolgimento delle attività pratiche di Scienze Motorie presso le palestre della sede di Via Otranto/Cittadini.

- Ai sensi dell'art. 18 del D.lgs. 9 aprile 2008, n. 81;
- avendo preso visione della relazione del RSPP Ing. Francesco Maratea relativa alla sicurezza della palestra grande della sede di Via Otranto/Cittadini;
- richiamati la Sezione II artt. 14-19 del Regolamento di Vigilanza;
- dopo aver consultato gli Insegnanti di Scienze Motorie di detta sede

lo scrivente dispone l'osservanza della seguenti indicazioni in merito alle attività pratiche di Scienze Motorie che potranno essere attuate nella palestra piccola e nella palestra grande della sede centrale di Via Otranto/Cittadini.

Nella palestra piccola sono consentite le seguenti attività:

- 1) utilizzo di palloni per lo svolgimento di esercizi singoli, in coppia e a gruppi con lo scopo di sviluppare i fondamentali degli sport di squadra ed individuali.
- 2) giochi propedeutici o partite a tema come, ad esempio, la pallavolo a campo e partecipanti ridotto, adeguati allo spazio disponibile; potranno essere proposti il beach volley, il calcio tennis, la palla prigioniera in continuità con quanto previsto dalle UDA e per lo sviluppo delle abilità sociali e del fair play;
- 3) tecnica e didattica degli sport di racchetta come il badminton e il tennis tavolo (ping-pong);
- 4) attività a stazioni simil "palestra fitness" con l'ausilio di piccoli attrezzi come i manubri, le cavigliere e i tappetini;
- 5) attività a corpo libero come la ginnastica tradizionale;
- 6) effettuazione di vari test motori specialmente di forza degli arti inferiori e superiori (test abalakov, test salto in lungo da fermo, test lancio palla medica, test addominali, test salto triplo da fermo, wall sit test ecc.).

Nella palestra grande sono consentite le seguenti attività:

- 1) test motori per lo sviluppo delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità e flessibilità).
- 2) esercizi di potenziamento muscolare con l'utilizzo di piccoli attrezzi quali manubri, cavigliere e tappetini.

Le programmazioni di Scienze Motorie da attuarsi con le classi del POLO DELL'OSPITALITA' dovranno essere modificate in relazione alle presenti disposizioni.

Il personale docente ed ausiliario impegnato nelle palestre di cui trattasi è invitato ad esercitare la più attenta vigilanza e sorveglianza durante le ore di attività pratica, secondo quanto disposto dagli art. 14-19, Sezione II del Regolamento di Vigilanza

Le disposizioni di cui sopra hanno valore di ordine di servizio che viene notificato a mezzo della presente circolare.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

(Prof. Luca Azzollini)

(Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'articolo 3, comma 2, del D.Lgs. n. 39 del 1993)