



## **PROTOCOLO COVID-19 PARA CLASES PRESENCIALES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD CORPORACIÓN EDUCACIONAL APUMANQUE 2022**

En el marco de la actual situación de crisis sanitaria por Covid-19 se hace necesario indicar una serie de aspectos generales de prevención para el seguro desarrollo de las actividades físicas y deportivas en establecimientos educacionales.

De acuerdo con **Protocolo de Medidas Sanitarias y Vigilancia Epidemiológica para Establecimientos Educacionales**, de febrero 2022, se debe considerar lo siguiente:

- 1) Clases y actividades presenciales en todas las fases del Plan Paso a Paso
- 2) Asistencia presencial de los estudiantes de carácter obligatorio
- 3) Se retoma la jornada escolar completa
- 4) La eliminación de la restricción de aforos en todos los espacios dentro de los establecimientos educacionales, debiendo propiciar el distanciamiento social en la medida de lo posible

Ahora bien, en base a las **Orientaciones y Consideraciones para la Actividad Física Escolar en Pandemia**, de marzo de 2022, se establecen las siguientes **consideraciones generales**:

### **A) Movilidad**

Evitar agrupaciones de estudiantes en el traslado desde la sala de clases al gimnasio u otro recinto en donde se realicen las actividades.

Determinar los accesos y salidas de cada actividad física escolar, diferenciando claramente uno del otro.

Para cada actividad física escolar, mantener el mismo grupo curso que participa en el resto de las clases y actividades escolares.

### **B) Duración de la actividad física escolar**

Se sugiere detener las actividades cada 20 o 30 minutos favoreciendo la ventilación. Al realizar actividad física en espacios interiores, mantener los protocolos de ventilación publicados por el Ministerio de Salud y Ministerio de Educación.

### **C) Riesgo de contagio según grado de contacto**

- **Bajo riesgo:** actividades físicas individuales, sin contacto y que mantienen distancia física. Por ejemplo: saltar la cuerda individual, simón manda, etc.
- **Mediano riesgo:** actividades que implican contacto físico intermitente. Por ejemplo: e saltar la cuerda grupal, jugar a pillarse, etc.
- **Alto riesgo:** actividades que implican contacto físico permanente. Por ejemplo: bailes o juegos en parejas, caballito de bronce, etc.

### **CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS PARA ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR**

1. La clase de Educación Física y Salud favorecerá las actividades físicas de **bajo y mediano riesgo de contagio**
2. Se privilegiará actividades de intensidad baja y moderada.
3. Durante la realización de actividades de alta intensidad y bajo riesgo de contagio, **es posible suspender el uso de la mascarilla.**
4. Durante la realización de **actividades de intensidad baja y moderada, el uso de mascarilla se mantiene según corresponda por rango etario.**
5. Realizará sus actividades en patio, espacio amplio y ventilado.
6. Se delimitará en el piso la zona de movimiento de cada estudiante.
7. Planificar actividades y juegos individuales de poca duración.
8. Facilitar el uso de implementos deportivos individuales.
9. Fijar entrada y salida en espacio de actividad física.

### **MEDIDAS SANITARIAS GENERALES**

1. En el espacio deportivo se dispondrá de una mesa con alcohol gel para que tanto estudiantes como Profesores o Profesoras puedan realizar limpieza de manos y cumplir las normas de higiene. Se recomienda que los estudiantes tengan alcohol gel individualizado.
2. Lavado de manos con agua y jabón o aplicación de alcohol gel al inicio y al término de la clase.
3. Estornudar o toser en el antebrazo o en pañuelo desechable.
4. Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.

5. Evitar saludos con la mano, de besos o abrazos.
6. Deben traer una mascarilla de recambio para después de la clase de Educación Física y Salud.
7. Mantener en la medida de lo posible distanciamiento social de al menos 1 metro.
8. Cada estudiante durante la práctica deportiva debe estar en el lugar que le ha sido asignado.
9. Hidratarse de forma permanente, sin compartir el uso de botellas.
10. Se restringe el uso de camarines, de ahí, que se sugiera el uso de toallas húmedas desechables, de uso individual, para el aseo personal.
11. Estar alerta a los síntomas por COVID-19 y en caso de dificultad respiratoria dar aviso inmediatamente al Profesor o Profesora.
12. Cada estudiante debe tener un bolso adicional para los materiales deportivos: polera de recambio, mascarilla de recambio, botella de agua individual, toalla, y toallas húmedas.
13. Todo material que sea de uso común de desinfectará al finalizar la sesión.

## **SOBRE EL DESARROLLO DE LA CLASE**

### **A) Inicio**

1. Ningún estudiante con síntomas de Covid-19 podrá realizar la clase. Se activará protocolo de atención a casos sospechosos.
2. El Profesor o Profesora en sala de clases entregará instrucciones de prevención de forma previa a salir al patio.
3. En caso de que un o una estudiante no pueda realizar la clase debido a causa médica (debidamente certificada) o no asista con los materiales deportivos o útiles de higiene, deberá realizar actividad paralela que considere el objetivo y contenido de la clase.

### **B) Desarrollo**

1. En patio los estudiantes deben usar mascarilla de forma obligatoria o retirarla según la naturaleza de la actividad.
2. Cada estudiante tendrá un espacio delimitado para realizar la práctica deportiva, en el cual mantendrá sus materiales personales (deportivos, aseo e hidratación).
3. Para salir del espacio de actividad el estudiante debe solicitar autorización al Profesor o Profesora.

4. Cuando el estudiante solicite permiso para ir al baño debe desplazarse por la zona indicada aplicando alcohol gel en sus manos al momento de salir del espacio deportivo y al regresar se debe repetir el procedimiento, regresando al espacio designado.
5. La ropa individual nunca se dejará en el suelo y debe estar en un bolso deportivo individual.

### **C) Cierre**

1. Cada estudiante debe desinfectar sus materiales deportivos ocupados y guardarlos en su bolso o mochila adicional.
2. Los estudiantes se retiran del espacio deportivo por turnos según la indicación del Profesor o Profesora.
3. Tras salir del espacio deportivo debe trasladarse al baño esperando en las marcaciones de distancia y respetar el aforo para el ingreso.
4. En baño o camarín debe seguir el siguiente procedimiento: lavarse las manos con agua y jabón; uso de polera de recambio; cambio de mascarilla.
5. El tiempo asignado para los hábitos de higiene en baño será de 2 a 3 minutos por estudiante.
6. Tras salir del baño esperan en patio hasta que termine el último grupo. El Profesor o Profesora acompaña a los estudiantes a su sala de clases para que éstos dejen su bolso y bajen a recreo.

**COLEGIO APUMANQUE**