



**NORTH AMERICAN COLLEGE**

HACIA UN FUTURO CON FE

BUILD YOUR FUTURE WITH FAITH



# PROTOCOLO

PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR  
CONTEXTO COVID-19

**CORPORACIÓN EDUCACIONAL PATRICIA ESPINOZA CAVIERES**

[www.northamerican.cl](http://www.northamerican.cl)

21 de mayo #833, Arica, Región de Arica y Parinacota

Teléfono: (58) 2232783

## **OBJETIVO**

Establecer las medidas preventivas para el control de los peligros de contagio y propagación de Covid-19 entre estudiantes, docentes, asistente de la educación, u otras personas que se encuentre presentes durante la realización de actividad física.

Proporcionar las orientaciones y medidas de prevención que deben ser aplicadas en las actividades físicas, dando cumplimiento a lo definido en las orientaciones del Ministerio de Educación para estos efectos.

## **USO DE MASCARILLA SEGÚN RANGO ETARIO**

Según las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, se define el uso obligatorio de mascarillas según los siguientes parámetros:

- Menores de 5 años: no recomendado.
- Niños entre 6 y 11 años: obligatorio y debe hacerse una evaluación de riesgo teniendo en cuenta la supervisión adecuada de un adulto y las instrucciones para el niño /a sobre cómo ponerse, quitarse y llevar puesta la mascarilla de forma segura.
- Desde los 12 años: obligatorio en los mismos supuestos que en adultos.

## **DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FISICA**

Se sugiere detener las actividades cada 20 o 30 minutos favoreciendo la ventilación.

Al realizar actividad física en espacios interiores, mantener ventilación cruzada.

## **RIESGO DE CONTAGIO SEGÚN GRADO DE CONTACTO**

- Bajo riesgo: actividades físicas individuales, sin contacto y que mantienen distancia física. Por ejemplo: saltar la cuerda individual, sim n manda, etc.
- Mediano riesgo: actividades que implican contacto físico intermitente. Por ejemplo: e saltar la cuerda grupal, jugar a pillarse, etc.
- Alto riesgo: actividades que implican contacto físico permanente. Por ejemplo: bailes o juegos en parejas, caballito de bronce, etc.

## **ORIENTACIONES PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR**

En la programación de actividades, los directivos y docentes deben tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

- ✓ Favorecer actividades al aire libre en la medida de lo posible.
- ✓ Favorecer actividades de bajo y mediano riesgo de contagio.
- ✓ Durante la realización de actividades de alta intensidad y bajo riesgo de contagio, es posible suspender el uso de la mascarilla.
- ✓ Durante la realización de actividades de intensidad baja y moderada, el uso de mascarilla se mantiene según corresponda por rango etario.
- ✓ Si las actividades se realizarán en recintos cerrados, estos deben tener ventilación natural (dos entradas de aire simultáneas en lados diferentes del recinto).
- ✓ Privilegiar actividades de intensidad baja y moderada.
- ✓ Planificar actividades y juegos individuales de poca duración.
- ✓ Facilitar el uso de implementos deportivos individuales.
- ✓ Coordinar el uso de camarines, evitando aglomeraciones y en lo posible a través de turnos para su uso.

## **MEDIDAS SANITARIAS GENERALES EN TODO MOMENTO**

- ✓ Cumplir con los protocolos sanitarios de lavado de manos, y uso de mascarilla.
- ✓ Reforzar el autocuidado entre los docentes, estudiantes y asistentes de la educación.
- ✓ Contar con dispensadores de jabón y alcohol gel.
- ✓ Utilizar toallas húmedas desechables para el aseo personal.
- ✓ Hidratación permanente individual, sin compartir el uso de botellas.
- ✓ Asegurarse de que se realice la desinfección de implementos deportivos al terminar la actividad.



Recomendaciones para la elaboración de protocolos locales para la realización de actividad física escolar en estado de pandemia	
<p>1. Actividades al aire libre</p> 	<p>6. Usar mascarilla</p> 
<p>2. Recinto cerrado, con ventilación natural</p> 	<p>7. Delimitar zona de movimiento</p> 
<p>3. En traslados evitar aglomeraciones</p> 	<p>8. Baja y moderada intensidad</p> 
<p>4. Actividades individuales</p> 	<p>9. Fijar entrada y salida en espacio de actividad</p> 
<p>5. Implementos deportivos individuales</p> 	



## DOCUMENTOS RELACIONADOS.

<b>Documentos relacionados</b>		
<b>N°</b>	<b>Nombre de documento</b>	<b>Origen de documento</b>
1	Protocolo para retorno paulatino a actividades presenciales en el contexto de COVID-19.	Interno
2	Resolución Exenta 3431	MINSAL / Externo
3	Protocolo de Limpieza y Desinfección	Ministerio de Salud / Externo
4	Orientaciones y Consideraciones para la actividad física escolar en Pandemia. Marzo 2022	Ministerio de Educación, DEG/ externo
5	Recomendaciones y sugerencias para el retorno seguro al aire libre	Ministerio del deporte/ Externo

## ANEXOS.

## CONTROL DE CAMBIOS.

<b>Control de Cambios</b>			
<b>Versión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Tema modificado</b>	<b>Resumen de modificaciones</b>