



## **EDUCAÇÃO FÍSICA – 2021/2022**

Os alunos devem respeitar todos os procedimentos definidos pela escola no que diz respeito às normas de circulação, higienização, etiqueta respiratória e distanciamento físico.

### **Regras de funcionamento - Instalações Desportivas:**

#### **- Vestiários/balneários**

Devido aos intervalos de 5 minutos, ao reduzido número de funcionárias e à complexidade da sua higienização, os vestiários/balneários estarão encerrados.

- Os alunos devem vir equipados de casa no(s) dia(s) das aulas de EF.
- O acesso às casas de banho será individual e controlado pelas funcionárias, as mesmas serão desinfetadas após cada utilização.
- A entrada no pavilhão efetuar-se-á pela porta 1, onde existe um tapete desinfetante.
- A saída realizar-se-á pela porta 2.
- As instalações desportivas interiores e exteriores terão corredores de circulação assinalados com setas/fitas balizadoras. A circulação será feita num só sentido, evitando o cruzamento entre alunos, de forma a facilitar o distanciamento físico.
- Os alunos deverão levar uma garrafa de água identificada com o seu nome. Estão interditados todos os pontos de água (casas de banho e bebedouro).
- Será obrigatório o uso de máscara na entrada e saída das instalações desportivas. Os alunos estarão dispensados da obrigatoriedade de uso de máscara durante a realização de exercício físico.
- Os alunos deverão ser portadores de um saco/caixa devidamente identificado com o seu nome, número, ano e turma, para guardarem a sua máscara.
  - Não irá funcionar o saco de valores e cacifos. As máscaras e garrafas de água serão colocadas nas bancadas, em zona delimitada para a turma junto do espaço de aula, tanto nas instalações interiores como exteriores.
- Será feita a desinfeção das mãos à entrada da aula e à saída da mesma, com solução à base de álcool.
- Serão privilegiados os espaços exteriores para a prática letiva. Quando estiverem 3 turmas a funcionar em simultâneo, 2 fá-lo-ão no exterior e 1 no interior. Só em caso de condições atmosféricas adversas as turmas funcionarão todas no espaço interior.
  - Será assegurada a ventilação do pavilhão com a abertura de portas e janelas.
- Será assegurada a limpeza e higienização frequente das superfícies, bem como dos equipamentos e materiais utilizados nas aulas, de acordo com as orientações da DGS.
- Todo o material será higienizado entre utilizações.
- Nas atividades a desenvolver durante as aulas de EF, será mantido o distanciamento entre alunos e serão privilegiadas as tarefas individuais sem contacto com as mãos no solo. Nas tarefas de grupo, as mesmas serão mantidos até ao final da aula e será reduzida ao máximo a partilha de materiais (Atividades consideradas de Risco Não Incrementado).

Amadora, 14 de setembro de 2021

A Representante de Grupo  
Fátima Andrade