

# **PROTOCOLO EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2020/21**

## **RECOMENDACIONES GENERALES DE PREVENCIÓN**

- 1) Llevar un kit de uso personal de educación física (jabón de manos y/o gel hidroalcohólico, toalla pequeña, ropa de cambio, botella de agua, mascarilla de repuesto).
- 2) Desinfección, antes, durante y al finalizar la sesión: manos y pies (suelas).
- 3) Uso de las instalaciones: acceso escalonado al vestuario, fomento de las rutinas de limpieza personal, ventilación natural del polideportivo y del aula.
- 4) Desinfección del material: Evitar devolverlo al almacén sin desinfectar, implicar al alumnado en la desinfección, evitar el uso del mismo material en clases consecutivas.
- 5) Distancia interpersonal: distribuir el espacio de trabajo garantizando la distancia interpersonal, consensuar horarios para evitar coincidencias en el polideportivo e instalaciones deportivas.
- 6) Seguridad emocional: favorecer un ambiente de seguridad, evitar crear alarma innecesariamente entre el alumnado.

## **RECOMENDACIONES PARA LA PRÁCTICA**

- Aprovechar los espacios naturales e instalaciones deportivas próximas para desarrollar sesiones de otros bloques de contenidos.1 cada salida.
  - Respetar la distancia entre las personas participantes en la clase y la diversidad del alumnado.
- a) *PROPUESTAS ORGANIZATIVAS*
- 1) Priorizar el uso de zonas verdes o naturales del centro y en su entorno (evitar aglomeraciones)
  - 2) Diseñar actividades que se puedan realizar individualmente o grupos reducidos estables (por si hay contagios).
  - 3) Realizar actividades caminando, corriendo manteniendo la distancia de seguridad recomendada para realizar actividad física.
- b) *ORIENTACIONES METODOLÓGICAS:*
- 1) Aprendizaje basado en la experiencia.
  - 2) Metodología activa.
  - 3) Modelo pedagógico educativo-aventura.
  - 4) Incorporar los objetivos de desarrollo sostenible (ODS).

## RECOMENDACIONES PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- 1) Realizar juegos y deportes sociomotores (colectivos) respetando la distancia social.
- 2) Priorizar el uso de material individual. Desinfección al finalizar.
- 3) Lavarse las manos: antes, durante y al finalizar la sesión.
- 4) Hacer clase preferentemente al aire libre.
- 5) Modificar las reglas de juego para ajustarse a las recomendaciones higiénicas y respetar la diversidad del alumnado.

### *EJEMPLOS DE CONTENIDOS (ACTIVIDADES):*

- a) Juegos deportivos de cancha dividida (tenis, bádminton, voleibol, tenis de mesa,)
- b) Juegos deportivos de blanco y diana (baseball, balón prisionero,)
- c) Juegos deportivos de invasión (hoquey, ultimate...)
- d) Juegos populares y tradicionales (juegos de cuerda y goma, rayuela...)
- e) Juegos y deportes adaptados.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN

### *ANTES DE LA CLASE:*

- Utilizar el material estrictamente necesario para la sesión y fácil de limpiar.
- Preparar modificaciones de las actividades para garantizar seguridad higiénica y respetar la diversidad.
- Organizar grupos estables a lo largo de la unidad didáctica (mejor seguimiento si hay contagio).
- Señalar espacios específicos para que el alumnado pueda dejar y recoger ropa deportiva y bolsas sin aglomeraciones.

### *DURANTE LA CLASE:*

- Lavado de manos si es necesario el cambio de material.
- Desinfectar el material si es necesario su uso por diferentes alumnos.

### *AL FINALIZAR LA CLASE:*

- Recoger el material al rincón de desinfección.
- Lavarse manos y cara. Y ponerse la mascarilla.

## PRINCIPIOS DE PROCEDIMIENTO PARA LA COVID-19

- 1) Incluir las rutinas higiénicas individuales y del material antes, durante y al finalizar las clases.
- 2) Priorizar las actividades físicas individuales o psicomotrices en zonas verdes y espacios deportivos al aire libre en el centro escolar y próximas a este.
- 3) Aprovechar el entorno familiar para realizar actividades físicas que no se puedan hacer en clase.
- 4) Desarrollar actividades sociomotrices con modificaciones y criterio de seguridad higiénica.
- 5) Apoyarse en TICS y materiales didácticos de elaboración propia a propósito de la covid – 19.
- 6) Fomentar en el alumnado actividades e iniciativas que reduzcan el impacto medioambiental (movilidad sostenible, transporte activo a la escuela, actividades con material reciclado).
- 7) Respetar la diversidad (física, sexual, socioeconómica) para que ningún alumno/a se quede atrás.

