

MEDIDAS PREVENTIVAS A CUMPRIR PELAS CRIANÇAS/ ALUNOS AQUANDO DA UTILIZAÇÃO DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO

Recomendações iniciais:

1. É obrigatório o uso de calçado exclusivo no acesso às instalações desportivas (os ténis não podem vir calçados de casa).
2. É obrigatório o uso de máscara à entrada e à saída das instalações, sendo dispensada a obrigatoriedade do uso da mesma, apenas, durante a realização do exercício físico.
3. Deverão deixar os “valores” (telemóveis, carteiras, etc.) nos balneários ou não se fizerem acompanhar dos mesmos para a aula de Educação Física, uma vez que não haverá “caixa de valores” para guardá-los. Em caso de desaparecimento dos mesmos a responsabilidade será imputada aos alunos.
4. Deverão ser portadores de uma garrafa de água (devidamente identificada), para hidratação, e de um chapéu a ser utilizado no decorrer da aula.

Entrada nas instalações desportivas:

1. Só podem entrar nos balneários com autorização prévia do professor.
2. A entrada para os balneários será realizada pela porta exterior dos mesmos.
 - Aquando da entrada, terão que desinfetar as mãos, com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA), bem como o calçado, no respetivo tapete desinfetante.

Utilização dos balneários, saída dos mesmos para o pavilhão gimnodesportivo e regresso aos balneários:

1. No interior dos balneários, só podem utilizar os cabides e a zona do banco que não contenham uma sinalização com fita vermelha.
2. À saída dos balneários, para o pavilhão gimnodesportivo, terão que desinfetar, novamente, as mãos e o calçado.
3. Só será permitido tomar banho, na sequência das aulas de 100 minutos e, apenas, aos alunos que necessitam de transporte e, por esse motivo, permanecem na escola até mais tarde. Nesta situação só

2019/ 2020

poderão utilizar os chuveiros que não estão bloqueados com fita sinalizadora. Em relação às aulas de 50 minutos não é permitido a qualquer aluno tomar banho.

Durante a aula propriamente dita:

1. Após a instrução inicial, e depois da indicação do professor, de uma forma ordenada, e com as devidas distâncias, colocam a garrafa de água e a máscara dentro da respetiva bolsa (personalizada), em cima do banco suco.
2. Sempre que não realizarem a aula (por motivos de saúde ou de falta de material), devem entrar pela porta próxima da qual se encontra a assistente operacional, desinfetar as mãos e o calçado (no tapete desinfetante) e, de seguida, assistir à aula na bancada (**Atenção!** só se podem sentar nas cadeiras que estão identificadas a verde e, até ao final da aula, não podem trocar de lugar).
3. Não podem trocar/ partilhar material (bolas, raquetes, cordas, etc.)
4. No final da aula, após indicação do professor, de uma forma ordenada, vão buscar a máscara e a garrafa de água e dirigem-se para o balneário à entrada do qual terão que desinfetar, mais uma vez, as mãos e o calçado.

Outras informações relevantes:

1. De forma a evitar o cruzamento de pessoas, serão estabelecidos percursos distintos de entrada e de saída das instalações desportivas.
2. Será mantido o distanciamento de segurança, entre alunos, de acordo com a orientação da Direção-Geral da Saúde.
3. Haverá borrifadores higienizantes, para desinfetar o material desportivo usado, antes, no decorrer, e depois de cada aula.
4. Sempre que possível, será privilegiada a utilização de espaços exteriores para a realização das aulas, essencialmente quando o pavilhão é partilhado com outra(s) turma(s);

Crato, 11 de setembro de 2020

Os professores de Educação Física dos 2º e 3º ciclos

João Ramos e Teresa Rocha