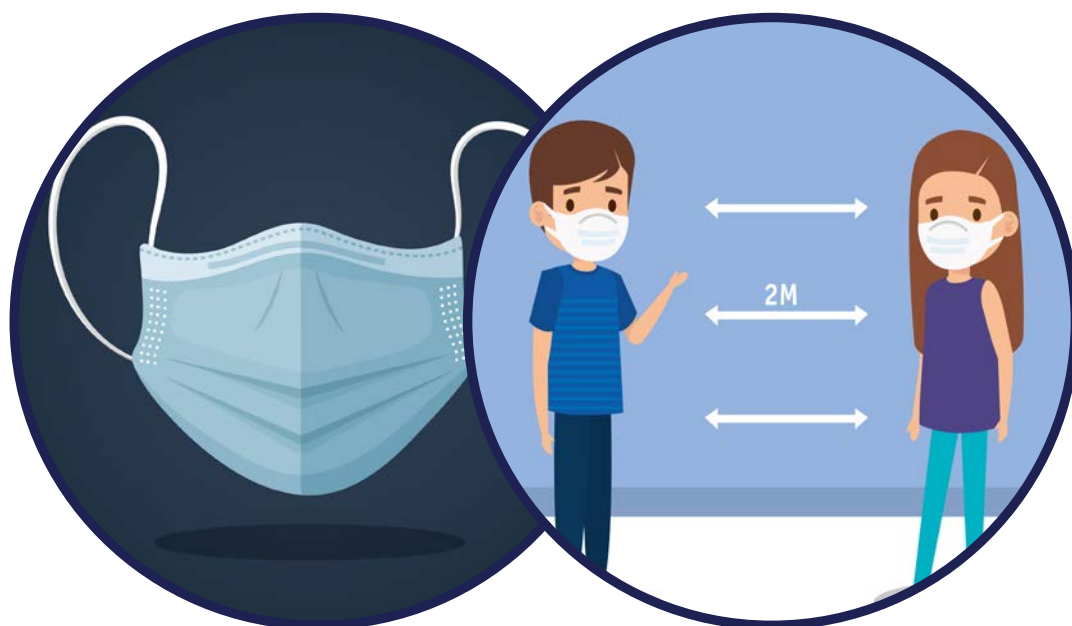


## RECOMANACIÓ PER A L'ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS (I)

Per la gran rellevància que té aquest tema per a les AMPA, responsables d'organitzar múltiples activitats extraescolars arreu de Catalunya, hem decidit dedicar dos dels comunicats d'aquest curs a reproduir literalment algunes recomanacions específiques que fa el Departament d'Educació, en data Octubre 2020, en el document "Especificacions sobre el Pla d'actuació per al curs 2020-2021 per a centres educatius en el marc de la pandèmia per covid-19 en relació amb les activitats extraescolars i les colònies i sortides escolars".

### ACTIVITATS QUE ES PORTEN A TERME EN ESPAIS INTERIORS

- ↳ Cal recordar que una de les mesures principals en aquelles activitats que es fan en un espai interior és la **ventilació**. Es recomana que les activitats es duguin a terme amb les finestres obertes sempre que sigui possible. En cas contrari cal ventilar l'espai entre grup i grup i, com mínim, **tres vegades al dia durant 10 minuts**.
- ↳ Als **vestuaris** només hi poden coincidir infants o adolescents del mateix grup estable, mantenint la **distància de seguretat i fent ús de la mascareta**. En aquelles activitats que ho permetin, es recomana que els participants vinguin canviats de casa. També s'ha de mantenir la distància de seguretat en el cas que es faci ús de les dutxes comunitàries.



## RECOMANACIÓ PER A L'ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS (I)

### ACTIVITATS AMB MASCARETA

#### Classes de llenguatge musical o instrument (de corda o percussió)

Les partitures o llibres haurien de ser d'ús exclusiu per a cada infant. També es recomana que els instruments siguin d'ús exclusiu, si és possible. Si cal compartir-los, se n'ha de fer la neteja i desinfecció apropiada entre usos. S'han de manipular sempre amb les mans netes.

#### Classes d'arts plàstiques

És recomanable que els treballs duts a terme pels infants passin un període de quarantena de 48 hores abans que se'ls enduguin a casa.

#### Cant coral

Els assajos de les corals són una de les activitats amb més contagis. Per aquest motiu, es recomana la utilització de mascaretes o bé d'escuts facials. Pel risc de contagi, és molt important garantir una bona ventilació de l'espai i treballar en grups els més reduïts possibles i amb els infants ben distanciats.

---

En aquelles activitats en les que es **manipulen materials (robòtica, arts plàstiques, etc.)** es recomana que aquests siguin d'ús exclusiu per a cada alumne o alumna. Si no és possible, es poden compartir només dins del grup estable i s'han de netejar i desinfectar després de l'activitat.

Cal fer èmfasi en el rentat de mans abans i després de l'activitat i també quan es manipulin els materials o instruments.

---



## RECOMANACIÓ PER A L'ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS (I)

### ACTIVITATS SENSE MASCARETA

#### Arts marcial

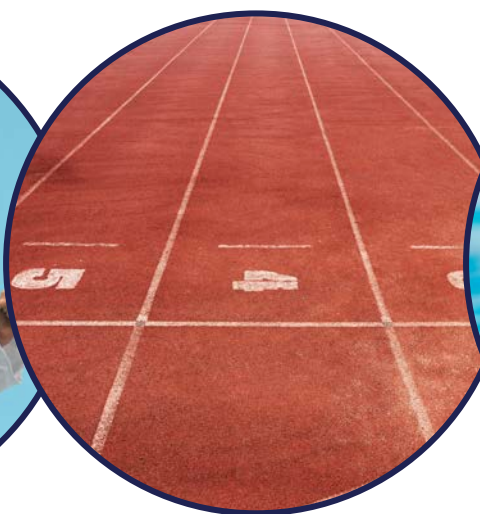
Els equipaments de vestir haurien de ser d'ús exclusiu. Cal fer-ne el rentat a alta temperatura després de cada sessió. A més del rentat de mans, cal dur a terme el rentat dels peus amb gel hidroalcohòlic abans d'iniciar l'activitat quan aquesta es dugui a terme amb els peus nus. Si es fan exercicis que impliquin poc esforç físic, es recomana fer ús de la mascareta. Es recomana marcar l'espai per afavorir una col·locació dels participants que garanteixi la distància quan l'activitat ho permeti.

#### Esports de pista

El material esportiu que no sigui d'ús exclusiu, només es pot compartir amb el grup estable. Cal fer-ne la neteja i desinfecció un cop finalitzada l'activitat. Si s'utilitzen elements de roba com petos per definir els equips, han de ser utilitzats pel mateix participant durant tota la sessió i cal rentar-los a alta temperatura un cop finalitzada l'activitat.

#### Esports d'aigua en grup

L'aigua no és un medi transmissor de la covid. En la mesura del possible, cal procurar que es mantingui la distància en aquelles parts de l'entrenament o la classe que ho permetin. Un cop finalitzada l'activitat, els infants o joves han de mantenir la distància de seguretat en el cas que hi hagi dutxes comunitàries.



## RECOMANACIÓ PER A L'ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS (I)

### ACTIVITATS SENSE MASCARETA

#### Classes de cant, d'instrument de vent o orquestra

S'ha de procurar que l'alumnat estiguin asseguts mirant en un mateix sentit. Pel risc de contagi és molt important garantir una bona ventilació de l'espai i treballar en grups els més reduïts possibles i amb els infants ben distanciats. Si hi ha diferents tipus d'instruments, cal col·locar els instruments de vent a les files del davant.

#### Dansa, ioga, circ o gimnàstica:

Es recomana marcar l'espai perquè els infants o joves sàpiguen en quin lloc s'han de col·locar per tal de mantenir la distància durant l'activitat. Sempre que sigui possible, els participants han d'utilitzar material d'ús individual. Si es comparteix material, caldrà fer-ho dins el grup estable i procedir a la neteja i desinfecció en finalitzar l'activitat. Cal netejar i desinfectar les superfícies d'ús comú com barres, anelles, terra, etc. Es podrà fer ús del vestuaris per part del grup estable, respectant les distàncies entre persones i usant la mascareta.

#### Natació

Els participants s'han de rentar les mans en d'accedir a la piscina i dutxar-se abans d'entrar a l'aigua. Els materials només poden ser compartits entre infants d'un mateix grup estable. Cal que les famílies rentin les tovalloles o barnussos almenys un cop per setmana a  $> 60^{\circ}\text{C}$ .

