**Desfasurarea orelor de ed. fizica si sport**

 A. Deplasarea spre si dinspre sala/terenul de sport:

 Trasee de deplasare spre sala de sport si /sau terenul de sport:

1. Dinspre corpul A si B , se va folosi traseul de iesire din Corpul A, ocolesc corpul D spre parcarea din fata portii scolii si se indreapta la stanga spre sala de sport, pe alee, pe sensul de mers pe partea dreapta, respectandu-se distanta de 1,5 m in timpul deplasarii.

2. Dinspre corpul C, deplasarea pe alee pe partea dreapta,respectandu-se distanta de 1,5 m in timpul deplasarii.

Trasee de deplasare dinspre sala de sport si /sau terenul de sport:

3. Intoarcerea spre Corpul A si B , pe aleea dintre corpul D si terenul de sport, spre usa de intrare a corpului B,respectandu-se distanta de 1,5 m in timpul deplasarii.

4. Intoarcerea spre corpul C, deplasare pe alee pe partea dreapta, respectandu-se distanta de 1,5 m in timpul deplasarii.

B. Acces vestiare :

Se va intra pe rand, cate o clasa/grupa, respectandu-se distanta de 1,5 m, separat in vestiarul alocat fetelor, respectiv baietilor, dupa dezinfectia mainilor si a papucilor la usa exterioara a salii de sport. Se va insista pe a petrece cat mai putin timp in vestiar, strict pentru a-si lua echipamentul sportiv adecvat(pantaloni trening, tricou si adidasi). Dupa ce s-au echipat, isi dau jos masca si se indreapta spre locul de desfasurare a orei, in functie de conditiile meteorologice, afara p eterenul de sport sau in interior, in sala de sport.

La sfarsitul orei, la fel, se va face accesul la vestiare, decalat ca timp si spatiu, pe grupa de elevi, separat baieti/fete, incercand a se reduce timpul petrecut in vestiar strict pentru spalarea pe maini, fata, schimbarea tinutei si punerea mastii.

  in timpul desfasurarii orelor de ed. fizica purtarea mastii nu este obligatorie, atat in exterior , cat si in interiorul salii de sport.

 la inceputul si sfarsitul orelor de ed.fizica elevii trebuie sa efectueze igiena mainilor.

 elevii vor fi instruiti ca pe parcursul activitatii fizice sa nu-si atinga fata, gura,ochii, nasul cu mainile neigienizate si sa pastreze distanta de 1,5 m intre ei

 se va delimita terenul si sala de sport cu marcaje vizuale la 1,5 m distanta unde elevii vor efectua ex fizice statice propuse de profesori, fiecare clasa/grupa va avea spatiul ei delimitat.

 jocurile sportive se vor rezuma la actiuni individuale, evitandu-se contactul intre elevi, respectandu-se distanta de minim 1,5 m intre ei.

 Atat timp cat vremea va permite, orele se vor desfasura in aer liber, apoi se va intra in sala.

La inceputul anului scolar, elevii vor prezenta adeverinta medicala care sa ateste starea de sanatate a elevilor, cu specificatia: apt pentru ora de ed.fizica si sport sau adeverinta medicala care sa ateste scutirea medicala partiala sau totala de efort fizic, avizata si de catre medicul scolar. Conform ROFUIP, scutirea medicala este pentru efortul fizic, nu pentru prezenta la ora.