

Agrupamento de Escolas José Belchior Viegas

Escola Secundária José Belchior Viegas

Normas de funcionamento da disciplina de Educação Física 2020/2021

As presentes normas constituem-se como um instrumento de prevenção e de mitigação do risco de disseminação da COVID-19 na Comunidade Escolar. Aplicam-se durante o período de situação pandémica.

- ✓ Existência de circuito no acesso às instalações desportivas, com circulação num único sentido, com locais diferentes de entrada e saída.
- ✓ Desfasamento na entrada das turmas nas instalações desportivas e desfasamento na entrada dos alunos.
- ✓ A entrada nas instalações organizada e faseada em pequenos grupos de alunos da mesma turma, só ocorre após autorização do professor ou funcionário.
- ✓ É obrigatório o uso de máscara por parte dos alunos, na entrada e saída das instalações desportivas, durante a permanência nos vestiários e no espaço de aula (período de instrução).
- ✓ Os alunos ficam dispensados do uso de máscara durante a realização de exercício físico.
- ✓ Os alunos devem vir equipados de casa.
- ✓ Não é permitida a utilização dos balneários para banhos após as aulas. Recomenda-se, em alternativa, o uso de toalhetes ou de toalhas, após a realização das aulas.
- ✓ Material a trazer pelos alunos:
 - obrigatório - equipamento desportivo; sapatilhas limpas (na mochila); toalha; máscara e bolsa com a identificação do aluno (para guardar a máscara durante a realização de exercício físico durante a aula de Educação Física).
 - aconselhado - garrafa de água, muda de roupa, tapete.
- ✓ Inexistência de saco de valores.
- ✓ A saída do espaço de aula será ordenada e espaçada no tempo, de forma a evitar aglomeração de alunos dentro das instalações desportivas. Todos os alunos devem abandonar as instalações com a brevidade, por forma a evitar aglomerações e a permitir a necessária higienização dos espaços e materiais.
- ✓ É estritamente proibida a partilha de material não higienizado entre utilizadores. No entanto, após a sua higienização, é permitida a partilha de materiais entre alunos.
- ✓ É estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (toalhas, garrafas de água, coletes, casacos, etc.).
- ✓ Recomenda-se a lavagem/higienização de todo o equipamento desportivo pessoal, após cada utilização.

Procedimentos do aluno:

- ↪ Após autorização, ao entrar nas instalações o aluno faz a higienização do calçado (que traz do exterior através de passagem em tapete próprio com solução higienizante) e higienização das mãos com gel desinfetante.
- ↪ O aluno dirige-se ao vestiário para trocar de sapatilhas e logo de seguida desloca-se para o ponto de encontro da aula (devendo ser portador de garrafa de água e bolsa para máscara com identificação).
- ↪ À entrada para a sala de aula o aluno volta a higienizar as sapatilhas e as mãos.
- ↪ Após o período de instrução inicial, à ordem do professor, o aluno retira a máscara (para poder realizar exercício físico) e guarda-a na bolsa respetiva. Depois de manusear a máscara o aluno deve desinfetar as mãos.
- ↪ Na sala de aula estão colocados dispensadores de desinfetante para os alunos fazerem a higienização das mãos, garantindo o manuseamento dos materiais em segurança.
- ↪ O aluno deve respeitar as indicações do professor, acautelando a distância de segurança de 3 metros relativamente aos colegas, durante a realização de exercício físico intenso.
- ↪ Os alunos deverão efetuar o reforço da higienização dos materiais por si utilizados, antes e após a sua utilização. No final da aula, sob supervisão do professor, os alunos designados de cada grupo de trabalho, asseguram a higienização dos equipamentos utilizados e arrumam-nos nos locais próprios.
- ↪ Na saída o aluno realiza o procedimento inverso ao da entrada -higienização das mãos, troca de sapatos, muda de roupa e saída em corredor diferenciado.