

PROTOCOLO DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN



Para la
clase de
Educación
Física

Serie de Protocolos del Ministerio de Educación



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN



Claudia Ruíz Casasola de Estrada

Ministra de Educación

Edna Leticia Portales de Nuñez

Viceministra Técnica de Educación

María del Rosario Balcarcel Minchez

Viceministra Administrativa de Educación

Carmelina Espantzay Serech de Rodríguez

Viceministra de Educación Bilingüe e Intercultural

Vilma Lorena León Oliva de Hernández

Viceministra de Educación Extraescolar y Alternativa



Francisco Rafael Itzvan Reyna Castillo

Director General

Dirección General de Educación Física

Ingrid Xiomara López Contreras

Subdirectora General Administrativa

Dirección General de Educación Física

Equipo técnico

Jacqueline Valeska Ovando Escobar **DIGEF**

Zuly Elizabet Barragán de Barrios **DIGEF**

Sergio Samuel Sosa Quiroz **DIGEF**

Byron Omar Vela Flores **DIGEF**

Henser Rodas **DIGEF**

Otto De León Rojas **DIGEF**

Juan Carlos López Vargas **DIGEF**

Salvador Pacach Ramírez **DIGEF**

Mario Augusto Melgar Toledo, **Infectólogo Pediatra, USAID / HEP+**

Diseño y Diagramación

Selvin Barahona **DIGEF**

Guatemala junio 2022

Contenido

Justificación	5
Presentación	6
Objetivos	7
Medidas específicas previo a la clase de Educación Física	8
• Recomendaciones para el maestro (a) de Educación Física	8
• Equipo de protección personal (epp) para el estudiante	8
• Medidas específicas después de las clases prácticas en las Escuelas Normales de Educación Física	9
• Medidas de detección de casos de contagio en estudiantes	9
• Utilización de servicios sanitarios	9
1. Transporte	9
2. Acreditación	9
3. Albergue o villa deportiva	10
4. Alimentación (comedor)	10
Medidas para el uso de las instalaciones deportivas	11
Antes del uso del gimnasio, cancha de fútbol, uso de la piscina	11
• Rol de administradores de las instalaciones deportivas	11
• Rol del docente	11
Campamentos de preparación y participaciones deportivas a nivel internacional	12
• Triatlón	13
• Patinaje	13
• Atletismo	13
• Eventos de pista	14
• Eventos de campo	14
Deportes de conjunto	14
Deporte de combate Judo, Luchas, Karate-do y Tae Kwondo	15
Deportes de raqueta y apreciación Tenis de mesa, Gimnasia y Ajedrez	16
• Tenis de mesa	16
• Gimnasia	16
• Ajedrez	17
Deportes para atletas con discapacidad	17
• Natación	17
• Atletismo	17
• Goalball	17
• Boccias	18

Consideraciones exclusivas para estudiantes con discapacidad	18
• Medidas recomendadas para el entorno físico	18
• Medidas para estudiantes con discapacidad visual	18
• Medidas para estudiantes con discapacidad auditiva	19
• Medidas para estudiantes con discapacidad física	19
• Medidas para estudiantes con discapacidad múltiple	19
• Medidas para estudiantes con discapacidad intelectual	20
• Medidas para estudiantes con sordoceguera	20
• Medidas para estudiantes con discapacidad psicosocial	20
• Los apoyos para estudiantes con discapacidad y sus estilos o formas	21
Juegos Deportivos Nacionales	21
Escuelas de Iniciación Deportiva y Ligas Deportivas	23
Conceptos básicos	25
Siglas	26
Marco legal	27
Referencias	27

Justificación

La Educación Física es fundamental para el desarrollo integral del estudiante. Por eso, se debe garantizar que se imparta de forma segura y responsable, ante COVID-19 u enfermedades infectocontagiosas, para el personal docente y los estudiantes, asegurando así que adquieran las habilidades y competencias básicas propias del área de Educación Física, así como les aporte salud y bienestar físico y emocional.

Siendo el área de Educación Física, compleja respecto al resto de las áreas (espacios, actividades, movimiento, interacción, materiales y equipamientos) se hace necesario que se generen procesos y procedimientos específicos que aseguren el bienestar de los estudiantes y del personal docente, minimizando los riesgos.

Se establecen las medidas de bioseguridad para el resguardo de la salud e integridad de los estudiantes que asisten a la clase de Educación Física, participan en el desarrollo de actividades extracurriculares o hacen uso de las instalaciones deportivas.

El presente protocolo será de observancia nacional y obligatoria en el Sistema Educativo Nacional.

Presentación

La Dirección General de Educación Física, del Ministerio de Educación como parte del Sistema de Cultura Física, preceptuado en el Decreto Número 76-97 del Congreso de la República de Guatemala, manifiesta compromiso institucional con la salud preventiva de los estudiantes, que asisten a la clase de Educación Física, que participan en el desarrollo de actividades extracurriculares y con el personal docente que ingresa y hace uso de las instalaciones deportivas de la Dirección General de Educación Física e Instituto Nacional de la Juventud de Alta Verapaz.

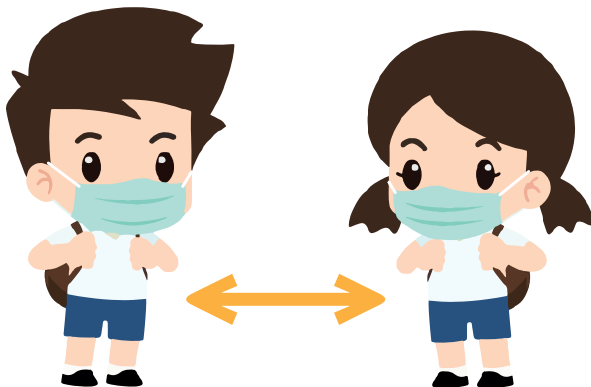
El presente protocolo tiene como finalidad dar lineamientos en materia de salud y seguridad ante el virus SARS-CoV-2 u otras enfermedades infectocontagiosas, para el desarrollo de la clase de Educación Física en los centros educativos, espacios deportivos, entre otros.

Objetivos

- 1.** Promover en los estudiantes que asisten a la clase de Educación Física, actividades extracurriculares y con quienes ingresan a hacer uso de las instalaciones deportivas de la Dirección General de Educación Física (DIGEF) y el Instituto Nacional de la Juventud de Alta Verapaz (INJAV, Cobán) la importancia de la implementación de las medidas biosanitarias establecidas en el presente protocolo para la permanencia en clase de Educación Física, actividades extracurriculares y otras.
- 2.** Cumplir con las normas emitidas por las autoridades de los Ministerios de Educación y de Salud Pública y Asistencia Social para garantizar la salud de los beneficiarios del trabajo institucional de la Dirección General de Educación Física –DIGEF–.

Medidas específicas previo a la clase de Educación Física

- Cumplir con el tablero de regulaciones de alerta sanitaria para los centros educativos del Sistema Educativo Nacional, específicamente el recreo, la clase de Educación Física y las actividades deportivas y lo establecido en el Acuerdo Ministerial No. 1600-2022 del Ministerio de Educación.
- Previo al inicio de la clase el maestro verifica que cada uno de los estudiantes porte su mascarilla o tapaboca y luego toma la temperatura.
- El docente verifica el espacio físico a trabajar, delimitando o marcando el lugar en donde los estudiantes recibirán la clase de Educación Física, respetando el 1.5 metros de distanciamiento físico entre cada uno.



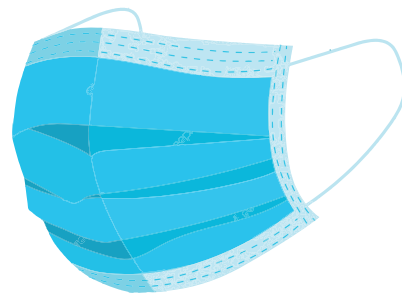
- Se sugiere dividir el tiempo según el número de estudiantes que tiene cada grado.
- Para la clase de Educación Física, cada estudiante debe utilizar la indumentaria adecuada.

Recomendaciones para el maestro (a) de Educación Física

- Readecuar los contenidos programáticos, según el currículo emergente que dicta el Ministerio de Educación.

- En toda actividad se debe mantener el distanciamiento físico de 1.5 metros con mascarilla o tapaboca.
- Las actividades en la clase de Educación Física deberán desarrollarse de manera individual y preferentemente al aire libre manteniendo el distanciamiento físico de 1.5 metros.
- El docente previo al ingreso y salida de la clase de Educación Física debe proceder a desinfectar las manos de los estudiantes con alcohol en gel concentrado al 70%.
- El maestro de Educación Física, debe utilizar siempre y de forma correcta la mascarilla o tapaboca asegurándose de cubrir por completo la boca y la nariz.
- La clase de Educación Física no es sustituible, según Decreto Número 76-97 del Congreso de la República de Guatemala.
- Promover actividades de conocimientos en salud para el aprendizaje en casa.
- En caso de utilizar implementos deportivos se recomienda desinfectarlos después de su uso.

Equipo de protección personal (EPP) para el estudiante



- Los estudiantes de todos los niveles deben utilizar de forma correcta la mascarilla o tapaboca, asegurándose cubrir por completo la boca y nariz al ingreso y salida de la clase de Educación Física.
- Las mascarillas o tapabocas a utilizar deben ser de tipo quirúrgico.

Medidas específicas después de las clases prácticas en las Escuelas Normales de Educación Física

- Registros de la clase: cada docente deberá aplicar la estrategia más adecuada según las necesidades y directrices del centro educativo.
- Regreso de la cancha o área de trabajo al aula: procurar que los estudiantes regresen al aula uno por uno, en orden, desinfectando sus manos adecuadamente.

Medidas de detección de casos de contagio en estudiantes:



- Identificar a los estudiantes con signos y síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta y otros relacionados con COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas.
- Los estudiantes identificados como «casos sospechosos» serán trasladados al área de aislamiento para luego ser referidos al centro asistencial más cercano.
- En caso que se trate de un estudiante, el docente informará al director y lo traslada al espacio asignado para el efecto. El estudiante deberá estar acompañado permanentemente por

un adulto. El director del centro educativo contacta a los padres de familia o encargado para que lo trasladen al centro asistencial más cercano de su jurisdicción.

Utilización de servicios sanitarios

- Recordar a los estudiantes que, durante el uso del baño o sanitario, deben usar la mascarilla o tapaboca y respetar el distanciamiento establecido de 1.5 metros.
- Se sugiere limitar el tiempo de permanencia en el sanitario.

1. Transporte

- Los lineamientos para la utilización de transporte escolar o alquilado deben regirse por las recomendaciones establecidas en el documento: “Protocolo del Ministerio de Educación para el Transporte Escolar”.

2. Acreditación

- Utilizar área grande, al aire libre.
- Colocar el mobiliario de manera que se logre el distanciamiento físico de 1.5 metros entre cada participante y colocar estaciones para la desinfección de manos con alcohol en gel concentrado al 70%.
- Mantener ventanas y puertas abiertas durante todo el proceso de acreditación.



- La persona a cargo de la acreditación deberá utilizar mascarilla o tapaboca durante todo el tiempo que dure la

actividad, aunque esta sea al aire libre. Los participantes deberán utilizar mascarilla o tapaboca permanentemente y de forma correcta durante toda la actividad, aunque esta sea al aire libre.

- Cada participante deberá llevar su bolígrafo para la acreditación correspondiente.
- Cada folder se guardará en bolsas de 5 libras para el resguardo y desinfección.
- La acreditación de atletas con discapacidad la deberá realizar la persona adulta que la acompañe (delegado, chaperona, entre otras).
- El encargado del evento deberá tener el registro actualizado de todos los participantes.

3. Albergue o villa deportiva

Para la utilización de albergues o villas deportivas se deberá:

- Revisar el reglamento interno para el uso de estas.



- Elaborar una lista de las personas que harán uso de las instalaciones, observar signos y síntomas de los participantes.
- La ubicación de los participantes se llevará a cabo tomando en cuenta las medidas de bioseguridad establecidas en los protocolos del albergue o villa deportiva. De no contar con los mismos se deberán seguir los lineamientos de bioseguridad establecidos en los Protocolos del Ministerio de Educación.

4. Alimentación (comedor)

- Previo al ingreso del comedor todos los participantes deberán lavarse las manos con suficiente agua y jabón por al menos 20 segundos o desinfectarlas con alcohol en gel concentrado al 70%.
- Los participantes deberán utilizar permanentemente y de forma correcta la mascarilla o tapaboca, solamente pueden retirarla cuando ingieran los alimentos. Esta deberá ser guardada en una bolsa de papel durante toda la comida, y deberán colocarla inmediatamente al terminar la misma.



- Durante la ingesta de alimentos los participantes deben permanecer sentados y en silencio.
- No ingerir los alimentos sentados frente a frente.
- Seguir las directrices del personal de la organización encargado de la alimentación durante el evento.
- Mantener el orden en las filas y con un distanciamiento físico de al menos 1.5 metros entre cada persona.
- Las personas que se encuentren en el comedor deben tocar únicamente las bandejas, platos, vasos, alimentos y demás utensilios de alimentación que le sean asignados.
- Ubicarse en las sillas colocadas dentro del comedor y evitar moverlas de lugar.
- Evitar que las personas compartan

alimentos.

- Al finalizar la comida las personas deben colocar los utensilios de alimentación en donde corresponden y desinfectarse las manos nuevamente con alcohol en gel al 70% de concentración o lavándolas con suficiente agua y jabón por al menos 20 segundos en el lugar correspondiente.

Medidas para el uso de las instalaciones deportivas

- Para el ingreso y utilización de las instalaciones deportivas de Dirección General de Educación Física -DIGEF- e Instituto Nacional de la Juventud de Alta Verapaz -INJAV-, es necesaria la gestión y coordinación previa con administradores y docentes del lugar.



- En los espacios deportivos como gimnasios, piscina y otros, se deberá señalar el ingreso y salida para evitar aglomeraciones.
- Las instalaciones deportivas deben contar con un área de aislamiento ubicada en un lugar ventilado, de poco tránsito para personas, con puerta, piso, paredes y equipo de material lavable o de fácil desinfección.
- La cantidad de personal que ingresa a las áreas de aislamiento debe ser restringida y contar con el conocimiento necesario para el uso de las mismas.
- Cualquier persona que ingrese a la sala de aislamiento debe estar debidamente registrada para los propósitos de rastreo de contactos.
- En el momento del uso de las

instalaciones deportivas se deberá nombrar al Encargado de Salud Escolar a través del Comité Escolar de Gestión de Riesgo, quien se apoyará con el personal médico o unidad médica (en caso se cuente con este servicio), coordinar y gestionar el apoyo de los centros de salud, cuando sea posible.

- Respetar el distanciamiento permitido en cada uno de los espacios (piscina, gimnasios, canchas al aire libre, campo de fútbol) para la práctica de los deportes.
- Los docentes deberán cerciorarse que los estudiantes a su cargo se apliquen alcohol gel concentrado al 70% al ingreso y salida de las instalaciones deportivas.

Antes del uso del gimnasio, cancha de fútbol, uso de la piscina

Rol de administradores de las instalaciones deportivas

- Proveer de los insumos necesarios para la desinfección antes de ingresar a las instalaciones.
- La desinfección debe ser antes y después del cambio de jornada o cuando sea requerido.

Rol del docente

- Informar acerca de la importancia de respetar y cumplir con las normas de bioseguridad establecidas.
- Informar acerca de la importancia de evitar el contacto físico en las instalaciones deportivas, en los espacios cerrados y abiertos, durante el uso y/o desarrollo de la clase de Educación Física, actividad extracurricular o entrenamiento.
- Supervisar y velar que los estudiantes no permanezcan dentro de las instalaciones deportivas una vez terminado el horario.



- Verificar al inicio de cada clase que vaya a desarrollar, que las instalaciones estén dotadas de los insumos mínimos para mantener las normas de bioseguridad para los estudiantes.
- El Jefe del Departamento de Servicios Generales, de la Coordinación Administrativa, oficinas centrales de la Dirección General de Educación Física -DIGEF- y el Director Administrativo del Instituto Nacional de la Juventud de Alta Verapaz -INJAV-, en cuanto a la administración de las instalaciones deportivas, observarán y aplicarán el protocolo específico establecido por el Ministerio de Educación.

Campamentos de preparación y participaciones deportivas a nivel internacional



- Para participar en las disciplinas deportivas de tiempos y marcas, natación, triatlón, patinaje y atletismo se sugiere contar con carné o constancia de vacunación y cumplir con las disposiciones establecidas.

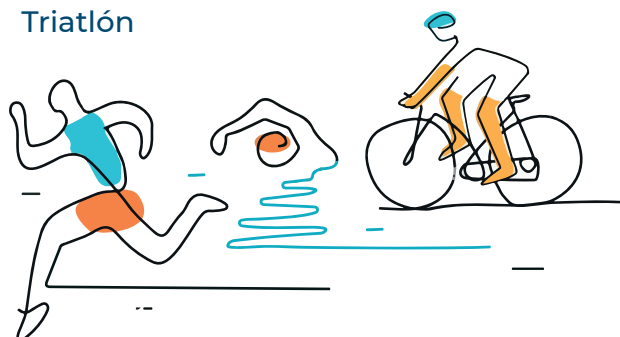
- En el caso de los eventos internacionales, cumplir con los requisitos y recomendaciones de participación emitidos por el comité organizador del evento.
Proveer de trifoliales de prevención, higiene y distanciamiento a todos los miembros de cada disciplina deportiva por evento.
- Se sugiere dividir las jornadas de entrenamiento por eventos en diferentes horarios para mantener burbujas de atletas, personal técnico, médico y logístico que sea trasladado del hotel a las instalaciones.
- Cumplir con las medidas de bioseguridad ante COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas en todo momento: vigilancia sindrómica, lavado frecuente de manos, ventilación cruzada, uso de mascarilla o tapaboca, distanciamiento físico de al menos 1.5 metros.
- Implementar campamentos por disciplina deportiva para evitar las aglomeraciones y mantener estricto control de los atletas.
- El calentamiento de todos los deportes debe hacerse en un área deportiva al aire libre, y mantener el distanciamiento físico de 1.5 metros entre cada participante utilizando mascarillas o tapabocas.
- Evitar los espacios cerrados y concurridos en la medida de lo posible.
- Evitar la interacción física o el contacto entre los participantes.
- El equipo para eventos de discapacidad debe ser cargado por personas del comité organizador quienes se encargarán de la adecuada desinfección de estos.

Al llegar al lugar:

- Utilizar mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta mientras no ingresen a la piscina.

- Permanecer en el área de entreno hasta que finalice la práctica o el entrenador así lo decida evitando tener contacto físico entre ellos y manteniendo el distanciamiento físico de al menos 1.5 metros.
- Cuidar la higienización del área de piscina, sanitarios, vestidores, duchas, bancos de salida y área de calentamiento.
- Los participantes no deberán prestarse ni intercambiar ropa.
- Marcar o señalar el distanciamiento entre cada atleta para evitar la aglomeración en el entrenamiento o la competencia.
- Usar los vestidores y duchas para evitar aglomeraciones.

Triatlón



Al llegar al lugar:

- Llevar a cabo la desinfección del área de la competencia y/o área de entrenamiento y del equipo, una hora antes.
- Uso obligatorio de mascarilla o tapaboca de forma correcta en los entrenamientos a excepción del momento de nadar.
- Higienizar los pies en la zona de transición de los deportes.
- Los participantes no deben prestar ni intercambiar ropa.
- Todos los participantes deberán permanecer en el área de entreno hasta que finalice la práctica o el entrenador así lo decida.

Patinaje



- Utilizar mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta durante el traslado al área deportiva. Llevar indumentaria deportiva adecuada y de ser necesario ropa para cambiarse.
- No prestarse ni intercambiar ropa.
- Permanecer en el área de entreno hasta que finalice la práctica o el entrenador así lo decida.
- Al momento de iniciar su entreno no utilizará mascarilla o tapaboca.

Atletismo



- Los artículos personales (toallas, botellas de agua, etc.) deberán ser de utilización exclusiva de cada deportista, al igual que los elementos de práctica. Deberá procurarse la desinfección permanente de los mismos.
- Cada persona guardará sus pertenencias en un bolso particular de

mano debidamente desinfectado. El mismo será colocado en un área determinada para tal fin.

- Uso obligatorio de mascarilla o tapaboca de forma correcta al ingreso a las instalaciones para todo aquel que participa en los eventos y entrenamientos de atletismo.
- Todo calentamiento se realizará manteniendo el distanciamiento físico de 1.5 metros y evitando intercambiar implementación y actividades en grupo.
- Las instalaciones deberán cumplir con las medidas de desinfección periódicas correspondientes.
- Readecuar las instalaciones según los siguientes criterios: provisión de alcohol en gel concentrado al 70%, eliminar objetos que no sean indispensables.
- No se permitirá el ingreso de acompañantes bajo ninguna circunstancia.
- Los entrenadores y jueces permanecerán en todo momento con la mascarilla o tapaboca de forma correcta y guardando el distanciamiento físico.

Eventos de pista



- Mantener la distancia física de 10 metros para trotar; para iniciar un trote cada persona dispondrá de un carril.

- En los eventos de velocidad mantendrán su carril de principio a fin, abandonarán el área de competencia inmediatamente terminada la misma, harán uso de la mascarilla.
- Los eventos de larga distancia partirán en carriles diferentes, al culminar deberán abandonar de manera inmediata la línea de meta y harán uso de la mascarilla o tapaboca.

Eventos de campo



- Los atletas mantendrán siempre el distanciamiento mínimo de 1.5 metros en las áreas de competencia o de entrenamiento.
- No se compartirán los implementos deportivos de entrenamiento tales como: balas, discos, martillos, jabalinas o aquellos elementos adicionales que se requieran para el adecuado desarrollo del deportista y de la sesión de entrenamiento.
- En las sesiones de fuerza se evitará utilizar equipo sin desinfectar y de ser posible programar estas sesiones para trabajar en casa.

Deportes de conjunto

Fútbol, Baloncesto, Voleibol y Béisbol. Son las disciplinas deportivas más complejas por la cantidad de participantes, los campamentos han sido hasta ahora parte del proceso de preparación, integración y convivencia como parte del trabajo en equipo para lograr los mejores resultados en participaciones a nivel internacional; debido a la situación es necesario considerar lo siguiente:



- Verificar que el uso de las instalaciones sea en horarios exclusivos para el grupo que corresponde y haya la menor cantidad de estudiantes en las mismas. Contar con más adultos de apoyo para el control diario de temperatura y concientizar a los estudiantes atletas acerca del respeto y cumplimiento de las medidas de higiene y prevención.
- Solamente se podrá integrar al grupo completo en la práctica deportiva al momento de realizar fogueos, considerando siempre las medidas de prevención.
- Utilizar implementos personales para entrenamiento y calentamiento para evitar el contacto directo.
- Desinfectar constantemente los balones y pelotas en cada una de las disciplinas deportivas.
- Cada atleta deberá llegar ya cambiado al área de entrenamiento para evitar el uso de camerinos o baños.

Deportes de combate Judo, Luchas, Karate-do y Tae kwondo



- Durante el campamento la delegación

deportiva escolar deberá contar con la asistencia del cuerpo médico. De no contar con este recurso humano, se recomienda no realizar los campamentos.

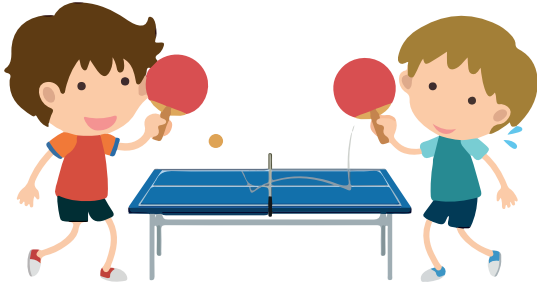
- Tanto el personal a cargo de los campamentos de los deportes de combate de la sección de alto rendimiento como el personal médico deberá tener un botiquín de emergencia.
- Los atletas estudiantes deben llevar una bolsa plástica con su nombre para guardar su mascarilla o tapaboca mientras tienen su sesión de entrenamiento.
- En cada sesión de entrenamiento los atletas estudiantes deben guardar una distancia de 1.5 metros.
- Desinfectar el área de entrenamiento antes, durante y después de la sesión de trabajo técnico, táctico y físico.
- Cada atleta escolar deberá contar con sus botellas de agua rotuladas con su nombre.
- No dejar botellas en el área de entrenamiento, hospedaje y comedor depositarlas en un recipiente de basura.
- Antes y al terminar las sesiones de entrenamiento todos los atletas estudiantes, cuerpo técnico, personal médico, personal técnico administrativo, logístico y personal operativo deberán bañarse y ponerse ropa limpia.

Desinfectar los implementos deportivos y zapatos, al salir del área de entrenamiento.

Utilizar calzado específico para el área deportiva.

Deportes de raqueta y apreciación Tenis de Mesa, Gimnasia y Ajedrez

Tenis de Mesa



- Los participantes deben abstenerse de estrechar la mano, abrazarse y tocarse al saludar.
- En el entrenamiento de multibolas se debe asegurar que solo el entrenador toque las pelotas, el área de entrenamiento debe estar asegurada para que las pelotas no se mezclen con otras.
- Las pelotas solo deben ser tocadas por un participante por mesa, por esta razón, las pelotas deben estar claramente identificadas.
- Durante la sesión de entrenamiento los participantes no deben cambiar de lado de la mesa.
- No está permitido tocar ni limpiar la mesa con las manos durante la práctica.
- Durante los descansos cortos se debe promover el lavado de manos o aplicación de gel concentrado al 70% en los participantes, así como al final de la sesión de entrenamiento y mantener siempre el distanciamiento físico de 1.5 metros.
- Promover el uso de la mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta en los participantes posterior a la sesión de entrenamiento.
- Todos los participantes deberán traer su propia botella de agua y mantener el

distanciamiento físico de 1.5 metros durante los descansos cortos.

- Al terminar cada sesión se debe desinfectar el salón de entrenamiento, mesas, pelotas, el piso y servicios sanitarios.
- Los participantes en las sesiones de entrenamiento no deben tener signos o síntomas de COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas.
- Las personas con un caso documentado de infección por COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas necesitan autorización de un profesional de la salud para participar en las sesiones de entrenamiento.

Gimnasia



- Utilizar mascarilla o tapaboca y de forma correcta durante el traslado al área deportiva, sanitarios u otra área fuera del entrenamiento.
- Llevar indumentaria deportiva adecuada y ropa para cambiarse.
- No prestarse ni intercambiar ropa.
- Permanecer en el área de entreno hasta que finalice la práctica o el entrenador así lo decida.
- Durante el entrenamiento puede o no utilizar mascarilla o tapaboca.
- Desinfectar antes de utilizar el aparato para la práctica deportiva.
- Utilizar una caja plástica para colocar sus artículos personales.

- Desinfectar el sanitario antes de utilizarlo.

Ajedrez



- Desinfección de las piezas, tableros y reloj.
- Uso obligatorio de mascarilla o tapaboca en los entrenamientos y todo el tiempo.

Deportes para atletas con discapacidad

Se debe tomar en cuenta que la mayoría de atletas con discapacidad se hacen más vulnerables a contraer el virus, por lo cual se sugiere requerir la tarjeta o constancia de vacunación, antes de la realización de cualquier actividad deportiva.

Natación



- Desinfectar el equipo de entrenamiento: pataletas, manoletas, tablas, lentes, gorros.
- Utilizar obligatoriamente la mascarilla o tapaboca de forma correcta todo el tiempo.

- Cuidar la higienización de la piscina.
- No se permite prestar ni intercambiar ropa.
- Permanecer en el área de entreno hasta que finalice la práctica o el entrenador así lo considere.

Atletismo



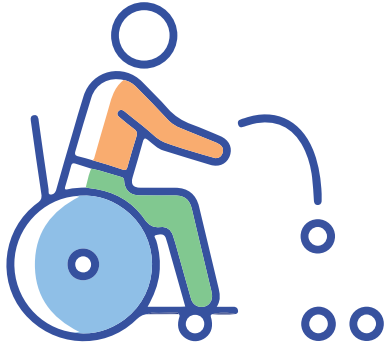
- Desinfectar los implementos deportivos.
- Utilizar obligatoriamente la mascarilla o tapaboca en los entrenamientos todo el tiempo y de forma correcta.
- Los guías de los eventos de atletismo de discapacidad deberán cumplir con todos los requisitos de higiene, distanciamiento y tarjeta o constancia de vacunación, ya que los atletas se sujetan de ellos durante las pruebas de carreras.

Goalball



- Desinfectar el equipo de entrenamiento.
- Desinfectar la duela de competencia ya que los atletas tienen contacto directo con ella.
- Utilizar obligatoriamente la mascarilla o tapaboca todo el tiempo y de forma correcta.

Boccias



- Desinfectar constantemente el equipo de entrenamiento y competencias.
- Utilizar obligatoriamente la mascarilla o tapaboca todo el tiempo y de forma correcta.

Consideraciones exclusivas para estudiantes con discapacidad

Debido a la alta vulnerabilidad que posee este grupo se hace necesario contemplar las siguientes medidas adicionales: no solo lo anteriormente vertido, sino también otras acciones propias de este grupo, ante la necesidad de utilizar objetos extras que son parte de su vida cotidiana como andadores, silla de ruedas, muletas, bastones canadienses, bastones para ciegos y otros aditamentos.

Medidas recomendadas para el entorno físico



- Facilitar entornos accesibles que permitan la movilización de la persona

usuaria de silla de ruedas o usuaria de bastón.

- Habilitar habitaciones con camas no altas, con cobertor y nunca literas para personas con discapacidad.
- Implementar sanitarios accesibles para personas usuarias de silla de ruedas. Duchas accesibles con bancos de baño.
- Facilitar guías táctiles a la altura adecuada, con timbre para solicitar ayuda cuando se requiera para orientación en los espacios físicos.
- Brindar apoyos necesarios para acciones como: vestirse, ducharse o usar el sanitario, cambiar pañal.
- Adecuar el espacio para evitar autolesiones.
- En todas las acciones anteriores guardar la distancia física de 1.5 metros y hacer uso del alcohol en gel concentrado al 70% constantemente.

Medidas para estudiantes con discapacidad visual



- Dar la información en formatos accesibles, braille, trasladar textos a audio, uso de dispositivos móviles debidamente desinfectados.
- Facilitar movilidad y proporcionar información sobre el entorno en donde encontrar estaciones de desinfección.
- No mover objetos personales del estudiante, para proteger su salud y seguridad personal.

Medidas para estudiantes con discapacidad auditiva



- Hacerse acompañar de un intérprete en lenguaje de señas, tomando en cuenta el distanciamiento físico de 1.5 metros.
- Facilitar que la transmisión del lenguaje verbal más vocalizado, la lectura labio facial se lleve a cabo haciendo uso de máscaras protectoras.
- Colocar subtítulos en la información audiovisual, esto no sustituye al intérprete, pero reafirma la información. Reiterar por escrito lo concerniente a la información y datos importantes.
- Hacer uso de redes de apoyo para mejorar el sistema de comunicación y cuando no se cuente con un intérprete.

Medidas para estudiantes con discapacidad física



- Para su movilidad las personas con discapacidad física hacen uso de sillas de ruedas, prótesis, órtesis, andadores,

bastón, muletas, entre otros, mismos que deben ser desinfectados.

- Los sanitarios deben contar con pasamanos o apoya brazos. Las duchas deben tener bancos de baño y las llaves deben estar a la altura idónea para estudiantes usuarios con silla de ruedas.
- Es necesario que la estructura del entorno sea accesible por medio de rampas, elevadores, pasamanos, puertas anchas, espacio de estacionamiento adecuado, servicios sanitarios y duchas amplias.

Medidas para estudiantes con discapacidad múltiple



- Apoyo de un asistente personal o cuidador según lo requiera.
- Para comunicarse y acceder a la información hacer uso de diferentes tipos, medios y formas de comunicación (pictogramas, señales, sonidos); hablar más despacio y claro es una buena herramienta.
- Algunas personas utilizan ayudas técnicas para su movilidad y actividades de la vida diaria, como sillas de ruedas, tableros, herramientas tecnológicas.
- El acompañamiento del cuidador o asistente personal es permanente.
- Tener acceso de las ayudas técnicas cuando sean necesarias.

Medidas para estudiantes con discapacidad intelectual



- Utilizar diversos sistemas de comunicación, el acceso a la información debe ser usando lenguaje natural y sencillo.
- Utilizar frases directas y bien construidas. Enviar un solo mensaje en una oración. Dar indicaciones cortas.
- Dar la información las veces que sea necesario para su comprensión.
- Dar el tiempo que la persona necesite para emitir una respuesta y asegurar que la información del mensaje sea comprendida.
- Dar un trato acorde a su edad mental mas no a la cronológica.
- Para actividades de la vida diaria y otras áreas puede requerir diversos niveles de apoyo.

Medidas para estudiantes con sordoceguera



- Es necesario el apoyo de un asistente

personal.

- Utilizar el tacto como medio de acceso al entorno.
- Utilizar diferentes medios, formas, modos y tipos para proporcionar la información, puede ser por medio de objetos de referencia o de lenguaje dáktilo manual o mano bajo mano.

Medidas para estudiantes con discapacidad psicosocial



- Es necesario el apoyo de un asistente personal, reducir el número de personas en los ambientes de entrenamiento y proporcionar información en formatos visuales.
- Hablar despacio y claro.
- Consultar e involucrar activamente a las personas en las decisiones que deban tomarse.
- Dirigirse inicialmente a la persona, consultar antes de ayudar o tomar decisiones sobre ellas.
- Consultar a la persona si requiere o utiliza algún tipo de medicamento o terapia alternativa. Es importante que la persona cuente con el equipo adecuado según lo requiera.
- Los estudiantes deportistas en condiciones de discapacidad, deben contar con un asistente o apoyo personal que los ayude en todo momento a su higiene y desinfección personal.

Los apoyos para estudiantes con discapacidad y sus estilos o formas

- Los apoyos son acciones que permiten que una persona, por medio del acompañamiento de otra, pueda ir acercándose a realizar determinada actividad con la mayor independencia posible. Parte del principio de generar accesibilidad en los procesos y en el respeto a la dignidad humana.
- Los apoyos pueden ser diferentes por el tiempo y la intensidad en la que se dan:

Intermitente:

Se da solamente cuando la persona lo requiere, y se presenta de manera esporádica, por ejemplo, explicar con más detalle la información, hablar de forma natural pero un poco más despacio, sin exagerar. Se refiere solo al momento de iniciar a hacer una actividad nueva.

Limitado:

Es por momentos más prolongados, o se usan otros sistemas de comunicación, se hacen ajustes para dar a comprender la información de sistemas alternativos de comunicación, si es una persona con sordera nos debemos comunicar por medio del lenguaje de señas; una persona con discapacidad intelectual o con autismo se verán beneficiadas de la información por medio de pictogramas; las personas con discapacidad visual deben tener la información en sistema braille o en audio. Se dan por más tiempo para que la persona pueda aprender a realizar por sí misma una actividad. En todo momento se debe preguntar en qué necesita apoyo.

Extenso:

Se da por momentos más prolongados durante el día, depende del grado de autonomía que tenga.

Generalizado:

Se presenta en la mayoría de actividades durante el día, depende del grado de autonomía que tenga el atleta. Es necesario que cuenten con el acompañamiento de un asistente

personal que esté con ellos, para ayudarles en alguna medida a realizar acciones de higiene, vestuario, alimentación, movilidad, entre otros. Este tipo de apoyo lo requieren las personas que tienen una condición de discapacidad asociada a otra.

- Al momento de presentarse el estudiante con discapacidad a las escuelas de iniciación deportiva, ligas deportivas escolares, academias de selección de talentos, escuelas de especialización deportiva deben utilizar mascarilla o tapaboca.

Juegos Deportivos Nacionales



Previo a salir del lugar de procedencia:

- Asegurar que los integrantes de la delegación no tengan síntomas similares a los de COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas.
- Asegurar que los integrantes de la delegación tengan puesta la mascarilla o tapaboca correctamente.
- Mantener la distancia recomendada entre cada integrante de 1.5 metros.
- Dar a los integrantes de la delegación las recomendaciones necesarias para la prevención de COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas.

- Sugerir que desinfecten en su hogar todos los objetos, equipo o implementos que se llevarán y utilizarán en el viaje y evento.
- Al momento de descender del bus en el lugar del evento, asegurar que los integrantes de la delegación guarden la distancia establecida de 1.5 metros y usen mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta.

Reuniones técnicas

- Guardar la distancia recomendada entre cada persona de 1.5 metros.
- Asistencia de una persona representante de cada equipo participante.
- Usar mascarilla o tapaboca siempre de forma correcta durante todo el desarrollo de la reunión.
- Sentarse donde están colocadas las sillas, sin moverlas de su lugar.
- Seguir las directrices dadas por los organizadores.
- Brindar una charla acerca de las medidas de prevención de COVID-19 u otras enfermedades infectocontagiosas en general y las que se tomarán durante el evento.

Antes de la competencia

- Desinfectar la instalación deportiva, principalmente el terreno de juego previo al inicio de cada juego.
- Desinfectar las bancas o sillas de suplentes previo al inicio de cada juego e identificarlas para ubicar a los jugadores que no iniciarán el juego.
- Desinfectar previo al inicio de cada juego los balones y equipo a utilizar por los organizadores y árbitros.
- Los organizadores, árbitros y voluntarios deben tener colocadas siempre y de forma correcta sus mascarillas o tapabocas.

- Llevar una bolsa plástica identificada para guardar la mascarilla o tapaboca durante el juego.
- Mantener la distancia establecida de 1.5 metros entre cada persona.
- Desinfectar las manos con agua y jabón o aplicando gel con alcohol al 70% de concentración, para ello se debe contar con suficientes dispensadores en cada instalación deportiva.
- Desinfectar la ropa y calzado previo a ingresar a la instalación deportiva y principalmente al terreno de juego.
- Por cualquier emergencia, en cada instalación deportiva deberá estar presente personal médico y enfermería, con su respectivo botiquín.

Durante la competencia

- Durante el calentamiento mantener la distancia establecida de 1.5 metros entre cada persona.
- El saludo entre equipos se realizará tal como se ha hecho en años anteriores y posteriormente se desinfectarán las manos.
- Los árbitros de mesa deberán usar mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta durante el desarrollo del juego.
- Durante el juego los jugadores y cuerpo técnico presente en las bancas deben usar mascarilla o tapaboca, de forma correcta y mantener la distancia establecida de 1.5 metros entre cada persona.
- En las detenciones del juego se desinfectará el piso de la cancha de juego y los balones utilizados en el mismo o cuando los organizadores o árbitros lo consideren pertinente.
- El calzado, las prendas de vestir y cualquier otro equipo o implemento deportivo es de uso personal.
- Cuando sea necesario o se estime

pertinente los jugadores, cuerpo técnico, árbitro y organizadores deberán desinfectarse las manos, utilizando agua y jabón o alcohol en gel concentrado al 70%.

- Identificar las botellas, vasos o recipientes para hidratación, de tal forma que cada persona utilice el propio o designado para ella.
- En la medida de las posibilidades, en cada detención del juego, limpiarse la cara con una toalla propia, limpia y desinfectarse las manos.
- Mantener la distancia establecida de 1.5 metros para dar o recibir instrucciones de su entrenador al momento de los tiempos de descanso.
- Seguir las directrices dadas por los organizadores

Después de la competencia

- Desinfectar los balones, equipo o implementos utilizados durante el juego.
- Lavarse la cara con agua y jabón.
- Desinfectar las credenciales de identificación y entregarlas al dueño.
- Desinfectar el calzado, las prendas de vestir y cualquier otro equipo o implemento utilizado.
- Utilizar la respectiva mascarilla o tapaboca siempre y de forma correcta.
- Depositar en los recipientes destinados para basura, las botellas, vasos y bolsas que ya no se vayan a utilizar.
- Si se va prestar calzado o cualquier otro equipo o instrumento deportivo deberá ser debidamente desinfectado.
- Al terminar el juego bañarse y ponerse ropa limpia.

Escuelas de Iniciación Deportiva y Ligas Deportivas



- Priorizar el desarrollo de actividades de carácter individual.
- Trabajar con grupos estables con su propio horario y días establecidos, minimizando que estudiantes de un grupo tengan contacto con estudiantes de otros grupos.
- Realizar todas las clases al aire libre, respetando en todo momento el distanciamiento físico establecido de 1.5 metros.
- Aprovechar al máximo el espacio, evitando la concentración de estudiantes en áreas pequeñas.
- Marcar la cancha o área deportiva con señalizadores en el piso que orienten la distancia mínima establecida de 1.5 metros.
- Disponer de un lugar de acceso y otro de salida.

Antes de la clase

- En caso de utilizar implementos deportivos, estos serán desinfectados antes y después.

Durante la clase

- Una vez que los estudiantes lleguen a la instalación, serán ubicados en

espacios específicos dentro de la cancha manteniendo el distanciamiento físico establecido de 1.5 metros durante la realización de la clase.

- Una vez ubicados en su puesto de trabajo, se les autorizará quitarse su mascarilla o tapaboca y guardarla en su bolsa hermética.
- La ropa nunca se dejará en el suelo, esta debe estar en el bolso deportivo individual del estudiante, al igual que todos sus implementos.
- Una vez finalizada la sesión, los estudiantes deberán utilizar la mascarilla o tapaboca y de forma correcta.

Después de la clase

- Los estudiantes deberán lavar las manos y aplicar alcohol gel concentrado al 70% para desinfectar.
- Ingresar a vestidores o baños en grupos reducidos, los cuales serán monitoreados desde fuera en todo momento por los docentes, esto solo para cambiarse vestuario, sin uso de duchas.
- En caso de utilizar implementos deportivos, estos serán desinfectados antes y después de la sesión.

Conceptos básicos

Boccia:

El Comité Paralímpico Español, refiere que la boccia, cuyos orígenes se remontan a la Grecia Clásica, es una compleja combinación de táctica y habilidad. Se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre una pista rectangular en la que los jugadores tratan de lanzar sus bolas lo más cerca posible de la pelota blanca que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejar las de sus rivales, en un ejercicio continuo de tensión y precisión.

Cada jugador, pareja o equipo dispone de seis bolas en cada manga y gana aquel cuya bola termine más cerca de la blanca. Además, recibirá un punto extra por cada bola adicional que haya conseguido acercar a la blanca por delante de la primera del contrario. Las competiciones individuales y por parejas constan de cuatro mangas, mientras que las de equipos se componen de seis.

El deporte de la boccia lo practican personas en silla de ruedas que tienen parálisis cerebral, lesión cerebral o discapacidad física severa, y que se colocan en uno de los extremos del campo, desde donde lanzan las bolas.

Caso sospechoso:

Persona con infección respiratoria aguda de cualquier nivel de gravedad que incluya fiebre mayor o igual a 38 °C y al menos uno de los siguientes signos/síntomas: tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria. Persona con infección respiratoria aguda, moderada o grave y que requiere hospitalización (VIGEPi 24- 2020).

Educación Física:

La educación física es aquella disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo humano, ayudando a la formación integral de cada ser humano. En su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. (inefi.gob.do)

El acceso a la educación física es un derecho de todo escolar por ser un elemento esencial en su proceso formativo y en su bienestar integral. Su práctica se realizará sin ningún tipo de restricción o discriminación alguna. Tanto el deporte como la recreación escolar por ser parte en su carácter de medios de la educación física, se entienden incluidos cuando se menciona ésta, la que los abarca y desarrolla en su ámbito extracurricular, cuando se refieren a programas específicos. (Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y del Deporte. Decreto 76-97).

Goalball:

De acuerdo a la Federación Española de Deportes para Ciegos (2022), es el único deporte paralímpico creado específicamente para personas ciegas y con discapacidad visual, en el que participan dos equipos de tres jugadores cada uno. Se basa principalmente en el sentido auditivo para detectar la trayectoria de la pelota en juego (que lleva cascabeles en su interior) y requiere, además, una gran capacidad espacial para saber estar situado en cada momento en el lugar más apropiado, con el objetivo de interceptar o lanzar la pelota.

Durante el partido, de 20 minutos totales de duración, cada equipo se sitúa en un lado de la pista, junto a la portería de 9 metros de ancho. El objetivo es, mediante el lanzamiento con la mano del balón, introducirlo en la portería del equipo rival. Cualquiera de los tres miembros del equipo intentará que el balón no entre en la portería. Todos los jugadores llevan antifaces opacos para igualar la visibilidad de todos los participantes.

La pista utilizada para Goalball consistirá en un rectángulo de 18,00 metros de largo por 9,00 metros de ancho dividida en seis áreas. Todas las líneas del campo estarán marcadas en relieve para que sean reconocibles al tacto, con el fin de que los jugadores puedan orientarse con

facilidad.

Vigilancia sindrómica:

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la vigilancia epidemiológica o fuentes de la salud pública, es "la recolección sistemática de información sobre problemas específicos de salud en poblaciones, su procesamiento y análisis, y su oportuna utilización por quienes deben tomar decisiones de intervención para la prevención y control de los riesgos o daños correspondientes". Martínez, Navarro (2004).

Siglas

DIGEF: Dirección General de Educación Física

INJAV: Instituto Nacional de la Juventud de Alta Verapaz

EPP: Equipo de protección personal.

OMS: Organización Mundial de la Salud

USAID: Agencia Estadounidense para el Desarrollo Internacional

HEP+: Programa Health and Education Policy Plus

Marco legal

- Acuerdo Ministerial 3-2021. Integración del Comité Escolar de Gestión de Riesgo.
Ministerio de Educación.
- Acuerdo Ministerial No. 1600-2022. Norma Sanitaria para la prevención y control de infecciones por SARS-CoV-2 para los centros del Sistema Educativo Nacional.
Ministerio de Educación.
- Circular VIGEPI N.º 24-2020 de fecha 09 de junio 2020.
- Decreto 76-97, Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y del Deporte.
Congreso de la República de Guatemala.

Referencias

- Instituto Nacional de Educación Física. Gobierno de la República Dominicana.
Disponible en [Instituto Nacional de Educación Física \(INEFI\) » Educación Física](#)
- Federación Española de Deportes para Ciegos. España, 2022.
Disponible en [Goalball - Federación Española de Deportes para Ciegos \(fedc.es\)](#)
- Martínez, Navarro (2004). Vigilancia epidemiológica. Madrid, España: McGraw-Hill España.
- Paralímpicos. Comité Paralímpico Español.
Disponible en [Boccia | Paralímpicos \(paralimpicos.es\)](#)