

RECOMANACIONS PER A LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

A les activitats extraescolars d'un centre hi poden participar infants i adolescents de diferents edats i grups estables. Es recomanable que en el marc de l'extraescolar la composició del grup de participants sigui el més constant possible per facilitar la traçabilitat.

Dansa, gimnàstica artística i esportiva, teatre, circ, dansa aèria, ioga...

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Neteja i desinfecció de barres, anelles i altres equipaments entre els diferents grups.
- Ús dels vestuaris per part del grup estable.
- Dins de l'aula, mantenir la distància d'1,5 metres (marques a les barres i al terra).
- Garantir la ventilació dels espais (almenys abans i després de la classe i de manera addicional en classes de llarga durada, $\geq 1,5$ hores).
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

Música (coral, orquestra, llenguatge musical...)

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Procurar que els instruments siguin d'**ús exclusiu**.
- Si no és possible, en instruments de vent cal disposar d'**embocadura pròpia**.
- Caldrà neteja i desinfecció dels instruments compartits entre usos.
- Els espais d'assaig (grup instrumental, orquestra, coral...) hauran de tenir una correcta ventilació (almenys abans i després de l'assaig i de manera addicional si es tracta d'un assaig de llarga durada ($\geq 1,5$ hores)).

Esports amb pilota (futbol, bàsquet, voleibol, handbol...)

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeix al pavelló, si és el cas.
- Cal netejar i desinfectar les pilotes després de cada entrenament.
- Es prioritzaran els entrenaments a l'aire lliure.

- En espais interiors: caldrà garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tot l'entrenament.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

Arts marcial (taekwondo, judo, karate...)

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeixi al centre.
- Quan es treballi per parelles, es procurarà que es mantinguin estables durant tot l'entrenament.
- Caldrà garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tot l'entrenament.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

44

Activitats aquàtiques (natació, waterpolo, natació sincronitzada...)

- A la piscina, cal garantir que cada infant o disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeixi al centre.
- L'aigua de les piscines es tractarà segons la normativa vigent.
- Quan sigui possible, es prioritzarà l'entrenament en piscines exteriors.
- Caldrà garantir la ventilació de l'espai.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

Atletisme

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeixi al pavelló, si és el cas.
- Cal netejar i desinfectar els materials utilitzats després de cada entrenament.
- Es prioritzaran els entrenaments a l'aire lliure.
- En espais interiors: caldrà garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tot l'entrenament.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

Esports de raqueta (tennis, ping-pong, bàdminton...)

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeix al pavelló, si és el cas.
- Es prioritzaran les raquetes d'ús exclusiu per part de l'infant i adolescent. En cas contrari, caldrà netejar i desinfectar les superfícies de contacte (mànecs) entre infants i adolescents.
- Cal netejar i desinfectar els materials utilitzats després de cada entrenament.
- Es prioritzaran els entrenaments a l'aire lliure.
- En espais interiors: cal garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tot l'entrenament.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

45

Escalada

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'entrenament i quan s'accedeixi al centre.
- Caldrà garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tot l'entrenament.
- Caldrà netejar i desinfectar les preses almenys una vegada al dia.
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.

Arts plàstiques (dibuix, pintura, ceràmica...)

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Caldrà garantir la ventilació de l'espai. Si és possible, mantenir les finestres obertes durant tota l'activitat.
- Es recomana que el material sigui d'ús individual quan sigui possible.
- Caldrà netejar i desinfectar el material que sigui d'ús compartit quan hi hagi canvi de grup.

Teatre

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de 2,5 m².
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Dins de l'aula d'assaig, mantenir la distància d'1,5 metres (es poden posar marques a terra).

- Garantir la ventilació dels espais (almenys abans i després de la classe i de manera addicional en classes de llarga durada, $\geq 1,5$ hores).
- Els vestuaris només seran utilitzats de manera simultània per infants i adolescents d'un mateix grup. Tant als vestuaris com a les dutxes comunitàries caldrà mantenir la distància de seguretat.
- La roba només podrà ser utilitzada per un infant i adolescent a cada assaig. Un cop feta servir, caldrà rentar-la a elevada temperatura, si el teixit ho permet.

Escacs

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de $2,5 \text{ m}^2$.
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Dins de l'aula, mantenir la distància mínima d'1 metre. Si no és possible, cal utilitzar mascareta.
- Caldrà desinfectar les superfícies de les taules després de cada grup.
- Garantir la ventilació dels espais (almenys abans i després de la classe i de manera addicional en classes de llarga durada, $\geq 1,5$ hores).

Robòtica i TIC

- Cal garantir que cada infant disposa d'una superfície mínima de $2,5 \text{ m}^2$.
- Cal rentar-se les mans abans i després de l'activitat.
- Dins de l'aula, mantenir la distància mínima d'1 metre. Si no és possible, cal utilitzar mascareta.
- Caldrà desinfectar les superfícies de les taules després de cada grup.
- Per desinfectar el material es pot utilitzar alcohol de 70° .
- Garantir la ventilació dels espais (almenys abans i després de la classe i de manera addicional en classes de llarga durada, $\geq 1,5$ hores).