



## **Nº 28 PROTOCOLO CLASES PRESENCIALES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD**

Este Protocolo se desarrolla de acuerdo Documento **“Orientaciones y consideraciones para la actividad física escolar en pandemia”** de la División de Educación General del MINEDUC/2021. Que se encuentra vigente desde mayo del 2021.

La finalidad es establecer un protocolo pertinente y necesario para otorgar las medidas de forma segura, al desarrollo de las clases de educación física, bajo el contexto de pandemia COVID 19 en nuestra comunidad educativa.

### **A) Para clases presenciales:**

1.-Todos los estudiantes, deberán presentarse a la asignatura con ropa deportiva: pantalón de buzo institucional, short institucional o negro/azul, Calzas institucionales o negro/azul. Polera institucional, polerón de buzo institucional, zapatillas deportivas.

2.-.-Es obligación que los estudiantes realicen la clase con su pelo tomado.

3.-Se considerarán pausas de hidratación y ventilación, cada estudiante utilizará su botella personal de agua marcada con su nombre, la que no puede ser compartida con nadie.

4.-Cada estudiante deberá traer sus útiles de aseo e higiene personal, los que por ahora son:

- Mascarilla de recambio.
- Polera de Recambio
- Toallas húmedas para el aseo personal.
- Desodorante o colonia.
- Alcohol Gel

5.-En caso de que algún estudiante haya tenido covid-19, deberá contar con un certificado médico que acredite que está en condiciones para participar de la clase y realizar actividad física.

### **B) Actividades al aire libre:**

1.- Para las clases de Educación Física en espacio al aire libre, es obligatorio el uso de mascarilla, esta disposición la indica la autoridad sanitaria, tanto para el Docente como para el alumnado, de ser necesario por la humedad de la mascarilla, se puede disponer de mascarilla para recambio. En el caso que algún estudiante requiera retirarse la mascarilla o cambiársela, deberá informar al profesor para la autorización e indicación adecuada.

### **C) Recinto cerrado con ventilación natural:**

1.- Para las clases de Educación Física en espacio cerrado (cancha techada ó pabellón multiuso), siempre se utilizará mascarilla, esta disposición la indica la autoridad sanitaria, tanto para el Docente como para el alumnado, de ser necesario por la humedad de la mascarilla. Se debe disponer de una mascarilla de cambio finalizada la clase.

2.- En espacios cerrados como: Gimnasio y sala multiuso se deberá resguardar la apertura de ventanas y/o puerta, para asegurar la ventilación cruzada del espacio a utilizar. Se sugiere detener las actividades cada 20 o 30 minutos favoreciendo la ventilación.

### **D) Desinfección de manos:**

1.- Se dispondrá de dispensadores con alcohol gel y lavamanos con jabón líquido para el lavado de manos por al menos 20 segundos apróx. para desinfectar las manos antes y después de la clase.

2.- Se recomienda que cada estudiante debe desinfectar sus manos con alcohol gel durante las actividades realizadas en la clase.

### **E) En traslados evitar aglomeraciones:**

1.- Evitar las aglomeraciones en los traslados de los estudiantes hacia el gimnasio techado o patio, educar y fortalecer el autocuidado de los estudiantes, respetando el distanciamiento e higiene personal.

### **F) Actividades individuales y Grupales:**

1.- Se deberán planificar actividades físicas, deportivas y juegos de reducida duración. Se evitaran los ejercicios y actividades de alta intensidad física. Las clases se enfocarán en el trabajo de acondicionamiento físico, deportes, actividades recreativas y habilidades motrices.

2.- Se evitará el contacto físico y aglomeración en las actividades promoviendo el distanciamiento físico y el autocuidado.

### **G) Implementos deportivos individuales:**

1.- Se facilitará el uso de implementos deportivos individuales. En el caso del uso de colchonetas o algún tipo de elemento deportivo, una vez utilizados, deberán ser desinfectados con alcohol aerosol ó desinfectante el cual es de rápido secado y efectividad.

### **H) Uso de mascarilla:**

1.- Niños y niñas de entre 2 y 5 años: con mascarilla, siempre y cuando la toleren y se encuentren bajo la supervisión del profesor.

2.- Niños y niñas mayores de 5 años: con mascarilla siempre y con la supervisión del profesor.

### **I) Delimitar zona de movimiento:**

1.- Respetando según delimitación de espacio por conos, cuerdas y materiales para separar espacios, el distanciamiento para ejercicios individuales y para actividades con desplazamiento de los estudiantes.

### **J) Baja y moderada intensidad:**

1.- Se privilegiará actividades de intensidad baja y moderada.

### **K) Para casos de cuarentena:**

1.- En caso de tener una cuarentena del curso o colegio decretado por la autoridad sanitaria y el colegio considere realizar clases de manera virtual: Se sugiere que los estudiantes que estén en clases desde sus hogares a través del computador o celular realicen la activación de la cámara para poder realizar una corrección de los gestos técnicos como de las habilidades motoras que se estén realizando. Esta solicitud la realizamos ya que el objetivo de la clase es mejorar la salud y condición física y no deseamos que ninguna estudiante sufra alguna lesión.

### **L) Otras medidas preventivas a considerar en clases presenciales:**

1.- El departamento de Educación Física y Salud deberá disponer de Stock de mascarillas en caso de emergencia o deterioro de esta. También dispondrá de elementos desinfectantes en aerosol, toallitas desinfectantes, Papel desechable (absorbente) y alcohol gel.

El colegio cuenta con elementos de Primeros auxilios, botiquín, camillas, desfibrilador, personal capacitado para trabajo RCP.

2.- informar a los alumnos mediante una charla de seguridad previo a la clase los peligros y accidentes que pueden ocurrir en la práctica física, ejemplo: Asegurar que los cordones estén atados.

3.- Por ahora no está autorizado el uso de duchas en camarines.

4.- En clases en días lluviosos, se recomiendan evitar los espacios donde se visualicen pisos mojados- húmedos, por el riesgo de caída.

5.- Favorecer actividades de bajo y mediano riesgo de contagio

6.- Durante la realización de actividades de alta intensidad y bajo riesgo de contagio, es posible suspender el uso de la mascarilla.

7.- Durante la realización de actividades de intensidad baja y moderada, el uso de mascarilla se mantiene según corresponda por rango etario.

8.- Si las actividades se realizarán en recintos cerrados, estos deben tener ventilación natural (dos entradas de aire simultáneas en lados diferentes del recinto).

9.-Delimitar en el piso la zona de movimiento de cada estudiante. (Con aros en el piso según actividad a realizar)

10.- Planificar actividades y juegos individuales de poca duración.