

## **PROTOCOL SANITARI DE L' EXTRAESCOLAR DE JUDO PER EL CURS 2020-2021 DAVANT EL COVID-19**



**El Judo és un esport recomanat per a nens i adolescents per part de diferents organismes vinculats a la salut i la infància. La seva pràctica en l' àmbit escolar col·labora en el desenvolupament psicomotor i en l' adquisició de valors i habilitats socials.**

**Des del seu origen el Judo ha destacat per la seva adaptabilitat en diferents situacions: És un esport mixt, adaptat a totes les capacitats físiques i psicològiques, a totes les edats, a diferents estatus socials i econòmics. Ara davant la nova situació del Covid-19 ha suposat un nou repte a les noves circumstàncies sanitàries.**

**Així doncs ja que l'educació a distància no substitueix: l'aprenentatge presencial, la socialització, el desenvolupament que permet l'entorn escolar i la interacció amb els docents i alumnes, retornem a l'activitat presencial, tot adoptant les mesures de protecció i prevenció davant el Covid-19 que garanteixin que l'activitat es desenvolupa de manera segura. Cal remarcar la necessitat de seguir i continuar l'activitat motriu i física dels alumnes per aconseguir un desenvolupament complet.**

**Ens retrobem a Judo per passar-ho be i aprendre en un retorn segur i saludable. A continuació us presentem el Protocol Sanitari per a l'extraescolar de Judo per aquest curs 2020-2021.**

# **PROTOCOL SANITARI DE L' EXTRAESCOLAR DE JUDO PER EL CURS 2020-2021 DAVANT EL COVID-19**

- EL RATI D' ALUMNES A LES CLASSES ES VEURÀ REDUÏT PER TAL DE PODER MANTENIR LES DISTÀNCIES DE SEGURETAT.
- ELS ALUMNES REALITZARAN ELS EXERCICIS INDIVIDUALMENT, EVITANT EL CONTACTE AMB LA RESTA DE COMPANYS DE CLASSE.
- EL TATAMI SERÀ DESINFECTAT ABANS DE CADA CLASSE
- LES ACTIVITATS DE LES CLASSES ES FARAN SEMPRE QUE SIGUI POSSIBLE A L'EXTERIOR:
  - MANTENINT LES DISTÀNCIES DE SEGURETAT
  - SENSE MASCARETES
- LES ACTIVITATS A L' INTERIOR ES FARAN:
  - AMB LES FINESTRES I PORTES OBERTES
  - MANTENINT LES DISTÀNCIES DE SEGURETAT (2 M)
  - AMB MASCARETA
- ELS ALUMNES ARRIBARAN A LA CLASSE DE JUDO CANVIATS AMB EL JUDOGUI POSAT.
- ELS ALUMNES ES RENTARAN LES MANS ABANS DE COMENÇAR LA CLASSE A L' EXTERIOR.
- ELS ALUMNES ES RENTARAN LES MANS I ELS PEUS ABANS D' ENTRAR AL TATAMI.
- ELS ALUMNES MARXARAN AMB LA ROBA DE JUDO PER DUTXAR-SE A CASA DESPRÉS DE L'ACTIVITAT

**Material a portar:**

**Judogui**

**Tovallolletes**

**Gel hidroalcohòlic higienitzant**

**Pels alumnes de segona classe es recomana portar gomes elàstiques amb nanses.**