



PROTOCOL DE SEGURETAT PER A LES CLASSES D'EDUCACIÓ FÍSICA I DE UTILITZACIÓ DEL GIMNÀS PER EVITAR EL CONTAGI COVID 19

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA 2020-2021

Donades les **recomanacions sanitàries** per tal d'evitar la transmissió del contagi, adoptem les següents **mesures** per tal de realitzar les classes d'EF amb el mínim risc:

1. Cal portar la mascareta posada.
2. Cal mantenir la distància de seguretat i evitar en tot moment el contacte amb els altres.
3. L'alumnat anirà amb roba còmoda - esportiva des de casa, els dies que tingui Educació Física.
4. Els vestidors estaran tancats. Només es podran obrir, amb el permís del professorat, i en cas d'una necessitat d'urgència.
5. Cal portar una bossa petita com la de la imatge o semblant
6. Dins de la bosseta cal portar:
 1. Una ampolla d'aigua personalitzada per hidratar-se. Prou gran per passar el dia al centre (els dies d'Educació Física especialment).
 2. Una tovallola petita per higiene personal. Nosaltres recomanem una segona tovallola, la qual servirà com a protecció.
 3. És aconsellable un gel hidroalcohòlic petit, tot i que a diferents punts de l'institut i també del gimnàs hi ha dispensadors, els quals faran servir per netejar-se les mans en començar i finalitzar la classe
7. A l'inici de cada trimestre, es prestarà a cada alumne/a, un objecte personalitzat (corda o banda elàstica), el qual faran servir de forma individual i sense compartir durant les classes d'EF. En finalitzar el trimestre, es tornarà al Departament d'EF. És important tenir-ne cura, ja que aquest material en faran ús altres companys/es en un altre trimestre.
8. Quan s'empri material no personalitzat, es netejarà abans i després de fer-lo servir amb els esprais polvoritzadors i el paper de cel·lulosa.
9. Els continguts de la matèria seran adaptats amb exercici de no contacte i de baixa intensitat per tal de mantenir la distància de seguretat.



Itinerari d'entrada i sortida del gimnàs:

1. L'alumnat arribarà a la porta de ferro (pista poliesportiva) i s'esperarà, mantenint la distància de seguretat, a que el professor doni el permís d'entrada al gimnàs. Quan s'espera per entrar, cal ubicar-se a les marques indicades en el terra.
2. L'alumnat entrarà d'un en un, i es rentarà les mans amb el gel hidroalcohòlic.
3. Deixarà la seva motxilla al lloc indicat en el gimnàs, i s'ubicarà a la seva quadrícula (2 m *2,5 m) marcada al terra. Els vestidors estaran tancats.
4. Després d'acabar la classe, ordenadament recolliran la motxilla, i en aquell moment faran una breu higiene personal.
5. Tot seguit, aniran sortint per la porta de vidre que dona al pati, on es trobarà el gel hidroalcohòlic per netejar-se les mans.
6. L'alumnat s'esperarà a fora ordenadament fins que surtin tots. Llavors marxaran.



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
Institut Francesc Ferrer i Guàrdia

