

## PROTOCOLO COVID 19 PARA EDUCACIÓN FÍSICA

### INSTALACIONES

Se va a proceder a pintar unas cuadrículas en todos los espacios de uso habitual por parte del departamento de Educación Física

En la pista de Balonmano, la cuadrícula será de 32 cuadrados de 5mx5m

En las pistas de Baloncesto tendremos 48 cuadrados de 5mx5m

En la pista pequeña de acceso al Gimnasio 18 cuadrados de 3mx3m

En el gimnasio 24 cuadrados de 3mx3m

### ACTIVIDADES A REALIZAR EN CADA INSTALACIÓN

En general se procurará realizar actividades individuales de trabajo de la condición física, tanto básica como motriz. En función del tamaño de los espacios y de su ubicación (25m<sup>2</sup> o 9m<sup>2</sup>) se podrán realizar actividades con mayor o menor desplazamiento o de más o menos intensidad.

Para el gimnasio, las actividades se limitarán a las de baja intensidad como, estiramientos, Yoga, Taichi, relajación... Siempre con todas puertas abiertas y los ventiladores funcionando.

Los servicios del gimnasio permanecerán cerrados. Sólo en caso de urgencia serán abiertos por el profesor que lo considere.

### MATERIAL

Debido al carácter colectivo del material del que disponemos, se evitará recurrir a él de forma preferente.

En caso de hacer uso de él, el profesor que así lo disponga, se responsabilizará de que el alumnado lo utilice de forma exclusivamente individual, así como de que lo desinfecte con su gel antes de cada uso. Después no es necesario.

De la misma manera, deberá establecer el mecanismo adecuado para que el alumnado pueda recoger y volver a depositar el material en su sitio de forma ordenada y guardando las medidas preventivas básicas.

Para actividades que impliquen posiciones de tendido en el suelo, se podrá permitir que el alumnado se traiga esterillas de su propiedad, que se encargarán de cuidar y limpiar de forma personal.

## MASCARILLAS

Según la Orden de 14 de julio de 2020, sobre el uso de la mascarilla y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (COVID-19) y por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020, en el punto 3 dice:

*“Asimismo, de conformidad con el número 2 del artículo 6 del citado real decreto-ley, la obligación del uso de la mascarilla prevista en los dos números anteriores no será exigible para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.*

*Tampoco será exigible en el caso de ejercicio de deporte individual al aire libre, ni en los supuestos de fuerza mayor o situación de necesidad o cuando, por la propia naturaleza de las actividades, el uso de la mascarilla resulte incompatible, con arreglo a las indicaciones de las autoridades sanitarias”*

Se hace imprescindible tener un control riguroso del alumnado que esté en alguna de las situaciones descritas en el primer párrafo. Si de por sí tienen una condición para que el uso de la mascarilla no les sea aconsejable, más aún no deberán usarla si van a realizar actividad física.

Esperamos que cada familia aporte los documentos que acrediten estas situaciones con prontitud para que el censo de enfermedades crónicas se actualice a la mayor brevedad posible.

Para el resto, y **solamente para las actividades realizadas en las pistas exteriores**, el profesorado valorará, si la actividad que se está realizando exige que el alumnado deba retirarse la mascarilla por el intervalo de tiempo que considere necesario y en función también del respeto que el alumnado muestre por la organización espacial desarrollada para garantizar espacio libre interpersonal, que, recordamos, intentamos garantizar que sea de al menos 9m<sup>2</sup> por persona, dejando un mínimo de 3m entre persona y persona. Esta opción nunca será posible ni en el gimnasio ni en el aula.

## INFOGRAFÍAS

Se pondrá en cada aula de los cursos que tengan educación física en su horario la siguiente infografía, creada por Javier Real:



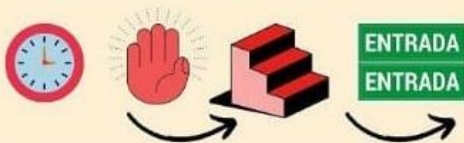
# PROTOCOLO ANTICOVID-19 EDUCACIÓN FÍSICA



@javief19

## ¡ANTES DE LA CLASE!

**1** ESPERA EN TU CLASE HASTA QUE EL PROFESOR ACUDA A BUSCAROS, BAJA ORDENADAMENTE Y COLÓCATE EN TU MARCA / SEÑAL.



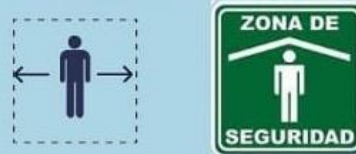
**2** LÁVATE LAS MANOS CON GEL HIDROALCOHÓLICO Y DEPOSITA TU NECESER EN TU SITIO. DEJA TU MOCHILA EN CLASE.



**3** DEBES LLEVAR SIEMPRE LA MASCARILLA PUESTA EN TODO MOMENTO.



**4** COLÓCATE EN TU ESPACIO INDIVIDUAL Y ATIENDE LAS EXPLICACIONES DEL PROFESOR SIN TOCAR NADA.



### ORGANIZACIÓN TEMPORAL

#### Antes de la sesión

El alumnado acudirá al instituto con la ropa deportiva puesta. No se podrá cambiar ni antes ni después. Si alguien desea asearse, se hará con toallitas húmedas que cada alumno se proveerá a sí mismo.

El alumnado esperará en su aula de referencia a que su profesor vaya a la clase.

Para bajar al patio, el alumnado deberá disponer de un neceser en el que guardará:

Su botella de gel hidroalcohólico

Su botella de agua para beber

Su paquete de toallitas (opcional)

Guantes higiénicos (opcional, para poder tocar el suelo. Si no, luego se desinfectan las manos)

Su merienda (En caso de bajar al patio antes del recreo)

Una mascarilla de repuesto (guardada en una bolsa de plástico para mantener su higiene)

Pañuelos de papel

Otros elementos higiénicos que pueda necesitar

En el aula el profesor indicará al alumnado en que instalación van a trabajar y en que disposición.

#### Bajada al patio

Para bajar al patio, el alumnado saldrá ordenadamente, empezando por los más cercanos a la puerta y seguirán saliendo a indicación del profesorado y manteniendo la distancia de seguridad. El primero se dirigirá hacia la puerta más cercana de acceso al patio y por el camino más corto. En cuanto salgan al patio se dirigirán a la ubicación indicada por el profesor y se colocarán cada uno en uno de los cuadrados de trabajo. El profesor, que tiene que cerrar el aula, llegará el último.

Cuando a cuarta hora coincida una clase con el recreo, aquella deberá realizarse en el gimnasio y en la pista que hay junto a él, no pudiendo bajar a esa zona el alumnado que esté en el recreo.

Si coinciden dos grupos con clase de EF a esa hora, cosa que debe tratar de evitarse, se establecerá un turno de uso del gimnasio en caso de que ocurra.

#### Durante la sesión

El alumnado permanecerá en su zona de trabajo. Para salir de ella deberá pedir permiso a su profesor.

Dejará sus efectos personales en una de las esquinas de su zona, la que el profesorado indique.

Las salidas al servicio u otras cuestiones se guiarán por el protocolo general del centro

#### Fin de la sesión

Si la merienda coincide con una clase en el patio, se comerá allí mismo, pidiendo que se limpien antes las manos.

Fuera del aula, las sesiones finalizarán con tiempo suficiente para que el alumnado pueda, en primer lugar, devolver a su sitio el material en caso de haberse usado, luego volver a su zona de trabajo para asearse, recoger sus efectos personales y volver a su aula por el mismo camino por el que se accedió al patio, yendo encabezados por el profesor, quien permanecerá en el aula con ellos hasta que toque el timbre.

#### Otras consideraciones

Este año se hace más exigible que nunca erradicar una costumbre bastante extendida en los ambientes deportivos al aire libre y que con muchísima frecuencia vemos en nuestro centro. Escupir en el suelo.

No es necesario explicar lo antihigiénico que es este gesto en el momento en que vivimos (por

más que lo hagan impúdicamente ciclistas y futbolistas profesionales) y teniendo en cuenta que el suelo va a ser en muchos momentos nuestro elemento de trabajo, así como nuestro asiento.

Proponemos que esta acción sea corregida seriamente.