

## **MEDIDAS DE HIXIENE, PREVENCIÓN E FUNCIONAMENTO DAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **1. Medidas xerais**

- Lavado/desinfección de mans antes e despois da sesión de E.F.
- Desprazamentos ao patio exterior ou pavillón con mascarilla e mantendo a distancia interpersonal.
- Colocación do material persoal (calzado, roupa de aseo...) nun lugar fixo asignado a cada alumno, durante tódalas sesións.
- O uso da mascarilla será sempre obrigatorio, agás nas actividades que se realicen ó aire libre cunha distancia de 2 metros.

### **2. Medidas de desinfección e limpeza de superficies e materiais**

- Lavado frecuente de mans con auga e xabón ou xel hidroalcohólico.
- Procurarase unha ventilación periódica das instalacións cando se realicen as sesións en espazos pechados.
- Minimizarase o uso de materiais que teñan que ser usados por varios alumnos e procurando a súa limpeza e desinfección despois do seu uso.

### **3. Durante a práctica de E.F**

- Sempre que sexa posible, evitárase o contacto físico entre o alumnado.
- Delimitación da pista en zonas de traballo, así como o marcado das distancias de seguridade.
- Durante a hidratación non estará permitido compartir as botellas. Recoméndase marcar os envases para evitar confusións.
- Limitaremos o uso compartido de materiais, asignando a cada alumno/a o seu propio material (con números, cores, letras...)
- Reduciremos as actividades de alta intensidade que impliquen unha elevada frecuencia respiratoria
- Adaptaremos os xogos e deportes, priorizando as actividades sen material e de carácter individual.

### **4. Material para a clase de E.F**

- Roupa axeitada para práctica de exercicio físico.
- Bolsa de aseo (camiseta e toalla pequena).
- Botella de auga
- Mascarilla de reposto
- Panos de papel desbotables

### **Normativa e fontes oficiais:**

- RESOLUCIÓN CONXUNTA DAS CONSELLERÍAS DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDADE E FORMACIÓN PROFESIONAL E DE SANIDADE QUE APROBAN AS INSTRUCIÓNS POLAS QUE SE INCORPORAN A DECLARACIÓN DE ACTUACIÓN COORDINADAS EN MATERIA DE SAÚDE PÚBLICA APROBADAS POLO CONSEJO INTERTERRITORIAL DO SISTEMA NACIONAL DE SALUD PÚBLICA (D.O.G Nº 174 BIS DO 28-08- 2020) E A ACTUALIZACIÓN DAS RECOMENDACIÓNS SANITARIAS DO COMITÉ CLÍNICO AO PROTOCOLO DO 22 DE XULLO DE ADAPTACIÓN AO CONTEXTO DA COVID 19 NOS CENTROS DE ENSINO NON UNIVERSITARIO DE GALICIA PARA O CURSO 2020-2021.
- RECOMENDACIÓN DO CONSELLO COLEF-COLEF GALICIA PARA UNHA EDUCACIÓN FÍSICA SEGURA (colexio oficial de Licenciados en Educación Física e Ciencias da Actividade Física e do Deporte de Galicia).