



Protocolo CSA Asignatura Educación Física 2021

Las clases de Educación Física se pueden realizar en dos modalidades según la fase en que se encuentre la comuna. Fase 1 “cuarentena” se realizarán de manera remota, a partir de fase 2 se realizarán de manera híbrida.

Metodología: CLASES HÍBRIDAS (clases mixtas)

- Al inicio de la clase, ya en la sala, se darán las instrucciones correspondientes tanto para los estudiantes que se encuentren de manera presencial como para los que se encuentran de manera remota (desde sus casas).
- La asignatura se impartirá tanto para estudiantes que participen de manera presencial como remota.
- La asignatura de educación física es realizada por dos profesores. En esta modalidad, un profesor realizará la clase a los estudiantes que se encuentren de manera presencial, mientras el otro profesor (a) realizará la clase a los estudiantes que se encuentran en casa.

Para los estudiantes que se encuentren en casa:

- El grupo que se encuentra de manera remota (en casa) deberá ingresar a ZOOM, al mismo enlace que se utiliza para el resto de las asignaturas.
- Se sugiere que los/las estudiantes ingresen a clases con sus **cámaras encendidas**, y permanezcan así durante toda la sesión, esto para permitir al docente realizar las correcciones tanto posturales como de ejecución de los distintos movimientos, evitando posibles lesiones.
- La indumentaria para la clase deberá ser adecuada para la realización de actividad física (Short, calzas, polera con mangas, zapatillas deportivas). En ningún caso se obligará a el/la estudiante que realice la clase con el uniforme colegial, ni con zapatillas de alguna marca específica.
- La clase tendrá una duración menor a la clase presencial, para que el profesor que está impartiendo la clase remota pueda ir a apoyar el proceso de higiene personal de los estudiantes presenciales, los cuales deben ser supervisados por ambos profesores. Sin embargo, los objetivos de aprendizaje serán abordados en su plenitud según la planificación de la asignatura.
- Se recomienda que una vez finalizada la actividad física los/las estudiantes realicen un procedimiento de higiene personal.
- Para algunas sesiones se solicitará material, esto será informado con tiempo suficiente para poder conseguirlo.

Para los estudiantes presenciales:

- El grupo de estudiantes que se encuentra de manera presencial en el establecimiento se dirigirá al gimnasio con uno de los profesores correspondientes de la asignatura.



- El traslado de los alumnos hacia el gimnasio, multicancha o cualquier dependencia para la realización de la clase, se realizará de manera ordenada, formando una hilera manteniendo distanciamiento social.
- Deben mantener su mascarilla puesta en todo momento.

Indumentaria e higiene personal

- La indumentaria para la clase presencial, deberá ser adecuada para la realización de actividad física (Short, calzas, polera con mangas, zapatillas deportivas). En ningún caso se obligará a el/la estudiante que realice la clase con el uniforme colegial, ni con zapatillas de alguna marca específica.
- Debe contar con mascarilla extra, para cambiarla al finalizar la clase.
- La higiene personal, será con ducha opcional, sin embargo, todos los estudiantes deben realizar un proceso de aseo personal riguroso.
- Deben traer útiles de aseo mínimos (Ropa de cambio, toalla, jabón, ropa interior).

Resguardo sanitario.

- En camarines los alumnos deberán dejar sus útiles de aseo en los espacios correspondientes, manteniendo la distancia social en todo momento, el uso de camarines será supervisado por el profesor/a. Cabe señalar que cada profesor ingresa al camarín con previa autorización de los alumnos, respetando géneros, es decir, la profesora solo podrá ingresar al camarín de las damas, mientras que el profesor solo ingresará al camarín de los varones.
- En clases, la actividad planificada se realizará respetando la distancia señalada en los protocolos colegiales, la cual debe ser mayor a un metro para la práctica de actividad física. Es importante señalar que el trabajo de la asignatura se ve favorecido ya que el colegio cuenta con múltiples espacios, cerrados y al aire libre, para la realización óptima de la clase. Esto permitirá que en algunas unidades podamos trabajar sin el uso de la mascarilla. Ejemplo de esto es el trote continuo, uno de los ejercicios que se está trabajando en la primera unidad de este año 2021, el cual se realiza en la cancha de fútbol (tierra) sin mascarilla, en grupos pequeños, manteniendo la distancia en todo momento. Sin embargo, habrá juegos o actividades, que involucren mayor desplazamiento, donde los alumnos deberán utilizar su mascarilla en todo momento, independiente si se trabaja al aire libre. Cada profesor/a indicará los momentos en que los/las estudiantes pueden trabajar sin mascarilla.
- En cuanto al material que se utilizará para la clase, éste será sanitizado posterior a su uso y los/las estudiantes deberán lavarse las manos antes de comenzar la clase, durante y al finalizar.
- Siempre se privilegiará el trabajo individual, sin embargo, como especialistas sabemos que hay aprendizajes donde la experiencia es mucho más enriquecedora cuando se trabaja en equipo. Lo importante es aclarar que la clase será supervisada y se cumplirán los protocolos sanitarios.



Metodología: CLASES REMOTAS (clases ONLINE)

- Los estudiantes deberán ingresar a ZOOM, al mismo enlace que se utiliza para el resto de las asignaturas.
- Es fundamental que los/las estudiantes ingresen a clases con sus cámaras encendidas, y permanezcan así durante toda la sesión, esto para permitir al docente realizar las correcciones tanto posturales como de ejecución de los distintos movimientos, evitando posibles lesiones. Si existe alguna dificultad para hacerlo, se debe comunicar a los profesores respectivos por parte del apoderado/a el motivo.
- La indumentaria para la clase deberá ser adecuada para la realización de actividad física (Short, calzas, polera con mangas, zapatillas deportivas). En ningún caso se obligará a el/la estudiante que realice la clase con el uniforme colegial, ni con zapatillas de alguna marca específica.
- Si la clase fuera a la primera hora, los estudiantes deben tomar desayuno liviano, se sugiere fruta.
- Para algunas sesiones se solicitará material, esto será informado con tiempo suficiente para poder conseguirlo.
- Se debe disponer de un espacio libre de muebles u otros objetos con los que el/la estudiante pudiera tropezar.
- Es importante contar con una botella de agua para hidratarse en las pausas de recuperación.
- Se recomienda que una vez finalizada la actividad física los/las estudiantes realicen un procedimiento de higiene personal.