

**WYTYCZNE DLA ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA POLITECHNICE
WROCŁAWSKIEJ
W TRAKCIE PANDEMII COVID-19**

1. W celu ustalenia dopuszczalnej liczby osób na sali należy stosować przelicznik wynoszący 7 m² na 1 osobę.
2. Określając dopuszczalną liczbę osób jednocześnie korzystających z szatni należy przyjąć przelicznik wynoszący 2,5 m² wolnej powierzchni na 1 osobę.
3. Przy wejściu do sali/szatni należy umieścić informacje dotyczące:
 - a) maksymalnej liczby osób mogących przebywać w pomieszczeniu (informacja dwujęzyczna),
 - b) obowiązku zachowania 1,5 m dystansu między osobami,
 - c) obowiązku stosowania osłony ust i nosa oraz dezynfekcji rąk,
 - d) możliwości udziału w zajęciach wyłącznie osób zdrowych, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną, nie przebywających w domu z osobą odbywającą kwarantannę lub izolację w warunkach domowych, albo samych objętych kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
4. W pomieszczeniu, w którym odbywają się zajęcia, nie powinny przebywać osoby inne niż studenci lub pracownicy.
5. W trakcie zajęć należy zachować wymagany przepisami dystans społeczny (min. 1,5 m) od studentów i współpracowników.
6. Sprzęty do ćwiczeń należy rozstawić w odpowiednich odległościach od siebie – przynajmniej 1,5 m lub dopuścić używanie co drugiej maszyny w tym samym momencie. Należy wykluczyć z użytkowania sprzęt, który przymocowany jest na stałe i nie spełnia określonej odległości.
7. Prowadzący zajęcia opracuje indywidualną instrukcję do danej dyscypliny sportowej, zgodnie z którą zajęcia będą się odbywać w sposób zabezpieczający przed bezpośrednim kontaktem studentów podczas ćwiczeń.
8. W przypadku dyscyplin sportowych, w których nie można zachować wymaganego dystansu, należy ograniczyć ćwiczenia i gry kontaktowe do minimum.
9. Miejsca do siedzenia w sali ćwiczeń mogą być zajmowane z zachowaniem co najmniej 1,5 m odstępu.
10. Należy zapewnić możliwość dezynfekcji rąk przed i po każdym zajęciach. .
11. Dozowniki z płynem do dezynfekcji rąk powinny być dostępne dla osób w obszarze wejścia do budynku, szatni oraz przy wyjściu z toalet oraz każdej sali do ćwiczeń.
12. Miejsca siedzące i powierzchnie dotykowe należy dezynfekować co najmniej raz dziennie.
13. Przedmioty i sprzęty znajdujące się w sali, których nie można skutecznie umyć, uprać lub dezynfekować, należy usunąć lub uniemożliwić do nich dostęp. Przybory do ćwiczeń (piłki, skakanki, obręcze itp.) wykorzystywane podczas zajęć należy czyścić lub dezynfekować po każdym zajęciach.

14. Harmonogram zajęć należy ułożyć uwzględniając przerwy techniczne w ciągu dnia na potrzeby dezynfekcji powierzchni i wentylacji pomieszczeń po każdym zajęciu.
15. Należy zapewnić, w miarę możliwości, stałe przewietrzenie wszystkich pomieszczeń.
16. Drzwi do sali przed rozpoczęciem zajęć ze studentami powinny być otwarte. Jeżeli ze względów bezpieczeństwa drzwi nie mogą być otwarte, klamki/uchwyty i powierzchnie, które mogą być dotykane powinny być dezynfekowane co najmniej raz dziennie.
17. Komunikacja w budynku odbywa się zgodnie z wyznaczonymi kierunkami i miejscami wejścia i wyjścia. Zmieniające się grupy nie powinny spotykać się na przestrzeniach wspólnych (korytarze, szatnie, wejścia do sali).

WYTYCZNE DOTYCZĄCE PRACOWNIKÓW PROWADZĄCYCH ZAJĘCIA

1. Na zajęcia może przyjść wyłącznie osoba zdrowa, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Nie mogą w nich uczestniczyć pracownicy, którzy są chorzy, przebywają w domu z osobą odbywającą kwarantannę lub izolację w warunkach domowych, albo sami są objęci kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
2. Jeśli to możliwe nie należy angażować do prowadzenia zajęć ze studentami osób powyżej 60 r.ż., przewlekle chorych oraz kobiet w ciąży.
3. Pracownicy mają obowiązek zapoznania się z zasadami dotyczącymi bezpieczeństwa epidemiologicznego podczas realizacji zajęć.
4. W budynkach Politechniki Wrocławskiej istnieje obowiązek zakrywania ust i nosa. Z tego obowiązku zwolnieni są pracownicy w trakcie wykonywania ćwiczeń przy jednoczesnym zachowaniu dystansu społecznego wynoszącym min. 1,5 m.
5. Prowadzący zajęcia dezynfekuje dłonie co najmniej przed i po zajęciach oraz odpowiada za dezynfekcję używanych przyborów do ćwiczeń/sprzętu (zgodnie z instrukcją do danych zajęć).
6. Prowadzący sprawdza:
 - a) liczbę osób na sali oraz listę obecności,
 - b) posiadanie własnych przyborów/akcesoriów do ćwiczeń,
 - c) zachowanie bezpiecznych odległości pomiędzy ćwiczącymi,
 - d) zachowanie procedur.
7. Prowadzący zajęcia w związku z przeciwdziałaniem zakażeniu COVID-19 przed rozpoczęciem zajęć zapoznaje studentów z regulaminami pomieszczenia oraz instrukcjami.
8. Prowadzący podczas omawiania, demonstracji ćwiczeń zachowuje odpowiednią, bezpieczną odległość i unika kontaktu bezpośredniego z studentami.
9. Po zakończeniu zajęć prowadzący zezwala na opuszczenie sali przez studentów ze zwróceniem uwagi na zachowanie odpowiedniego dystansu społecznego.

WYTYCZNE DLA STUDENTÓW

1. Na zajęcia może przyjść wyłącznie osoba zdrowa, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Nie mogą w nich uczestniczyć studenci, którzy są chorzy, przebywają w domu z osobą odbywającą kwarantannę lub izolację w warunkach domowych, albo sami są objęci kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
2. Przed zajęciami studenci powinni zapoznać się z regulaminami oraz instrukcjami w zakresie zasad bezpieczeństwa w czasie pandemii COVID-19 oraz podstawowymi informacjami dotyczącymi możliwych sposobów zapobiegania zakażeniu koronawirusem.
3. W budynkach Politechniki Wrocławskiej obowiązuje nakaz zakrywania ust i nosa. Z tego obowiązku zwolnieni są studenci w trakcie wykonywania ćwiczeń przy jednoczesnym zachowaniu dystansu społecznego wynoszącym min. 1,5 m.
4. Na zajęcia zabrania się przynosić zbędnych rzeczy. Zabrania się korzystania z telefonów komórkowych w trakcie zajęć.
5. Student jest zobowiązany do używania jedynie swoich przyborów i akcesoriów (jak długopis, ręcznik, butelka z wodą, mata do ćwiczeń itp.).
6. Na zajęcia studenci powinni przychodzić o wyznaczonych godzinach.
7. Studenci zobowiązani są do dezynfekcji dłoni zarówno przed jak i po zajęciach oraz do dezynfekcji używanych przyborów do ćwiczeń/sprzętu (zgodnie z instrukcją do danych zajęć).
8. Po zakończeniu zajęć studenci kierują się bezpośrednio do szatni z zachowaniem odpowiedniego dystansu społecznego.