



# PLANO de CONTINGÊNCIA

## COVID-19

Agrupamento de Escolas EDUARDO GAGEIRO

2020

## ÍNDICE

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>3</b>
<b>1. ENQUADRAMENTO .....</b>	<b>3</b>
1.1 COVID-19.....	3
1.2 Medidas de Prevenção.....	4
1.3 Ensino em tempos de COVID-19.....	4
<b>2. OBJETIVO.....</b>	<b>6</b>
2.1 Efeitos de uma infeção no estabelecimento escolar .....	6
2.2 Atuação perante um possível caso de infeção.....	6
<b>3. PLANO DE ATUAÇÃO - PREVENÇÃO .....</b>	<b>7</b>
3.1. Procedimentos gerais.....	7
3.2. Procedimentos específicos.....	8
3.2. Responsabilidades .....	10
3.2.1. Ponto Focal de Escola, Diretor e Trabalhadores Acompanhantes/Assistentes de caso de suspeito de infeção:.....	10
3.3. Profissionais e Entidades de Saúde e os seus contactos.....	10
3.4. Equipamentos e produtos.....	10
3.5. Divulgação e formação de trabalhadores .....	11
3.6. Diligências perante suspeitos de infeção por COVID-19 nos Serviços.....	11
<b>4. PLANO DE ATUAÇÃO – EXECUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
4.1. Perante a deteção de um caso suspeito de COVID-19 .....	12
4.2. Caso suspeito de COVID-19 de um menor .....	12
4.3. Caso suspeito de COVID-19 de um adulto.....	13
4.4. Caso confirmado de COVID-19 fora do estabelecimento escolar .....	14
4.5. Medidas a adotar face ao caso confirmado de COVID-19 .....	15
<b>5. IMPLEMENTAÇÃO DE OUTRAS MEDIDAS INDIVIDUAIS E COLETIVAS .....</b>	<b>15</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>16</b>
ANEXO 1: FLUXO DE ATUAÇÃO - CASO SUSPEITO DE COVID-19 .....	17
ANEXO 2: PLANO DE ATUAÇÃO - BIBLIOTECA.....	18
ANEXO 3: PLANO DE ATUAÇÃO – EDUCAÇÃO FÍSICA.....	22

## **APROVAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA DO AE EDUARDO GAGEIRO**

Este PLANO DE CONTINGÊNCIA (atualizado) entra em vigor imediatamente após a aprovação do Conselho Pedagógico, sendo a sua implementação da competência do Diretor do AE Eduardo Gageiro, para a Escola Secundária de Sacavém.

Loures, 14 de outubro de 2020

O Diretor  
Carlos Candeias

## INTRODUÇÃO

O Plano de Contingência do AE Eduardo Gageiro (AEEG) visa definir esquemas de atuação no que concerne à prevenção, controlo e vigilância face ao Covid-19.

Neste âmbito urge planear previamente a situação pandémica, para que através de medidas e ações a aplicar sempre que necessário e, de modo articulado, em cada fase da evolução da pandemia do Covid-19, se consiga reduzir ao mínimo as consequentes perturbações ao normal desenvolvimento das atividades.

Importa estar preparado e ter a capacidade de tomar medidas imediatas perante os possíveis cenários, bem como definir as responsabilidades ajustáveis às diferentes realidades, no decurso da evolução das fases da pandemia, de maneira a que cada pessoa saiba o que fazer em cada momento.

A Direção Geral de Saúde (DGS), através das suas comunicações - INFORMAÇÃO 005/2020, de 27 de fevereiro e a ORIENTAÇÃO 006/2020, de 26 de fevereiro -, alerta para a importância de medidas adequadas de prevenção e contenção, de forma a evitar o contágio do vírus, recomendando a elaboração do Plano de Contingência que aqui se desenvolve.

## 1. ENQUADRAMENTO

### 1.1 COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, dor no peito e dor de cabeça, entre outros. A pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas (assintomática).

As crianças e jovens diagnosticados com COVID-19 têm habitualmente uma manifestação ligeira da doença, com menor risco de complicações e hospitalização.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas;

- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Existem ainda estudos que sugerem a acumulação de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias. A transmissão de SARS-CoV-2 pode ocorrer cerca de dois dias antes da manifestação de sintomas.

## 1.2 Medidas de Prevenção

Para minimizar o risco de infeção por SARS-CoV-2, é fundamental adotar medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19.

A definição destas medidas, deve considerar que o vírus se transmite de pessoa para pessoa, essencialmente através de gotículas que podem ser inaladas ou depositar-se em superfícies ou objetos em que tocamos, e, eventualmente, através de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

Neste sentido, destacam-se as seguintes medidas:

- **Distanciamento** entre pessoas;
- **Higiene pessoal**, nomeadamente a lavagem das mãos e etiqueta respiratória;
- Utilização de **equipamentos de proteção individual** (por exemplo máscaras);
- **Higiene ambiental**, como a limpeza, desinfeção e ventilação adequada dos espaços;
- **Auto monitorização de sintomas**, não se deslocando para a escola pessoas com sintomas sugestivos de COVID-19.

Não havendo ainda uma vacina ou tratamento específico para esta doença, as medidas preventivas assumem um papel crucial no combate à COVID-19.

## 1.3 Ensino em tempos de COVID-19

Os estabelecimentos de ensino são locais de convívio e partilha, onde importa estabelecer medidas de saúde pública, em alinhamento com as medidas implementadas a nível comunitário.

Face à evolução epidemiológica e tendo como prioridade garantir o direito à educação das crianças e jovens, gradualmente, os países ajustaram as suas políticas e medidas, reabrindo os estabelecimentos de ensino.

O encerramento dos estabelecimentos de ensino e o confinamento, ainda que sejam medidas necessárias para o controlo de uma epidemia, têm impacto nos determinantes sociais, mentais e ambientais da saúde, que se podem refletir em consequências a longo prazo no bem-estar físico, psicológico e social dos alunos. Estas consequências tenderão também a aumentar as desigualdades sociais e de saúde já existentes.

Neste contexto, importa definir estratégias que permitam o ensino presencial, dando prioridade à prevenção da doença e à minimização do risco de transmissão de SARS-CoV-2, com condições de segurança e higiene nos estabelecimentos de ensino na retoma do ano letivo 2020/2021. Para tal, foi elaborado o presente Plano de Contingência de acordo com a Orientação conjunta da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, da Direção-Geral da Educação e da Direção-Geral da Saúde (Orientações Ano letivo 2020/2021, de 3 de julho de 2020), na qual consta um conjunto de medidas preventivas a adotar.

A atuação célere e coordenada entre os diferentes agentes da comunidade educativa, será essencial para o controlo da transmissão em contexto escolar. Como tal devem ser garantidas e destacadas as seguintes estratégias:

- **Planeamento meticuloso:** atualização do Plano de Contingência no qual constam os procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19, o **Ponto Focal do plano de contingência** e os fluxos de comunicação com os diferentes agentes da comunidade educativa (Anexo 1);
- **Reorganização do espaço escolar:** o estabelecimento de ensino está reorganizado de forma a cumprir a legislação em vigor e as Orientações, no que toca às medidas de distanciamento físico, higiene das mãos, etiqueta respiratória, utilização de máscara, entre outras constantes nas Orientações conjuntas para o ano letivo 2020/2021;
- **Promoção de comportamentos preventivos:** divulgação a todo o pessoal docente, não docente e encarregados de educação de informação sobre a doença, bem como sobre as medidas preventivas e a importância da mobilização da comunidade escolar para a sua prática;
- **Gestão adequada de casos:** identificação precoce dos casos, rastreio de contactos e aplicação das medidas de saúde pública;
- **Comunicação fluída:** estabelecimento de canais de comunicação e de interlocutores de referência entre os diferentes agentes da comunidade educativa, com especial importância para a rápida e articulada comunicação com a Autoridade de Saúde Local (Delegado de Saúde) /Unidade de Saúde Pública, aquando da identificação de um caso suspeito e/ou confirmado de COVID-19.

Antecipando os diferentes cenários que podem ocorrer no contexto escolar em tempos de COVID-19, pretende-se com o presente documento organizar uma resposta célere e adequada que permita controlar as cadeias de transmissão e evitar a ocorrência de um surto.

## 2. OBJETIVO

O presente PLANO DE CONTINGÊNCIA visa responder às questões que se seguem.

### 2.1 Efeitos de uma infeção no estabelecimento escolar

Os efeitos da ação do COVID-19 dependem diretamente do grau de risco que a situação venha a configurar, a saber:

- Baixo Risco (todas aquelas ainda não validadas que decorrem da exposição e/ou contacto com utentes infetados e confirmados): **suspensão de reuniões, encontros, eventos, atividades e outros que impliquem uma grande participação de alunos, docentes, trabalhadores, parceiros e convidados/ visitantes (+50) e/ou envolvam a participação de comunidades externas (Desporto Escolar, utilização do pavilhão por entidades externas; Hidroterapia; Adaptação ao Meio Aquático, Visitas de Estudo).**
- Alto Risco (todas aquelas confirmadas e já validadas) – isolamento de alunos, turmas, docentes e não docentes, convidados e visitantes que estiveram em contacto próximo com o utente infetado, e em última instância o encerramento da escola(s) e respetivos serviços, entre outras possibilidades e de acordo com as recomendações da DGS.

### 2.2 Atuação perante um possível caso de infeção

- **Área ou Sala de Isolamento e o circuito(s) até à mesma**

A colocação de um utente numa área de “isolamento” visa impedir que outros utentes possam ser expostos e infetados, e tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na(s) escola(s) e na comunidade, restringindo desse modo o contacto direto do utente suspeito de ser portador da doença com terceiros. A sala de isolamento deverá ser ventilada, possui revestimentos lisos e laváveis, bem como telefone, cadeira ou marquesa, *Kit* com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico), solução antisséptica de base alcoólica (SABA) disponível no interior e à entrada da

sala, toalhetes de papel, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis e termómetro. Na sala, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para utilização exclusiva do trabalhador com sintomas/Caso suspeito.

**Área de isolamento:**

**ES Sacavém: Gabinete de Saúde** (Pavilhão Gimnodesportivo Coberto).

**NOTA 1:**

*O encaminhamento do trabalhador/aluno com sintomas deve ser feito pelo caminho mais rápido e que tiver menor aglomeração de pessoas (ver todos os procedimentos a adotar no ponto 2.3 deste plano de contingência).*

**NOTA 2:**

*A área de isolamento está interdita a qualquer outra pessoa que não o suspeito de infeção, trabalhador responsável pelo acompanhamento/assistência e elementos do INEM.*

**NOTA 3:**

*Na área de isolamento encontra-se uma Lista de Contactos úteis (págs. 10 e 11).*

### **3. PLANO DE ATUAÇÃO - PREVENÇÃO**

O Plano de Contingência AEEG visa assegurar uma boa e imediata comunicação da ocorrência ao Diretor/Coordenador(a) do Plano, bem como salvaguardar os procedimentos gerais e específicos que se seguem:

#### **3.1. Procedimentos gerais**

- Higienização das mãos (lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, e não sendo possível utilizando um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem totalmente secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
- Reforço da Higienização e Desinfecção das Instalações Sanitárias, Espaços de Estudo e Trabalho;
- Etiqueta Respiratória (evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel);
- Higienização das mãos após o contacto com secreções respiratórias;
- Adoção de Conduta Social Defensiva (alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os alunos, docentes e não docentes e demais utentes, evitando o



cumprimento através do beijo e do aperto de mão, e as reuniões presenciais com mais de 50 pessoas, ainda que a dimensão dos espaços o permitam);

- Manutenção de uma Lista de Utentes e respetivos Contactos devidamente atualizados;

### 3.2. Procedimentos específicos

- Entrada e Saída na/da Escola, por alunos, docentes e não docentes e visitantes é precedida de Uso de Máscara e Desinfecção das Mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) disponibilizada. A entrada e saída na/da Escola é feita por portões diferentes, respeitando a sinalética de pavimento e desde que não originem problemas de segurança;
- Definição dos Circuitos de Circulação interior e exterior aos pavilhões (sempre que possível pela direita), com a identificação clara das entradas e saídas, subidas e descidas (escadas), reforçada com a adoção de sinalética de pavimento;
- Distribuição das Turmas por Turnos (Manhã/ Tarde) com vista a diminuir, na medida do possível, o n.º de horas/ disciplinas em contra horário e, conseqüentemente, a presença simultânea de grande parte dos alunos;
- Afetação Turma/Sala, sempre que possível, para assegurar um maior controlo na higienização dos espaços, para além de um reforço na desinfecção dos mesmos no momento da mudança de grupos/turma;
- Otimização dos Espaços de sala de aula de modo a garantir o distanciamento máximo ente alunos;
- Suspensão do Serviço de Cacifos, uma vez a partilha do mesmo ser desaconselhada;
- Suspensão de Saídas dos Alunos em Transportes Escolares Coletivos, e das atividades, visitas de estudo e projetos que as promovam;
- Horários: Manhã - 08h15/13h15; Tarde – 13h30/18h30; Noite – 19h10/24h00
- Intervalos: Manhã – 9h45/10h00 e 11h30/11h45; Tarde – 15h00/15h15 e 16h45/17h00; Noite – 20h40/21h00. Os tempos de recreio mantêm-se os mesmos e os alunos vão continuar a ter os intervalos definidos no seu horário, de preferência ao ar livre (desde que não chova), podendo estar a conviver uns com os outros, sempre com a máscara colocada. Os alunos só podem retirar a máscara nos momentos em que estão a lanchar/almoçar.
- Bar com lotação limitada a 2 alunos de cada vez, nos turnos de manhã e tarde, e a 8 alunos sentados (2/mesa) à noite, com higienização reforçada. Durante o período de almoço o bar estará aberto, apenas, para entrega das refeições em

Regime de TakeAway, devidamente agendadas e somente disponíveis para os alunos que não tenham aulas no turno da tarde;

- Refeitório com lotação reduzida a metade, organização condicionada a lugares marcados e distribuídos em quincêncio (cumprindo o distanciamento recomendado), higienizado após cada utilização pelo AO destacado para o serviço. Não é permitida a partilha de qualquer tipo de alimentos e bebidas;
- Biblioteca com utilização e funcionalidade ajustada ao seu Plano de Atuação (Anexo 2);
- Salas de Aula devidamente arejadas, dotadas de doseador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para limpeza das mãos e um borrifador com desinfetante de superfícies para higienização regular e sempre que ocorra uma mudança de turma;
- Instalações Sanitárias arejadas (na medida do possível), equipadas com sanitas com tampa, sabão, toalhetes, doseador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para limpeza das mãos e limitadas à lotação de 3 pessoas, e higienizadas regularmente, várias vezes ao dia;
- Sala de Convívio (Pavilhão Polivalente) limitado a um máx. 3 alunos/mesa, com percursos devidamente sinalizados (circulação, filas para os serviços administrativos e refeitório), devendo ser higienizado regularmente e várias vezes ao dia;
- Pavilhão Polidesportivo Coberto com utilização e funcionalidade ajustada ao seu Plano de Atuação elaborado para as aulas de Educação Física (Anexo 3);
- Serviços Administrativos organizados em espelho (2 equipas), privilegiando-se atendimento on line ([secretaria@eduga.pt](mailto:secretaria@eduga.pt), [ase@eduga.pt](mailto:ase@eduga.pt), [peessoal@eduga.pt](mailto:peessoal@eduga.pt), [alunos@eduga.pt](mailto:alunos@eduga.pt), [compras@eduga.pt](mailto:compras@eduga.pt)) e sendo presencial através de marcação prévia (agendamento);
- Sala de Diretores de Turma condicionada à lotação máxima de 20 pessoas (18 docentes e 2 encarregados de educação), sendo obrigatório o uso de máscara. Está dotada de doseador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e borrifador de desinfetante de superfícies, devendo ser higienizada regularmente e várias vezes ao dia;
- Anfiteatro está limitado a uma lotação máxima de 50 pessoas. A sua utilização implica o seu devido arejamento, estando dotado de doseador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e um borrifador com desinfetante de superfícies, para higienização regular e várias vezes ao dia;
- Direção com atendimento presencial, a docentes e não docentes, limitado a 2 pessoas. O contacto com encarregados de educação e entidades parceiras

deverá ser preferencialmente por e-mail ([diretor@eduga.pt](mailto:diretor@eduga.pt)), sendo o atendimento presencial precedido de agendamento;

### **3.2. Responsabilidades**

Todos os utentes devem reportar ao Ponto Focal de Escola toda e qualquer situação de doença enquadrável num cenário de Uteute com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19. De seguida, o Ponto Focal de Escola contactará o(s) trabalhador(es) designado(s) para encaminhar/acompanhar o utente que manifesta sintomas de poder estar infetado à sala de “isolamento” definida para cada escola/ estabelecimento de educação. O encaminhamento/acompanhamento efetuado por um dos trabalhadores designados para o efeito deverá obedecer aos preceitos definidos no que respeita à indumentária de proteção (bata descartável, toca, máscara cirúrgica, luvas e proteção de calçado).

Perante o suspeito de infeção, deverá ser preenchido documento “Identificação, listagem e classificação dos contactos próximos” (formulário único adaptado do Anexo 6 do Referencial Escolas – DGS).

#### **3.2.1. Ponto Focal de Escola, Diretor e Trabalhadores Acompanhantes/Assistentes de caso de suspeito de infeção:**

- **Escola Secundária de Sacavém: (Telefone: 219 499 800)**

Ponto Focal de Escola:

- **Filomena Velho da Costa** – Escola Sede (219 499 800);

Diretor do Agrupamento Escolar:

- Carlos Candeias (219 499 800 – Ext. 301)

Trabalhadores Acompanhantes/Assistentes:

- **Paula Almeida** (219 499 800 – Ext. 326), Rita Silva (Maria Adelaide Santos, Fátima Costa).

### **3.3. Profissionais e Entidades de Saúde e os seus contactos.**

- SAÚDE 24 (808 24 24 24)
- INEM (112)
- AUTORIDADE DE SAÚDE DE LOURES (219 897 825)

### **3.4. Equipamentos e produtos.**

- Solução asséptica (SABA) distribuída por sítios estratégicos (zonas de refeições, quiosques de carregamento de cartões, controlo de entrada/ saída, sala de “isolamento”, conjuntamente com a informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Kit de máscaras (3) para todos os alunos, docentes e não docentes;
- Máscaras cirúrgicas, viseira, luvas e avental descartáveis a utilizar, enquanto medida de precaução, pelo(s) trabalhador(es) que presta(m) assistência ao utente com sintomas (caso suspeito);
- Toalhetes de papel para secarem as mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Contentor de resíduos com a abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micron);
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e a desinfeção após a sua utilização (baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que exista um CASO CONFIRMADO nas escolas/estabelecimentos de educação AEEG. Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação dos aerossóis;
- Produtos de higiene e limpeza. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (corrimãos, maçanetas de portas, botões/interruptores, máquinas de *snacks*). A limpeza e a desinfeção das superfícies devem ser realizadas com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

### 3.5. Divulgação e formação de trabalhadores

- Divulgar o Plano de Contingência AEEG a todos os alunos, docentes e não docentes;
- Prestar todos os esclarecimentos de forma clara e precisa sobre o COVID-19, de maneira a não existirem dúvidas em relação às medidas de prevenção instituídas e a evitar o medo e a ansiedade;
- Informar toda a comunidade educativa interna sobre os procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito nas escolas/estabelecimentos de educação que integram o agrupamento escolar.

### 3.6. Diligências perante suspeitos de infeção por COVID-19 nos Serviços

- Acionar o Plano de Contingência AEEG para o COVID-19;
- Confirmar a efetiva implementação dos procedimentos específicos atrás referidos;
- Procurar manter atualizada a informação sobre o COVID-19, de acordo com o disponibilizado pela Direção-Geral da Saúde (DGS), Autoridade de Saúde Local e meios de comunicação oficiais.

#### 4. PLANO DE ATUAÇÃO – EXECUÇÃO

Perante um caso suspeito deverão ser respeitados os seguintes procedimentos:

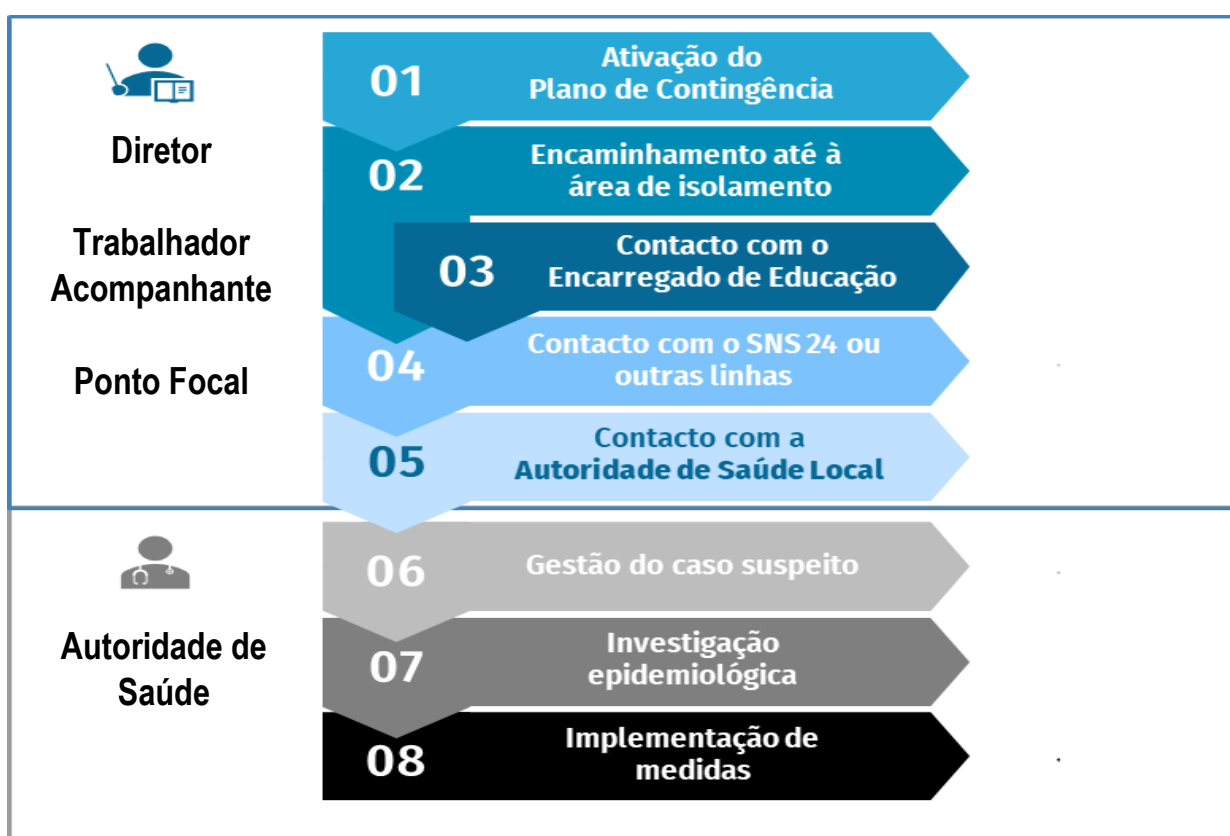


Figura 1. Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar

##### 4.1. Perante a deteção de um caso suspeito de COVID-19

São imediatamente ativados todos os procedimentos constantes neste **Plano de Contingência** e é contactado o **ponto focal** (págs. 10 e 11);

##### 4.2. Caso suspeito de COVID-19 de um menor

- É acompanhado por um adulto, para a **área de isolamento**, através de **circuitos próprios**, definidos previamente neste Plano;
- Contactar de imediato o **encarregado de educação**, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor;
- O encarregado de educação deve dirigir-se ao estabelecimento de ensino, preferencialmente em veículo próprio;
- Na área de isolamento, o encarregado de educação contacta o **SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito** (págs. 10 e 11) e segue as indicações que lhe forem dadas;
- O Ponto Focal do estabelecimento de ensino pode realizar o contacto telefónico se não for possível a presença, em tempo útil, do encarregado de educação.

#### 4.3. Caso suspeito de COVID-19 de um adulto

- O adulto deve dirigir-se sozinho para a área de isolamento;
- Na área de isolamento consta o fluxo de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar (Anexo 1);
- Na área de isolamento, o adulto contacta o **SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito** (págs. 10 e 11) e segue as indicações que lhe forem dadas.

Na sequência da triagem telefónica:

- Se o caso **não for considerado suspeito de COVID-19** pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas), a pessoa segue o procedimento normal da escola, de acordo com o quadro clínico apresentado. Terminam os procedimentos constantes no Plano de Contingência para COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar”.
- Se o caso **for considerado suspeito de COVID-19** pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas) deverá adotar as orientações recebidas pelo serviço de saúde contactado.

**Nota 4:**

*Se o encarregado de educação não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo ponto focal deste estabelecimento de ensino.*

- **Caso exista um caso suspeito de COVID-19 triado pela SNS 24 ou outras linhas de triagem telefónica, é contactada de imediato a Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local, cujos contactos telefónicos constam**

num documento visível na área de isolamento, e estão gravados no telemóvel do **Ponto Focal** deste estabelecimento de ensino .

- Todos os procedimentos seguintes serão determinados pela Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local contactada.

**Nota 5:**

*A área de isolamento está interdita a qualquer outra pessoa que não o suspeito de infeção, trabalhador responsável pelo acompanhamento/ assistência ou elementos do INEM.*

#### 4.4. Caso confirmado de COVID-19 fora do estabelecimento escolar

Se o caso confirmado tiver sido identificado fora do estabelecimento de ensino, devem ser seguidos os seguintes passos:



Figura 2. Fluxograma de atuação perante um caso confirmado de COVID-19 em contexto escolar

- Perante a comunicação ao estabelecimento de educação ou ensino, de um caso confirmado de COVID-19 de uma pessoa que tenha frequentado o estabelecimento, devem ser imediatamente ativados todos os procedimentos constantes neste **Plano de Contingência** e ser contactado o **ponto focal** (págs. 10 e 11);
- O **ponto focal** do estabelecimento de ensino contacta de imediato a **Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local**, a informar da situação;

- Os procedimentos seguintes serão determinados pela Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local contactada;

#### **4.5. Medidas a adotar face ao caso confirmado de COVID-19**

Perante um caso com teste laboratorial (rRT-PCR) positivo para COVID-19, o mesmo deve permanecer em **isolamento até cumprir com os critérios de cura documentada** (Norma n.º 004/2020 da DGS).

Após determinação de cura e atestada pela Autoridade de Saúde Local, o utente pode **regressar ao estabelecimento de ensino**.

### **5. IMPLEMENTAÇÃO DE OUTRAS MEDIDAS INDIVIDUAIS E COLETIVAS**

A Autoridade de Saúde Local, após identificação e classificação do nível de risco dos contactos do caso de COVID-19, e de acordo com a avaliação de risco efetuada, implementa um conjunto de **medidas individuais e coletivas** (Norma n.º 015/2020 da DGS).

A Autoridade de Saúde pode determinar, além das medidas individuais a adotar pelos contactos, outras medidas coletivas a aplicar pelo estabelecimento de ensino, em obediência do Princípio da Proporcionalidade:

- Encerramento de uma ou mais turmas;
- Encerramento de uma ou mais zonas do estabelecimento de ensino;
- Encerramento de todo o estabelecimento de ensino<sup>(\*)</sup>.

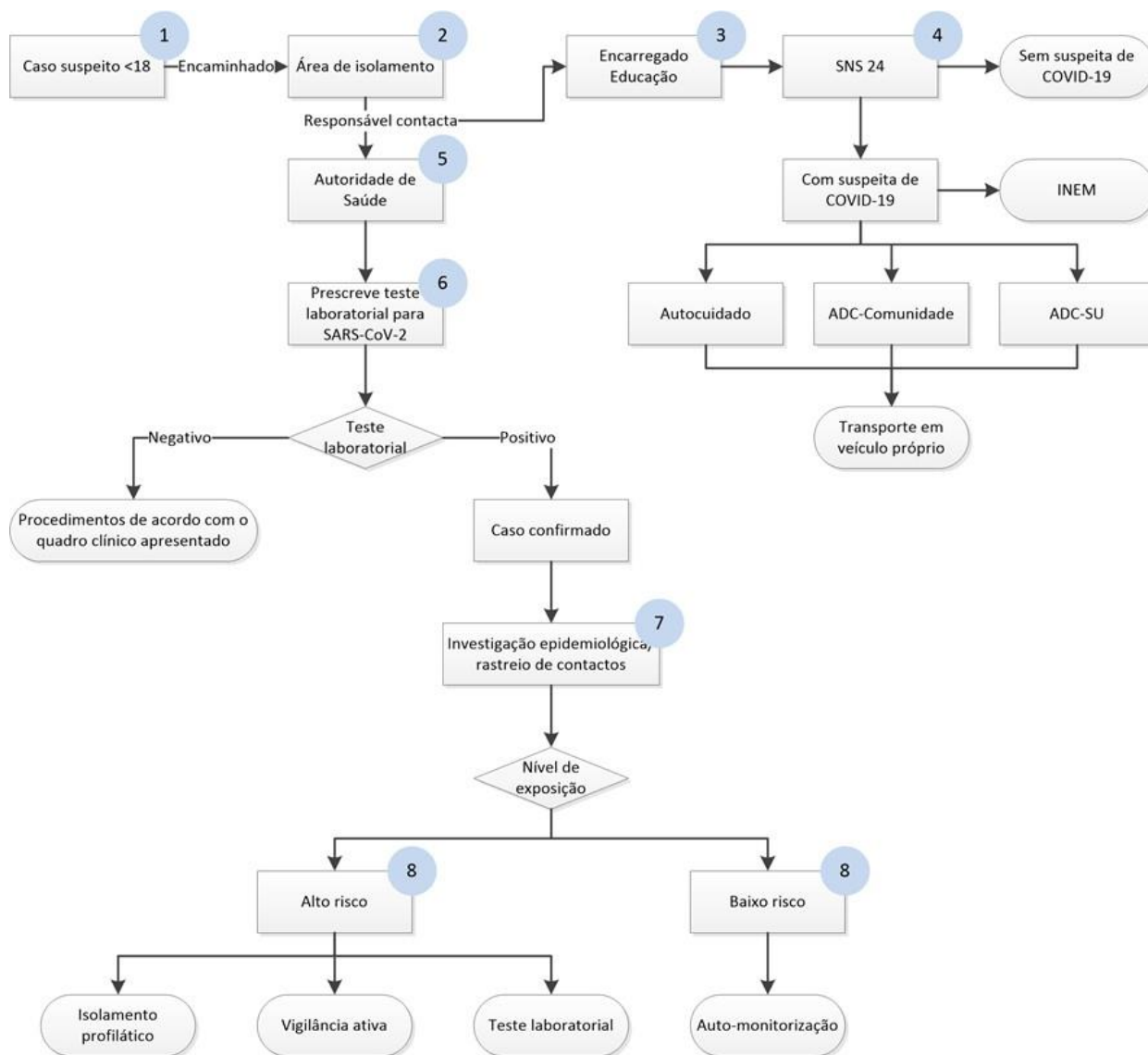
Nota <sup>(\*)</sup> - **O encerramento de todo o estabelecimento de ensino só deve ser ponderado em situações de elevado risco no estabelecimento ou na comunidade. Esta medida apenas pode ser determinada pela Autoridade de Saúde Local, envolvendo na tomada de decisão as Autoridades de Saúde Regional e Nacional.**

Se considerar necessário, a Autoridade de Saúde Local pode recomendar outras medidas.



# ANEXOS

## ANEXO 1: FLUXO DE ATUAÇÃO - CASO SUSPEITO DE COVID-19



Fluxo 1: Atuação perante caso suspeito de COVID-19 em menor de idade

## ANEXO 2: **PLANO DE ATUAÇÃO - BIBLIOTECA**

### **PLANO de ATUAÇÃO COVID-19 da BIBLIOTECA ESCOLAR** Agrupamento de Escolas EDUARDO GAGEIRO - 2020

#### **INTRODUÇÃO**

O Plano de Atuação da Biblioteca Escolar (BE) tem por objetivo instituir medidas e ações que permitam minorar o impacto do novo Coronavírus (COVID-19) nas bibliotecas das escolas do Agrupamento, permitindo o seu funcionamento e salvaguardando as condições de segurança e de saúde de todos os funcionários e utilizadores.

O presente Plano tem como referência as publicações da Rede de Bibliotecas Escolares (RBE) e as “Recomendações de Boas Práticas na Reabertura das bibliotecas da Rede Nacional de Bibliotecas Públicas durante a Pandemia de COVID-19, pela Direção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas (DGLAB), de cinco de maio de dois mil e vinte.

Este Plano pode ser atualizado, sempre que se justifique, atendendo à evolução do quadro epidemiológico da COVID-19, seguindo as orientações emanadas pelo Governo/Direção Geral da Saúde (DGS).

As medidas e ações aqui apresentadas devem ser aplicadas em articulação com o Plano de Contingência do Agrupamento/Escola.

#### **REGIME PRESENCIAL**

##### **1. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO**

O horário de funcionamento das bibliotecas escolares do Agrupamento é divulgado a posteriori.

##### **2. SERVIÇOS DA BIBLIOTECA ESCOLAR**

Os serviços mínimos são garantidos pela professora bibliotecária/funcionário que assegura o atendimento aos utilizadores e monitoriza as medidas de segurança e de higienização.

O acesso à BE é exclusivo aos funcionários e alunos da comunidade escolar.

O presente Plano apresenta as seguintes informações:

###### **2.1. Os serviços mínimos a manter na BE:**

- Empréstimo domiciliário/sala de aula;
- Realização de trabalho individual em suporte digital;

- Uso autónomo da BE (leitura/trabalho individual, apoio ao estudo).

## **2.2. Não é permitido:**

- Acesso livre a qualquer zona funcional, bem como ao fundo documental;
- A realização de trabalhos de grupo;
- Estudo/atividades coletivas;
- Partilha de quaisquer equipamentos/documentos.

## **3. MEDIDAS ESSENCIAIS E PRIORITÁRIAS**

### **3.1. Procedimento perante um caso suspeito de COVID-19**

- O funcionário aciona os procedimentos constantes no Plano de Contingência da Escola/Agrupamento.

### **3.2. Restrição da capacidade**

- É permitida a permanência na BE no máximo de 8 utilizadores, em simultâneo;
- É permitida a permanência na BE num máximo de 45 minutos.

### **3.3. Organização do espaço**

- A disposição do mobiliário cumpre as regras gerais de distanciamento físico (distância mínima de 2 metros) e a lotação máxima prevista;
- A circulação dos utilizadores é efetuada por percursos diferenciados, sempre que possível, de sentido único, minimizando o cruzamento entre si;
- Algumas zonas funcionais podem estar vedadas aos utilizadores;
- A BE possui sinalética apropriada, que indica o sentido da circulação e os lugares que podem ser ocupados.

### **3.4. Condições de acesso e permanência**

- É obrigatório o uso de máscara, desde a entrada à saída da BE;
- O utilizador deve aguardar a sua vez, mantendo as regras de distanciamento físico e respeitar as regras de etiqueta respiratória;
- O utilizador deve respeitar a sinalética, que se encontra assinalada no pavimento e no mobiliário;
- O utilizador deve dirigir-se OBRIGATORIAMENTE ao balcão de atendimento;
- O utilizador deve proceder à higienização das mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA), facultada pelo serviço;
- Apenas será atendido um utilizador de cada vez;
- Após autorização do funcionário, o utilizador deve dirigir-se ao lugar indicado, onde deve permanecer até abandonar a BE.

### 3.5. Condições de requisição do fundo documental

- Apenas o funcionário pode aceder ao fundo documental, seja para leitura presencial ou para requisição domiciliária/sala de aula;
- Qualquer documento requisitado é entregue ao utilizador, tendo em conta todas as normas de segurança, nomeadamente o uso de luvas no manuseamento do mesmo pelo funcionário e o cumprimento do prazo de quarentena.

### 3.6. Condições de devolução do fundo documental

- O utilizador, seguindo orientações do funcionário, deve depositar o documento requisitado num recipiente próprio para o efeito, no dia indicado;
- Quer o conteúdo, quer o recipiente são colocados em quarentena por um período de 72 horas.

### 3.7. Higienização e limpeza dos espaços e equipamentos

A higienização e limpeza dos equipamentos/superfícies deve obedecer aos procedimentos previstos no Plano de Contingência do Agrupamento/Escola.

- Cada equipamento, superfície ou local frequentado deve ser desinfetado após a sua utilização.

### 3.8. Ventilação/arejamento do espaço

- As portas de entrada e de saída encontram-se abertas durante o horário de funcionamento, assim como algumas janelas laterais que permitem a circulação do ar;
- O sistema de climatização deve permanecer desligado.

## REGIME MISTO

No regime misto, a BE procede à combinação dos serviços e atividades presenciais com sessões síncronas e assíncronas, procurando consolidar um serviço de referência ágil e capaz (...), prestando apoio efetivo à comunidade educativa no acesso aos recursos físicos e digitais e continuar a desenvolver, de forma articulada e contínua, ações de promoção das competências e hábitos de leitura e escrita em diferentes formatos e modalidades.

Dando continuidade ao trabalho de curadoria, a BE mantém a sua atuação no que diz respeito à atualização e aperfeiçoamento do trabalho técnico dos documentos disponibilizados e à seleção e partilha de conteúdos relevantes para os diferentes públicos.

## REGIME NÃO PRESENCIAL – E@D

Caso seja obrigatório o encerramento da BE, os seus serviços e as suas atividades são recentradas e projetadas de acordo com o novo contexto, através de diversos canais de comunicação.

De modo a divulgar as suas atividades, apoiar o desenvolvimento curricular e promover o desenvolvimento das literacias da informação e dos *media*, a Biblioteca Escolar procura aperfeiçoar e atualizar a sua presença em linha nos seguintes canais de comunicação:

§ Blogue: <http://bibliotecaess.blogspot.com/>

§ Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100009342023321>

§ Página do Facebook: <https://www.facebook.com/bibliotecaescola.secundariasacavem/>

§ Instagram: <https://bit.ly/2za1rHx>

ATENDIMENTO SÍNCRONO ATENDIMENTO ASSÍNCRONO

Quarta-feira das 14:00h às 15:00h - para Videoconferência (plataforma Zoom)

(24h/24h) Utilizando o *e-mail* eletrónico institucional da BE: [bibliotecaess@gmail.com](mailto:bibliotecaess@gmail.com)

#### **4. DIVULGAÇÃO/INFORMAÇÃO**

A BE compromete-se a divulgar o presente Plano a toda a comunidade escolar, através dos canais de divulgação do Agrupamento/da BE.

As novas normas encontram-se afixadas na entrada da BE ou noutro local onde se justifique a sua colocação.

Sacavém, 14 de outubro de 2020

## ANEXO 3: PLANO DE ATUAÇÃO – EDUCAÇÃO FÍSICA

### 1. INTRODUÇÃO

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19), na Escola Secundária de Sacavém, para a disciplina de Educação Física.

Assim, em cumprimento, do disposto no Documento Orientador sobre a realização em regime presencial, das aulas práticas de Educação Física (EF), elaborado pela Direção-Geral da Educação (DGE), tendo por base a Orientação n.º 030/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), as sugestões apresentadas pela Sociedade Portuguesa de Educação Física (SPEF) e o Conselho Nacional de Associações de Profissionais de Educação Física e Desporto (CNAPEF) é elaborado o presente regulamento. Referir que, o Plano aqui apresentado é aberto e dinâmico, o qual será adaptado e atualizado consoante o evoluir da situação assim o exija e, em função das orientações que vão sendo divulgadas pela DGS e demais entidades públicas, nomeadamente na área do Desporto.

As presentes normas pretendem orientar e implementar medidas específicas e contextualizadas para a prática das aulas de EF e Desporto Escolar (DE), em conformidade com o risco de transmissão e exposição ao SARS-CoV-2.

Certos de que a segurança depende de todos e cada um de nós, contamos com a colaboração de todos!

### 2. MEDIDAS PREVENTIVAS DA TRANSMISSÃO DE COVID-19

- a) Privilegiar os espaços exteriores para as práticas letivas em EF (Recursos Espaciais);
- b) Promover a lavagem e/ou desinfeção das mãos dos alunos, professores, assistentes operacionais, ou outros à entrada e à saída das instalações desportivas ou de outros locais onde decorra a prática de desporto, com recurso a água e sabão ou, em alternativa, desinfetar as mãos com solução à base de álcool;
- c) Promover a adoção de estratégias e metodologias de ensino que privilegiem o respeito pelo distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos, de acordo com a Orientação n.º 030/2020, da DGS, para a prática de exercício físico, diligenciando no sentido da adequação e adaptação das tarefas propostas em contexto de aula;
- d) Evitar a partilha de material (Recursos Materiais), sem que seja higienizado entre utilizações;
- e) Identificar as aprendizagens que necessitem de recuperação e consolidação, em função da suspensão das atividades letivas presenciais no final do ano letivo anterior, refletindo-as na planificação da disciplina.
- f) Na situação de transição para o “Regime Misto”, a disciplina de Educação Física, pela sua característica claramente prática, privilegiará as atividades presenciais.

### 3. RECURSOS ESPACIAIS

No respeito pelas regras de prevenção e controlo da doença disponibilizadas pela DGS, assim como de outras medidas de higienização e controlo ambiental, a organização dos recursos espaciais afetos à disciplina de EF valorizará os seguintes pressupostos:

- Garantir a existência de circuitos no acesso às instalações desportivas e, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas (conforme sinalização existente);
- Promover a utilização de calçado exclusivo no espaço interior para as aulas de EF;
- Identificar os espaços que necessitem de ser reconfigurados em função das regras de utilização, reposicionando ou até mesmo removendo equipamentos existentes, de forma a assegurar o distanciamento físico recomendado entre os alunos, durante a prática de atividade física;
- Promover a delimitação de áreas de prática, de modo a orientar o posicionamento dos alunos (ex.: marcações no chão, linhas delimitadoras, etc.);
- Dar orientações aos alunos sobre como circular em segurança, praticando com os mesmos as transições entre espaços;
- Nos casos em que as aulas decorram em espaços fechados, deve ser assegurada nos intervalos e, sempre que possível, uma boa ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas.
- Assegurar a limpeza e higienização dos espaços e equipamentos utilizados, entre aulas, de acordo com as orientações n.º 014/2020 e 030/2020, da DGS.

#### 3.1 BALNEÁRIOS

Na utilização dos balneários e chuveiros/cabines de duche serão asseguradas as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação n.º 014/2020 da DGS. Deste modo, serão consideradas as seguintes recomendações:

- a) Os alunos de cada turma só entrarão para o balneário assim que a funcionária indicar;
- b) Só terá acesso ao balneário uma turma de cada vez, obedecendo aos seguintes critérios:
  - . 1º- Turmas com aula de 45 minutos.
  - . 2º Turmas de menor ano de escolaridade
- c) Os balneários encontram-se divididos por zonas e cada turma ocupa a que lhe está destinada;
- d) Cada turma não deverá permanecer no balneário mais do que 5 minutos, libertando-o para a entrada de outra turma;
- e) No final da aula, a saída dos alunos respeitará a mesma organização na utilização dos balneários;
- f) Caso disponham de alternativa, deve-se evitar a utilização dos balneários e/ou chuveiros/cabines de duche das instalações;
- g) Deve ser respeitada a lotação máxima definida, por forma a permitir a manutenção do distanciamento físico de pelo menos 2 metros entre alunos;
- h) Sempre que seja restringida a utilização de balneários, deve ser permitido o acesso a cacifos (distanciamento físico de 2 m) e a instalações sanitárias;
- i) Deve ser assegurada uma boa ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas;
- j) Os circuitos de circulação de funcionários e utilizadores devem, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento de pessoas;
- k) Deve existir um desinfetante de mãos em cada balneário, em local fixo e visível a todos, devendo ser estimulada a sua utilização;
- l) Os alunos devem lavar/desinfetar as mãos ao chegar ao balneário e antes de sair devem repetir o procedimento.



### **3.1.1 Equipamento e material a utilizar na aula**

De modo a cumprir o preconizado na utilização dos balneários, recomenda-se que os alunos nos dias com aula de EF venham de casa com roupa o mais confortável e adequada à prática desportiva, salvaguardando a utilização de calçado desportivo exclusivo no interior do ginásio;

Será disponibilizada a cada turma no respetivo balneário um cacifo e respetiva chave, onde deverão ser colocados todos os valores de cada aluno da turma, por um responsável antes designado. Este responsável recolhe todos os valores, coloca-os no interior do cacifo e fecha-o à chave. O mesmo responsável entrega a chave ao auxiliar de educação. No final da aula e no balneário será responsável pela distribuição dos valores pelos colegas, deixando a chave no respetivo cacifo.

Recomenda-se que cada aluno seja portador de uma garrafa de água (pessoal e intransmissível), uma vez que não será permitida a saída do espaço de aula.

### **3.2 ESPAÇOS DE AULA**

Na utilização dos espaços serão consideradas as seguintes recomendações:

- a) Deve ser assegurada uma boa ventilação do espaço, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas.
- b) O acesso seguirá uma planificação prévia, permitindo um controlo de número máximo de alunos no seu interior em função da sua capacidade, nunca excedendo mais que uma turma em simultâneo no interior dos balneários;
- c) Deve existir um desinfetante de mãos num local fixo e visível a todos, devendo os utilizadores do ginásio, utilizá-lo regularmente;
- d) Realizar a limpeza e higienização dos espaços, após cada utilização.

## **4. RECURSOS MATERIAIS**

A identificação do material afeto à disciplina de EF deve ser devidamente catalogada (ex.: Inventário do Material Desportivo) e a sua organização deve ainda privilegiar a adoção de rotinas de manuseamento e de higienização, de consulta acessível para todos os elementos envolvidos (professores, alunos e assistentes operacionais). Todos os materiais e equipamentos utilizados devem ser submetidos a limpeza e desinfeção, nos termos da Orientação n.º 014/2020 e da Orientação n.º 030/2020 da DGS, nomeadamente materiais que possam ser partilhados. Por isso, é essencial serem garantidas medidas rotineiras de higiene das superfícies, dos materiais e dos objetos, de forma a reduzir o risco de contágio:

- a) Aumentar a frequência da limpeza e desinfeção, com recurso a produtos e de acordo com as técnicas recomendadas pela DGS;
- b) Limpar e desinfetar as superfícies laváveis não porosas de equipamentos de uso comum (tais como bolas, raquetas, volantes, objetos gímnicos portáteis, etc.), no início do dia, antes e depois de cada utilização, com recurso a agentes adequados;
- c) Limpar e desinfetar as superfícies porosas, como pegadas de equipamentos revestidas com película aderente, antes e depois de cada utilização, e descartar a película ao final do dia.

## **5. PROTEÇÃO INDIVIDUAL**

Aplicando-se o Princípio da Precaução em Saúde Pública, é recomendado o uso de máscara por todos os elementos que utilizem espaços fechados ou abertos afetos à lecionação da disciplina de Educação Física,

como medida de proteção adicional ao distanciamento físico recomendado, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória.

- Alunos: obrigatório o uso de máscara, na entrada e saída das instalações. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização de exercício físico;
- Professores de Educação Física: Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara apenas durante a lecionação que implique realização de exercício físico;
- Assistentes Operacionais: uso obrigatório de máscara.

## 6. ESTRATÉGIAS E METODOLOGIAS DE ENSINO

Tendo em vista a redução do risco de contágio por SARS-CoV-2, a implementação das medidas de prevenção e controlo a adotar, no âmbito da Educação Física, devem considerar o distanciamento físico entre alunos e aluno-professor, bem como os recursos materiais e espaciais a utilizar. As opções metodológicas a adotar devem refletir as restrições impostas pela pandemia, não descurando, contudo, os princípios e os valores defendidos nos referenciais da disciplina. Por isso, deve continuar-se a trabalhar para que sejam concretizadas as finalidades, os objetivos e as aprendizagens essenciais em todos os níveis de educação e de ensino, selecionando e adaptando as atividades de forma a respeitar as regras de segurança, sem desvirtuar o ecletismo programático da disciplina. Os professores devem, assim, reajustar as atividades a desenvolver, respeitando, na sua organização estratégica e metodológica, as orientações curriculares existentes (Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, na sua redação atual; Decreto Lei n.º 55/2018, de 6 de julho; e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física).

Devem ser valorizados os seguintes pressupostos:

- Incidir sobre as três áreas de referência do currículo da disciplina de EF: Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos, identificando as adaptações que se considerem necessárias;
- Integrar objetivos e situações de aprendizagem, no âmbito das atividades físicas, capazes de acomodar as orientações da DGS, ajustadas às particularidades da nossa escola:
  - ✓ Dimensões e tipologia dos espaços desportivos (ex.: 1 espaço fechado e 3 ao ar livre);
  - ✓ Número de alunos por turma e número de turmas a ocuparem em simultâneo o mesmo momento letivo (horário);
  - ✓ Recursos Materiais disponíveis em função dos conteúdos a abordar e da especificidade dos espaços desportivos.
- Assegurar um processo de ensino e aprendizagem ajustado à realidade, mas congruente com as finalidades, os objetivos e as competências essenciais a desenvolver:
  - ✓ Promover a realização de tarefas individuais, respeitando o distanciamento físico recomendado, reduzindo a partilha de materiais e objetos;
  - ✓ Desenvolver situações de ensino com grupos reduzidos, ajustados aos espaços de atividade física e valorizando a utilização de formas de jogo reduzidas e condicionadas, em função dos propósitos e do contexto de aprendizagem;
  - ✓ Adotar estratégias de ensino que priorizem o trabalho em circuito, possibilitando a execução de exercícios através de estações que valorizem a estabilização de grupos de trabalho com os mesmos propósitos.
- Valorizar a criação de rotinas e hábitos de prática, considerando o respeito pelas regras de mobilidade em espaços desportivos, a conduta perante a competição em momentos de pandemia e o desenvolvimento da autonomia dos alunos.

Característica da Atividade	Risco	Exemplos de situações de aprendizagem e treino
Os alunos encontram-se distribuídos pelo espaço de aula mantendo uma distância estática ou dinâmica de 2 a 3 metros, não utilizam materiais e não contactam direta ou indiretamente com as mãos no solo	Risco não incrementado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situações de exercitação individual, sem materiais;</li> <li>• Dança (line dance);</li> <li>• Situações individuais de treino de diferentes capacidades motoras, sem materiais.</li> <li>• (...)</li> </ul>
Os alunos encontram-se distribuídos pelo espaço de aula mantendo uma distância estática ou dinâmica de 2 a 3 metros, utilizam materiais não partilhados e podem contactar direta ou indiretamente com as mãos no solo	Risco potencialmente incrementado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situações de ginástica no solo em que cada aluno utiliza um tapete;</li> <li>• Situações de jogos desportivos coletivos em que cada aluno manuseia uma bola;</li> <li>• Situações de patinagem em que cada aluno utiliza um par de patins;</li> <li>• Situações de aptidão muscular que impliquem utilização de materiais e contacto com as mãos no solo.</li> <li>• (...)</li> </ul>
Os alunos encontram-se distribuídos pelo espaço de aula mantendo uma distância estática ou dinâmica de 1 a 2 metros, partilham materiais em pequenos grupos e podem contactar direta ou indiretamente com as mãos no solo	Risco incrementado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situações de ginástica de aparelhos em que os materiais são partilhados por um grupo reduzido de alunos;</li> <li>• Situações de jogos de raqueta em que a bola/volante circula entre dois alunos;</li> <li>• Situações de jogos desportivos coletivos em que uma bola circula dentro de um grupo reduzido de alunos.</li> <li>• (...)</li> </ul>

## 7. PLANEAMENTO CURRICULAR

Em função das orientações disponibilizadas para a preparação do próximo ano letivo, e procurando atuar de modo a potenciar o desenvolvimento, de forma contínua, das atividades que não tiveram o aprofundamento desejado ou não foram efetivamente abordadas, o planeamento da disciplina deve procurar priorizar os seguintes aspetos:

- Identificar os alunos que demonstraram maiores constrangimentos no acesso, desenvolvimento e acompanhamento das tarefas propostas no âmbito do Plano de E@D;
- Minimizar os eventuais efeitos que o confinamento possa ter tido nos índices de atividade física dos alunos, enfatizando as atividades que permitam melhorar os níveis de aptidão física;
- Promover a autonomia dos alunos, fornecendo-lhes os conhecimentos e as ferramentas necessárias, para que a aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física seja adaptada às suas características individuais;
- Desenvolver as habilidades motoras básicas fundamentais, para melhorar a competência motora dos alunos;
- Valorizar a aquisição, de forma o mais individualizada possível, de um conjunto alargado de técnicas associadas às atividades físicas abordadas em contexto curricular;
- Privilegiar a lecionação de situações de aprendizagem individuais, bem como a utilização de jogos reduzidos e condicionados;

- Utilizar os recursos tecnológicos disponíveis (plataforma *FITescola*® e *App FITescola*®) como ferramentas úteis na promoção e desenvolvimento de um estilo de vida saudável e fisicamente ativo e na melhoria da aptidão física dos alunos;
- Desenvolver, no âmbito dos conhecimentos, as aprendizagens requeridas para cada ano de escolaridade através de trabalho autónomo ou nos momentos *online* que possam vir a decorrer ao longo do ano (caso seja necessário transitar para ensino misto ou ensino a distância).

## **8. DESPORTO ESCOLAR**

Por paralelismo com o Desporto Federado, e atento o Princípio do Gradualismo, o regresso à prática desportiva em contexto de treino e em contexto competitivo, no âmbito do Desporto Escolar, deve ser efetuado de forma faseada, pelo que, no atual contexto epidemiológico, iniciam-se treinos ajustados em todas as modalidades, garantindo o distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos. O Plano de Retoma do Desporto Escolar acompanhará o que vier a ser determinado, pela Autoridade de Saúde, para o desporto extraescolar.

Sacavém, 14 de outubro de 2020