

Procedury bezpieczeństwa w sali gimnastycznej i podczas zajęć sportowych w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostki w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID - 19

1. Zajęcia odbywają się w sposób zorganizowany, tylko i wyłącznie pod opieką nauczyciela.
2. W zajęciach sportowych brać udział mogą tylko osoby, które nie wykazują objawów chorobowych (dotyczy to także osób prowadzących zajęcia)
3. Przed wejściem na obiekty sportowe należy umyć oraz zdezynfekować ręce.
4. Do momentu wejścia na obiekt sportowy należy zakrywać nos i usta.
5. Zabronione jest wchodzenie do szatni grupy przed lekcją bez wyraźnego wezwania nauczyciela.
6. Podczas wchodzenia do szatni i na obiekty zalecany jest dystans społeczny.
7. Zaleca się korzystanie z szatni przed wejściem na salę i po zakończeniu zajęć w sposób rotacyjny.
 - a) Grupy dzielą się na dwie/trzy mniejsze kilkusobowe podgrupy
 - b) Do szatni wchodzi w maseczkach 1 grupa, pozostałe 2 czekają na zewnątrz w maseczkach w miejscu wskazanym przez nauczyciela, zachowując zasady dystansu społecznego.
 - c) Grupa przebierająca się proszona jest o zachowanie bezpiecznej odległości od innych oraz o maksymalne skrócenie czasu przebierania się i przebywania w szatni.
 - d) Po przebraniu się całej grupy przed zajęciami, nauczyciel wietrzy szatnię.
8. Uczeń korzysta TYLKO ze swojej butelki z wodą – sugeruje się zaopatrzenie we własny bidon, który będzie odróżniał się od napojów innych.
9. Podczas zajęć ograniczone zostają ćwiczenia i gry kontaktowe (np. sporty walki, ćwiczenia dotykowe, piłka ręczna).
10. Gry i ćwiczenia kontaktowe zostają zastąpione w miarę możliwości innymi (np. lekkoatletyka, biegi, ćwiczenia aerobowe, ćwiczenia wzmacniające, ćwiczenia relaksacyjne, trening ogólnorozwojowy).
11. Zaleca się w miarę możliwości prowadzenie lekcji na otwartej przestrzeni z zachowaniem odpowiedniego dystansu społecznego.
12. Na sali gimnastycznej znajdują się tylko takie przedmioty, które można zdezynfekować.
13. Każdy sprzęt używany podczas danej lekcji ma być przez ucznia odłożony pod jej koniec w miejsce wskazane przez nauczyciela, a następnie zdezynfekowany przez nauczyciela po zakończeniu każdej lekcji.
14. Zaleca się zakończenie zajęć po 40 minutach, aby umożliwić przebranie się uczniów i ograniczyć kontakt z kolejną grupą.
15. Po zakończeniu zajęć nauczyciel wyznacza pierwszą grupę, która udaje się do szatni i szybko przebiera. Gdy grupa skończy się przebierać, ostatni wychodzący uczeń sygnalizuje nauczycielowi opuszczenie szatni przez grupę, a nauczyciel wpuszcza kolejną.
16. Grupy przebierają się w szatni po zajęciach wychodzą z niej w maseczkach, aby uniknąć bliskiego kontaktu z kolejną klasą.
17. Po opuszczeniu szatni przez wszystkie grupy nauczyciel otwiera okno i dezynfekuje wstęp, a następnie wpuszcza uczniów zgodnie z punktem 7.
18. Po każdym dniu zajęć dezynfekacji podlega używany sprzęt sportowy oraz zalecane jest umycie podłogi odpowiednim detergentem.