

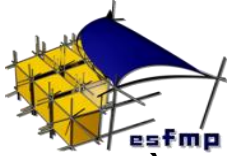
Procedimentos a adotar nas aulas de Educação Física e Desporto – 2020/2021

I

1. A adoção destes procedimentos é de caráter obrigatório, estando de acordo com as normas da DGS e DGE;

II

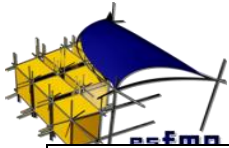
1. Existindo a obrigatoriedade de usar máscara, em todo o espaço escolar, os espaços destinados à Educação Física não são exceção. Assim, os alunos só poderão retirar a máscara quando o professor, e só por ocasião do início da atividade física, lhe diz expressamente para o fazer. Neste momento, o aluno deverá guardar a máscara em bolsa individual, e identificada;
2. A entrada no pavilhão, uso dos balneários, uso das casas de banho, instrução inicial do professor e saída do pavilhão tem de ser feito com a máscara corretamente colocada;
3. Sempre que possível, os alunos deverão vir equipados de casa, com a roupa que usarão na aula de Educação Física (evitando assim o uso dos balneários);
4. Sempre que os alunos tenham aula no interior do pavilhão, deverão utilizar calçado que usem exclusivamente para as aulas de Educação Física;
5. Os alunos aguardam no seu balneário, que o funcionário lhes dê ordem para saírem e se dirigirem ao espaço de aula;
6. À entrada e saída dos balneários, os alunos deverão desinfetar as mãos com solução de álcool gel que tragam de casa, ou disponibilizada pelo funcionário;



7. À entrada do pavilhão, todos terão de passar o seu calçado num tapete com desinfetante;
8. Todos os alunos deverão trazer consigo uma garrafa de água, identificada com o seu nome. Esta garrafa de água não poderá ser partilhada. Os bebedouros não estarão a funcionar;
9. As/os alunas/os com cabelo comprido, terão de usar o cabelo apanhado com um elástico (ou outro adereço que evite o contato com colegas/materiais);
10. A entrada e saída dos balneários é feita de forma ordenada e coordenada pelos funcionários do pavilhão e professores de Educação Física.
11. Os circuitos de entrada e saída no pavilhão, estão marcados no chão e têm de ser respeitados por todos;
12. A saída das aulas de Educação Física, será feita de forma faseada, em grupos, para evitar aglomeração e concentração de muitos alunos, em simultâneo, nos balneários;

III

1. A desinfecção de todos os materiais é obrigatória e fundamental, antes e após todas as aulas;
2. Os alunos devem, de imediato, interiorizar a regra: não podem tocar na cara durante a atividade física;
3. Os alunos devem desinfetar as mãos antes de iniciar a atividade, após cada transição de atividade e no final da aula;
4. É obrigatória a passagem do calçado nos tapetes desinfetantes, à entrada e saída do pavilhão e balneário;
5. Os alunos devem obedecer às indicações dados por funcionários e professores, para entrada e saída de balneários e pavilhão.



Aluno	Antes da aula e entrada na aula	Durante a aula	Saída e após aula
Máscara	Sempre	Sim na parte inicial, durante a atividade física NÃO! Guardar máscara em bolsa individual ALUNO EVITA TOCAR COM MÃOS NA CARA!!	Sempre
Álcool gel	Passar mãos no álcool gel à entrada do pavilhão e balneário	Só nos momentos de transição de atividade.	Passar mãos no álcool gel à entrada do pavilhão e balneário
Calçado	Passar calçado no tapete desinfetante	Usar um par de tênis exclusivo para o pavilhão desportivo.	Passar calçado no tapete desinfetante
Roupa	De preferência vir equipado de casa	Roupa adequada à prática e à época do ano	Mudar apenas roupa necessária

Professor	Antes da aula e entrada na aula	Durante a aula	Saída e após aula
Máscara	Sempre!	Retirar apenas se estiver em atividade física	Sempre!
Álcool gel	Passar mãos no álcool gel à entrada do pavilhão e balneário	Só nos momentos de transição de atividade.	Passar mãos no álcool gel à entrada do pavilhão e balneário
Calçado	Passar calçado no tapete desinfetante	Usar um par de tênis exclusivo para o pavilhão desportivo!	Passar calçado no tapete desinfetante
Roupa	De preferência vir equipado de casa	Roupa adequada à prática e à época do ano	Mudar apenas roupa necessária

Funcionário	Antes da aula e entrada na aula	Durante a aula	Saída e após aula
Máscara	Sempre!		
Álcool gel	Desinfetar materiais utilizados na aula anterior e desinfetar material pedido pelo professor da aula seguinte.	Limpeza e desinfecção de balneários, reposição eventual dos reservatórios de álcool gel.	Desinfetar materiais utilizados na aula anterior e desinfetar material pedido pelo professor da aula seguinte.
Calçado	Controlar passagem dos alunos no tapete desinfetante à porta dos balneários e pavilhão desportivo	Controlar o uso de calçado exclusivo no pavilhão.	Controlar passagem dos alunos no tapete desinfetante à porta dos balneários e pavilhão desportivo