



NUEVO FUNCIONAMIENTO

NORMAS COVID EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

1-MEDIDAS DE HIGIENE Y SEGURIDAD

1.1-DOCENTE

- La docente llegará al aula y explicará los objetivos de la sesión.
- Pasará lista en el aula.
- Especificará dónde se va a realizar la clase.
- Coordinará la salida ordenada del alumnado.

1.2-ALUMNADO

- El alumnado vendrá a clase con ropa deportiva y zapatillas deportivas al centro los días que le toque Educación Física.
- Se le pedirá al alumnado una riñonera donde deberán guardar la mascarilla dentro de una bola o similar en caso de pasar el umbral aeróbico, y, se la volverán a poner en actividades de baja intensidad.
- Preparará encima de su mesa el neceser (los días de clase que no tengamos a última hora) con la bolsa de aseo y botella de agua.
- El alumnado se desinfectará las manos antes de salir a la cancha accionando el dispensador de gel hidroalcohólico que se encuentra antes de la salida.
- Una vez en la cancha, dejarán la mochila en el número correspondiente al de lista.
- El alumnado se colocará en las marcas del suelo separadas a 4 m de distancia para realizar el calentamiento y recibir las instrucciones de la clase.
- Se pedirá permiso para beber agua de su botella individual. No se podrá usar la fuente común para beber agua.

2-LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

- El material se desinfectará al finalizar la clase por parte del alumnado.
- Para entrar al centro se exigirá una correcta higiene del calzado.
- En caso de necesitar tirar algún material susceptible de contaminación como puede ser una mascarilla, la sala de material dispondrá de basura con tapa y, accionada por pedal).

3-MATERIAL

- Se asignarán números a los materiales. De manera que, cada uno cogerá el que corresponde con su número de lista.
- Se Realizará la desinfección del material o equipamiento antes y después de su uso
- El uso del material específico en las clases de EF se llevará a cabo siempre que podamos garantizar las condiciones de seguridad e higiene adecuadas.
- En la medida de nuestras posibilidades se reducirá al máximo el uso compartido de material y equipamientos, por ejemplo: el profesor será la única persona encargada de manipular los equipos de música y/o altavoces.

- Priorizar actividades en las que no sea necesario el uso de material compartido, tanto deportivo como de uso personal.
- Favorecer la autoconstrucción y el uso de material individual propio del alumnado.

4-DURANTE LA CLASE

- En el caso de introducir actividades en las que no se puedan mantener distancias de seguridad, todo el alumnado llevará mascarilla, evitando en este caso actividades de alta intensidad, para evitar problemas de hipoxia o falta de adaptación cardiorrespiratoria a las exigencias físicas.
- Dadas las características de las actividades físicas y deportivas y primando la salud fisiológica y psicológica del alumnado, se recomienda el desarrollo de actividades en condiciones de seguridad e higiene donde no sea obligatorio el uso de mascarilla. Para ello es importante tener en cuenta que aquellas actividades desarrolladas bajo la supervisión del profesorado, donde se garantice la distancia de seguridad y el seguimiento de las medidas de higiene y seguridad, evitando en todo momento el contacto físico y compartir material, podrán realizarse sin la obligatoriedad de la mascarilla. Artículo 6.2 del Real Decreto Ley 21/20 de 9 de junio.
- El uso de la mascarilla será obligatorio para el alumnado que no está realizando la sesión de forma activa.
- Siempre que sea posible, se dará preferencia a la creación de grupos estables y pequeños (a lo largo del curso) tanto para labores organizativas como para el desarrollo de las sesiones.
- Se adaptarán las reglas de los juegos y deportes colectivos de tal manera que se controle mejor el acercamiento físico entre participantes.
- En las instalaciones cerradas, las actividades deportivas pueden realizarse asegurando que se mantiene la distancia de seguridad siempre que sea posible, priorizando la distancia frente a otras medidas y siempre que no excedan las dos terceras partes de la capacidad máxima permitida.
- Como solamente hay una puerta de acceso de entrada y de la salida, en caso de coincidir, tendrá preferencia el de entrada circulando siempre por el lado derecho.
- Se priorizarán las actividades sin contacto físico y en las que se garantice la distancia de seguridad, adecuando la misma a su intensidad/velocidad de desarrollo.
- Actividades en las que no sea necesario el uso compartido de material y equipamientos.
- Actividades destinadas a la mejora de la condición físico-motriz y el desarrollo de hábitos saludables como compensación de la inactividad producida durante la situación de confinamiento y los actuales datos de sedentarismo entre la población adolescente y juvenil.
- Se priorizan las actividades deportivas al aire libre, siempre que sea posible, garantizando en todo momento el mantenimiento de la distancia de seguridad.
- Se priorizan las actividades deportivas individuales.
- Se priorizan modalidades deportivas que utilizan implementos personales (sticks, palas, raquetas, etc.) como estrategia para mantener las distancias de seguridad.

5-AL FINALIZAR LA CLASE

- Neceser con cambio de camiseta, desodorante, colonia opcional.
- El alumnado acudir  al aseo en pequeños grupos de 3, cumpliendo con el aforo máximo. Ir n 3 grupos de chicas y chicos al aseo de la planta baja, y 3 grupos de chicas y chicos al aseo del sótano entrando por la puerta de emergencia de la cancha. A su vez, irán 3 más que se esperarán fuera haciendo fila y con un distanciamiento interpersonal de al menos 1,5m.

6-OTRAS MEDIDAS

- Se indicará en el exterior de las aulas de EF, gimnasio y/o instalaciones deportivas, el aforo máximo que permita garantizar la distancia interpersonal mínima de 1,5 metros.
- En la medida de lo posible, coordinar con el personal responsable de limpieza del centro los horarios de uso de los espacios, equipamientos y materiales para favorecer su correcta desinfección, para que se puedan realizar las tareas de limpieza y desinfección entre grupos, teniendo en cuenta los recursos del personal.
- Introducir entre los objetivos el desarrollo de aprendizajes relacionados con la Promoción de la Salud y la mejora de la condición física personal, desde una perspectiva activa y práctica,

Considerar los aprendizajes imprescindibles que no pudieron alcanzarse en el curso anterior debido a la falta de presencialidad, para recuperarlos y permitir el logro de los objetivos previstos teniendo en cuenta a todo el alumnado.

7-BIBLIOGRAFÍA

- Orientaciones para una Educación Física segura y de calidad en los centros educativos de La Comunidad Autónoma de Canarias. Curso académico 2020-21 (COLEFCanarias).
- Plan de Contingencia frente a la COVID-19 en los centros educativos no universitarios de canarias. Curso académico 2020-2021