ESCOLA BÁSICA INTEGRADA DA PRAIA DA ESCOLA

DOCUMENTO ORIENTADOR DOS PROCEDIMENTOS A DESENVOLVER PELA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

COVID-19

2020-2021

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O presente documento orientador sobre a realização, em regime presencial, das aulas práticas de Educação Física (EF) foi elaborado pelo Departamento de Educação Física da Escola Básica Integrada da Praia da Vitória, tendo por base as orientações da Secretaria Regional da Educação e Cultura e as orientações para a realização em regime presencial das aulas práticas de Educação Física da Direção Geral da Educação.

Assim, e sem prejuízo de futuras orientações a emitir pela Secretaria Regional da Educação e Cultura, bem como de eventuais medidas excecionais que a situação pandémica possa vir a determinar, procuramos com este documento apoiar, esclarecer e uniformizar os procedimentos das escolas, profissionais (docentes e assistentes operacionais) e alunos envolvidos, devendo ser entendidas numa perspetiva essencialmente orientadora. Não nos esquecendo, que necessitam de ser adaptadas a cada realidade dos diferentes tipos de instalações existentes no universo da Unidade Orgânica.

O desenvolvimento curricular da disciplina de Educação Física far-se-á tendo em consideração a necessidade de serem adotadas um conjunto de medidas preventivas, designadamente:

1. Privilegiar os espaços exteriores para as práticas letivas em EF;
2. Promover a lavagem e/ou desinfeção das mãos dos alunos, professores, assistentes operacionais, ou outros à entrada e à saída das instalações desportivas ou de outros locais onde decorra a prática de desporto, com recurso a água e sabão ou, em alternativa, desinfetar as mãos com solução à base de álcool;
3. Promover a adoção de estratégias e metodologias de ensino que privilegiem o respeito pelo distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos para a prática de exercício físico, diligenciando no sentido da adequação e adaptação das tarefas propostas em contexto de aula;
4. Evitar a partilha de material (Recursos Materiais), sem que seja higienizado entre aulas.

Infraestruturas

No respeito pelas regras de prevenção e controlo da doença disponibilizadas pela DGS, assim como de outras medidas de higienização e controlo ambiental, a organização das infraestruturas afetos à disciplina de EF deve valorizar os seguintes pressupostos:

a. Garantir a existência de circuitos no acesso às instalações desportivas e, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;
b. Identificar os espaços que necessitem de ser reconfigurados em função das regras de utilização, reposicionando ou até mesmo removendo equipamentos existentes, de forma a assegurar o distanciamento físico recomendado entre os alunos, durante a prática de atividade física;
c. Promover a delimitação de áreas de prática, de modo a orientar o posicionamento dos alunos (ex.: marcações no chão, linhas delimitadoras, etc.);
d. Dar orientações aos alunos sobre como circular em segurança, praticando com os mesmos as transições entre espaços;
e. Nos casos em que as aulas decorram em espaços fechados, deve ser assegurada nos intervalos e, sempre que possível, uma boa ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas, nos dias com menor calor.
f. Assegurar a limpeza e higienização dos espaços e equipamentos utilizados, entre aulas;
g. No espaço interior podem estar no máximo duas turmas no pavilhão e uma na sala de ginástica em simultâneo. (FOC);
h. No espaço exterior podem estar no máximo 3 turmas m simultâneo. (FOC);
i. Nos balneário apenas poderão estar oito alunos em simultâneo;
j. Não é permitido a utilização dos chuveiros;
k. O Gabinete de Educação Física passa a ter a lotação máxima de 3 pessoas.

Estratégias e Metodologias de Ensino

Tendo em vista a redução do risco de contágio por Covid-19, a implementação das medidas de prevenção e controlo a adotar, no âmbito da Educação Física, devem considerar o distanciamento físico entre alunos e aluno-professor, bem como os recursos materiais e espaciais a utilizar.

As opções metodológicas a adotar devem refletir as restrições impostas pela pandemia, não descurando, contudo, os princípios e os valores defendidos nos referenciais da disciplina. Por isso, deve continuar-se a trabalhar para que sejam concretizadas as finalidades, os objetivos e as aprendizagens essenciais em todos os níveis de educação e de ensino, selecionando e adaptando as atividades de forma a respeitar as regras de segurança, sem desvirtuar o ecletismo programático da disciplina.

Devem ser valorizados os seguintes pressupostos:

1. Incidir sobre as três áreas de referência do currículo da disciplina de EF: Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos, identificando as adaptações que se considerem necessárias;
2. Assegurar um processo de ensino e aprendizagem ajustado à realidade, mas congruente com as finalidades, os objetivos e as competências essenciais a desenvolver:
    a. Promover a realização de tarefas individuais, respeitando o distanciamento físico recomendado, reduzindo a partilha de materiais e objetos;
    b. Desenvolver situações de ensino com grupos reduzidos, ajustados aos espaços de atividade física e valorizando a utilização de formas de jogo reduzidas e condicionadas, em função dos propósitos e do contexto de aprendizagem;
    c. Adotar estratégias de ensino que priorizem o trabalho em circuito, possibilitando a execução de exercícios através de estações que valorizem a estabilização de grupos de trabalho com os mesmos propósitos.
3. Valorizar a criação de rotinas e hábitos de prática, considerando o respeito pelas regras de mobilidade em espaços desportivos, a conduta perante a competição em momentos de pandemia e o desenvolvimento da autonomia dos alunos.

Recursos Materiais

A identificação do material afeto à disciplina de EF deve privilegiar a adoção de rotinas de manuseamento e de higienização, de consulta acessível para todos os elementos envolvidos (professores, alunos e assistentes operacionais).

Todos os materiais e equipamentos utilizados devem ser submetidos a limpeza e desinfeção, nomeadamente materiais que possam ser partilhados. Por isso, é essencial serem garantidas medidas rotineiras de higiene das superfícies, dos materiais e dos objetos, de forma a reduzir o risco de contágio:

1. Aumentar a frequência da limpeza e desinfeção;
2. Limpar e desinfetar as superfícies laváveis não porosas de equipamentos de uso comum (tais como bolas, raquetas, volantes, objetos gímnicos portáteis, etc.), no início do dia, antes e depois de cada aula, com recurso a agentes adequados;
3. Limpar e desinfetar as superfícies porosas, como pegas de equipamentos revestidas com película aderente, antes e depois de cada utilização, e descartar a película ao final do dia.

No final de cada aula é da responsabilidade de cada Docente proceder à higienização do material por ele utilizado nas respetivas aulas. Ficando os Assistentes Operacionais responsáveis pelos balneários e toda a estrutura física dos espaços desportivos.

Proteção Individual

Aplicando-se o Princípio da Precaução em Saúde Pública, é recomendado o uso de máscara por todos os elementos que utilizem espaços fechados ou abertos afetos à lecionação da disciplina de Educação Física, como medida de proteção adicional ao distanciamento físico recomendado, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória.

- **Alunos:** obrigatório o uso de máscara, na entrada e saída das instalações. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização de exercício físico;

- **Professores de Educação Física:** Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara apenas durante a lecionação de períodos de sessões de exercício que impliquem realização de exercício físico;
- **Assistentes Operacionais:** uso obrigatório de máscara.

Praia da Vitória, 5 de setembro de 2020

Pelo Departamento

O seu Coordenador,