



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales de Educación Física 2021



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales de Educación Física 2021

Introducción

En este documento se recogen las indicaciones del protocolo de funcionamiento de las clases de educación física del colegio San Ignacio en pandemia por Covid-19, con vigencia primer trimestre año 2021.

Las directrices generales de este protocolo son del plan paso a paso del Ministerio de Salud y los lineamientos del Ministerio del Deporte en sus recomendaciones y sugerencias para la actividad física.



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales de Educación Física 2021

Aspectos Generales de Prevención para el Retorno a clases Educación Física:

Este protocolo está enfocado en entregar las directrices para un correcto funcionamiento al retorno a la clases de educación física de manera presencial y debe ser aplicado por todas las personas que tengan conexión y/o ingresen a las clases de educación física, incluyendo alumnas y alumnos, docentes. Este debe ser aplicado por todas las personas.

Fases Plan Paso a Paso del Gobierno de Chile:

- Fase 2: Realizar actividad deportiva de lunes a viernes, sólo en lugares al aire libre y en grupos de máximo 10 personas, sin utilizar máquinas o implementos compartidos.
- Fase 3: Realizar actividad deportiva en espacios abiertos, en grupos de máximo 25 personas. En espacios cerrados y gimnasios, asistir por cohortes y mantener siempre la distancia de 2 m. entre personas. No más de 5 personas por sala de clases. Prefiere espacios abiertos o cerrados con ventilación natural.



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales de Educación Física 2021

Aspectos Generales de Prevención para el Retorno a clases Educación Física:

- Fase 4: Realizar actividad deportiva en espacios abiertos, en grupos de máximo 50 personas. En espacios cerrados y gimnasios, asistir por cohortes, y mantener siempre la distancia de 2 m. entre personas. No más de 10 personas por sala de clases. Prefiere espacios abiertos o cerrados con ventilación natural.

Sugerencias de distanciamiento durante las distintas actividades físicas, recomendadas por el Ministerio del Deporte de Chile:

- Caminata o actividades en el lugar: 5 metros (en todas las direcciones).
- Trote a baja-mediana intensidad/velocidad (hasta 14 km/h): al menos 10 metros estando uno detrás de otro y 5 metros de manera lateral.
- Trote a alta intensidad/velocidad (sobre 14 km/h): al menos 20 metros estando uno detrás de otro y 5 metros de manera lateral.



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

Aspectos Operacionales para el Retorno a clases de Educación Física:

Con el fin de optimizar el uso de las distintas instalaciones para la clase de educación física, reduciendo al máximo el riesgo de contagio de Covid-19, se deben aplicar las siguientes medidas respecto del flujo de las personas que están dentro de las clases:

- El gimnasio puede ser usado como espacio de trabajo para las clases de educación física y tienen prioridad en su uso los cursos de preescolar o el curso más pequeño que esté en clases en el mismo bloque del horario. Si hay más de un curso de preescolar en el mismo horario no se puede usar el gimnasio dividido en dos.
- Ingreso y salidas únicas gimnasio: Se debe disponer de un sector exclusivo de acceso y de salida en el recinto del gimnasio, esto para evitar los cruces masivos de personas.



Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

Aspectos Operacionales para el Retorno a clases de Educación Física:

- No se permite el uso de los baños al interior de los camarines por ser baja la cantidad de ellos en su interior. El curso que trabaje en el gimnasio debe ir al baño en el que se encuentran disponibles.
- No se permite el uso de camarines y duchas, debido a que en esos lugares se puede producir el intercambio de implementos y la exposición sanitaria es mucho mayor.
- Bloques de ocupación canchas: Se dispondrán bloques de uso de las canchas de exterior debidamente designadas con antelación (según horario de clases), para que cada profesor o profesora con su curso realice la clase en ese lugar durante todo el tiempo de duración de esta.
- Aforo uso de canchas: Para resguardar un buen uso de los baños y camarines disponibles, se sugiere solo tener 5 cursos como máximo en clases de educación física en el colegio.



Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

Aspectos Operacionales para el Retorno a clases de Educación Física:

- Capacidad de estudiantes por clases: Antes de cualquier clase práctica se deben establecer grupos de estudiantes acorde a lo permitido por las autoridades sanitarias en las diferentes fases de desconfinamiento (remítase al apartado anterior aspectos generales). Esto eventualmente puede sufrir modificaciones acordes a la normativa instruida por las autoridades sanitarias. Sin embargo, el aforo de una sala de clases del colegio San Ignacio es de 18 estudiantes y esa sería la cantidad máxima que puede tener un curso en clases presenciales de educación física.
- Se debe mantener distanciamiento social acorde a lo expuesto por las autoridades sanitarias y el distanciamiento deportivo según las actividades descritas en este protocolo y los criterios y medidas preventivas que disponga el o la docente a cargo de la clase.



Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

Aspectos Específicos para el Retorno a clases Educación Física:

- Sanitización de manos al iniciar la clase con alcohol gel y al finalizar la clase con lavado de manos en los baños o lavaderos disponibles en los patios.
- Uso de mascarilla obligatorio durante toda la clase. Por sugerencia la mejor mascarilla para hacer actividad física es la desechable quirúrgica, con las otras es más complejo el aumento de la temperatura y la respiración.
- Si un estudiante tiene problemas con su mascarilla y no tiene repuesto será solucionado a la brevedad solicitando la reposición en enfermería.
- Al finalizar la clase la mascarilla debe ser sustituida por otra (cada estudiante es responsable de contar con la otra mascarilla, según protocolo del colegio).
- Cada estudiante debe contar con su botella de agua de uso estrictamente personal.
- Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.



Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

Aspectos Específicos para el Retorno a clases Educación Física:

- No compartir artículos de higiene ni de alimentación, para ello se dispondrá de un lugar específico para dejar las pertenencias, esto es indicado por el o la docente a cargo.
- No saludar con la mano o dar besos.
- El o la docente debe estar alerta a los síntomas por Covid-19 y de inmediato activar protocolo y enviar a enfermería de casos sospechosos por medio del asistente de ciclo correspondiente.
- El o la docente debe ir a buscar a la sala de clases a los estudiantes para un trayecto seguro.



COLEGIO SAN IGNACIO

Protocolo Clases Presenciales Educación Física 2021

PROTOCOLO DE CLASES PRESENCIALES PARA EDUCACIÓN FÍSICA



1. Sanitización de manos al iniciar y al finalizar la clase con alcohol gel, lavado de manos en los baños o lavaderos disponibles en los patios.

2. Uso de mascarilla obligatorio durante toda la clase. Por sugerencia, la mejor mascarilla para hacer actividad física es la desechable quirúrgica, con las otras es más complejo el aumento de la temperatura y la respiración.



3. No saludar con la mano o dar besos.

4. Cada estudiante debe contar con su botella de agua de uso estrictamente personal.



5. Al finalizar la clase la mascarilla debe ser sustituida por otra (cada estudiante es responsable de contar con la otra mascarilla, según protocolo del Colegio).

6. Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.



7. El o la Docente debe ir a buscar a la sala de clases a los estudiantes para un trayecto seguro y controlado.



8. No compartir artículos de higiene ni de alimentación, para ello se dispondrá de un lugar específico para dejar las pertenencias, esto será indicado por el o la Docente a cargo.

9. El o la Docente debe estar alerta a los síntomas por Covid-19, y de inmediato activar protocolo y enviar a la "Sala Aislamiento Respiratorio".



10. Si un estudiante tiene problemas con su mascarilla y no tiene repuesto, será solucionado a la brevedad solicitando la reposición en enfermería.