



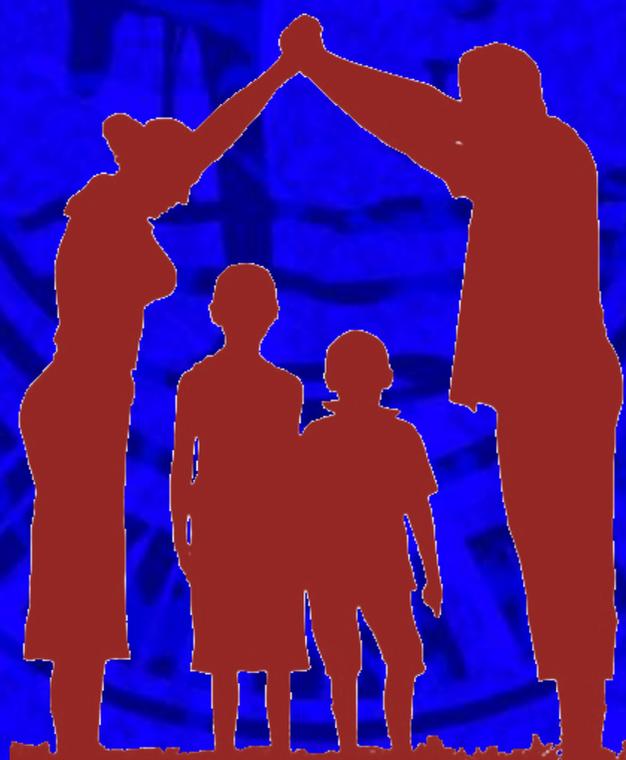
PROTOCOLO PARA LA PRÁCTICA DE TAEKWONDO EN LA PROVINCIA DE CÓRDOBA

en el marco de la Emergencia Sanitaria por el COVID-19

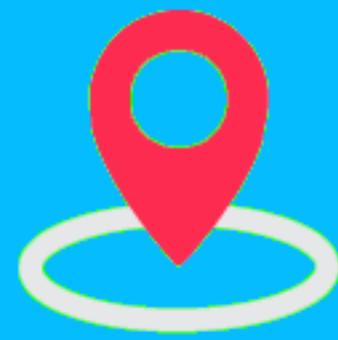
Índice de Contenidos

- **Medidas de Seguridad del Alumno y su Familia**
 - Traslado Seguro
 - El Practicante y sus pertenencias
 - La Familia
- **Medidas de Seguridad de la clase y del área de entrenamiento**
 - Lugar de Práctica
 - Ingreso del Alumno
 - Durante el Entrenamiento
 - Egreso del Alumno
 - Manejo de Pagos y Documentaciones
- **Control y Fiscalización:**
 - Habilitación Federativa de los Maestros/Instructores
 - Habilitación Federativa de los Centros de Taekwondo
 - Fiscalización
 - Sanciones
- **Actuación ante detección de un caso de COVID-19 sospechoso o confirmado**
- **Anexos**
 - Declaración Jurada Padres/Alumnos
 - Declaración Jurada Instituciones/Clubes
 - Declaración Jurada Maestros/Instructores
 - Modelo Croquis del Área de Práctica
 - Modelo Croquis General
 - Guía de reglamentos, protocolos y recomendaciones para padres y alumnos

Medidas de Seguridad del Alumno y su Familia



Se brindará a padres y alumnos una Guía Digital de reglamentos, protocolos y recomendaciones (ver Anexo pág.28)



Traslado Seguro

Lavarse las manos antes de salir, e inmediatamente al llegar al lugar de destino

Usar barbijo no quirúrgico/tapabocas durante todo el trayecto

Evitar el transporte público. Al utilizar un vehículo particular deberán viajar sin acompañantes. En caso de los menores deberán ir sentados en el asiento trasero opuesto al conductor.

Evitar tener contacto en el trayecto con otras personas, salvo de ser necesario, en cuyo caso se deberá respetar siempre la distancia mínima sugerida de 2 metros entre Personas

Los alumnos han de practicar en el Dojang habilitado más cercano a su residencia o dentro de ésta zona.

El practicante y sus pertenencias



Cada practicante deberá poseer:

- Bolsas de nylon descartables (para los pies en caso de salir al baño)
- Una botella de hidratación de uso personal (ya cargada)
- Zapatillas de Taekwondo o similar (se usarán sólo en el entrenamiento)
- Vestimenta de entrenamiento bajo la ropa de calle
- Deberá incluir en su botiquín personal de práctica (a demás de los elementos convencionales):
 - ✓ Termómetro
 - ✓ Barbijo no quirúrgico/tapabocas de repuesto
 - ✓ Toalla de mano
 - ✓ Jabón
 - ✓ Alcohol en gel

Los efectos personales deberán ser de utilización exclusiva de cada practicante, al igual que los elementos de práctica.

La Familia



Se brindará a las familias constante información y se realizarán campañas de concientización.

Deberán informarse junto con los datos personales del practicante dos (2) números telefónicos de contacto. En caso de ausencia se deberá informar el motivo. En caso de no informar el Maestro se comunicará para constatar el estado de salud del practicante.

A demás, padres y practicantes deberán firmar un compromiso de cumplimiento de los protocolos y una declaración jurada de que ningún miembro del núcleo familiar ha presentado síntomas compatibles con Covid-19 en los últimos 14 días.

(Ver Anexo pág. 23)

Medidas de Seguridad de la Clase y del Área de Entrenamiento



Se brindará a Maestros/Instructores Capacitación y a los Practicantes una Guía Digital (Ver Anexo pág. 28)

Lugar de Práctica

Los lugares de práctica deberán ser informados por los Maestros/Instructores autorizados y se realizará un padrón provincial. (Ver Habilitación Federativa de los Centros de Taekwondo pág. 17)

En caso de incumplimiento de los reglamentos y/o protocolos podrán ser dados de baja temporal o definitivamente.

Lugar de Práctica

Las instalaciones deberán cumplir con las siguientes medidas

Tacho de residuos afuera junto a la puerta de ingreso

Contar con una alfombra o trapo de piso con solución de agua lavandina al ingreso

Se deberá asignar y marcar una zona donde se dejarán las zapatillas y objetos “de calle”

Exponer en un lugar visible y accesible:

- Un croquis indicando las zonas de circulación
- Un afiche con los protocolos de bioseguridad

Marcar con rojo las zonas de peligro de contagio

Poseer en el botiquín de emergencia los elementos necesarios por eventual activación del protocolo de caso sospechoso o confirmado de Covid-19

Mantener las puertas y ventanas abiertas para ventilación

Poseer un dispenser de alcohol en gel manipulado exclusivamente por el Maestro/Instuctor a cargo

Los turnos de entrenamiento deberán estar espaciados al menos por 30' para desinfección del área

Lugar de Práctica

Ante la presentación de los Croquis del lugar de entrenamiento por parte de los Maestros/Instructores habilitados se establecerá el número de alumnos que podrán practicar por sesión.

Se utilizarán dos sistemas de medición:

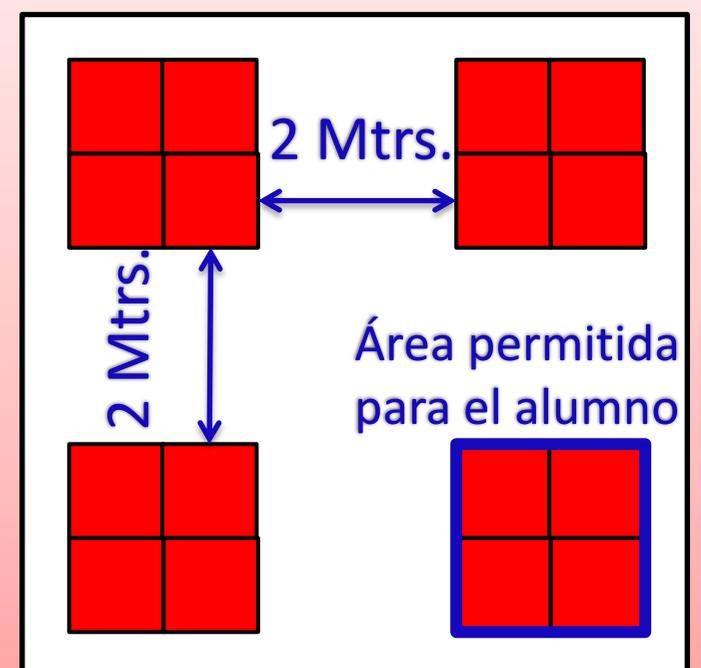
Sistema 1: Teniendo en cuenta que cada plancha reglamentaria de Taekwondo posee 1x1Mtrs, se dispondrá de una plancha como área permitida de trabajo por persona.

Entre los practicantes se establecerán dos (2) planchas de separación.

En caso de no poder realizar el encastre bicolor deberán marcar la plancha con cinta o pintarla de un color contrastante



Sistema 2: En aquellas cedes cuyo espacio lo permita, se podrán utilizar islotes de 4 planchas por alumno separados entre sí por 2Mtrs. de distancia según la disponibilidad del espacio y la cantidad de planchas de goma.



Ingreso del Alumno

Sólo podrán ingresar al área de entrenamiento el Maestro/Instructor y los practicantes correspondientes a la sesión

Previo a ingresar todo practicante deberá tomarse la temperatura con su termómetro personal. En caso de los niños podrán ser ayudados por su padre/madre/tutor.

El maestro a cargo recibirá en la puerta a los alumnos con el dispenser de alcohol en gel en mano y controlará que se desinfecten correctamente las manos.

Secuencia de ingreso del Alumno:

- 1. Mostrar la temperatura al maestro en la puerta pisando la alfombra/trapo con lavandina.**
- 2. Recibir el alcohol en gel y desinfectarse las manos.**
- 3. Ingresar directo al área demarcada para dejar su calzado y vestimenta de calle y colocarse el calzado de práctica.**
- 4. Dirigirse al área de entrenamiento que le corresponde (cuadrado personal según ejemplo Pág. 9)**

El maestro a cargo permitirá el ingreso de a uno a medida que se acomoden en su área asignada de entrenamiento. Quienes esperen para entrar deberán respetar el distanciamiento social recomendado (2 Mtrs.)

Durante el Entrenamiento



- La clase se realizará sin contacto físico y sin uso de elementos de práctica.
- La clase se realizará siempre con el mismo grupo de practicantes .
- Se utilizará barbijo no quirúrgico/tapa boca durante todo el entrenamiento.
- Cada practicante podrá desplazarse únicamente en el área delimitada que le fue asignada.
- Deberán pedir permiso para hidratarse, permitiendo que vaya de a uno y siempre utilizando su botella personal. Antes de regresar a la clase deberán desinfectarse las manos con alcohol en gel.
- En caso de necesitar ir al baño deberán cubrir sus pies con bolsas y retirarlas al regresar antes de ingresar nuevamente al área de entrenamiento depositándolas en el tacho de residuos. Deberán llevar consigo su jabón personal y desinfectarse las manos antes de regresar al entrenamiento.

En caso de ausencia de un alumno a la sesión, el Maestro se comunicará telefónicamente para constatar su estado de salud

Egreso del Alumno



En caso de los menores los padres deberán ser puntuales a la hora de finalización de la sesión de entrenamiento.

Los practicantes saldrán de a uno a la orden del Maestro/Instructor a cargo de la clase. Deberán abandonar su área designada de entrenamiento, dirigirse a colocarse las zapatillas y ropa de calle sobre la ropa de entrenamiento y se retirarán del recinto de inmediato.

Quedan expresamente prohibidas las reuniones de alumnos post-entrenamiento.

Manejo de Pagos y Documentación

Se utilizarán los medios digitales disponibles con el fin de evitar el contagio a través de la manipulación de papeles y dinero.

La entrega de documentación tanto alumno/padre al maestro como del Maestro/Instituciones a la Federación se realizará digitalmente vía Mail y/o Whatsapp.

El cobro de las cuotas podrá realizarse por depósito bancario o a través de sistemas online de pago (Ej. Mercado pago)

Control y Fiscalización Federativa



Capacitación

Maestros/Instructores

La Federación de Taekwondo de la Provincia de Córdoba dictará una capacitación online a todos los Maestros/Instructores donde se instruirá sobre los puntos del presente protocolo y un experto matriculado brindará las pautas para la correcta desinfección del lugar de entrenamiento. Finalizada la capacitación se procederá a tomar un examen con el cuál será habilitado a incluir sus lugares de entrenamiento al registro provincial.

Padres/Alumnos

Se brindará una guía de reglamentos, protocolos y recomendaciones digital a padres y alumnos que será repasada verbalmente con cada grupo de practicantes en la primer sesión de entrenamiento.

Además se expondrá en un lugar visible un afiche con los puntos de mayor relevancia.

Habilitación Federativa de los Maestros/Instructores

Todo Maestro/Instructor que desee reactivar su actividad deberá:

- Poseer las certificaciones oficiales reglamentarias para ejercer como Maestro/Instructor de Taekwondo.
- Haber realizado y aprobado el examen de la capacitación federativa de Covid-19.

Una vez constatado por la Federación que cumple los requisitos para dictar clase, el Maestro/Instructor procederá a informar los centros de Taekwondo que tendría a cargo para empadronarlos.

Habilitación Federativa de los Centros de Taekwondo

Para la incorporación al registro provincial deberán enviar un formulario especificando:

- Dirección donde se impartirán las clases
- Días y horarios
- Croquis del Área de práctica indicando: dimensiones, marcas de posición de alumnos, zonas rojas, zonas de circulación, área de depósito de calzado y elementos de calle y demás elementos (Ver ejemplo Anexo pág.26).
- Croquis General indicando: lugar de práctica, baños, ingreso/egreso general, ingreso/egreso al salón de práctica (Ver ejemplo Anexo pág. 27)

Y presentar una declaración jurada de la institución y del Maestro/Instructor solicitante asumiendo el compromiso y responsabilidad en relación al cumplimiento y control del protocolo (Ver Anexo Pág.24 y 25).

Fiscalización

Se dispondrá un representante federativo por zona que velará por el cumplimiento del presente protocolo debiendo:

- Constatar que los croquis presentados corresponden con la realidad del espacio.
- Cerciorarse el cumplimiento de los protocolos en cada centro.
- Informar y denunciar en caso de escuelas no autorizadas que estén en actividad.

Deberá exponerse en un lugar visible del espacio los siguientes números telefónicos para denuncias de incumplimiento:

- ✓ Coordinador provincial
- ✓ Representante Federativo de la Zona
- ✓ Defensa Civil
- ✓ Teléfonos oficiales locales de control y emergencias.

Sanciones

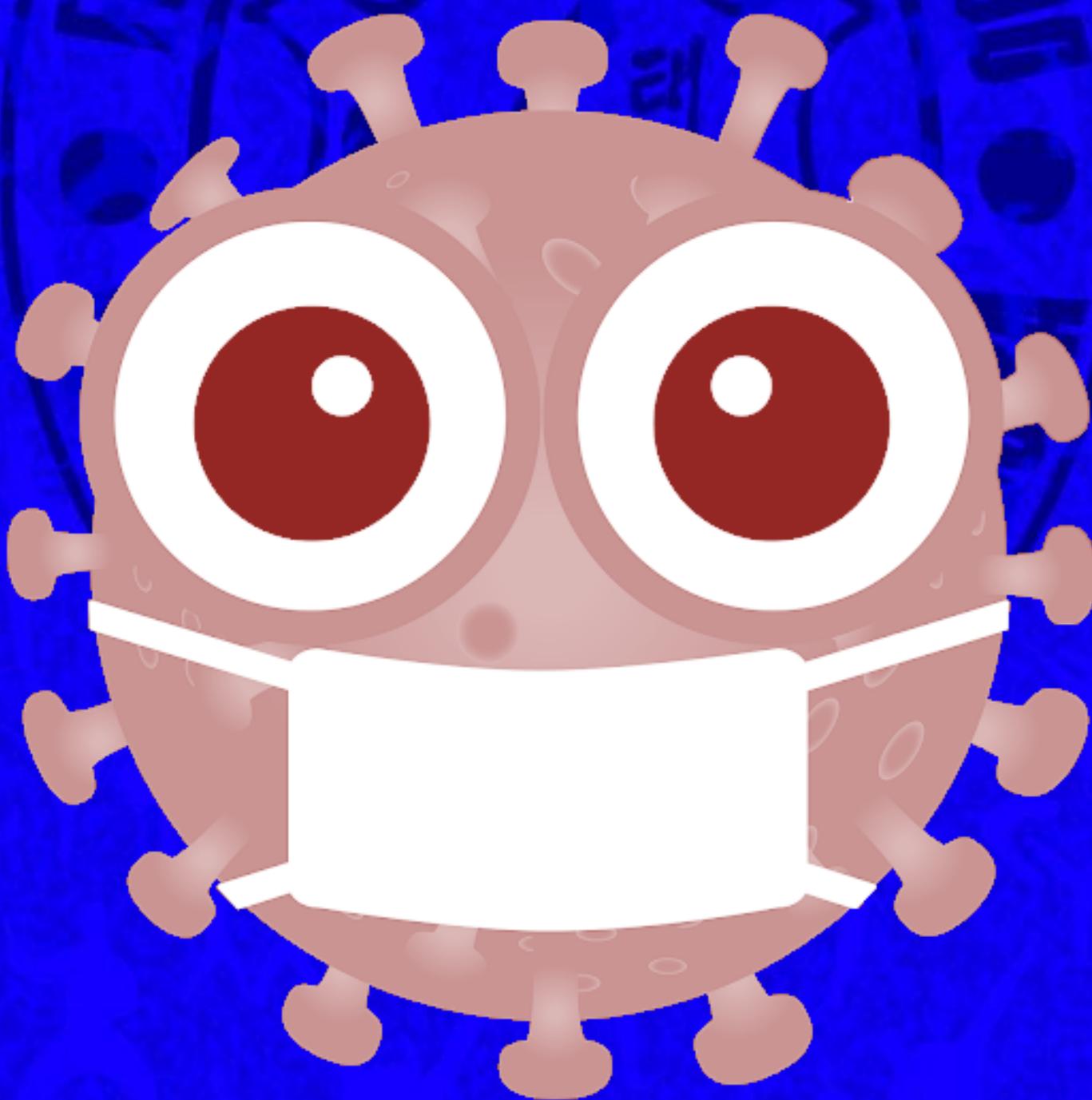
Los responsables del incumplimiento de los protocolos autorizados, podrían ser pasibles de las sanciones previstas en los artículos 202 , 203 y 205 del Código Penal y/u otras que pudieran establecerse.

Federativamente, dependiendo del tipo de incumplimiento a criterio del Representante Federativo, se dispondrá:

- a) Advertencia con clausura de 24 a 48hs. para adecuación del centro a los protocolos.
- b) Inhabilitación y baja en el padrón del centro deportivo para la práctica del taekwondo.

En el caso de clausura el Representante Federativo deberá revisar previo a habilitar nuevamente el centro que se hayan cumplido los requisitos por los cuales se aplicó la sanción.

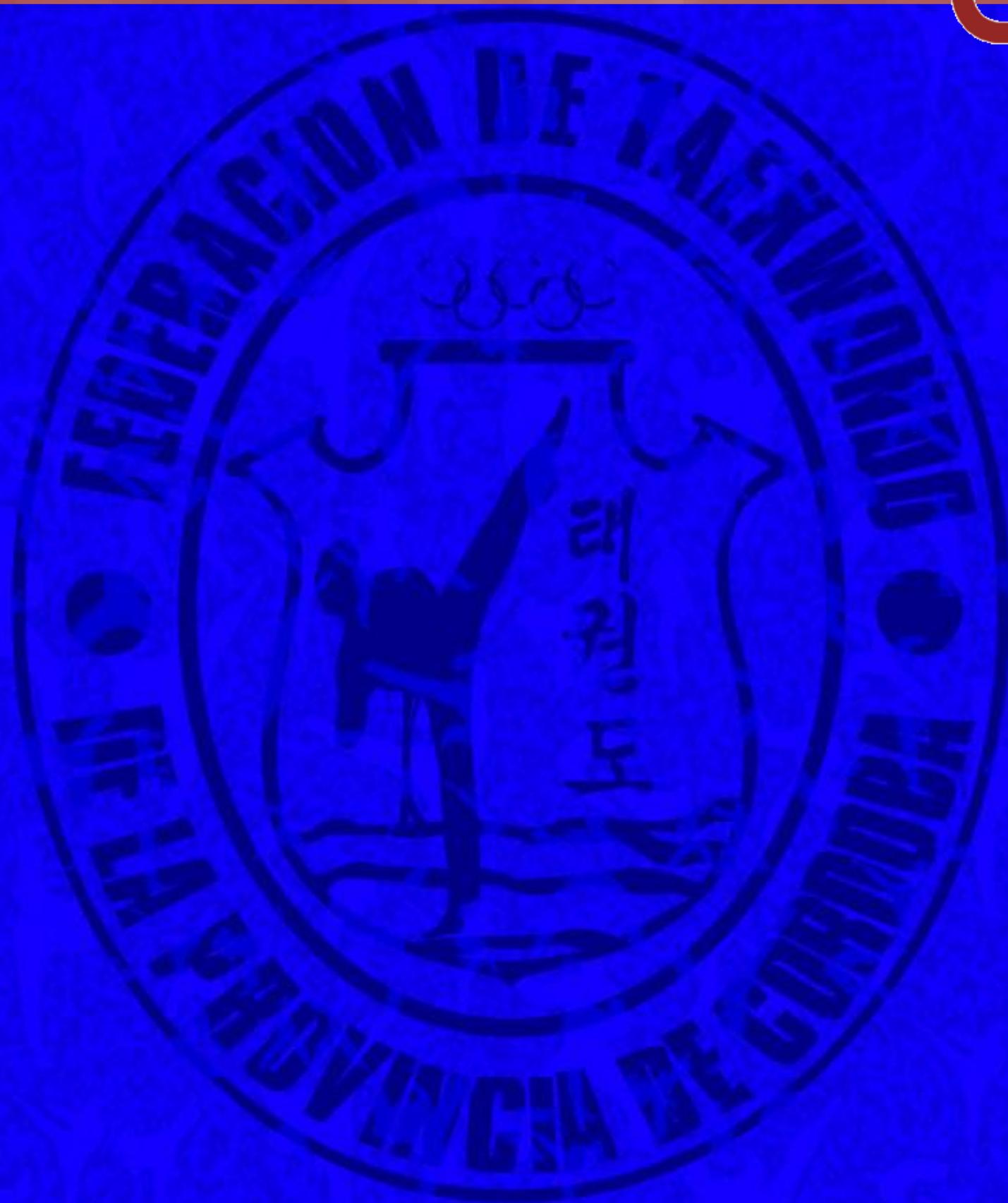
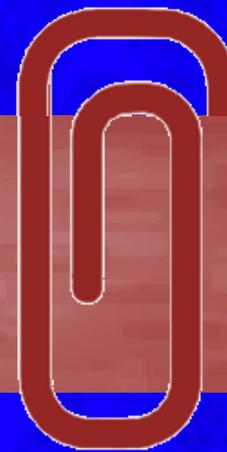
Actuación ante detección de un caso de COVID-19 sospechoso o confirmado



Procedimiento Ante la detección de un posible caso de COVID-19, o de su confirmación:

- 1) Se deberá brindar a la persona afectada un barbijo quirúrgico y proceder a su aislamiento**
- 2) Se notificará inmediatamente a la autoridad sanitaria**
- 3) En caso de que haya practicantes en el área deberán permanecer en su área de entrenamiento respetando el distanciamiento social (2Mtrs.) hasta que las autoridades sanitarias determinen cómo proceder según la situación dada.**
- 4) Se procederá a la desinfección de los espacios físicos sobre los que la persona hubiere tenido contacto.**

Anexos



Declaración Jurada padres/alumnos

Taekwondo en tiempos de Covid -19

Declaración Jurada para Practicantes de Taekwondo

Mayores de Edad

_____, ____ de _____ de 2020.

Yo _____ DNI _____ con domicilio en calle _____ N° _____ de la Localidad _____ declaro conocer y cumplir el protocolo de práctica de Taekwondo y que ni yo ni las personas con las que convivo hemos viajado fuera del país, ni hemos tenido ningún síntoma compatible con Covid-19 ni tenido contacto con ningún caso sospechoso o confirmado de Covid-19 en los últimos 14 días.

Firma y Aclaración

Completar, firmar y enviar escaneada al E-mail al Maestro

Taekwondo en tiempos de Covid -19

Declaración Jurada para Practicantes de Taekwondo

Menores de Edad

_____, ____ de _____ e 2020.

Yo _____ DNI _____ con domicilio en calle _____ N° _____ de la Localidad _____ declaro que mi hijo/a _____ DNI _____ conoce y cumplirá el protocolo de práctica de Taekwondo, y que ni él/ella ni las personas con las que convive han viajado fuera del país, ni han tenido ningún síntoma compatible con Covid-19 ni han tenido contacto con ningún caso sospechoso o confirmado de Covid-19 en los últimos 14 días.

Firma y Aclaración
Padre/Madre o Tutor

Completar, firmar y enviar escaneada por E-mail al Maestro

Declaración Jurada para Instituciones/Clubes

Taekwondo en tiempos de Covid -19

Declaración Jurada para Autoridades Institucionales de Centros de Práctica de Taekwondo

_____, ____ de _____ de 2020.

Yo _____ DNI _____ en mi
carácter de _____ del club o Institución
_____ con domicilio en
calle _____ N° _____ de la Localidad

_____ declaro conocer el protocolo autorizado para la
práctica de Taekwondo en la Provincia de Córdoba en el marco de la Emergencia
Sanitaria por el Covid-19 y me comprometo en nombre de la institución/club a
asumir la responsabilidad y el compromiso de cumplirlo y hacerlo cumplir.

Firma y Aclaración

Declaración Jurada para Maestros/Instructores

Taekwondo en tiempos de Covid -19

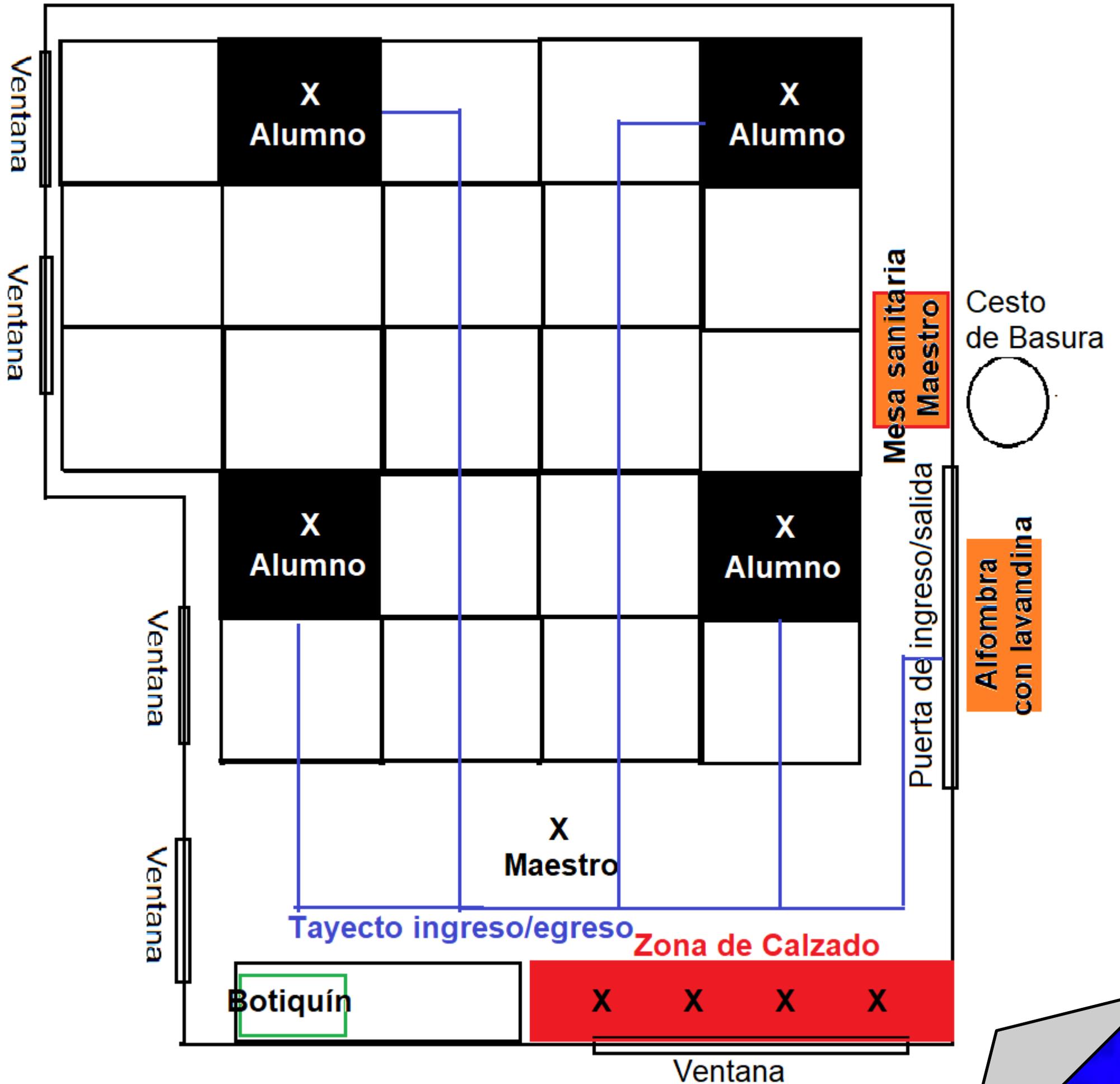
Declaración Jurada para Maestros/Instructores de Taekwondo

_____, ____ de _____ de 2020.

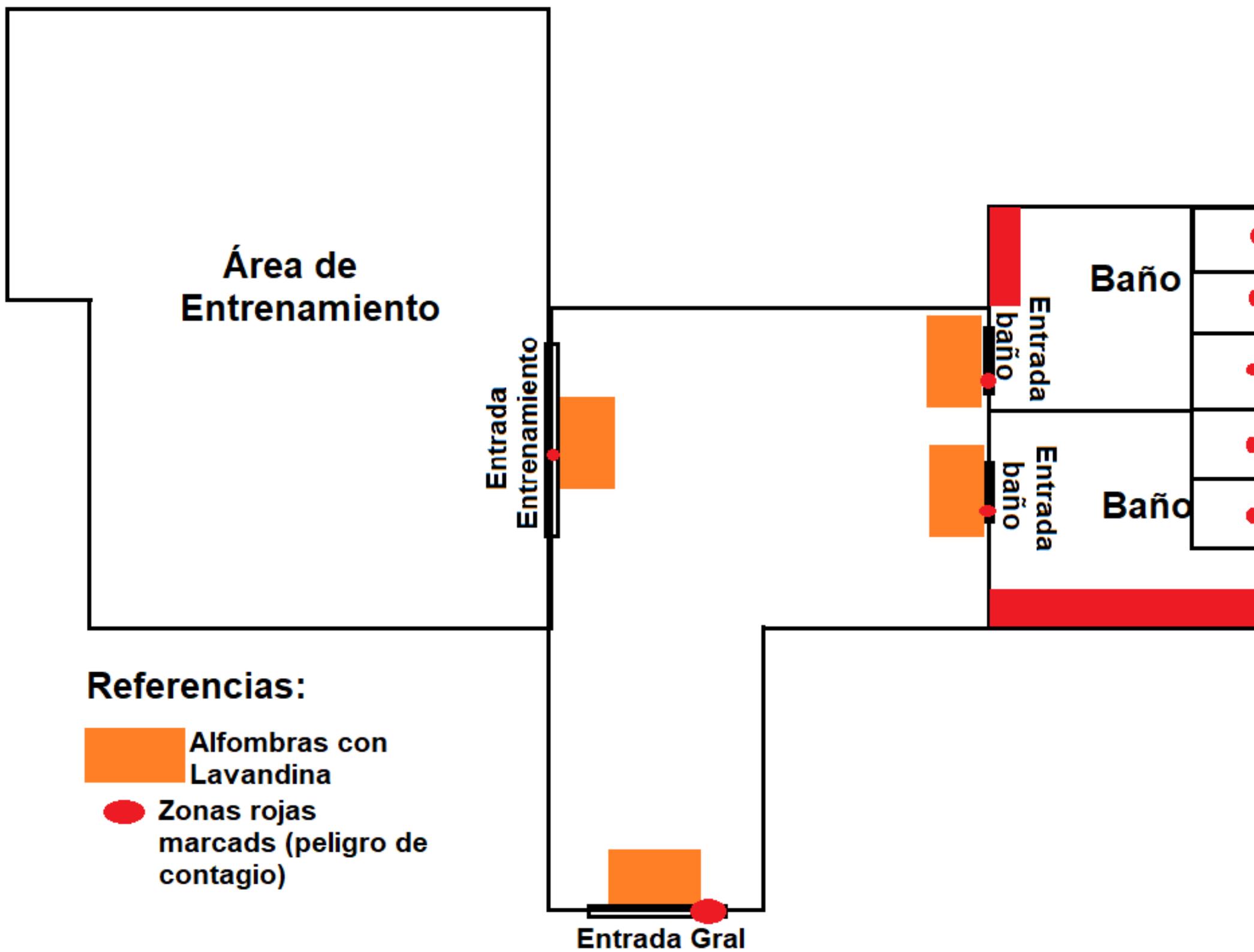
Yo _____ DNI _____ con
domicilio en calle _____ N° _____ de
la Localidad _____ en mi carácter de Maestro/Instructor
de Taekwondo declaro conocer el protocolo autorizado para la práctica de
Taekwondo en la Provincia de Córdoba en el marco de la Emergencia Sanitaria
por el Covid-19 y me comprometo a asumir la responsabilidad y el compromiso
de cumplirlo y hacerlo cumplir.

Firma y Aclaración

Modelo de Croquis del Área de Práctica



Modelo de Croquis General



Guía de reglamentos, protocolos y recomendaciones

WORLD TAEKWONDO **ARGENTINA** **LA PROVINCIA DE CORDOBA** **AGENCIA CORDOBA DEPORTES**

Taekwondo en Tiempos de COVID-19

guía de reglamentos, protocolos y recomendaciones

Traslado Seguro

Lavarse las manos antes de salir, e inmediatamente al llegar al lugar de destino

Usar barbijo no quirúrgico/tapabocas durante todo el trayecto

Evitar el transporte público. Al utilizar un vehículo particular deberán viajar sin acompañantes. En caso de los menores deberán ir sentados en el asiento trasero opuesto al conductor.

Evitar tener contacto en el trayecto con otras personas, salvo de ser necesario, en cuyo caso se deberá respetar siempre la distancia mínima sugerida de 2 metros entre Personas

Los alumnos han de practicar en el Dojang habilitado más cercano a su residencia o dentro de ésta zona.

¿Qué llevo al Entrenamiento?

Botella de hidratación de uso personal (¡No habrá dispenser!)

Vestimenta de entrenamiento bajo la ropa de calle

2 bolsas de nylon

Barbijo no quirúrgico o tapabocas

Botiquín personal (a demás de los elementos de siempre) con:

- ✓ Termómetro
- ✓ Toalla de mano
- ✓ Jabón
- ✓ Alcohol en gel
- ✓ Barbijo no quirúrgico/tapabocas de repuesto

Zapatillas de Taekwondo o similar (se usarán sólo en el entrenamiento)

¡Atención!
Todos los elementos serán de uso **PERSONAL**
!No podrán compartirse con nadie!

El Saludo

Para cuidarnos entre todos nos saludaremos entre compañeros y con el Maestro únicamente utilizando el saludo marcial respetando el distanciamiento social de 2 Metros.

¿Cómo ingresamos?

- 1 Antes de ingresar debes tomarte la temperatura con tu termómetro personal. Puede ayudarte tu papá/mamá o el adulto que te acompaña
- 2 Dirígete a la puerta de ingreso donde te esperará tu Maestro. Deberás pararte sobre la alfombra/trapo y mostrarle la temperatura. Si hay un compañero deberás esperar a que él ingrese respetando una distancia mínima de 2 Metros.
- 3 Tu Maestro te pondrá alcohol en gel y deberás desinfectar tus manos correctamente antes de ingresar.
- 4 Dirígete al área demarcada para dejar tu calzado y reemplázalo por las zapatillas de práctica. Quitáte la vestimenta de calle y déjala sobre tus zapatillas ordenadamente
- 5 Ubícate en el área de entrenamiento que tu maestro te asigne.

¡Importante!
Sólo podrán ingresar al área de entrenamiento el Maestro y los practicantes que correspondan al horario.
Padres y alumnos deberán ser puntuales al ingreso y a la salida de la clase

Durante el Entrenamiento

Se utilizará barbijo no quirúrgico/tapa boca durante todo el entrenamiento.

Podrás desplazarse únicamente en el área delimitada que te fue asignada.

Para tomar agua deberás pedir permiso y siempre utilizar tu botella personal. Antes de regresar a la clase deberás desinfectarte las manos con tu alcohol en gel.

Si necesitas ir al baño deberás pedir permiso a tu Maestro, cubrir tus pies con bolsas antes de salir y retirarlas al regresar antes de ingresar nuevamente depositándolas en el tacho de residuos ubicado junto a la puerta. Recuerda llevar tu jabón personal para lavarte las manos y desinfectártelas antes de regresar al entrenamiento.

¿Cómo Salimos?

Deberás esperar a que tu Maestro te de la orden para ir a colocarte rápidamente las zapatillas y ropa de calle sobre la ropa de entrenamiento y retirarte del recinto de inmediato.

Si tus papás o un adulto debe buscarte, deberá estar afuera esperándote.

Están prohibidas las reuniones de alumnos post-entrenamiento dentro y fuera del recinto de práctica.

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávate las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, útilo la estación de alcoholización

Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

- 1 Moja las manos con agua.
- 2 Espuma en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todo el espacio de la mano.
- 3 Frota las palmas de las manos entre sí.
- 4 Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos e intersticios.
- 5 Frota la palma de la mano izquierda contra el dorso de la mano derecha entrelazando los dedos e intersticios.
- 6 Frota el dorso de las manos de una mano con la palma de la mano opuesta, apretando los dedos.
- 7 Frota la parte de las muñecas de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, apretando los dedos e intersticios.
- 8 Frota la parte de las muñecas de la mano izquierda contra la palma de la mano derecha, apretando los dedos e intersticios.
- 9 Enjuague las manos con agua.
- 10 Seque las manos con un paño desechable.
- 11 Seque de la palma para sobre el pulso.
- 12 Sea manos secas y limpias.

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfecta las manos por higiene! Lávate las manos solo cuando estén visiblemente sucias

Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

- 10a Deposita en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todo el espacio de la mano.
- 10b Frota las palmas de las manos entre sí.
- 10c Frota la palma de la mano izquierda contra el dorso de la mano derecha entrelazando los dedos e intersticios.
- 10d Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos e intersticios.
- 10e Frota el dorso de las manos de una mano con la palma de la mano opuesta, apretando los dedos.
- 10f Frota la parte de las muñecas de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, apretando los dedos e intersticios.
- 10g Frota la parte de las muñecas de la mano izquierda contra la palma de la mano derecha, apretando los dedos e intersticios.
- 10h Una vez secas, son manos secas y limpias.

Organización Mundial de la Salud | Seguridad del Paciente | SAVE LIVES Clean Your Hands

Taekwondo en tiempos de Covid -19

Declaración Jurada para Practicantes de Taekwondo

Yo _____ de _____ de 2020.

Yo _____ DNI _____ con domicilio en calle _____ N° _____ de la Localidad _____ declaro que ni yo ni las personas con las que convivo hemos viajado fuera del país, ni hemos tenido ningún síntoma compatible con Covid-19 ni tenido contacto con ningún caso sospechoso o confirmado de Covid-19 en los últimos 14 días.

Firma y Aclaración

Completar, firmar y enviar escaneada al E-mail al Maestro

Taekwondo en tiempos de Covid -19

Declaración Jurada para Practicantes de Taekwondo

Menores de Edad

Yo _____ de _____ e 2020.

Yo _____ DNI _____ con domicilio en calle _____ N° _____ de la Localidad _____ declaro que mi hijo/a _____ DNI _____ ni las personas con las que convive ha viajado fuera del país, ni ha tenido ningún síntoma compatible con Covid-19 ni ha tenido contacto con ningún caso sospechoso o confirmado de Covid-19 en los últimos 14 días.

Firma y Aclaración
Padre/Madre o Tutor

Completar, firmar y enviar escaneada por E-mail al Maestro

Juntos pateamos al Covid-19

Nos unimos, nos cuidamos, avanzamos



Juntos pateamos al Covid-19

Nos unimos, nos cuidamos, avanzamos