La situación excepcional motivada por COVID-19 implica que la Universidad Francisco de Vitoria (UFV) adopte medidas de prevención y protección adicionales para garantizar la seguridad y salud de las personas. En este documento ponemos a tu disposición las pautas a seguir para que la realización de la **Docencia Práctica en las Instalaciones Deportivas** del campus universitario se realice en las condiciones adecuadas:

El docente se responsabiliza de cumplir este protocolo

- ✓ Será obligatorio el uso de la mascarilla en interiores y también al aire libre cuando no se pueda mantener una distancia mínima de 1,5 metros entre personas como por ejemplo durante toda la actividad docente deportiva de CAFYD, TSEAS y DEPORTES UFV, estando de pie, sentado o desplazándose por el exterior de los edificios en el campus, o si se producen aglomeraciones por ejemplo a la entrada de los edificios, durante situaciones de emergencia/evacuaciones, etc… Recuerda usarla correctamente tapando boca y nariz.
- ✓ Se pone a disposición del personal laboral, mascarillas FFP2 al considerarse la mejor opción para minimizar el riesgo de contagio en espacios interiores debido a la facilidad de transmisión de las nuevas cepas del virus. Se podrán retirar en la recepción, garitas, en las coordinaciones de cada edificio o en los diferentes departamentos.
- ✓ Únicamente el uso de mascarilla no será obligatorio en las actividades docentes acuáticas, durante el baño y mientras se permanezca en la piscina, en un espacio determinado, sin desplazarse, garantizándose una distancia de seguridad interpersonal de al menos 2 metros entre todas las personas usuarias. En cualquier caso, será obligatorio el uso de mascarilla en los accesos, desplazamientos y paseos que se realicen en estas instalaciones.
- ✓ Se aconseja que el alumno lleve siempre una **mascarilla de repuesto**. En situaciones excepcionales, si no tuviera una de repuesto, y se le rompiera durante la realización de la actividad docente deportiva, se le podrá entregar una, retirándola en las coordinaciones que corresponda. El alumno sin repuesto de mascarillas podrá comprarlas en la tienda UFV.
- ✓ En la realización de los **deportes de contacto y combate** se deberán extremar todas las medidas indicadas en este documento, y las recogidas también en los respectivos protocolos de las federaciones deportivas madrileñas, siguiendo las indicaciones del Ministerio de Sanidad.
- ✓ El alumno podrá llevar durante las clases deportivas una **botella de agua individual**, quedando prohibido el uso compartido de la misma. No se podrá compartir alimentos, bebidas o similares.
- ✓ Durante la realización de las actividades docentes deportivas se deberán seguir también las indicaciones específicas de uso de las instalaciones deportivas, que encontrarás en el siguiente link de la web del CD: Protocolo-prevencion-covid-19 CD

- ✓ Los alumnos llevarán lo **mínimo de pertenencias y objetos posibles**. Las bolsas, mochilas o efectos personales, tanto en el exterior como en el interior, únicamente se podrán dejar en los espacios habilitados para ello.
- ✓ **En el deporte de natación**: todos los objetos personales como toalla, calzado de uso exclusivo para las piscinas, entre otros, deben estar guardados en sus respectivas mochilas y éstas deben permanecer situadas dentro del perímetro de seguridad establecido de la piscina (en el poyete), evitando en todo momento el contacto con las mochilas del resto de los compañeros. Estos espacios deberán ser desinfectados antes y después de su uso, por el alumno.
- ✓ La actividad deportiva de los alumnos de **CAFYD, TSEAS y DEPORTES UFV** contempla la realización de las siguientes actividades docentes deportivas:

ACTIVIDADES DOCENTES DEPORTIVAS	**DEPORTES CON ESFUERZO FÍSICO. SIN CONTACTO FÍSICO.** **EN EXTERIOR**	**DEPORTES DE CONTACTO Y DE COMBATE.** **EN INTERIOR**	**DEPORTES DE CONTACTO Y DE COMBATE.** **EN EXTERIOR**	**NATACIÓN** **EN INTERIOR**
CAFYD	PÁDEL TENIS ESCALADA SENDERISMO	JUDO BALONCESTO VOLEIBOL	FUTBOL HOCKEY	NATACION
TSEAS	TENIS ATLETISMO BADMITON	BALONCESTO BALONMANO VOLEIBOL	FUTBOL	NATACION
DEPORTES UFV		BALONCESTO BALONMANO VOLEIBOL FUTBOL SALA	FUTBOL RUGBY	

- Las Federaciones Deportivas Madrileñas cuentan con protocolos, denominados “Protocolo de Adecuación de la Actividad/competición con motivo del COVID”. El enlace es el siguiente: https://www.comunidad.madrid/servicios/deportes/proceso-desescalada-ambito-deportivo.
- La realización de competiciones o eventos deportivos se ajustará a lo indicado por la normativa conforme a la evolución de pandemia.

EN LAS INSTALACIONES EN EL INTERIOR:

- ✓ Se podrá realizar actividad físico-deportiva en el interior del Centro deportivo, de forma individual o en grupos, siempre que no se supere el aforo máximo permitido y el tamaño de los subgrupos autorizados, según marque la normativa conforme la evolución de la pandemia, en donde se mantendrá la distancia de 3 metros lineales entre los grupos.
- ✓ Las instalaciones internas cuentan con sistemas de ventilación y renovación del aire, no obstante, en todas las áreas que sea posible se debe ventilar el espacio abriendo ventanas y/o puertas durante 10-15 minutos antes del comienzo de la actividad, al finalizar y periódicamente cada hora; y si es posible se recomienda mantenerlas continuamente abiertas durante toda la actividad.
- ✓ Verificar la dotación de **gel hidroalcohólico** ya que es obligatorio desinfectarse las manos antes y después de acceder.
- ✓ El docente y/o entrenador debe contar con **kit de limpieza** adecuado en función de la actividad impartida para poder ser autónomo durante la actividad y para la desinfección previa del puesto y material que comparta. Se recomienda disponer de varias unidades para poder hacer partícipes a los alumnos.
- ✓ Si la actividad implica el **uso de cualquier material (fijo o móvil)** debe asegurarse que se desinfectan antes de su uso. Igualmente, si se tratan de prendas de protección o distintivos de uso común.
- ✓ Los responsables del material del almacén deben encargarse de seleccionar y gestionar la adquisición de los productos y material de limpieza más adecuados para garantizar la desinfección de los equipos específicos sin deteriorarlos. Se recomienda contactar con fabricantes del material para obtener esta información.
- ✓ Se deberá disponer de **papeleras en el interior**, en las que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deben ser limpiadas de forma frecuente, y al menos una vez al día.
- ✓ El uso de **ascensor** se limitará al mínimo y se utilizarán preferentemente las escaleras. Cuando sea necesario será una única persona, o personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante.
- ✓ Se recomienda a los alumnos, **no hacer uso de vestuarios**. Las taquillas están condenadas.
- ✓ **Planificar la limpieza y ventilación del espacio al finalizar la clase**: El Centro Deportivo diariamente efectúa dos limpiezas de las instalaciones (a las 21:00 horas y las 15:00 horas), la UFV por su parte, contempla dos refuerzos más derivados de la situación actual por la

Covid19. El área de coordinación de la carrera, especialidad, o Deportes UFV debe notificar por Ventanilla Única, los cambios de turnos/horarios de actividades para que procedan a la limpieza inmediata del espacio utilizado. De igual forma, a través de VU, se procederá a comunicar cualquier necesidad de limpieza y desinfección adicional inmediata.

- ✓ Para la actividad docente deportiva en la práctica de natación se ha de seguir el siguiente

PROTOCOLO INDICADO PARA LAS CLASES DOCENTES DE NATACIÓN

- El aforo máximo será indicado por el Centro deportivo, en función de la normativa señalada en base a la evolución de la pandemia.
- Se podrá utilizar tanto el vestuario de agua como de seco. Se establecerán 2 turnos de alumnos para cambiarse, siempre garantizando la distancia mínima interpersonal de 1,5 m.
- A fin de agilizar el paso por vestuarios no se emplearán las taquillas de los vestuarios.
- Las pertenencias de los alumnos se depositarán en los poyetes de la piscina en las zonas habilitadas. El alumno antes y después de su uso, las desinfectará con un pulverizador disponible en la piscina. El profesor velara porque la desinfección se realice antes y después adecuadamente.
- Los alumnos deberán guardar una separación de 1,5 metros en las instalaciones en todo momento. Dentro del recinto de la piscina la distancia de seguridad será de 2 metros.
- El acceso al recinto de la piscina se realizará con la mascarilla puesta, que se depositará dentro de la mochila durante la práctica deportiva. En cualquier caso, será obligatorio el uso de mascarilla en los accesos, desplazamientos y paseos que se realicen en estas instalaciones.
- Al finalizar la práctica deportiva y a fin de agilizar el paso por vestuarios, los alumnos se ducharán sin jabón en el recinto de la piscina.
- Una vez secos, acudirán al vestuario, y se agilizará al máximo la maniobra para facilitar la entrada del siguiente grupo.
- Se deben evitar todas las actividades dentro del agua que pudieran conllevar mayor proximidad o el contacto físico.

EN LAS INSTALACIONES EN EL EXTERIOR:

- ✓ Se podrá realizar actividad físico-deportiva en el exterior del Centro Deportivo, de forma individual o en grupos, siempre que no se supere el aforo máximo permitido y el tamaño de los subgrupos autorizados, según la evolución de la pandemia. En la realización de los entrenamientos de los deportes de contacto y de combate al aire libre, también se limitarán a los subgrupos legalmente autorizados.
- ✓ El **uso de mascarilla es obligatorio** en cualquier tipo de actividad física en exterior siempre que no se pueda garantizar en todo momento la distancia de seguridad interpersonal de al menos 1.5 m
- ✓ Al realizar cualquier actividad deportiva docente en las canchas, se deberá seguir todas las medidas de higiene y protección indicadas en el presente protocolo, respetando en todo momento las distancias de seguridad.

- ✓ Para la **práctica de Pádel** se ha de seguir el Protocolo de Pádel del Centro Deportivo UFV y el Plan de actuación en las pistas de Pádel, COVID-19 del Centro Deportivo UFV, publicado en la web del CD: Protocolo pistas pádel
- ✓ El docente o entrenador dispondrá en las pistas del material necesario para la limpieza y desinfección de los equipos utilizados. Debe encargarse de velar por disponer de material suficiente, y que éste sea adecuado y suficiente para garantizar la desinfección de los equipos específicos a cada actividad deportiva, sin deteriorarlos.
- ✓ El profesor o entrenador deberá disponer de una **provisión de toallitas desinfectantes/gel**, para atender cualquier emergencia.
- ✓ A la finalización de cada turno, se procederá a la limpieza de las zonas comunes y, en cada turno, profesores, entrenadores y alumnos deberán limpiar y desinfectar el material compartido antes y después de cada uso.
- ✓ Tras la limpieza de los equipos utilizados, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados para la desinfección se desecharán en las papeleras dispuestas en las pistas o en el CD, procediéndose posteriormente al lavado de manos o a la utilización de gel hidroalcohólico.
- ✓ Si la actividad implica el servicio de **alquiler de equipos**, el docente o entrenador debe asegurar las condiciones de desinfección antes y después de su uso.

PARA EL DOCENTE:

- Es responsabilidad del docente/entrenador:
  - ✓ **Vigilar el cumplimiento de aforos**, tanto en el exterior como en el interior. **Lo que conlleva conocer en todo momento las limitaciones de aforo y de subgrupos permitidos según la evolución de la pandemia.**
  - ✓ Trasladar y recordar a los alumnos las medidas de higiene, prevención y protección a seguir por Covid-19 y las propias de seguridad y salud de la actividad deportiva concreta a realizar. **Vigilar el cumplimiento de las medidas.**
  - ✓ Recordar a los alumnos que el **uso de mascarilla es obligatorio** en cualquier tipo de actividad física en el interior y cuando en el exterior no se pueda garantizar al menos 1.5m de distancia de seguridad entre las personas. Únicamente hay una excepción en interiores y es durante la realización de la práctica docente de natación.
  - ✓ En todo momento, deberá **vigilar el cumplimiento de la distancia de seguridad interpersonal** y extremará todas las precauciones durante la realización de los deportes de contacto y combate.
  - ✓ Trasladar al alumno todas las **indicaciones y recomendaciones de este protocolo y de los protocolos elaborados por el CD UFV publicados en la web del CD**.
  - ✓ Se ha establecido un procedimiento para la solicitud, entrega y recogida de material para la realización de las clases prácticas de CAFyD, TSEAS y Deportes UFV. Se deberá trasladar

al alumno las indicaciones a seguir, según **el PS- Protocolo de Seguridad COVID 19 – Instrucciones para la solicitud, recogida y entrega de material deportivo en los almacenes de CAFyD y en el almacén de Deportes UFV.**

- ✓ Para ello, el profesor y/o el entrenador deberá garantizar que:
  I. Todo **el material móvil** que se recoge en el almacén (balones, pelotas de tenis, cuerdas, antifaces, aros, petos, entre otros) sigue estrictamente el protocolo de solicitud, recogida y entrega de material. El material se entregará desinfectado antes de su uso, y deberá ser desinfectado antes de su devolución.
  II. **Los equipos fijos** utilizados en las salas del CD UFV (mancuernas, barras, discos, steps, pelotas, pinzas, pesas, colchonetas del aula 1, entre otros materiales) deben ser desinfectados, antes y después de uso, por el alumno y el profesor, dentro de la carga docente de la asignatura.
  III. En caso de tener **equipos/material compartidos** se deberá realizar la desinfección correspondiente antes y después de cada uso y si no es posible garantizar la desinfección se deberá realizar una cuarentena según los materiales. Según Ministerio de Sanidad:
    - Madera, vidrio y ropa: más de 2 días.
    - Acero inoxidable y plástico: más de 4 días

- ✓ Los profesores y entrenadores deberán vigilar porque **los materiales que se recojan del almacén se desinfecten por el alumno antes y después de su uso**. Los alumnos deben ser conscientes y partícipes en la tarea de desinfección de los equipos móviles y fijos. De igual forma, el docente o entrenador deberá tener en cuenta la desinfección de los equipos que utilice individualmente durante la enseñanza.
- ✓ Deberá tener a disposición **guantes desechables** por si fuera necesario su uso durante la actividad o en tareas de desinfección.
- ✓ Las necesidades de reposición de gel, kits de desinfección o cualquier otro material desechable (guantes, toallitas, papel secamanos…) deben solicitarse al Servicio de Limpieza a través de ventanilla única.
- ✓ De ser posible, se recomienda que durante la clase práctica el alumno siempre manipule un equipo o grupo de equipos, extremando la higiene y precaución en caso de tener que compartirlos con otras personas.
- ✓ El profesor, entrenador o alumno autorizado en la **recogida de equipos como los petos y los antifaces,** compartidos, pero de uso individual, que requieren el contacto de ojos, boca u otra parte del cuerpo, deberán desinfectarse las manos antes de la recogida y reparto de material. Una vez utilizados, deberán devolverse al almacén, para que los responsables de almacén procedan a su inmediato lavado.
- ✓ **El arnés** es un equipo de protección individual utilizado por los profesores en las actividades de la naturaleza. El profesor de CAFyD deberá proceder a la adecuada desinfección del equipo antes y después de su uso. Procederá a su vez, a la desinfección previa de la taquilla individual del almacén CAFyD siempre que sea guardado. Se deberá extremar las medidas para que no haya contacto entre diferentes equipos de protección individual.

- ✓ Si se comparte un **equipo que requiere manejo de botones, cambio de accesorios/componentes/baterías etc.**, será obligatorio la desinfección tanto de las manos antes y después de su uso, como la del equipo, componentes y accesorios al finalizar su uso.
- ✓ En la medida de lo posible, se debe **evitar intercambio de documentos**
- ✓ Toda actividad que implique **salida al exterior** en las actividades de deportes de la naturaleza, o en el desplazamiento de alumnos y profesores a otros centros e instituciones deportivas, cuando puedan realizarse, deberá ser comunicado al departamento de Seguridad, Salud y Bienestar de la UFV para poder valorar posibles medidas adicionales.

PARA USUARIOS (docentes/alumnos):

- ✓ No asistir al campus si siente síntomas compatibles con COVID-19, si se le ha diagnosticado la enfermedad (aunque sea asintomático) y no ha finalizado el periodo de aislamiento o no dispone del alta. Tampoco puede asistir si se encuentra en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de Covid-19.
- ✓ En todos los casos ponlo de inmediato en conocimiento de la Universidad (tutor, coordinador, responsable directo, etc) y notifícalo al Servicio de Atención Casos Covid
- ✓ Recuerda que si has sido contacto estrecho de un caso positivo, aunque estés vacunado con la pauta completa o hayas sido positivo hace menos de 180 días debes notificarlo al servicio de casos COVID a través del formulario y no acudir presencialmente al campus hasta que así no te lo indique el médico (y siempre extremando precaución).
- ✓ Coordinar la llegada y salida de forma escalonada.
- ✓ El docente o entrenador puede ejercer el derecho a no aceptar el acceso de un alumno a clase si hay alguna duda razonable sobre el estado de su salud. En estos casos se avisará al servicio de enfermería.
- ✓ Si eres alumno y estás dentro del colectivo vulnerable definido por el Ministerio de Sanidad, siga las indicaciones de prevención y protección que le haya facilitado su médico. Si eres personal laboral contacta con el Servicio de Seguridad, Salud y Bienestar.
- ✓ Respetar la señalización en el campus, en especial la relativa a Covid-19.
- ✓ Cumplir con las normas de seguridad, prevención y protección establecidas.
- ✓ El uso correcto de la mascarilla es obligatorio en el interior de edificios de todo el campus y en el exterior al aire libre cuando no se pueda mantener la distancia mínima de 1,5 metros entre personas, ya sea durante la actividad deportiva, docencia, de pie, sentado o desplazándose por el exterior de los edificios en el campus, o si se producen aglomeraciones por ejemplo a la entrada de los edificios, durante situaciones de emergencia/evacuaciones, etc… , exceptuando en la práctica de las actividades deportivas acuáticas. Recuerda usarla correctamente tapando boca y nariz.

- ✓ No te olvides de llevar siempre una mascarilla de repuesto.
- ✓ Recuerda que si compartes vehículo con otras personas no convivientes debes también hacer uso de ella y mantener el vehículo ventilado durante el trayecto.
- ✓ Los momentos sin mascarilla son críticos, limita este tiempo al máximo, especialmente cuando estés con otras personas. Recuerda esta premisa cuando estés comiendo en las cafeterías.
- ✓ Está prohibido comer en zonas interiores que no están habilitadas para tal fin. No se puede comer en el recinto de piscina, pistas, canchas, etc pero debido al Covid-19 tampoco se puede comer en aulas, pasillos, salas de estudio, biblioteca, aseos, etc. Los servicios de restauración solo se permiten en los espacios de cafetería habilitados y cumpliendo las medidas sanitarias y de distancia social y número de comensales permitidos cada momento (actualmente en la comunidad de Madrid está permitido 6 comensales en interior y 8 en exterior).
- ✓ Utilizar botella de uso individual y no compartir alimentos.
- ✓ Es obligatorio desinfectarse las manos antes de acceder al interior o exterior de las aulas y de las instalaciones deportivas.
- ✓ Accede al Centro Deportivo únicamente por las zonas permitidas.
- ✓ Evitar el contacto físico al saludarse y formar grupos sin garantías de mantener la distancia de seguridad y el uso de mascarilla.
- ✓ Respeta los aforos máximos de los espacios y evita las aglomeraciones.
- ✓ Dirigirse a un lugar optimizando recorridos y evitando circular por otros edificios o espacios.
- ✓ Entrar y salir de los espacios y de las pistas de uno en uno y manteniendo siempre la distancia de seguridad.
- ✓ Respeta los periodos de ventilación y limpieza que se fijen en los espacios.
- ✓ Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos. Utilizar pañuelos desechables cuando se tosa o estornude.
- ✓ Extremar la precaución, higiene y desinfección de equipos siguiendo las pautas de limpieza establecidas. Evitar en todo momento roces y limpieza vigorosas, que dañen o mojen partes sensibles de los equipos fijos y móviles.
- ✓ Tocar solo las superficies y los materiales que sean estrictamente necesarios y evitar en la medida de lo posible compartir equipos, accesorios, documentos, etc. Si no es posible se debe extremar las medidas de higiene de manos antes y después de usar los objetos y prestar especial atención a la desinfección del objeto/superficie que manipulemos.
- ✓ Prestar atención también en desinfectar los equipos antes de usarlos si no se puede garantizar que nadie los ha tocado antes.
- ✓ Finalizada la clase desinfectar los equipos utilizados antes de guardarlos, aun sabiendo que antes de cogerlos deberán ser nuevamente desinfectados.
- ✓ Es importante dejar las ropas y pertenencias de los alumnos en los sitios habilitados. Se debe evitar que mochilas y pertenencias personales de diferentes personas estén en contacto. Al

final de la sesión, el profesor comprobará que no queda ropa o pertenencias de ningún alumno del grupo que ha finalizado.

- ✓ Está prohibido fumar en el campus, salvo en las zonas habilitadas. Recuerda que mientras fumes debes mantener una distancia de 2 metros entre personas.
- ✓ Las prendas utilizadas en la realización de la actividad deportiva, tanto en el interior como en el exterior, deben lavarse y desinfectarse diariamente, recomendándose de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60ºC y 90ºC.
- ✓ Desechar las mascarillas, guantes y pañuelos utilizados en las papeleras habilitadas.
- ✓ Consulta la página web de la Universidad y del Centro Deportivo para acceder a la información actualizada por Covid19. El alumno además deberá acceder a su aula virtual para tener en cuenta la documentación que los profesores preparen para el desarrollo de las clases.
- ✓ Si durante el transcurso de la clase alguien inicia síntomas compatibles con Covid-19, avisar al servicio de enfermería para que se active el protocolo de actuación en estos casos.

Recuerda que el uso de la mascarilla es la principal medida de protección personal, de eficacia demostrada y al alcance de todos. Es obligatorio su uso en todos los espacios interiores (a excepción durante las actividades acuáticas) y también al aire libre cuando no se pueda mantener una distancia mínima de 1,5 metros entre personas.

Mantén además la distancia de seguridad de 1,5 metros con otras personas, y al menos 2 metros cuando prescindas momentáneamente de la mascarilla para comer, beber y durante las actividades acuáticas.

Lava tus manos al entrar en lugares compartidos y/o al iniciar una actividad deportiva y colabora en todo momento con la desinfección, ventilación y uso seguro de las instalaciones y equipos.