

EDUCAZIONE FISICA AL TEMPO DEL COVID



La mia classe, la 3 D, svolge educazione fisica in due ore settimanali consecutive.

La professoressa Battellini arriva in classe per poi farci scendere in fila, con la mascherina o la visiera nella palestra vecchia.

Dopo esserci igienizzati le mani all'ingresso della palestra, le ragazze e i ragazzi si vanno a cambiare nei relativi spogliatoi: per la mia classe, composta da 5 femmine e 18 maschi.

La professoressa ha diviso i maschi in due gruppi, che a turno, in base a come decide l'insegnante, va a cambiarsi prima uno poi il secondo.

Negli spogliatoi stiamo a distanza mentre ci cambiamo, e quando abbiamo finito, mettiamo tutto dentro la nostra sacca che poi appendiamo negli appositi appendini.

Usciamo dagli spogliatoi dalla stessa porta dove siamo entrati per poi passare su un "tappetino" dove ci igienizziamo le scarpe.

Possiamo dividere le ore di educazione fisica in una pratica-teorica e una di totale pratica.

Nella prima ora in genere ripassiamo quello che la professoressa ci ha dato da studiare nelle schede: ci vengono chiesti i nomi delle parti del corpo o di fare le pose di determinate posizioni come illustrate nei fogli.

Invece nella seconda, di solito la professoressa ci fa riscaldare, o ad esempio ci fa fare esercizi con la palla (ognuno ne ha una).

Tutto questo viene svolto con il distanziamento, quando siamo lontani tra noi, ci possiamo levare la mascherina e gli oggetti, attrezzi e palla, vengono spesso sanificati sia dalla professoressa che dai ragazzi.

Infine si ritorna negli spogliatoi dove ci si cambia allo stesso modo di quando arriviamo e, quando tutti abbiamo finito, torniamo in classe per la lezione che seguirà dopo.

Classe 3°D

Scuola Secondaria di primo grado

15/10/2020