

# PROTOCOLOS EN PRÁCTICAS DEPORTIVAS

Xacobeo 2021

XUNTA  
DE GALICIA



Plan de **prevención**  
**da transmisión da**  
**COVID-19**  
nos centros educativos

DOCUMENTACIÓN



Plan de **prevención**  
**da transmisión da**  
**COVID-19**  
nos centros educativos



# PROTOCOLOS EN PRÁCTICAS DEPORTIVAS

Plan de **prevención  
da transmisión da  
COVID-19**  
nos centros educativos



## PROTOS COLOS EN PRÁCTICAS DEPORTIVAS

Páxina 6	1. AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS & ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES
Páxina 7	2. AS NORMAS COMO PAUTA QUE HAI QUE SEGUIR
Páxina 9	3. SUPOSTOS DE DETECTARSE SINTOMATOLOXÍA DURANTE A ACTIVIDADE



## ¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Utiliza mascarilla. Consulta su obligatoriedad en la normativa de tu Comunidad Autónoma.



Limpia con regularidad las superficies que más se tocan



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén al menos 1,5 metros de distancia entre personas



Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad



Prioriza los espacios al aire libre en lugar de los espacios cerrados



Ventila de forma frecuente los espacios cerrados

05 octubre 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
 @sanidadgob

ESTE VIRUS  
**LO PARAMOS UNIDOS**



Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 1,5 metros de distancia entre personas.



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables

# 1. AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS & ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

No momento actual, as actividades deportivas forman parte do contexto educativo e polo tanto hai que realizalas de forma segura.

A actual lexislación marca as pautas preventivas que temos que ter de cara ao cumprimento desta.

Nesto senso, márcanse claramente tanto as responsabilidades como a organización delas.

Como resumo temos que ter en conta as seguintes premisas:

- Limpeza e desinfección de salas, estancias, baños, zonas de tránsito, mobiliario e útiles empregados.
- Ventilación axeitada da zona, e isto implica antes, durante e despois do seu emprego.
- Emprego sistemático do mesmo lugar, sala, instalación, aula, espazo.
- Non superar a capacidade ou aforo máximo do local por actividade que se vai realizar.
- Grupos de actividades extraescolares estables e rexistro diario de asistencia co obxectivo de ter unha relación documental dos seus ocupantes.
- Descansos entre grupos de intercambio de 15 minutos co fin de realizar unha ventilación axeitada do lugar ademais da limpeza de zonas de contacto.



## 2. AS NORMAS COMO PAUTA QUE HAI QUE SEGUIR

As normas xeráis sobre as condutas diarias, son unha cuestión que hai que ter en conta atendendo á seguridade que temos que ter. Cara á normal convivencia, seguiremos as seguintes recomendacións:

- Declaración responsable dos tutores legais / pais / nais, onde adquirimos o compromiso de valorar e cumprir as normas.
- Emprego de máscara obrigatoria durante as actividades para maiores de 6 anos e recomendable para nenos menores de 3 a 5 anos, salvo nos casos de exención legalmente previsto e acreditado por informe médico. Neste aspecto recoméndase ter unha segunda máscara de substitución.
- O acompañamento de persoas (pai, nais, etc.) non está permitido tanto nas actividades como a estancia nas propias instalacións deportivas. Do mesmo xeito estar fóra destas á espera da saída dos nenos, é unha práctica desaconsellada con fin de non xerar acumulacións de aforo.
- De igual xeito, non está permitido a espera para entrar á actividade no exterior da instalación, nin nas bancadas de público.
- Cara á recepción do alumnos e para manter unha orde, o monitor/a saíra a buscar o grupo fóra das instalacións.
- De cara a manter a separación entre grupos de entrada e saída, é importante contar cun punto distinto de tal maneira que os grupos non se mesturen.



- Os espazos contarán con aseos asignados (con indicación e control de aforo segundo o previsto na lexislación vixente) que permita o lavado de mans con auga e xabón cando menos 40 segundos cando estean visiblemente sucias. Contarán tamén con dispensadores de xel hidroalcohólico nas entradas e saídas. No caso de grandes instalacións poderá solicitarse que o alumnado e persoas participantes conten con xel hidroalcohólico propio. Para o alumnado de 1º e 2º ciclo de Educación Infantil, restrinxirase o uso do xel hidroalcohólico e priorizarase o uso de auga e xabón ou outros tipos de solucións xabonosas. Para o alumnado de Educación Primaria extremarase o coidado coa utilización do xel hidroalcohólico, administrando unha cantidade de xel adecuada ao tamaño da man de cada neno/a, informando aos nenos e nenas de que debe ser absorbido antes realizar outras tarefas. Nos grupos de idade ata os 7 anos, deberase prestar especial atención por parte dos coidadores á aplicación do xel por parte do alumnado.
- Cara aos enseres persoais do alumnado, delimitaranse espazos para que as súas pertenzas estean separadas.
- Como toda actividade deportiva, a hidratación ou alimentación é unha cuestión que estará presente, polo que será o docente o que marcará os tempos para facelo ademais velará para que as normas de seguridade se cumpran.
- A realización dos exercicios que hai que realizar, faranse de xeito individual ou por pequenos grupos, evitando o contacto físico.
- O compatir material común está desaconsellado, e nos casos nos que exista contacto, o material terá que hixienizarse. Como pauta posterior teremos que facer limpeza de mans.
- A hixiene de mans, realizarase con auga xabonosa ou xel hidroalcohólico, e será obrigatoria despois de xogar, tocar material deportivo, de ir ao baño, esberrar, tuser... ou cando o determine a persoa monitora.
- O uso compartido de botellas non está permitido, tendo que estar perfectamente marcadas para o seu uso individualizado e persoal.



### 3. SUPOSTOS DE DETECTARSE SINTOMATOLOXÍA DURANTE A ACTIVIDADE.

Atendendo á casuística actual, existe a posibilidade de que aparezan síntomas durante a actividade (hipertermia, tusidos reiterados, etc.), teremos dous supostos no que o docente seguirá as seguintes pautas. En ambas situacións seguiranse o marcado polo “protocolo de adaptación ao contexto da COVID 19 nos centros de ensino non universitario de Galicia para o curso 2020 – 21. Como resumo:

- Menores de idade: illamento en espazo aula COVID\_19, aplicación das medidas de protección para afectado e persoal acompañante, información inmediata á súa familia, aplicando o plan de continxencia do centro.
- Maiores de idade: neste caso, porán máscara cirúrxica, abandonarán a actividade e contactarán cos servizos sanitarios atendendo en todo momento ás indicacións que se lle indiquen.



## LEXISLACIÓN DE REFERENZA:

- PROTOCOLO DE PREVENCIÓN DA TRANSMISIÓN DA COVID-19 NAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES 4/11/2020





XUNTA  
DE GALICIA