

# DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

## PLAN DE ACTUACIÓN PARA MINIMIZAR RIESGOS EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA DURANTE EL COVID-19

2020-2021

### PROLOGO

El departamento de Educación Física y Deportiva, con el firme compromiso de garantizar que el alumnado pueda tener una Educación Física de Calidad durante el próximo curso, propone en este documento una serie de recomendaciones generales para impartir la materia y una serie de medidas relacionadas con la prevención de riesgos laborales, con el objetivo de apoyar la labor de nuestros profesores de Educación Física.

Este documento, parte de la premisa de que las clases de EF no serán como antes, pero una adecuada planificación, contemplando las medidas preventivas y de higiene, puede hacer que la "nueva normalidad" sea lo más segura posible, tanto para el alumnado como para el personal docente de la materia.

Lo que aquí se expone también pretende poner en valor la materia de EF por su relación con la salud y los hábitos de vida, ofreciendo una oportunidad de aprendizaje para alumnos que necesitan re-socializarse y adaptarse después del entorno de aprendizaje online que hemos vivido.

Específicamente, las recomendaciones que aquí se presentan ayudarán al personal docente con la toma de decisiones y la implementación de la EF, dando la oportunidad de trabajar la promoción y cuidado de la salud durante el tiempo de

clase, así como antes, durante y después del día escolar, generando hábitos saludables y adherencia al ejercicio.

## INTRODUCCIÓN

La pandemia de la COVID-19 ha puesto en una situación sin precedentes a toda la población española. En el ámbito educativo ha supuesto una gran dificultad, acentuando la brecha social existente y produciendo una crisis de aprendizaje generalizada.

Parte del alumnado puede haber experimentado problemas físicos y psicológicos, traumas debidos a la enfermedad, inseguridad alimentaria, aislamiento social, discriminación, ansiedad, depresión y pérdida. Es éste el contexto desde el que debemos reflexionar para planificar el curso 2020-2021 en nuestro centro educativo, de acuerdo a las necesidades que presenta el alumnado.

El Ministerio de Educación y Formación Profesional ha señalado que "la experiencia de este curso ha confirmado la importancia de la presencialidad para el desarrollo habitual de las tareas educativas y formativas, por lo que las Administraciones educativas realizarán todos los esfuerzos necesarios para asegurar la modalidad presencial en todas las enseñanzas, niveles y etapas educativas" (Conferencia Sectorial de Educación, 10/06/2020).

Esto significa también que las medidas de prevención, higiene y desinfección cobrarán un gran protagonismo en la programación y desarrollo de la actividad docente, y habrá que atender a las obligaciones a este respecto dictadas por el Estado, la Comunidad Autónoma de Murcia e incluso las emanadas por ordenanzas municipales. Sin embargo, la decisión final sobre los protocolos para preservar la seguridad del alumnado, ciñéndose a lo que señala la normativa o ampliándolo dentro de la legalidad, dependerá de cada uno de los centros y, por tanto, corresponderá establecerlos a las direcciones de los mismos.

En lo que respecta a la EF, el complejo contexto que rodea a esta materia y que difiere del resto (espacios, actividades, movimiento, interacción, materiales y equipamientos) hace necesario que se generen procesos y procedimientos específicos que aseguren el bienestar del alumnado y del personal docente, minimizando los riesgos.

Por ello, teniendo en cuenta la dificultad añadida de todo lo que conlleva una clase de EF con respecto a las medidas de prevención, higiene y desinfección, estas recomendaciones que presentamos pueden ser de gran ayuda, facilitando la adaptación a la "nueva normalidad" en lo relativo a la materia de EF a nivel curricular y sus espacios para la docencia, sabiendo y entendiendo que los contextos educativos son diferentes en función de la comunidad autónoma, el tamaño, los ciclos y niveles educativos que en el centro se imparten, el diseño de las instalaciones disponibles, etc. (Association for Physical Education, 2020).

Por otra parte, se ha de tener en cuenta que las primeras medidas de "desescalada" tuvieron que ver con la actividad física de la población infantil (Orden SND/370/2020, de 25 de abril) y la práctica físico-deportiva para toda la ciudadanía (Orden SND/380/2020, de 30 de abril).

El Gobierno consideraba que, permitiendo la actividad física, incidía en algo esencial para la salud de la población, considerando la inactividad física como un problema de salud pública. En esta línea, la materia que genera hábitos relacionados con los estilos de vida activos, enseña la adecuada realización de la práctica físico-deportiva y fomenta su adherencia debe ser preferente en la vuelta a los centros.

No se conocen estudios que hayan evaluado el efecto duradero de las pandemias en la actividad física y el sedentarismo, pero sí existen datos sobre cómo han afectado de forma negativa sobre ello los desastres naturales, incluso en los tres años posteriores a los mismos (Hall et al., 2020).

Además, la ciencia ha demostrado que cuando los/as niños/as no van al colegio (por ejemplo, fines de semana y vacaciones de verano), incluso pudiendo salir a la calle, son físicamente menos activos/as, mostrando actitudes más sedentarias, que tienen consecuencias directas en el peso corporal y la aptitud cardiorrespiratoria (Wang et al., 2020). Es más, las estimaciones europeas señalan que "hasta un 80% de los alumnos en edad escolar realizan actividades físicas exclusivamente en su centro educativo" (Eurydice, 2013).

Preocupa aún más la situación que puede generar la pandemia sabiendo que aproximadamente el 80% de los/as adolescentes no cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física (Guthold et al., 2020) y que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en población infantil y juvenil en España se encuentra en un 44,4% (Aranceta-Bartrina, Gianzo- Citorese y Pérez-Rodrigo, 2020). Cabe en este punto señalar, en un ámbito más economicista, que "las estimaciones específicas por país de los costos económicos atribuibles a la inactividad física oscilan entre el 1,2% y el 2,5% del gasto total anual en salud" (Katzmarzyk, 2011).

Más allá de la necesidad de aumentar los niveles de actividad física en la población infantil y juvenil, no debemos olvidar que la EF de Calidad es un derecho fundamental que reporta beneficios para las personas, las familias, las comunidades y la sociedad en general; desempeña un papel importante en el desarrollo de los conocimientos básicos sobre la actividad física, el bienestar y las capacidades físicas; mejora la salud mental y las capacidades psicológicas; acrecienta las capacidades sociales; contribuye a la prevención y a la rehabilitación de los que corren el riesgo de caer en adicciones, delincuencia, explotación o pobreza; y puede reportar importantes beneficios en los planos de la salud, social y económico (Unesco, 2015).

En definitiva, la EF es fundamental para el desarrollo integral del alumnado. Por eso, debemos garantizar que se imparta de forma segura y responsable, para el personal docente y el alumnado, asegurando así que adquieran las competencias básicas y les aporte las habilidades y oportunidades de promoción de la salud y bienestar, tan importantes durante estos tiempos inciertos y difíciles. Esto también les ayudará a tener herramientas y desarrollar resiliencia en el futuro.

## **RECOMENDACIONES PARA UNA EDUCACIÓN FÍSICA SEGURA Y RESPONSABLE**

### **1. DEBER DOCENTE**

- Conoce las especificaciones de las normativas estatales, autonómicas y municipales para centros educativos y actividades deportivas.
- Conoce las directrices y protocolos que se establezcan desde la dirección de tu centro, y participa en la medida de la posible para que puedan adaptarse a las necesidades de la materia de EF.

### **2. PROGRAMACIÓN**

#### **ADAPTACIONES CURRICULARES Y DE APRENDIZAJE**

- Adapta teniendo en cuenta los contenidos competenciales claves y selecciona aquellos imprescindibles que sean adecuados para trabajar en estas condiciones (tiempo de clase presencial, medios, espacios disponibles, etc.).
- Considera los aprendizajes imprescindibles que no pudieron alcanzarse en el curso anterior debido a la falta de presencialidad, para recuperarlos y permitir al alumnado el logro de los objetivos previstos.
- Revisa que las adaptaciones también tengan en cuenta al alumnado con necesidades educativas especiales.

- Durante el primer trimestre, selecciona los contenidos según aquellos factores que puedan disminuir el riesgo de contagio: espacios al aire libre y actividades sin material.
- No te olvides que todo este tiempo sin clases presenciales ha podido afectar mucho más que los periodos vacacionales habituales a la motricidad del alumnado, a la condición física y al estado de salud, debido al sedentarismo y la inactividad física.

## DISTANCIAS

- Prioriza actividades sin contacto físico y en las que se pueda mantener el distanciamiento físico de, al menos, 1,5 metros.
- Evita las actividades en las que no se pueda respetar el distanciamiento y que por su naturaleza (por ejemplo, altas intensidades) no es posible o recomendable el uso de mascarilla (más información: Pifarré et al, 2020; Motoyama et al., 2016; Parodi y Magallanes, 2019).
- En el caso de introducir actividades en las que no se puedan mantener las distancias de seguridad que marca la normativa, todo el alumnado deberá llevar mascarilla, siempre y cuando la naturaleza de la actividad lo permita.
- Adapta las reglas de los juegos y deportes colectivos de tal manera que controlen mejor el acercamiento físico entre participantes.
- Las actividades con implementos personales pueden ser una estrategia para mantener las distancias de seguridad (sticks, palas, raquetas, etc.).
- Recuerda, a mayor intensidad y/o velocidad de desplazamiento, las distancias deben ser mayores. Según algunos/as investigadores/as, sin barreras de protección, caminando rápido (4 km/h) debería mantenerse una distancia de 5 metros, corriendo rápido (14,4 km/h) 10 metros y en bicicleta (30 km/h) al menos 20 metros (Blocken et al., 2020; FAQ Blocken y Marchal).

## ESPACIOS

- Diferencia y prioriza el uso de espacios fuera y dentro del centro al aire libre (patios, zonas verdes, instalaciones públicas y parques cercanos) frente a

los cerrados (salas polivalentes, gimnasios y pabellones), siempre que la climatología, tanto por frío como por calor, lo permita. En el caso de que sea necesario, no te olvides de cumplir con los protocolos de información y permisos para la salida del centro.

- Propón al centro completar un inventario de espacios al aire libre, para repartir su uso por cursos y docentes, estableciendo una rotación de las zonas que se pueden usar para EF.

## **MATERIALES**

- Evita actividades en las que haya que tocar superficies.
- Anticipa el uso de material teniendo en cuenta los tiempos y procesos de preparación, separación y desinfección.
- Prioriza el uso de material que sea más sencillo desinfectar.
- Evita compartir material. Si fuera conveniente, enumera y asigna a cada estudiante el suyo propio con números, letras o colores, registrándolo por si fuera necesario el seguimiento frente a un contagio.
- Ten en cuenta en los presupuestos del departamento de EF la adquisición del material necesario para atender la necesidad de uso individual en las clases.
- Haz que el alumnado cree sus propios materiales de EF.
- Adapta los juegos y deportes colectivos eliminando los implementos compartidos o mediante la utilización de materiales que reduzcan el contacto.

## **GRUPOS**

- Colabora con la dirección del centro para que se cumplan las indicaciones de las autoridades sobre el número de alumnos/as por clase y su reducción para poder aplicar las medidas de distanciamiento social.
- En el caso de actividades grupales, si fuera posible, organiza al alumnado en subgrupos estables (que se mantengan a lo largo del tiempo) en función de sus relaciones sociales fuera del aula, para facilitar la labor de los rastreadores en caso de contagio.



## **OTRAS CONSIDERACIONES**

- Las medidas para la prevención de los contagios incluyen el uso preferente de las escaleras y la priorización de las opciones de movilidad que garanticen la distancia interpersonal, como el transporte activo (andando o en bicicleta). Esto presenta una oportunidad para el fomento de los estilos de vida activos y promover proyectos en la comunidad educativa en relación con dichas medidas, por lo que puedes incluirlos en los instrumentos de evaluación que utilices (rúbricas de evaluación, hoja de observación).

### **3. INFORMACIÓN**

- Informa a la dirección sobre los procesos y procedimientos que, en base a las directrices pautadas por el centro, vas a llevar a cabo en EF. También da a conocer los espacios a las que se accederá para desarrollar las clases.
- Asegúrate de que se informa a las familias o tutores legales de todas las medidas que llevarás a cabo en EF para que sea un entorno seguro.
- Informa y educa al alumnado sobre las medidas de prevención, higiene y desinfección que también son su responsabilidad en EF: lavarse las manos correctamente, evitar tocarse la cara, expectorar solo en pañuelos que puedan desecharse, tocar solo el material imprescindible, toser o estornudar cubriéndose la boca y la nariz con el codo flexionado, usar correctamente la mascarilla...
- Coloca en las instalaciones y espacios de EF cartelería visible con las normas básicas de seguridad.

### **4. PREPARACIÓN**

#### **LA INSTALACIÓN**

- Organiza y limita la circulación: restringe el acceso a las áreas exclusivas para docentes y los almacenes de material, establece puntos de salida y entrada diferenciados -si es posible- tanto a la instalación como a los



vestuarios, delimita con señales zonas individuales que permitan mantener la distancia de seguridad también en las actividades, etc.

- Asegúrate de que en la instalación hay contenedores adecuados (protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal) para respetar el protocolo de "usar, embolsar, tirar" después del uso de material higiénico, como mascarillas, pañuelos, etc.
- Solicita al centro que coloque varios dispensadores de geles hidroalcohólicos o desinfectantes con actividad virucida, autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad para la limpieza de manos, separados, en diferentes puntos de la instalación deportiva, para evitar aglomeraciones.
- Señaliza áreas para que el alumnado pueda depositar las mochilas y chaquetas sin que éstas entren en contacto, y que en el proceso puedan hacerlo de manera ordenada evitando aglomeraciones.

## **ANTES DE LA CLASE**

- Comprueba que hay mascarillas empaquetadas individualmente disponibles y suficientes (para el alumnado, en caso de necesidad u olvido) garantizando así la seguridad de todos/as, y cumpliendo las medidas uso obligatorio de las mismas.
- Comprueba que los dispensadores tienen suficiente gel o desinfectante y que en los lavabos hay agua y jabón.
- Marca áreas o espacios individuales adecuados a las actividades a desarrollar durante la sesión, en el caso de que sea posible.
- En espacios cerrados, abre ventanas y puertas para ventilar durante el mayor tiempo posible y evita usar el aire acondicionado, tanto de frío como de calor (Lu et al., 2020).

## **5. DIRECCIÓN Y SUPERVISIÓN**

### **AL ALUMNADO**

- Recuerda y monitoriza que el alumnado utilice las áreas establecidas para cambiarse o depositar sus mochilas y chaquetas.
- Insta al alumnado a que eviten el uso de anillos, pulseras y colgantes y que aquellas personas con el pelo largo se lo recojan.
- Asegúrate de que realizan una correcta limpieza de manos antes de la clase de EF. Organiza filas, que respeten la distancia de seguridad, en cada dispensador. En el caso de aquellos/as con suciedad visible en las manos, el gel hidroalcohólico no es suficiente, por lo que deben acudir al lavabo para lavarse con agua y jabón.

### **DURANTE LA CLASE**

- Vigila que el alumnado respeta en todo momento las medidas de distanciamiento, el uso de mascarilla cuando sea necesario y evitan los contactos no imprescindibles con otros/as compañeros/as y con las superficies.
- En espacios cerrados, si la climatología y las características de la actividad lo permiten, mantén ventanas y puertas abiertas y evita usar el aire acondicionado, tanto de frío como de calor (Lu et al., 2020).
- Prepara material adicional de cambio, para evitar compartir entre personas y grupos, para no perder tiempo de práctica en el proceso de desinfección.

### **AL FINALIZAR LA CLASE**

- Si se usa material y equipamientos, implica al alumnado en el proceso de limpieza y desinfección, siempre y cuando no entrañe ningún riesgo.
- Organiza al alumnado de nuevo para que procedan a la limpieza de manos respetando las distancias. Recuerda que se debe priorizar el lavado de manos frente a los geles siempre que sea posible.
- Asegúrate de que recogen sus mochilas y chaquetas de manera ordenada y evitando aglomeraciones.
- Evita el uso de duchas si no están individualizadas.

- En espacios cerrados, abre ventanas y puertas para ventilar durante el mayor tiempo posible y evita usar el aire acondicionado, tanto de frío como de calor (Lu et al., 2020).

## 6. COLABORACIÓN

- Solicita al centro que te proporcione los productos básicos y los equipos de protección necesarios para poder realizar una desinfección rápida y suficiente de los materiales, equipamientos y áreas de mochilas y chaquetas después de cada clase.
- Evita devolver al almacén el material o equipamiento usado sin que haya sido desinfectado previamente.
- Establece con el resto de docentes un registro de uso de espacios, equipamientos y materiales usados, compartido con el personal de limpieza, para que así tengan en cuenta sobre qué deben priorizar, reforzar y prestar especial atención a la hora de limpiar y desinfectar.

## 7. DETECCIÓN Y PROTECCIÓN

- Si un/a estudiante tiene síntomas durante la jornada escolar, se le llevará a un espacio separado, facilitándole una mascarilla quirúrgica y otra para la persona adulta que cuide de él/ella hasta que lleguen sus progenitores o tutores. Se avisará a la familia que debe contactar con su centro de salud o con el teléfono de referencia de la comunidad autónoma, para que se evalúe su caso.

**TRAS LA EXPOSICIÓN DE LAS MEDIDAS DE CARÁCTER GENERAL QUE SE ACUERDAN ADOPTAR, LOS MIEMBROS DEL DEPARTAMENTO ACUERDAN IGUALMENTE LAS SIGUIENTES MEDIDAS BUSCANDO UNA MAYOR ADAPTACIÓN A NUESTRO PARTICULAR CONTEXTO.**



Región de Murcia  
Consejería de Educación  
y Cultura

IES GIL DE JUNTERÓN

Avda. Todos los Santos, 3. Beniel 30130

Tf.- 968602102

30012860@murciaeduca.es



Unión Europea

Fondo Social Europeo

"El FSE invierte en tu futuro"



EDUCACIÓN  
RESPONSABLE

REGION DE MURCIA



BILINGÜES SECUNDARIA  
REGIÓN DE MURCIA



## PRINCIPALES ACUERDOS DE NUESTRO DEPARTAMENTO

### **BOLSA-KIT DE HIGIENE-ANTICOVID:**

- **Será obligatoria y evaluable**, ya que el hecho de no llevarla imposibilita unas medidas higiénicas básicas, que forman parte de los contenidos de la materia.
- Será de uso estrictamente personal y deberá venir **identificada con nombre y apellidos**.
- Contendrá al menos: **botellín de agua, 2 mascarillas de repuesto, solución hidroalcohólica (que no sea gel), jabón, pañuelos desechables, toalla pequeña, calcetines (recomendado) y camiseta interior de repuesto**. Nota: las medicinas para alumnos enfermos crónicos, por ejemplo, aspiradores para asmáticos.
- Al igual que la mochila y objetos personales, el alumno **llevará consigo en todo momento y la situará junto a la zona de actividad que indique el profesor**. De esta manera, evitamos además de robos, desplazamientos innecesarios ya que el alumno podrá sin necesidad de abandonar la zona de actividad y el control del profesor: guardar la mascarilla, echarse solución hidroalcohólica o beber agua.
- Las mochilas y bolsas de higiene personal **se colocarán a una distancia mínima de 2 metros entre ellas**. Dentro del pabellón: junto a la pared. Cuando trabajemos en el patio, en el lateral de las pistas de polideportivas. Nota: no dejarlas encima de las mesas de pin pon ni en los asientos.

### **AGRUPAMIENTOS**

- Procuraremos realizar grupos reducidos y estables, denominados en adelante **"grupos burbuja"**, con la finalidad de reducir el riesgo de contagios.
- Favorecen la labor de los rastreadores en caso de contagio.

## ESPACIOS-DISTANCIA

- Todas las puertas y ventanas del pabellón estarán abiertas de forma permanente desde la primera a la última hora de la mañana, quedando los profesores correspondientes encargados de estas funciones.
- Advertir al equipo directivo que extremen el control de los alumnos que pasean libremente por el centro, ya que existe el riesgo de que se escondan en vestuarios, o queden dispersos por el patio y dependencias.
- Solicitar que se retiren ladrillos de vidrio y se coloque ventanas u otro procedimiento que permita incrementar la ventilación del pabellón deportivo (de otra manera habrá que estudiar la conveniencia de no utilizarlo).
- Recordar a la dirección a la hora de hacer horarios, la importancia y necesidad de que nunca haya más de 2 profesores del departamento trabajando simultáneamente. De esta manera, se facilita el distanciamiento social al disponer un profesor del pabellón y el otro de las dos pistas exteriores.
- En los grupos de 1º y 2º de ESO por tener presencia casi total, se establece que el profesor que trabaja en el pabellón disponga además de la pista pequeña de mate.
- Se recuerda el longevo acuerdo de nuestro departamento respaldado por las anteriores directivas y por la actual, de **no prestar espacio ni material a ningún profesor ajeno al departamento**, con la única excepción de los grupos de PAI en atención a sus habituales y peculiares características.  
**(Acordado con el jefe de estudios Alejandro Martínez 08/09/2020)**

*La principal justificación de esta medida es que la conducción de las actividades físico deportivas solo debe ser realizada por profesores habilitados, y con ello evitar, los problemas derivados de hacerlo con personas con una formación parcial o incluso nula: Por ejemplo; te limitan espacio y por tanto, aumenta el riesgo de contagio además de dificultar la práctica docente, interrumpen al profesor para pedir y devolver el material, cuando no para solicitar ayuda cuando algún alumno se accidenta, los alumnos no pueden asearse adecuadamente y además en el caso de que lo puedan hacer los vestuarios se colapsan, no se fomenta la práctica saludable de actividad física y suponen un influencia negativa en los hábitos que el profesor de educación física se esfuerza por inculcar en sus alumnos, etc.*

## VESTUARIOS:

- Cuando haya dos grupos en EF compartiendo horario, se estima que haya una media de 10-15 alumnos por cada vestuario entre ambos grupos. En estos casos, **el grupo de menor edad entrará al vestuario 4' minutos antes** que el de mayor edad con el fin de evitar aglomeraciones. (Ponerse de acuerdo ambos profesores).
- Se colocarán cartelillos o **pegatinas en los asientos** que recuerden la distancia mínima de seguridad. Acordamos colocar sillas individuales y retirar los bancos y revisar percheros. (GESTION JEFE DEPARTAMENTO)
- Proveer de **dispensadores de jabón** en ambos vestuarios, así como, de **papel para secado de manos**. (custodiado por nosotros y higiénico) En este sentido, concienciar a los alumnos en referencia a la importancia y necesidad del **cuidado y buen uso** del material de todos y para todos (aspecto también evaluable y que debemos promocionar con **cartelillos de concienciación**). Para evitar actos robos o vandálicos el jabón, y papel higiénico puede ser custodiado por el profesor.
- La conveniencia de que ambos vestuarios permanezcan con las **ventanas abiertas** para la mejor ventilación de los mismos. Adoptar alguna medida para que las ventanas del vestuario femenino que dan al patio estén protegidas o vigiladas de actos incívicos. Poca ventilación en el vestuario femenino, limitar el aforo y hacer hincapié en que las puertas y ventanas permanezcan abiertas.

## DESPLAZAMIENTOS/MOVILIDAD:

- Todos los alumnos accederán al pabellón y a los vestuarios **individualmente, sin correr y manteniendo la distancia de seguridad**.
- **La mascarilla será obligatoria**, excepto cuando lo indique expresamente el profesor (fundamentalmente durante los esfuerzos de intensidad elevada que procuraremos que sean los mínimos).
- La distancia mínima de seguridad (1.5 pero nosotros acordamos que sean 2 metros) se mantendrá **siempre y aumentará al caminar o correr**.

- **La carrera se realizará en paralelo (2 metros). Se permite la fila siempre que se mantenga una distancia mínima de 10 metros** con respecto al compañero de delante.
- **En los juegos y deportes colectivos o actividades sociomotrices** se trabajará **con mascarilla** sobre todo, si utilizamos estrategia global.
- Podemos acotar zonas dentro del terreno de juego que el alumno no puede invadir.
- Concienciar al alumno para que actúe con prudencia y no se comporte excesivamente competitivo, para reducir al máximo posibles encontronazos o contactos con los adversarios. Relativizamos este aspecto que se evalúa en nuestra materia.
- Las pelotas, volantes y todo aquel **material que vaya de mano en mano durante el juego** será pulverizado con solución hidroalcohólica y una frecuencia mínima de 10 minutos.
- En deportes de raqueta la pelota solo la tocará con las manos el dueño de la pelota o volante.
- En este sentido, el alumno evitará tocarse los ojos, la boca y la nariz después que haya tocado un balón con las manos y hasta que no se eche de su pequeño bote de solución hidroalcohólica que como hemos dicho anteriormente tendrá junto a la zona de actividad en su bolsa de higiene personal con lo que facilitamos el acceso al mismo.
- Recomendar a los alumnos que lleven una riñonera o cinturón donde lleven consigo la solución alcohólica para echarse con la mayor frecuencia sin necesidad de abandonar la práctica.
- Colocaremos dos pulverizadores de **solución hidroalcohólica a ser posible con pedal** y que estarán ubicadas junto a la puerta de acceso.
- **Las dos hojas de las puertas de acceso al pabellón permanecerán abiertas dejando un pasillo para entrar y otro para salir** (señalizar el pasillo con la ayuda de una valla, flechas en el suelo y una señal de prohibido el paso en el sentido correspondiente). **ARREGLAR MECANISMO PUERTA CONSERJES**



- **Todos los alumnos irán directamente del vestuario a la zona de actividad** y permanecerán allí a la espera del profesor, manteniendo siempre la distancia de seguridad y con la mascarilla puesta. En este sentido, procuraremos llegar a la zona de actividad antes que los alumnos hayan salido del vestuario.

### MANEJO Y MANIPULACIÓN DE EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS:

- Nos referimos a porterías, canastas, palos y redes de voleibol-bádminton, mesas de pin pon, colchonetas, bancos suecos, plintos, trampolines, espalderas, rocódromo, cuerda de trepa, etc.
- **¿Cuándo?** Lo idóneo es que el profesor lo prepare unos minutos antes del inicio de la clase o durante la rutina de calentamiento (ficha común a todos los profesores del departamento).
- **¿Dónde?** En la zona de actividad mientras los alumnos realizan de forma autónoma las rutinas de calentamiento.
- **¿Quién?** El profesor y excepcionalmente 2 alumnos de confianza que denominaremos "manipuladores de materiales y equipamientos", asegurándonos de que se cumplen las medidas de seguridad.
- **¿Cómo?** Después de manipular los equipamientos nos desinfectaremos las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica. **Durante la manipulación no tocarse ojos, boca, nariz.**

### MANEJO Y MANIPULACIÓN DE MATERIAL DEPORTIVO:

- Nos referimos a pelotas, volantes, aros, cuerdas, conos, petos, pañuelos, discos voladores, picas, sticks, raquetas, etc.
- Consideración inicial: Procuraremos que los alumnos traigan su propio material de casa, promoviendo que lo compren, lo pidan prestado o lo autoconstruyan cuando sea posible o adecuado.
- ¿Cada profesor su propio material??? Si en la medida de lo posible.
- **¿Cuándo?** Cuando lo indique el profesor y no antes. Por desgracia siempre hay un sector de alumnos aficionados a coger el material del carro sin la



Región de Murcia  
Consejería de Educación  
y Cultura

IES GIL DE JUNTERÓN

Avda. Todos los Santos, 3. Beniel 30130

Tf.- 968602102

30012860@murciaeduca.es



Unión Europea

Fondo Social Europeo

"El FSE invierte en tu futuro"



EDUCACIÓN  
RESPONSABLE

REGION DE MURCIA



BILINGÜES SECUNDARIA  
REGION DE MURCIA



autorización del profesor aprovechando la confusión de los minutos iniciales de la sesión. SER MUY INFLEXIBLES CON ESTA MEDIDA.

- **¿Dónde?** En la zona de actividad. Nunca se manejará material fuera de ella. Es muy fácil encontrar comportamientos disruptivos con alumnos que aprovechan para lanzar unos tiros a portería o canasta cuando la sesión no ha empezado todavía o ya terminó.
- **¿Quién?** Los alumnos organizados en grupos burbuja. El material será utilizado siempre o casi siempre por los mismos.
- **¿Cómo?** Extremar las precauciones con aquel material que tengamos que compartir con otras personas, sobre todo si lo manejamos con nuestras manos. Haremos hincapié en no tocarnos los ojos, la boca o la nariz cuando trabajemos con balones o pelotas de baloncesto, balonmano, beisbol, tenis de mesa o volantes de bádminton. En estas situaciones, nos echaremos solución alcohólica con la mayor frecuencia. De ahí la importancia de que nuestra bolsa de higiene o las soluciones alcohólicas estén a pie de pista, lo más accesibles posible.

#### TRANSPORTE DE MATERIAL:

- **Está terminantemente prohibido que los alumnos entren al almacén**, ni tan si quiera para ayudarnos, salvo casos estrictamente excepcionales. Por tanto, TODOS los alumnos nos esperarán en la zona de actividad.
- **Cada profesor tendrá un carro a su disposición** para transportar el material.
- El carro será **de uso exclusivo** del profesor y **nadie lo podrá tocar**.
- Para identificarlo cada carro llevará un letrero con el nombre del profesor correspondiente. Por lo tanto, ningún otro profesor puede utilizar el carro que no sea el suyo.
- Cada carro irá provisto de **un pulverizador de solución hidroalcohólica, un rollo de papel y mascarillas de repuesto**.
- El material que vayan a utilizar los alumnos **habrá sido desinfectado en la sesión anterior**, por lo tanto, lo podrán utilizar con la tranquilidad de que está suficientemente desinfectado.



Región de Murcia  
Consejería de Educación  
y Cultura

**IES GIL DE JUNTERÓN**

Avda. Todos los Santos, 3. Beniel 30130

Tf.- 968602102

30012860@murciaeduca.es



Unión Europea

Fondo Social Europeo

"El FSE invierte en tu futuro"



EDUCACIÓN  
RESPONSABLE

REGION DE MURCIA



BILINGÜES SECUNDARIA  
REGIÓN DE MURCIA



- Una vez salga el profesor con el carro y el material, **nadie podrá tocar nada hasta que el profesor lo autorice.**
- Cuando los alumnos cojan el material lo harán de **forma ordenada y manteniendo siempre la distancia de seguridad.**
- Cuando los alumnos tengan que devolver el material lo depositarán en el carro de forma ordenada y manteniendo siempre la distancia de seguridad de 2 metros.

## DESINFECCIÓN DE MATERIAL Y EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS

- **¿Cuándo?** Una vez recogido todo el material de forma inmediata.
- **¿Dónde?** Junto a la zona de actividad y en presencia de los alumnos (sirve para concienciar en la responsabilidad) mientras realizan los ejercicios de vuelta a la calma de forma autónoma (utilizar ficha de estiramientos común a todos los profesores del departamento). Cuidar que ningún alumno aproveche este momento para irse antes de tiempo al vestuario.
- **¿Quién?** El profesor con la excepcional ayuda de 2 alumnos de confianza (manipuladores de material y equipamientos) y manteniendo siempre las medidas de seguridad para minimizar los riesgos.
- **¿Cómo?** con la ayuda de pulverizador de solución hidro-alcohólica, papel desechable, guantes desechables y un cubo de basura con pedal que estará permanente junto a la zona de actividad. (Uno en el pabellón y otro en el patio) También podríamos llevarlo sujeto al propio carro de material.

## INSTALACIONES DEPORTIVAS:

Se solicita al equipo directivo que se realice la **limpieza y desinfección** de las instalaciones deportivas **con la mayor frecuencia posible**, haciendo hincapié en pomos de puertas, pulsadores de luz, teclados y ratones de ordenadores, sillas, mesas, lavabos y sanitarios.

## EQUIPAMIENTOS E INSTALACIONES DE USO CÓMUN:

Seguiremos las indicaciones y recomendaciones que determine el equipo directivo.



Región de Murcia  
Consejería de Educación  
y Cultura

**IES GIL DE JUNTERÓN**

Avda. Todos los Santos, 3. Beniel 30130

Tf.- 968602102

30012860@murciaeduca.es



Unión Europea

Fondo Social Europeo

"El FSE invierte en tu futuro"



EDUCACIÓN  
RESPONSABLE

REGION DE MURCIA



BILINGÜES SECUNDARIA  
REGIÓN DE MURCIA



**Nota:** Según la evolución de la pandemia, así como de la normativa que se derive de la crisis sanitaria declarada, estas recomendaciones podrían sufrir modificaciones.

En Beniel, a 10 de septiembre de 2020

Jesús de Santiago

Jefe del departamento

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- **Plan de Contingencia del IES Gil de Junterón.** *Equipo directivo. Beniel (Murcia). Septiembre de 2020.*
- **Recomendaciones docentes para una Educación Física escolar segura y responsable ante la “nueva normalidad”.** *Minimización de riesgos de contagio de la COVID-19 en las clases de EF para el curso 2020-2021.* Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF).