



COLEGIO
SAN PEDRO NOLASCO
CONCEPCIÓN
LIBRES PARA LIBERAR



PROTOCOLO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Introducción

El presente protocolo tiene por objetivo normar y asegurar las condiciones sanitarias óptimas, para el desarrollo seguro de actividades de Educación Física bajo el contexto de la pandemia COVID-19. Para ello se han considerado las indicaciones establecidas por el MINSAL.

Todos somos responsables de mantener el colegio lo más seguro posible, y por esto, el compromiso en el cumplimiento de las medidas preventivas y colaboración de toda la comunidad nos permitirá lograr un ambiente que minimice al máximo los riesgos de contagio.

Las medidas acordadas en este protocolo podrán ser modificadas y actualizadas según las disposiciones sanitarias vigentes

RECOMENDACIONES

Para el óptimo desarrollo de la clase de Educación Física en modalidad de clases virtuales o presenciales, las estudiantes deberán cumplir con ciertas indicaciones, las cuales serán consideradas y evaluadas como parte de su responsabilidad y compromiso con la asignatura. Esto, considerando de manera importante la realidad que vivimos hoy, producto de la pandemia Covid-19.

ASPECTOS GENERALES

- 1.- No podrán participar en actividades deportivas y recreativas los alumnos que deban cumplir aislamiento o cuarentenas obligatorias y /o preventivas.
2. Las actividades formativas en gimnasios, o espacios deportivos podrán iniciarse cuando la autoridad sanitaria lo defina (fase 2)
3. En cada sesión de Educación Física (Pre kínder a 6to año), se sugiere que un adulto se mantenga atento del escolar, para evitar potenciales accidentes.
- 4.- Es fundamental que todos los que participan de las clases de educación física tengan asumida como una rutina de la clase el uso de la mascarilla (especificado su uso más adelante), el distanciamiento y el lavado de manos.
- 5.- Todos sin excepción, deben respetar el distanciamiento físico con el profesor y sus compañeros (as), por lo tanto, no podrá compartir comida, bebestibles ni saludo con las manos.
- 6.- Recordar que los estudiantes deben asistir bien equipados para una correcta actividad física deportiva, la que se encuentra contenida en el equipamiento deportivo de colegio dentro del Reglamento Interno.

EQUIPAMIENTO

- Educación Física Damas y varones
- Buzo Deportivo del Colegio
- Camiseta Blanca de Algodón del Colegio
- Pantalón Corto (Varones)
- Calza (Damas)
- Zapatillas Deportivas

MATERIALES

- Cada estudiante deberá llevar materiales de uso personal para la clase de educación física. Todas las pertenencias deben estar marcadas para el posible seguimiento frente a un contagio
- Alcohol gel o jabón de manos
- Toalla pequeña
- Polera de cambio
- Botella de agua de uso personal
- Mascarilla de repuesto
- Está prohibido compartir cualquier tipo de objetos.

DISTANCIA

- Se Prioriza actividades sin contacto físico y en las que se pueda mantener el distanciamiento físico de, al menos, 2,5 metros.
- En el ejercicio de las actividades en las que no se puedan mantener las distancias de seguridad, todo el alumnado deberá llevar mascarilla, siempre y cuando la naturaleza de la actividad lo permita.
- Se adaptan las reglas de los juegos y deportes colectivos de tal manera que controlen mejor el acercamiento físico entre participantes.

ESPACIO

- Se prioriza el uso de espacios al aire libre (patios, zonas verdes o abiertas) frente a los cerrados (gimnasio y pabellones), siempre que la climatología, tanto por frío como por calor, lo permita.

GRUPOS

- El aforo de alumnos/as por clase es fundamental para poder aplicar las medidas de distanciamiento social. (En lo presencial no es mayor a 12 alumnos)
- En el caso de actividades grupales, se organiza al alumnado en subgrupos estables (que se mantengan a lo largo del tiempo) en función de sus relaciones sociales fuera del aula, para facilitar la trazabilidad en caso de contagio.

ANTES DE LA CLASE

- Si el curso va a tener clases en el gimnasio el traslado se realiza en todo momento con su mascarilla. Sólo podrá quitarse cuando esté realizando ejercicios (con indicación del profesor) y sin salirse de su espacio de trabajo asignado.
- Todos los alumnos deben tener sus manos higienizadas con alcohol gel (dispensadores) o bien se lavaron las manos con agua y jabón.
- Las áreas o espacios de trabajo ya se encuentran definidas para las actividades a desarrollar durante la sesión
- En espacios cerrados se abren ventanas y puertas para ventilar durante el mayor tiempo posible (considerar el clima)

AL ALUMNADO

- Utilizar solo las áreas establecidas para cambiarse o depositar sus mochilas y chaquetas.
- Evitar el uso de accesorios (anillos, pulseras, coles etc.) y que aquellas personas con el pelo largo se lo recojan.
- Todos los alumnos realizan una correcta limpieza de manos antes de la clase
- Organiza filas, que respeten la distancia de seguridad, en cada dispensador. En el caso de aquellos/as con suciedad visible en las manos, el gel hidroalcohólico no es suficiente, por lo que deben acudir al lavabo para lavarse con agua y jabón.

DURANTE LA CLASE

- El alumnado respeta en todo momento las medidas de distanciamiento, el uso de mascarilla cuando sea necesario y evitan los contactos no imprescindibles con otros/as compañeros/as y con las superficies.
- En espacios cerrados, si la climatología y las características de la actividad lo permiten, se mantiene ventanas y puertas abiertas
- Los materiales y pertenencias personales no se intercambian.

AL FINALIZAR LA CLASE

- El profesor organiza al alumnado (Rutina) para que procedan a la limpieza de manos respetando las distancias.
- Importante asegurarse de tomar sus pertenencias, sus mochilas y buzo de manera ordenada y evitando aglomeraciones
- No se usarán las duchas, cada alumno debe realizar aseo de manos y cara, es importante tener toalla y jabón personal. Cada Estudiante debe llevar una muda de ropa.
- Si el espacio es cerrado, abrir las ventanas y puertas para ventilar durante el mayor tiempo posible,
- Al término de cada clase se realiza una sanitización de todas de superficies y espacios usados, manillas, útiles usados etc.

SIEMPRE RECORDAR

1. Desinfección: Antes, durante y al finalizar la clase, desinfectar manos con alcohol gel o lavado de manos.
2. Desplazamientos desde la sala de clases al gimnasio: El alumno deberá trasladarse desde la sala de clases al gimnasio con su mascarilla en todo momento. Sólo podrá quitarse la mascarilla cuando esté realizando ejercicios (cuando el profesor lo indique) y sin salirse de su espacio de trabajo asignado.
3. Cada estudiante deberá llevar materiales de uso personal para la clase de educación física.
 - * Alcohol gel o jabón de manos
 - * Toalla pequeña
 - * Polera de cambio
 - * Botella de agua de uso personal
 - * Mascarilla de repuesto
4. El estudiante deberá respetar el distanciamiento hacia el profesor y sus compañeros (as), por lo tanto, no podrá compartir comida, bebestibles ni saludo con las manos.
5. El distanciamiento en clases de educación física será de 2.5 metros.