



15 de octubre de 2020

Protocolo Actividades Extraescolares.

ÍNDICE:

1. Objeto.
2. Ámbito de aplicación.
3. Recomendaciones/obligaciones en actividades al aire libre y en interior.
4. Medidas metodológicas
5. Limpieza, higiene y desinfección

IMPORTANTE: La contratación de las actividades extraescolares, en el actual contexto de la pandemia por COVID-19, es fruto de una decisión personal en la que el padre, madre o tutor, valora los beneficios del entrenamiento, frente a los riesgos para la salud de sus hijos en el desarrollo de dichas actividades, siendo conocedores de las posibles consecuencias que ello implica.

1. Objeto.

La prioridad en la prestación de servicios deportivos en el colegio es la de minimizar el riesgo de posibles contagios tanto para los usuarios como para el personal laboral.

Para ello, se deberán tener en cuenta las siguientes consideraciones como “ejes” principales de actuación en las actividades extraescolares:

PREVENCIÓN DEL CONTAGIO POR CONTACTO FÍSICO con medidas organizativas y metodológicas de cada actividad.

HIGIENE, LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN de los espacios de entrada, salida, circulaciones, puntos de información y baños, así como de todo el material o los equipamientos deportivos a utilizar en las actividades.

Todas las actividades que se puedan trasladar al exterior, se realizarán al aire libre garantizando, en todo momento, el distanciamiento interpersonal de seguridad de al menos 1,5 m.

Podrá realizarse la práctica deportiva en instalaciones tanto al aire libre como en interior, siempre que no se supere el 50% del aforo máximo permitido en la instalación. La práctica deportiva en grupos contemplará agrupaciones de 6 usuarios separados por distancias de seguridad de 1,5 metros. En el caso de que sea una actividad de alta intensidad, esta distancia deberá ser de 3 metros. En actividades de contacto se mantendrán 3 metros entre grupos.



2. **Ámbito de aplicación.**

Será de aplicación para todo el personal laboral y alumnado del centro escolar, que participen directa o indirectamente en el desarrollo de las actividades extraescolares.

3. **Recomendaciones/obligaciones en actividades al aire libre y en interior.**

1. Mascarilla: El uso de la mascarilla será obligatorio en todo momento dentro de la instalación deportiva. Esto es, su uso será de obligada observancia tanto en el acceso y salida del centro, durante la estancia en este, así como durante la práctica deportiva.

Su uso será obligatorio en todas las zonas de la instalación, aunque se pueda garantizar la distancia de seguridad interpersonal y para cualquier persona que acceda a la instalación en el ámbito de realización de la actividad competente, sin excepción. En el entorno cambiante actual en el que hay actualizaciones constantes referenciadas a las nuevas evidencias científicas, las obligaciones en el uso de la mascarilla se irán adaptando a la última normativa publicada.

2. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano, así como la realización de ejercicios de contacto o de apoyo con otras personas; y en la medida de lo posible, no compartir ropa u otros objetos personales, y si es necesario, desinfectarlos antes de usarlos. Si no es posible, hay que lavarse las manos con jabón inmediatamente después de haberlos usado.

3. Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica, a la entrada y salida del espacio asignado para la actividad deportiva, especialmente después de toser o estornudar. Para ello habrá hidrogeles disponibles en los espacios habilitados al efecto.

4. Mantener la distancia mínima interpersonal de 1,5 m en situaciones de escucha de las indicaciones técnicas, la realización de ejercicios, la recuperación, la hidratación, la circulación, etc. propias de la actividad deportiva a realizar.

5. Utilizar de manera individualizada el material deportivo.

6. Tener cerca una botella personal para hidratarse y/o utilizar las pausas en la actividad que garanticen las medidas de seguridad bajo la supervisión del personal.

7. Cubrir la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar. Si no se dispone de pañuelos se debe emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos. Tirar cualquier desecho de higiene personal, de forma inmediata, a las papeleras o contenedores habilitados.

8. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.



9. Colaborar para conservar y dejar las instalaciones en las máximas condiciones de higiene y limpieza, limpiando el calzado, depositando las bolsas, mochilas o efectos personales en los espacios habilitados para ello y utilizando las papeleras y contenedores para los diferentes residuos.

10. Si un alumno empezara a notar algún síntoma antes, durante o al terminar la actividad, debe comunicarlo inmediatamente al monitor, que en caso necesario aislará al alumno y llamará a los padres.

11. La distribución espacial en la actividad: Se establecerá una distribución y orden en el espacio que garantice la distancia de seguridad interpersonal entre el alumnado.

12. Las ratios de alumnado por grupos y actividad: estará limitado a un máximo de 15 alumnos por grupo siendo el grupo mínimo de 12 participantes.

13. El uso de material para delimitar espacios: se recomienda el uso de material que permita cambiar la disposición de los alumnos según los objetivos de la clase/entrenamiento que se vaya a realizar. Conos, setas y otros materiales disponibles que podamos utilizar y desinfectar al finalizar de forma ágil. Esto nos permite no condicionar la clase/entrenamiento a una única disposición de los alumnos.

El uso de material deportivo: se debe simplificar el material que utilicemos promoviendo ejercicios con auto carga o materiales que el alumnado pueda traer de casa y realizar las tareas de desinfección al inicio y la finalización de la actividad.

La duración de la sesión será de una hora e incluirá el tiempo imprescindible para la desinfección del material deportivo utilizado.

4. Medidas metodológicas

Las primeras clases serán con un nivel de intensidad adecuado para minimizar el riesgo de lesiones, teniendo en cuenta que ha sido un largo periodo de inactividad del alumnado. La distancia entre los alumnos debe ser respetada en todo momento tanto en ejercicios con o sin desplazamiento. Se prestará especial atención durante ejercicios en desplazamiento para evitar roces, choques, etc. Se evitarán actividades con oposición directa; de alta intensidad continua; donde los deportistas vayan a rebufo unos de otros; donde se comparta material, salvo que se golpee con calzado, implementos o partes del cuero que no sean las manos. Se hará una previsión o planificación adecuada de balones con el objeto de realizar la desinfección y limpieza en determinados tiempos de la sesión. Las pausas deben de ser las suficientes para recuperar, hidratarse o dar explicaciones sin alargar innecesariamente su duración y manteniendo siempre la distancia física mínima (1,5 metros). Se eliminará el juego libre como elemento en la sesión.

5. Limpieza, higiene y desinfección:

Personal :

- El uso de mascarillas será obligatorio.



- Desinfectarse las manos con hidrogeles todas las veces que sea necesario, especialmente después de tocar material o contenedor donde se encuentre depositado el material deportivo a utilizar en la actividad.
- Se utilizarán toallitas desechables para la limpieza del sudor y posteriormente se tirarán a los contenedores de basura habilitados al efecto.

Al finalizar la sesión deberá desinfectar el material utilizado con pulverizador y desinfectantes autorizados.

Alumnado:

- Se deberá lavar las manos con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica a la entrada y salida, al igual que cuando termine de utilizar el material deportivo en la actividad.
- Antes de acceder al espacio, se desinfectará la suela del calzado mediante alfombrilla, pulverizador o similar.
- Las pertenencias imprescindibles de cada persona serán de uso particular, tanto la botella de agua, como toalla, etc.
- Deberán ser estrictos en aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.

Material deportivo:

- Se deberá hacer una desinfección y limpieza de balones.
- Se desinfectará con pulverizador y desinfectantes autorizados al finalizar el uso en cada actividad.

Espacios cerrados:

- Se evitará el aire acondicionado con recirculación de aire.
- Se deberá realizar tareas de ventilación periódica en los espacios cerrados. En la medida de lo posible se mantendrán abiertas puertas o ventanas para facilitar la ventilación y renovación del aire.