

# APARTADO 45 DO PLAN DE ADAPTACIÓN AO CONTEXTO COVID IES DE BRIÓN

## 45. Ximnasio

### 1.- DOTACIÓN HIXIÉNICA

A dotación hixiénica mínima do ximnasio / pavillón / patio / almacén de material debe ser:

- Conxunto de máscaras de reposición para estudantes.
- Xabón de mans (é a mellor opción desde o punto de vista hixiénico).
- Dispensadores de xel hidroalcolico.
- Dispensador individual de papel (non rolo de papel hixiénico).
- Caixa de luvas desbotables.
- Limpador desinfectante para pistolas multiusos (que estará baixo supervisión e sempre fóra do alcance dos estudantes) para uso do profesorado.
- Spray de alcol ao 70%, para uso do profesorado.
- Papeleiras con bolsas protexidas cunha tapa e accionadas por un pedal.
- Bolsas de lixo.
- Pantalla protectora ou gafas para o profesorado (uso puntual).

### 2.- ACTIVIDADES A REALIZAR

Na clase práctica do ximnasio/ patio / pavillón, a actividade estará dirixida a minimizar os riscos, polo que hai que ter en conta unha serie de medidas relacionadas coas actividades a realizar:

- Priorizar as actividades sen contacto.
- Promover actividades que permitan o distanciamento físico entre o alumnado (mínimo 1,5 metros, recomendados 2 metros). Poderá marcarse espazos limitados para as actividades.
- O alumnado debe usar a máscara de xeito obrigatorio.
- Controlar as actividades que supoñan un maior requirimento físico (altas intensidades), que significan a proxección de pingas.
- Evitar que o alumnado corra en liña a pouca distancia entre si (canto maior sexa a velocidade do alumnado, maior será a distancia de seguridade que deben manter).
- Se as profesoras coinciden ao mesmo tempo, cada unha traballará en espazos diferentes e o máis afastados posible unha da outra (dentro do que permitan as distintas actividades). Esta distribución de espazos realizarase antes da clase para evitar a masificación do alumnado.
- Non haberá ligas deportivas durante os recreos, xa que supoñen un risco tanto para o alumnado participante como para os espectadores.
- O ximnasio non se usará durante os recreos. Tampouco sería conveniente usar o Pavillón (agás por mor do mal tempo).
- Ao comezo e ao final da actividade deportiva, o alumnado debe desinfectar as mans. É importante extremar a hixiene no ámbito de actividades físico-deportivas.
- Priorizarase a entrega telemática de traballos.
- Cando os traballos se presenten en formato papel, deben deixarse en corentena durante o tempo correspondente antes da súa corrección, mínimo 48 horas.

### 3.- MATERIAL

En canto ao material, débense seguir as seguintes recomendacións:

- Planificar adecuadamente as actividades tendo en conta os seus tempos de preparación e os posteriores tempos de desinfección do material.
- Está totalmente prohibido que o alumnado teña acceso ao almacén de material.
- Por motivos hixiánicos, a profesora será a que sempre entregue o material en cada clase, evitando aglomeracións durante este proceso.
- O material de educación física non se pode pasar de man en man. Ao finalizar o uso dun material, deberá desinfectarse antes de ser usado por outra/o alumna/o.
- O material será para uso individual. Ao final da clase, asignarase tempo para a súa desinfección (o material non debe regresar ao almacén sen ser desinfectado xa que é fundamental mantelo como zona limpa).
- Priorizar o uso de materiais fáciles de desinfectar.
- O proceso de desinfección dependerá do tipo de obxecto (poroso ou non), do tipo de material do que está feito ... e pódese levar a cabo a través de varios procedementos:
  - Limpeza directa con auga e xabón.
  - Limpeza cunha solución desinfectante.
  - Uso de aerosoles de alcol ao 70°.
- Desaconséllanse as actividades que impliquen compartir material (xogos ou deportes de equipo, adversarios ...). No caso de que non haxa máis remedio que compartir material, rexistrarase aos estudantes que usaron cada material para rastrexar o posible contaxio, e desinfectar o material e as mans antes e despois de usalo.
- Ademais do material deportivo, o profesorado debe ter varios dispensadores de xel hidroalcolico e máscaras de reposto no caso de que o alumnado rompa algunha das súas debido á actividade deportiva e non teña a de reposto recomendada para a clase de Educación Física.

### 4.- ESPAZOS

En canto aos espazos, débense seguir as seguintes recomendacións:

- Priorizar as actividades ao aire libre sobre outras que se desenvolven en interiores.
- No caso de realizar actividades en ximnasio/ pavillón, estes deberán estar suficientemente ventilados durante toda a actividade e despois.
- As zonas de acceso e saída ao ximnasio/ pavillón designaranse para que os estudantes manteñan distancias seguras en todo momento e os estudantes que entren cos que saen non estean ateigados (están establecidas no protocolo do instituto).
- O alumnado virá de casa con roupa deportiva (preferentemente) e usará os vestiarios en grupos de 3.

- Os estudantes virán coa súa propia botella de auga, claramente identificada e estará prohibido beber auga da botella doutra/o compañeira/o.
- Recoméndase usar unha máscara para Educación Física e tirala (se é dun so uso) ou gardala (se é lavable) e poñer unha nova, seca e limpa.
- Parcelar espazos (coa correspondente distancia de seguridade) para que os estudantes poidan deixar as mochilas, as chaquetas ... evitando que entren en contacto entre eles. O proceso de deixar e coller as pertenzas debe levarse a cabo de xeito ordenado evitando multitudes.
- Ao final da hora (e antes de que chegue o grupo seguinte), o profesorado comprobará que non queda roupa do alumnado no espazo parcelado designado para iso.
- O despacho do ximnasio será unha área de traballo limpa para o profesorado de Educación Física. A esta área só terá acceso o profesorado do departamento e está destinada a manter dito espazo libre de posibles infeccións indirectas. A porta estará sempre pechada para illar dito espazo do resto.

## **EQUIPOS DE PROTECCIÓN PARA O PROFESORADO**

En canto aos equipos de protección, o profesorado, nas clases teóricas, debe empregar o mesmo EPI que o profesorado de calquera materia.

No caso de clases prácticas ao aire libre ou en ximnasio/ pavillón, sería recomendable empregar o seguinte:

- Máscara (recoméndase preferentemente o tipo FFP2 sen válvula).
- Luvas<sup>1</sup>.
- Protección facial (en casos puntuais)<sup>2</sup>.

---

1 No caso de persoal que usa luvas, debe seguir mantendo as medidas de hixiene correspondentes (as luvas non as substitúen), e deben substituírse por cada cambio de tarefa.

2 No caso de que a evidencia científica (cada vez máis clara) indique que o SARS-CoV-2 se propaga polo aire (con maior risco en espazos pechados e altas concentracións de persoas), recomendaríase o uso dun protector facial ou lentes de protección en espazos pechados e / ou mal ventilados ou no caso de ter que asistir a algún estudante lesionado ou con algunha ferida.