Colegio
Castilla & Aragón

Nº 28 PROTOCOLO CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

A) Para clases presenciales:

1.-Todos los estudiantes, deberán presentarse a la asignatura con ropa deportiva:

- Buzo institucional,
- Short institucional o negro/azul,
- Calzas institucionales o negro/azul.
- Polera institucional,
- Zapatillas deportivas, blancas, azules o negras.

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

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

- Polera de Recambio
- Toallas húmedas para el aseo personal.
- Desodorante o colonia.

4.- En caso de que algún estudiante no pueda realizar la clase de educación física por motivos de salud, deberá contar con un certificado médico.

5.- Durante la clase se realizarán pausas de hidratación y ventilación

6.- Cada estudiante deberá traer una botella personal con agua marcada con su nombre, la que no puede ser compartida con nadie.

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

8.- El profesor a cargo deberá 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.

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

PROTOCOLO CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

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.- Cada estudiante deberá traer

- Sus útiles de aseo e higiene personal
- Mascarilla de recambio.
- Alcohol Gel

2.- Cada estudiante deberá tener una botella con agua marcada con su nombre, la que no puede ser compartida con nadie.

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

B) Actividades al aire libre:

Para las clases de educación física al aire libre, no es obligatorio el uso de la mascarilla. Indicación dada por la autoridad sanitaria, tanto para el docente como para el alumnado.

C) Recinto cerrado con ventilación natural:

- Para las clases de educación física en espacio cerrado (cancha techada o pabellón multiuso), se utilizará mascarilla, tanto para el docente como para el alumnado.
- Se debe disponer de una mascarilla de cambio finalizada la clase.
- 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.
- 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.

D) Desinfección de manos:

- Se dispondrá de dispensadores con alcohol gel y lavamanos con jabón líquido para desinfectar las manos antes y después de la clase.
- Se recomienda que cada estudiante desinfecte sus manos con alcohol gel durante las actividades realizadas en la clase.

E) En traslados evitar aglomeraciones:

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

F) Actividades individuales y grupales:

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

G) Implementos deportivos individuales:

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

H) Uso de mascarilla:

- Niños y niñas mayores de 5 años: mascarilla optativa.

I) Delimitar zona de movimiento:

- Delimitación de los espacio por conos, cuerdas o aros para ejercicios individuales y para actividades con desplazamiento de los estudiantes.

J) Baja y moderada intensidad:

- Se privilegiará actividades de intensidad baja y moderada.
- Planificar actividades y juegos individuales de poca duración.

K) Para casos de cuarentena:

- En caso de tener una cuarentena decretado por la autoridad sanitaria, se podrán realizar clases de manera virtual. Los estudiantes deberán tener sus cámaras encendidas para poder realizar una corrección de los gestos técnicos como de las habilidades motoras que se estén realizando.