



# **PROCOLOS DE ACTUACION EN EL DEPORTE ESCOLAR ACTIVIDAD DE TAEKWONDO**

## **Introducción**

Nuestro punto de partida es que en la Obra Salesiana de Cruces, durante esta pandemia que estamos padeciendo, se puedan realizar, actividades deportivas ya que consideramos que este va a ser un espacio fundamental para el desarrollo de nuestros escolares y de otras gentes que quieran adherirse a la práctica del deporte como medio para su desarrollo físico y un mecanismo importante de sociabilización. Por ello queremos comenzar las actividades correspondientes a este curso 2020-21.

Sin embargo, se puede incurrir en el error de tener como referencia la práctica del deporte como un ambiente propicio para relajar las medidas de protección después de llevar un número determinado de horas la mascarilla, y el propio distanciamiento social, y ese puede ser el error al tratarse de un punto crítico en la posible transmisión en caso de no tomar las medidas de prevención y de protección apropiadas. Por ello debe ser precisamente en este entorno donde quizás deba extremarse más la concienciación de los/las deportistas para trabajar de forma segura y responsable.

Para ello nos vamos a dotar de los medios adecuados tanto desde el propio Centro, como desde el Club o clubs que van a gestionarlos, con el fin de poder desarrollar todas las actividades que se propongan.

Hay que tener presente que las medidas plasmadas en el presente protocolo siguen las normas y directrices establecidas por las autoridades sanitarias y por las administraciones deportivas, y que éstas, pueden ser modificadas.

## **Justificación**

El curso 2020-2021 va a ser, sin duda, especial, dadas la situación tan excepcional y novedosa en la que nos encontramos, haciendo frente a la Covid-19 desde todos los ámbitos. El Taekwondo no es ajeno a esta situación. Tenemos claro que es fundamental asegurar la práctica deportiva de nuestros/as alumnos/as. Y no solo porque realizar ejercicio físico es necesario para los/as niños y niñas, desde un punto de vista de salud, de socialización o de diversión, sino que, además, practicarlo con regularidad ayuda a fortalecer el sistema inmunitario, lo cual favorece la prevención de la enfermedad y el alivio de la sintomatología. Las características propias de la actividad físico-deportiva se han estudiado y hemos establecido una serie de procedimientos que posibiliten la minimización del riesgo de contagio entre las y los deportistas, del personal técnico y demás agentes que intervienen en el desarrollo de nuestra actividad. Estos procedimientos, plasmados en el presente protocolo, modifican las



condiciones de práctica deportiva para otorgarnos una mayor seguridad frente a la pandemia, como no puede ser de otra forma. Así, es fundamental la comprensión de deportistas, familias, personal técnico y resto de agentes de la entidad. Hay que tener presente que las medidas plasmadas en el presente protocolo siguen las normas y directrices establecidas por las autoridades sanitarias y por las administraciones deportivas, y que éstas, en función de la incidencia de la pandemia y de las decisiones que adopten las instituciones competentes, pueden ser modificadas. Por último, la correcta aplicación del presente protocolo y, por lo tanto, el desarrollo de unas actividades deportivas seguras, requiere de un alto compromiso de todas las personas implicadas en el mismo: familias, deportistas, personal técnico, personas responsables de la entidad, etc. Resulta fundamental una responsabilidad individual y colectiva de todas y cada una de las personas de la entidad en la aplicación de las medidas a adoptar.

## **Responsable de salud – Coordinadora protocolo Covid-19 Actividad Taekwondo**

El director de la Obra Salesiana de Cruces, designa a Isabel Sagrario Tejado Moreno como responsable de salud y Coordinadora de este Protocolo Covid-19 para la actividad deportiva de Taekwondo, que velará por la dinamización y buen funcionamiento del protocolo, además de informar y poner al día a los responsables del Colegio Salesianos de Cruces de las dificultades del protocolo o de los posibles casos tanto de Positivos como de confinados o en cuarentena que se pudieran dar dentro de la práctica deportiva.

Esta persona cuenta con la formación desarrollada por las instituciones a través de la Escuela Vasca del Deporte para esta figura. Sus funciones, de una forma más específica, son las siguientes:

- Dar traslado a todas las personas que van a participar en la actividad, entrenadores y técnicos, deportistas y familias de las medidas preventivas, de actuación y, en su caso, disciplinarias, recordando a las familias de deportistas menores de edad de la responsabilidad a la que en su nombre se comprometen. Tanto la información original, como cualquier modificación posterior.
- Supervisar que ningún deportista mayor de edad, o deportista menor de edad comiencen la actividad sin que hayan firmado ellos o sus familias respectivamente y remitido a la entidad el documento de conocimiento, aprobación y compromiso. Igual situación con el personal técnico y arbitral previamente al inicio de sus actividades. Estos documentos estarán guardados en carpeta, y clasificados por grupos de entrenamiento, para que ante cualquier inspección se pueda dar cuenta de ellos.
- Supervisar las actividades de la entidad, con el fin de asegurarse de que se cumplen todas las medidas de prevención e higiene incorporadas en el protocolo y con cualquier otra norma establecida por parte de la Titularidad de la Obra Salesianos de Cruces (Estas estarán supeditadas a las autoridades competentes, en las materias de Sanidad, Educación y Deporte).
- Coordinar la actuación y desarrollar las comunicaciones oportunas con las autoridades sanitarias y/o con las familias o personas afectadas ante la detección de un caso de Covid-19, o de una persona que presenta síntomas durante el desarrollo de las actividades, siempre y



cuando la persona no tenga más vínculos con la Obra Salesiana de Cruces. Si fuera alumno/a, familiar o trabajador de la Obra salesiana de Cruces, esta seguirá los cauces establecidos por el propio Plan de Contingencia de la Obra Salesiana de Cruces.

- Hacer que la información relativa a este Protocolo Covid-19 y otras informaciones que puedan ser de interés estén en la página web de la institución gestora, Club TAEKWONDO RATXEI, así como en la plataforma Educamos del Colegio, para información de todas las familias del mismo. Así mismo añadirá cualquier modificación posterior que se pueda dar.
- Recordar a todos las normas mínimas de higiene personal y comunitaria, el tema de los escupitajos, chicles...
- Atender cualquier solicitud de información en relación al protocolo Covid-19.
- Realizar una evaluación permanente del protocolo y remitir, en su caso, propuestas de ajustes a los responsables de los Protocolos Covid del Colegio.

## **Elementos de prevención**

La ruta de circulación para entrada y salida será conocida por el alumnado y sus familias. El punto de encuentro con la entrenadora de taekwondo para el acceso es la puerta/portón de entrada de vehículos sita en la carretera N-634 Calle Munoa, - Francisco Tierra, allí esperarán las familias con el alumnado para su recogida y lo mismo ocurrirá para la salida y entrega de menores. Nadie ajeno a la actividad podrá acceder al recinto del colegio.

Los responsables de la actividad llegarán al Centro con anterioridad entrando por la recepción del Colegio. Accediendo al Gimnasio por la escalera interior. Al marcharse, dejarán cerradas las puertas del Gimnasio y el último responsable saldrá por la puerta de la rampa.

- 20 minutos de diferencia entre la salida de una clase y la entrada de la siguiente.
- Fila india con distancia interpersonal para realizar el recorrido hasta la sala.
- Lavado de manos antes de la clase.
- Gel hidroalcohólico a la entrada y dentro de la sala a disposición para usar en la pausa de hidratación.
- Toma de temperatura antes de acceder al gimnasio. No estará permitido acceder con una temperatura superior a los 37.0°.
- Papelera en los accesos para tirar papel desechable y/o mascarillas.
- Obligatorio botellín de agua propio como siempre.
- Ventilación natural continúa maximizando la circulación del aire.
- Listado de asistentes. Grupos cerrados.



- Siempre que resulte posible, las actividades se realizarán al aire libre.
- 20 alumnos/as máximo por clase.
- En el aula filas de 4 por grado de cinturón con 1´5m de separación.
- Limpieza de suelo y material entre cada clase con producto desinfectantes.
- Mascarilla obligatoria excepto supuestos autorizados por las autoridades sanitarias y en los casos de actividad física más exigente.
- Sesiones individualizadas y/o por parejas fijas sin rotaciones por peso y altura con trabajos de distancias largas.
- Materiales propios (protecciones, peto, casco, guantilla...)
- Evitaremos compartir materiales comunes y en el caso de uso; estos serán higienizados.
- Saludo tradicional coreano siempre evitando así el contacto físico.
- Prohibido el uso de vestuarios.
- No está permitida la asistencia de personas que no formen parte de la actividad, los padres deberán dejar y recoger a los niños en la puerta de acceso guardando en la espera la distancia mínima interpersonal evitando así aglomeraciones.
- Se recomienda que, siempre que sea posible, los desplazamientos se hagan de forma activa (andando, bicicleta, patinete), preferentemente de forma individual, o, en su defecto, por unidad familiar.

## **Pautas para el inicio de la actividad**

Todos los padres tendrán que firmar el documento de conocimiento, aceptación y compromiso con las medidas de prevención y condiciones de participación en las actividades de deporte escolar. Estas estarán en carpeta colocadas por grupos y horarios de entrenamiento.

Se propone iniciar el curso ofreciendo una clase con aforo para 20 alumnos/as, de haber más demanda se aumentaría la oferta a dos.

El entrenamiento se llevaría a cabo de 17:00h a 18:00h dando así tiempo a la salida del colegio y espacio para merendar antes de hacer la actividad.

La ruta de circulación para entrada y salida será conocida por los alumnos y padres. El punto de encuentro con la entrenadora de taekwondo para el acceso es la puerta/portón de entrada de vehículos sita en la carretera N-634 Calle Munoa, - Francisco Tierra, allí esperarán los padres con los alumnos para su recogida y lo mismo ocurrirá para la salida y entrega de menores. Nadie ajeno a la actividad podrá acceder al recinto del colegio.



Una vez hayamos entrado la puerta será cerrada y subiremos hasta el gimnasio por las escaleras guardando la distancia, se tomará la temperatura a todos/as los/as niños/as y se les facilitará gel desinfectante para el lavado de manos en la puerta. No estará permitido acceder con una temperatura superior a los 37.0°.

Se rellenará un registro de deportistas todos los días.

Durante la sesión de entrenamiento guardaremos las distancias en todo momento, en el aula haremos formación de filas por grado de cinturones con 1'5 m. de separación será obligatorio el uso de mascarilla siempre que la actividad física no sea muy exigente. Al principio de la temporada imperarán los ejercicios individuales y de puesta a punto en lo que a fondo físico se refiere, siempre daremos prioridad a los entrenamientos sin contacto físico, cuando avance el curso se emparejará a los alumnos para trabajos de golpeo en distancias largas, daremos mucho más protagonismo a la técnica, se evitará compartir materiales comunes y en caso de uso estos serán desinfectados al acabar y sólo se podrá utilizar el saludo tradicional coreano.

Debido a que los deportistas vienen de actividad lectiva (clases), se facilitarán algunos espacios para poder cambiarse, respetando los lugares asignados, ya que las aulas y pasillos del edificio de secundaria en esos momentos están limpios y deben continuar así.

Cada deportista debe traer:

- Dobok (traje de taekwondo) y cinturón.
- Unas zapatillas apropiadas (coreanas o similares siempre procurando que sean blandas) para ponerse antes de acceder al aula de entreno.
- Protecciones.
- Cada deportista deberá traer un “Kit covid” para la actividad deportiva consistente en:
  - Mascarilla de repuesto, paquete de pañuelos de papel, botecito de gel hidroalcohólico, paquete de toallitas húmedas (pequeño), una toalla pequeña para el sudor.
  - Botella de agua propia, claramente identificada y se prohibirá que pueda beber agua de la botella de otro compañero o compañera.
  - Sudadera o ropa de abrigo para la salida.