



Instituto Politécnico
de Castelo Branco
Escola Superior
de Educação

PLANEAMENTO DO ANO LETIVO 2020/21

SETEMBRO DE 2020

Índice

Introdução	2
Enquadramento do plano de funcionamento das atividades na ESECB para 2020/2021.....	3
Atividades letivas	6
Funcionamento dos diferentes cursos da ESECB	8
Funcionamento das práticas no curso de desporto	10
Funcionamento da Biblioteca.....	11
Funcionamento da Cantina e Bar da ESECB	12
Apêndice 1	13
Circulação no interior dos edifícios	13
Apêndice 2	14
Plano de Contingência.....	14
Anexo 1 - Funcionamento das atividades letivas por UC.....	17
Lic. Desporto e Atividade Física	17
Lic. Serviço Social	18
Lic. Secretariado	19
Lic. Educação Básica.....	20
Lic. Português – IP Macau	21
Mestrado em Gerontologia Social.....	22
Mestrado em Educação Pré-escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico	22
Mestrado em Educação Especial.....	23
Mestrado em Intervenção Social Escolar	23
Mestrado em Atividade Física.....	23
CTeSP Desporto.....	24
CteSP Recreação Educativa para Crianças.....	24
CTeSP Assessoria Comunicação Empresarial.....	25
Anexo 2 – Funcionamento das unidades curriculares da Licenciatura e CTeSP de desporto	26
Licenciatura em Desporto e Atividade Física.....	26
Curso de CTeSP de Desporto	30

Introdução

O planeamento que apresentamos para o funcionamento do Ano Letivo 2020/2021 na ESECB, procura seguir uma linha realista, inovadora e responsável e tem por base os seguintes documentos:

- 1 - Recomendação às Instituições Científicas e de Ensino Superior para a preparação do Ano Letivo 2020/2021, emanadas pelo Gabinete do Ministro da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior no dia 4 de agosto de 2020;
- 2 - Orientações da Direção-Geral de Saúde sobre o adequado funcionamento das atividades letivas e não letivas no ano letivo 2020-2021, recebidas no dia 6 de agosto de 2020;
- 3 – Despacho nº 64/20 do Sr. Presidente do Instituto Politécnico de Castelo Branco

O plano para funcionamento do ano letivo 2020/2021 na ESECB procura dar resposta aos princípios orientadores do MCTES da seguinte forma:

- a) Instituir procedimentos de vigilância contínua relativamente à evolução da pandemia provocada pelo vírus SARS-CoV-2 (COVID-19) no sentido de implementar, em tempo real, as medidas de segurança adequadas a cada momento;
- b) Garantir, preferencialmente, o ensino e a avaliação presenciais promovendo equidade entre estudantes em termos de participação e avaliação;
- c) Estimular a experimentação e disseminação de práticas inovadoras de ensino e aprendizagem adaptadas a um sistema de ensino presencial, complementado com um ensino misto e ensino a distância, apoiado por tecnologias digitais.

Nas linhas de atuação que preconizamos para o ano letivo 2020/2021 na ESECB, procuramos seguir as orientações da Direção-Geral de Saúde, da seguinte forma:

- a) Manter a ligação estreita com as autoridades de Saúde, autarquias, segurança social e proteção civil, salvaguardando a necessidade de partilha de apoios ou recursos;
- b) Disponibilizar informação do Plano de Contingência e das medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19 a todos os estudantes, docentes, não docentes e outros colaboradores, bem como informação sobre os procedimentos a seguir no caso de surgir sintomatologia compatível com COVID-19 em elementos da comunidade académica;
- c) Manter informados os estudantes, docentes, não docentes e outros colaboradores sobre as normas de conduta nos espaços físicos da Escola;

d) Continuar a manter uma área de isolamento para onde serão encaminhados os casos suspeitos por colaboradores previamente designados e através de circuitos definidos no Plano de Contingência, cumprindo os procedimentos de limpeza e desinfeção, de acordo com as normas e orientações da DGS.

NOTA: O plano de funcionamento aqui apresentado apenas será possível se for garantido por parte da Presidência do IPCB o equipamento informático adequado para um ensino de qualidade (presencial e a distância), materiais de proteção sanitária, bem como as condições de higienização adequadas às necessidades. Os dois últimos aspetos implicam o reforço da equipa de pessoal não docente afeta ao setor da limpeza e manutenção (foi efetuado pedido SIGA nº 83916 em 22/07/2020 solicitando três novos contratos com colaboradoras do IEF, ao abrigo dos contratos emprego-inserção) e o reforço, para além dos existentes, de dispensadores de álcool gel, a colocar em locais estratégicos da ESECB (salas de aula, Pavilhão Gimnodesportivo, Ginásio, laboratórios e das entradas e saídas dos edifícios).

Enquadramento do plano de funcionamento das atividades na ESECB para 2020/2021

O plano de funcionamento que apresentamos visa em primeiro lugar garantir a segurança de estudantes, docentes, não docentes e outros colaboradores da ESECB, no rigoroso cumprimento de normas de segurança sanitária emanadas da Direção-Geral da Saúde (DGS) em todos os espaços, incluindo áreas e espaços de ocupação livre, bar, cantina, ginásio, balneários, assim como salas de aula, bibliotecas e laboratórios.

Para dar resposta às recomendações do MCTES, da DGS e do estabelecido pelo Presidente do IPCB, no sentido de garantir o ensino e a avaliação presenciais ou ensino misto (quando não seja possível garantir total segurança através de regime presencial) efetuado a partir das instalações da UO, foram seguidas as seguintes premissas:

Espaço Físico

1 - Obrigatoriedade da utilização de máscaras por estudantes, docentes, não docentes e outros colaboradores, de acordo com as recomendações vigentes e do cumprimento escrupuloso das normas de distanciamento físico determinadas em todo o recinto da ESECB (interior e exterior dos edifícios);

- No decurso da prática desportiva não é obrigatório o uso de máscara;

2 – Higienização regular de todos os espaços de acordo com as normas e orientações da DGS, sendo garantida a existência de material e produtos de limpeza para os procedimentos adequados;

3 - Higienização das mãos à entrada e à saída dos diferentes edifícios com solução antisséptica de base alcoólica (SABA), disponibilizada junto às entradas e saídas dos três edifícios;

4 - Nas instalações sanitárias são respeitadas as normas de segurança - respeitar a lotação máxima definida à entrada, o distanciamento físico no acesso, higienização das mãos, ...); as instalações sanitárias estão equipadas com água, sabão líquido com dispositivo doseador e toalhetes de papel de uso único;

5 – Organização das salas de aula de modo a garantir-se o cumprimento das condições de segurança recomendadas pela DGS, designadamente o necessário distanciamento físico entre os estudantes e entre professor/estudantes;

- Colocação das mesas e cadeiras de acordo com a estrutura física das salas de aula, dispendo-as, quando possível junto das paredes e janelas e, preferencialmente com a mesma orientação, evitando situações em que os estudantes fiquem de frente uns para os outros, não devendo, por isso, ser deslocadas dos locais pré-definidos.

- A ocupação de lugares nos auditórios, é feita de modo a garantir a distância de segurança entre os alunos e o professor. De acordo com as recomendações da DGS, podem ser ocupadas todas as filas com lugares desencontrados, devendo ser deixado um lugar de intervalo entre pessoas.

6 – Definição de itinerários diferenciados de entrada e saída das instalações, bem como dentro dos edifícios de forma a minimizar a concentração e o ajuntamento de pessoas (Apêndice 1);

- As atividades letivas decorrem em 3 edifícios distintos (Edifício principal, Bloco B e Pavilhão gimnodesportivo); o acesso ao edifício principal faz-se pelo exterior através da porta principal, seja para a frequência de aulas ou acesso a serviços administrativos, gabinetes, biblioteca, refeitório e bar;

- Dentro de cada um dos três edifícios há circuitos marcados no solo que se devem respeitar.

- A circulação dentro dos edifícios realiza-se sempre pela direita;

- As saídas do edifício central fazem-se pela porta mais próxima da sala de aula.

- A entrada no Pavilhão faz-se pela porta principal do edifício e a saída pela porta junto aos balneários;

7 – Promoção de baixa pressão demográfica na utilização das instalações, através da minimização do número de estudantes em simultâneo, designadamente através de um cuidado redobrado na organização dos horários letivos dos diferentes anos curriculares de cada curso.

- Alargamento do horário letivo, semanal e diário, das licenciaturas e CTeSP, de segunda a sexta-feira entre as 8h30 – 19h30, desencontrando o início das atividades letivas de cada turma/grupo (com turmas a entrarem uma hora mais cedo e outras uma hora mais tarde) e, conseqüentemente, desfasando os períodos de almoço e os intervalos entre turmas;
- Atividades letivas concentradas, preferencialmente, em turnos de 4/5 h (períodos da manhã ou da tarde), em função da carga letiva semanal e de especificidades das unidades curriculares;
- A cada turma é atribuída, sempre que possível, uma sala de aula, recomendando-se que os estudantes ocupem sempre o mesmo lugar; tal permitirá manter os estudantes no mesmo espaço físico durante a manhã/tarde, minimizando a necessidade de circulação na escola e facilitando a limpeza e higienização após a utilização da sala;
- As salas são atribuídas de acordo com a sua área e o número de alunos por turma;
- Em cada turno, as aulas organizam-se em períodos de duração de 50 min, seguidos, em geral, por uma pausa de 5 minutos para renovação do ar e arejamento da sala, exceto a meio da manhã/tarde (logo após as primeiras 2 h da aula do turno da manhã/tarde) em que haverá um intervalo de 15 min; durante as pausas os estudantes devem evitar sair das salas e concentrar-se nos espaços comuns;
- Nos intervalos das aulas são privilegiados os espaços exteriores descobertos. No caso de condições atmosféricas adversas, os estudantes podem permanecer dentro da sala de aula, desde que seja garantida a renovação do ar e o arejamento da sala e sejam mantidas as distâncias de segurança;

6 – Higienização dos espaços e maximização das condições de segurança;

- Assegurar, na medida do possível, a renovação do ar e o arejamento das salas de aula e de outros espaços comuns (biblioteca, refeitório, bar, ...). O espaço sala de aula deve ser arejado com abertura de janela no final de cada aula;
- Sempre que uma turma termina as aulas numa determinada sala (nomeadamente, no final do turno da manhã /tarde), será assegurada a higienização do espaço por um colaborador não docente afeto a esse serviço;
- Cabe ao docente assegurar a renovação do ar e arejamento da sala durante o período da aula e após o término da mesma, nomeadamente, se as condições atmosféricas o permitirem, certificar-se que as janelas ficam abertas.
- No início de cada aula o docente pode encerrar as janelas.

- Para além da higienização geral dos espaços letivos realizada no final dos turnos por um colaborador não docente, os equipamentos específicos existentes de uso partilhado (teclado, rato, ...) são higienizados pelo utilizador, no início de cada aula. Para o efeito, todos os espaços letivos dispõem de pulverizador de solução de higienização ou solução alcoólica e toalhetes de papel descartáveis para desinfeção do equipamento/superfícies.

- Durante as aulas podem ser ligados os aparelhos de ar condicionado nas salas, desde que sejam cumpridas as regras emanadas pela OMS para utilização destes aparelhos em espaços públicos (para o efeito, o controlo do sistema de ar condicionado estará desativado):

- . Limpeza e manutenção de acordo com as indicações do fabricante, por empresa certificada para serviços de instalação e manutenção de Sistemas AVAC;
- . Direcionamento do ar para cima, de forma a não incidir diretamente sobre os ocupantes do espaço;
- . Renovação frequente do ar, de forma a assegurar, sempre que possível, uma boa ventilação nos espaços.

Atividades letivas

1 – As atividades letivas decorrem, preferencialmente, em dois formatos, sempre a partir das instalações da Escola:

- **Presencial**, a privilegiar sempre que estejam reunidas as condições que permitam garantir o cumprimento das normas de segurança (lotação da sala e número de alunos da turma);
- **Semi-presencial ou misto**, quando não for possível garantir o ensino presencial por o número de alunos da UC ser superior à lotação das salas da Escola; Neste caso, a turma será dividida em dois grupos, um grupo assiste presencialmente à aula e o outro assiste a distância (transmissão síncrona da aula).

2- Nos casos de **ensino misto**, caberá aos coordenadores de curso definir a constituição dos grupos, o regime de rotatividade da presença dos alunos na aula e comunicar as decisões aos estudantes e aos docentes do curso.

- Para garantir equidade na participação presencial nas aulas há que identificar os estudantes que não possuem condições tecnológicas adequadas, incluindo-os, nesse caso, sempre no grupo que tem aulas presenciais.
- Em todas as aulas é efetuado o registo de presenças que deve estar disponível caso ocorra algum surto envolvendo membros da comunidade escolar.
- Nas aulas semi-presenciais é efetuado o registo de presenças aos alunos que estão na aula e consideram-se como presentes todos os que estão a assistir à aula à distância.

3 – Em situações excepcionais e devidamente justificadas, há a possibilidade de ensino a distância (*on-line*). Para tal, deverá ser efetuado um pedido à direção, acompanhado da respetiva fundamentação e de parecer favorável do coordenador de curso (no pressuposto do cumprimento das condições de creditação do respetivo Ciclo de Estudos).

4- As aulas práticas ou com componentes experimentais são concretizadas, preferencialmente, em regime presencial.

5 – Devido à escassez de espaços na ESECB, com lotação adequada a turmas de maior dimensão, é também utilizado como espaço letivo o Auditório *Comenius* do IPCB (Serviços Centrais);

- As aulas das UC a decorrer no Auditório *Comenius* regem-se pelas normas de segurança sanitária expostas neste documento e também pelas existentes nos serviços Centrais do IPCB;
- O acesso ao Auditório *Comenius* é feito pelo exterior através de um portão situado nas traseiras do pátio/estacionamento do edifício;
- Na elaboração de horários, a atribuição de sala às turmas dos diferentes cursos é feita com base na previsão do número de inscritos e na lotação dos diferentes espaços, procurando maximizar o número de UC a funcionar em regime presencial;
- Aos alunos do 1.º ano dos diferentes cursos de CTeSP e Licenciatura são atribuídos espaços letivos na ESECB, de modo a reforçar a sua vinculação aos cursos e à Escola;

6 – As salas de aula em que decorrem aulas de UC lecionadas em regime misto estão equipadas com meios informáticos adequados a aulas presenciais ou a distância;

7- Em articulação com o Gabinete de Digitalização e Inclusão 4.0 do IPCB e o CP da ESECB são reforçadas as capacidades digitais dos docentes com vista à implementação de aulas em regime misto ou a distância;

8 - O número máximo de alunos em cada um dos espaços físicos (salas de aula, auditório e laboratórios) é definido em conformidade com as recomendações de distanciamento físico propostas pela DGS;

- A lotação de cada espaço letivo está afixada no interior, devendo ser respeitada;
- A ocupação de lugares na sala de aula inicia-se pelos lugares mais distantes e a saída inicia-se a partir dos lugares mais perto da porta;

9 - A duração das atividades de avaliação deve ter em conta a necessária renovação do ar e o arejamento das salas;

10 - As atividades de avaliação das unidades curriculares que funcionem em regime misto realizam-se presencialmente e, preferencialmente, à sexta-feira de tarde ou sábado de manhã, mediante marcação prévia junto dos serviços/direção para que possam ser garantidos os espaços, os professores vigilantes necessários e a higienização dos espaços;

11– Os alunos inscritos em UC de Estágio devem cumprir todos os requisitos de segurança sanitária das instituições de acolhimento e estão sujeitos às normas impostas por essas instituições. Deverá haver apoio do IPCB à realização de testes COVID, sempre que tal seja exigido.

- O responsável pelos estágios faz chegar atempadamente à direção da ESECB uma listagem dos estudantes com indicação das instituições que os receberão, indicando se necessitam fazer ou não o teste COVID.

12 – As provas de Mestrado mantêm-se em formato online;

13 – No caso de haver um caso suspeito de infeção por Covid-19, deve ser ativado de imediato o Plano de Contingência (Apêndice 2). Caberá a um elemento da Equipa Operativa a responsabilidade de acompanhar o estudante para a sala de isolamento, seguindo o trajeto definido, e informar o responsável da Equipa.

14 - A área de isolamento está localizada por baixo do refeitório (antiga papelaria da Paulinha e atual sala de convívio da AE), tendo sido escolhida em conformidade com as recomendações da DGS (existência de ventilação natural, possuir revestimentos lisos e laváveis, ter telefone, casa de banho privada de utilização exclusiva e saída direta para o exterior).

15 - A sala de isolamento é utilizada apenas para este fim, sendo desinfetada e arejada regularmente e após a sua utilização. A sala está equipada com mesa, cadeira, cadeirão, um dispositivo dispensador de solução antisséptica de base alcoólica para a desinfeção das mãos, um termómetro, um pacote de máscaras e luvas, Kit com água e alguns alimentos não perecíveis e contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) e um telefone.

Funcionamento dos diferentes cursos da ESECB

Na preparação do funcionamento do ano letivo, tivemos ainda em linha de conta para além das recomendações do MCTES, da DGS e do Despacho nº 64/20 do Sr. Presidente do Instituto Politécnico de Castelo Branco, a previsão do nº de alunos que irão frequentar a ESECB no ano letivo

de 2020/21 (excetuando os cursos de mestrado que funcionam em horário pós-laboral), bem como a capacidade das salas (apresentados nos quadros que seguem):

Quadro 1 - Previsão do N.º de alunos inscritos no ano letivo 2020/2021 nos cursos de Licenciatura

Cursos de Licenciatura	1º ano (vagas)	2º ano	3º ano
Educação Básica	35	30	9
Serviço Social	80	80	55
Secretariado	40	33	23
Desporto e Atividade Física	65	80	44
Português (IP Macau)		20	

Quadro 2 - Previsão do N.º de alunos inscritos no ano letivo 2020/2021 nos cursos de Licenciatura

Cursos de CTeSP	1º ano (vagas)	2º ano
Assessoria e Comunicação Empresarial	-	22
Recreação Educativa para Crianças	20	20
Desporto	25	25

Quadro 3 – Lotação máxima das salas da ESECB

Sala	n.º alunos	Sala	n.º alunos
Auditório	64	B1/B2	45
2	20	B3	20
3	20	B4	17
4	20	B5	15
5	20	B6/B7	50
6	20	B8	20
7	6	B9/B10	45
EP	31	P1	20
MD	36	P2	40
Inf. 1	15	Pavilhão	1279 m ²
Inf. 2	16	Ginásio	398 m ²
Crat	30	Lab. Desporto	198 m ²
AT1	12	Lab. Ciências	12
Sala Reuniões	19		

Para maximizar a capacidade de algumas salas de aula privilegiou-se o uso de cadeiras de palmatória e substituiu-se mesas de dois lugares por mesas individuais, mudanças que permitiram ter mais turmas a funcionar em regime presencial.

Para cada um dos cursos da ESECB foi planificado o seu funcionamento dando prioridade a uma metodologia de ensino presencial. Assim, a cada ano curricular foi atribuída uma sala de

referência de acordo com a previsão do nº de estudantes matriculados em cada uma das unidades curriculares (UC) (Ver anexo 1):

- Para as UC que funcionam em regime misto nas salas de informática, os horários contemplam a atribuição de uma sala contígua para que os alunos do grupo que não participa presencialmente na aula, a decorrer na sala de informática, possam trazer o seu computador portátil e, dessa forma, ter o apoio próximo do docente.

Funcionamento das práticas no curso de desporto

As aulas práticas do curso de Desporto e Atividade Física realizam-se, preferencialmente, no ginásio e no pavilhão gimnodesportivo da ESECB. Relativamente a estes espaços, adotar-se-ão os procedimentos do plano de contingência destas instalações. Sempre que sejam utilizados outros espaços desportivos (piscina, pista de atletismo, sala de judo, entre outros), adotar-se-ão as diretrizes dos planos de contingência definidos pelas entidades gestoras desses espaços. O acesso às instalações desportivas rege-se pelas normas instituídas para a ESECB e que estão de acordo com a DGS, devendo todos os estudantes desinfetar as mãos à entrada da instalação desportiva.

O acesso ao pavilhão é feito pela porta principal e a saída pela porta do lateral, junto aos balneários masculinos; o acesso e a saída ao Ginásio devem fazer-se pela porta exterior que dá para o pavilhão.

Dentro do pavilhão estão marcados no chão os circuitos de acesso e corredores de circulação aos diferentes locais (gabinetes, salas de aula, casas de banho...), evitando desta forma o cruzamento de pessoas.

A utilização das instalações sanitárias é ser feita de forma individual, evitando aglomerações. As instalações sanitárias são higienizadas frequentemente.

Os estudantes devem vir vestidos com equipamento desportivo de casa e após a realização de aulas práticas devem tomar banho em casa, pois o acesso aos balneários está condicionado a quem estiver na aula prática e apenas pode acontecer para lavagem de mãos ou uso das instalações sanitárias; a zona de acesso aos chuveiros está fechada.

Os estudantes devem levar os seus pertences devidamente condicionados para dentro do pavilhão ou ginásio.

O acesso às arrecadações do Pavilhão está restrito aos professores e a um estudante por eles designado, que deve higienizar as mãos antes de recolher o material que vai ser usado na aula.

Os objetos e materiais desportivos utilizados durante as atividades letivas (bolas, sinalizadores, coletes, varas, entre outros) devem ser utilizados com muito critério, evitando/minimizando a manipulação dos mesmos. Condicionar os exercícios nas aulas práticas, para minimizar a manipulação dos materiais (privilegiar exercícios analíticos para a componente física e técnica individual, apesar de para cada modalidade desportiva haver especificidades).

Todo o material usado nas aulas (bolas, arcos, entre outros) deve ser higienizado no final de cada aula, entre o professor e os estudantes.

Os objetos e superfícies de uso comum e toque frequente, são higienizados pela funcionária das instalações.

De acordo com as normas da DGS, em função do risco associado a cada modalidade desportiva (baixo, médio ou alto risco), praticada em contexto de atividade letiva, cada docente deve indicar as medidas operacionais específicas, a implementar nas atividades letivas, em função do risco de cada modalidade, sendo responsável pela sua implementação e controlo.

As práticas de desporto são ajustadas em função do risco que lhe está associado e dos espaços de utilização, procurando dar a melhor resposta face às limitações impostas pela DGS. Cabe aos docentes, em função das particularidades de cada uma das modalidades, organizar as atividades práticas (gestão de espaços, gestão de grupos, gestão dos materiais...) de modo a minimizar os riscos.

As adaptações a ser realizadas em cada uma das unidades curriculares da Licenciatura e CTeSP de Desporto estão descritas no Anexo 2.

Funcionamento da Biblioteca

1 – O funcionamento da Biblioteca teve por base as recomendações de boas práticas na reabertura das bibliotecas da rede nacional de bibliotecas públicas durante a pandemia de covid-19 emanadas no dia 08/05/2020 pela DGLAB;

- O período de funcionamento do espaço da biblioteca decorre entre as 9:00h e as 18:00h (para haver possibilidade de se fazer uma renovação/circulação de ar adequada e higienização adequada).
- De acordo com as orientações, o presente Plano de Contingência limita ao mínimo os serviços, estando apenas disponível a consulta de livros dentro da biblioteca, não sendo autorizados trabalhos de grupo, estudo coletivo, ou a partilha, entre utentes, de equipamentos e de documentos durante a permanência na biblioteca.
- O espaço da biblioteca deve ser arejado ao longo do dia, mantendo a porta de entrada aberta e possibilidade de abertura de janela;
- Pode ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado), desde que sejam cumpridas as regras emanadas pela OMS para utilização destes aparelhos em espaços públicos
- A colaboradora em funções na biblioteca irá assegurar, o apoio ao atendimento, a coordenação presencial dos serviços e a monitorização da observação das medidas de segurança por parte dos utilizadores dentro do espaço da biblioteca bem como, a higienização

de mesas e cadeiras sempre que haja rotatividade de utilizadores no espaço, dispondo para tal, do material de desinfeção adequado;

- No final da tarde ou início da manhã, o espaço deverá ser higienizado por um colaborador não docente do serviço de limpeza da ESECB.

- No acesso à biblioteca o utilizador deverá dirigir-se obrigatoriamente ao balcão de atendimento, para qualquer serviço, respeitando a sinalética, de acordo com as normas de distanciamento. Apenas um aluno, de cada vez, será atendido ao balcão, os restantes terão de esperar no exterior da biblioteca, numa única fila e observando as regras de distanciamento;

- A consulta de fundo documental deve ser efetuada individualmente, depois de serem desinfetadas as mãos (para esse efeito existem dois dispensadores posicionados junto às estantes), devendo o utilizador efetuar previamente a pesquisa antes de entrar no espaço de biblioteca;

- A devolução de documentos requisitados deverá ser efetuada num local disponível para o efeito;

- Os documentos devolvidos ou manuseados na biblioteca pelos utilizadores devem ser colocados de quarentena durante 72 horas (de acordo com a informação atualmente disponível pela DGS), num espaço isolado, apenas acessível às colaboradoras e bibliotecária responsável. Os documentos em quarentena serão organizados por data de devolução;

- Apenas será permitida a permanência na biblioteca a um máximo de 16 utilizadores, em simultâneo, em lugares devidamente assinalados, de modo a manter o distanciamento social e a possibilidade da adequada desinfeção;

- O utilizador deve esperar junto ao balcão de atendimento pela autorização da colaboradora, que lhe indicará o local onde poderá permanecer (deverá manter-se no lugar que lhe foi indicado) e adotar os procedimentos de etiqueta respiratória e de conduta social.

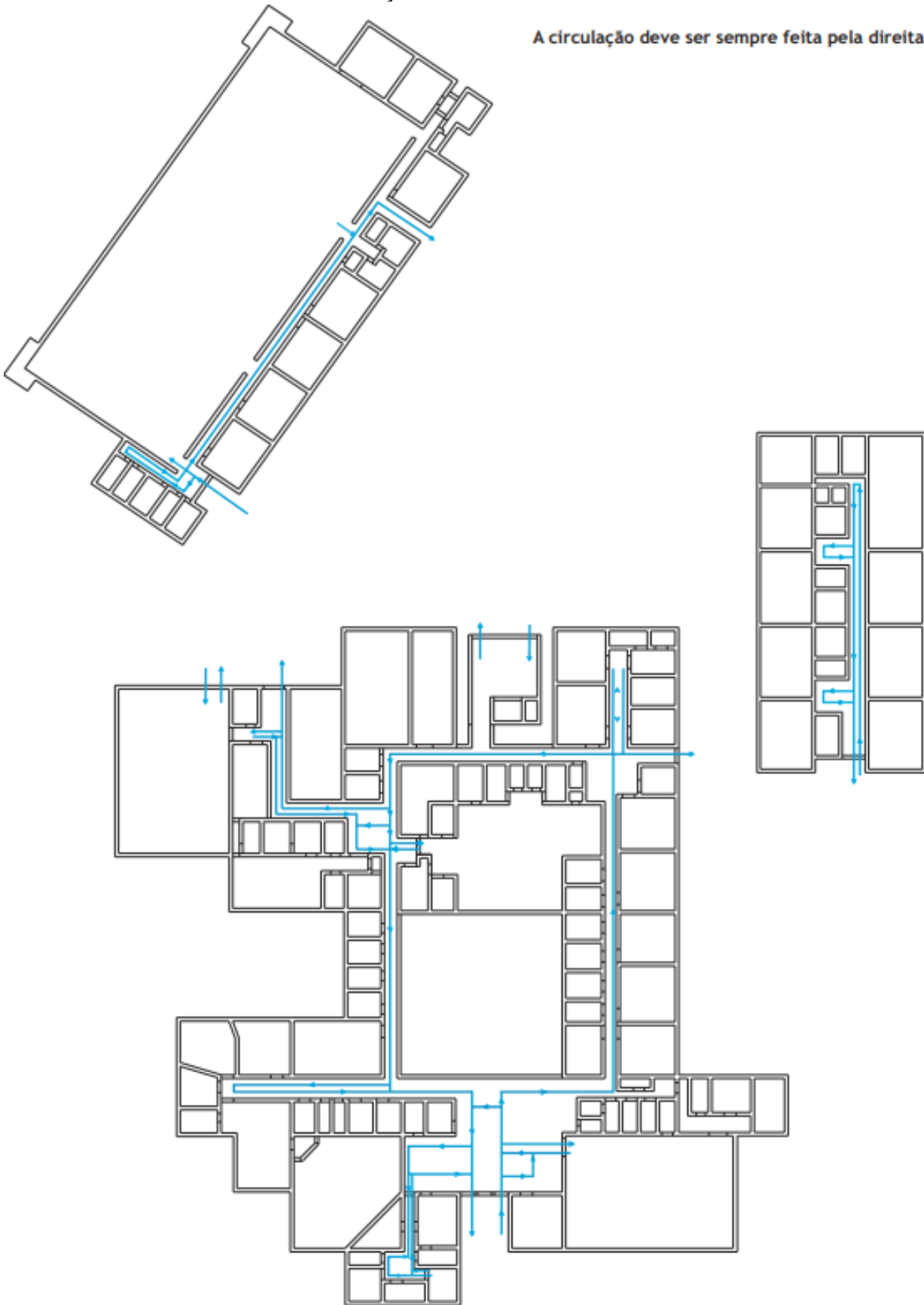
Funcionamento da Cantina e Bar da ESECB

As indicações a seguir dentro das instalações que estão adstritas à cantina e bar da ESECB serão definidas pelos Serviços de Ação Social do IPCB (SAS). A entrada e saída do refeitório faz-se a partir da porta principal do edifício central. A entrada e saída do Bar será feita sempre pelo exterior do edifício.

Apêndice 1

Circulação no interior dos edifícios

A circulação deve ser sempre feita pela direita



Apêndice 2 Plano de Contingência

Procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19

Perante a deteção de um caso suspeito de COVID-19, isto é, de um estudante, professor, investigador, colaborador não docente ou outra pessoa presente na ESECB que apresente sintomas sugestivos de COVID-19 - febre igual ou superior a 38°C e/ou dificuldade respiratória- deverão ser imediatamente ativados os procedimentos sistematizados na figura 1 e que se descrevem a seguir.

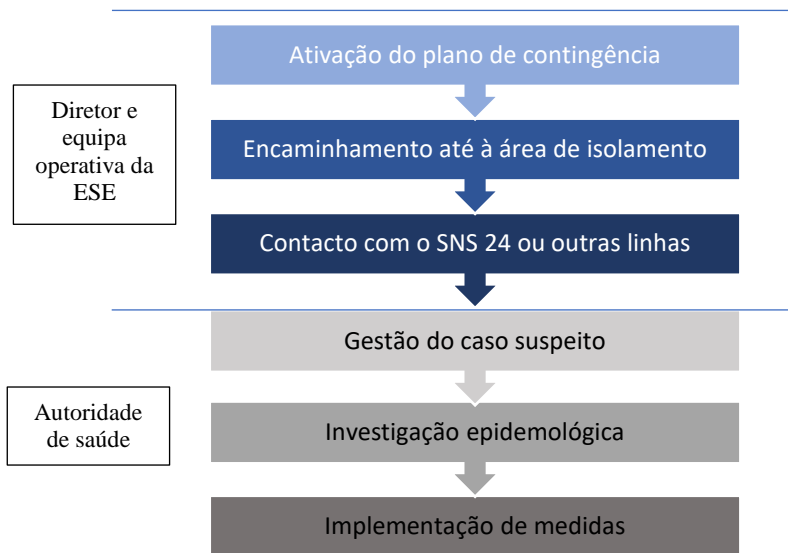


Figura 1. Adaptado a partir do Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar (DGS)

- 1) O diretor da Escola assume a coordenação geral do plano de contingência, sendo coadjuvado por uma Equipa Operativa, em articulação com a Autoridade de Saúde Local e o SNS 24. O diretor é responsável pela supervisão das ações da Equipa Operativa. À equipa operativa cabe a organização, execução e controlo, em articulação com a direção da Escola e entidades externas, de todas as atividades previstas no Plano de Contingência. Em situação de ausência de algum elemento, cabe ao diretor da Escola designar um elemento de substituição.

Coordenador: Diretor da ESE, Professor João Serrano

Responsável pela equipa operativa: Abel Luís - telef. 272 339 103

Outros elementos da Equipa:

Isabel Pedro (contacto no Pavilhão)

Maria José Carvalho (contacto no Bloco B)

Ana Paula Coelho (contacto no edifício central)

Luís Graça (a partir das 18 h) - telef. 272 339 100

Outros contactos internos: 272 339 105 (Guilhermina/Cacilda); 272 339 104 (Sónia)

- 2) Informar da situação o elemento da equipa operativa do edifício em que ocorra o caso suspeito ou, em caso de dificuldade em estabelecer o contacto, qualquer outro elemento da equipa, privilegiando, neste caso, o contacto por telefone (no Bloco B e no Pavilhão existe um telefone nas zonas comuns e uma lista de contactos).

- 3) O elemento da Equipa Operativa acompanha o caso suspeito de COVID-19 até à sala de isolamento (situado na antiga papelaria e sala de convívio da AE) seguindo um dos trajetos assinalados na figura 2, apresentada no final deste documento, de acordo com as normas e orientações da DGS, e notifica o responsável da Equipa Operativa.
- 4) Na área de isolamento deve ser contactado o SNS 24, dando cumprimento às indicações recebidas. Simultaneamente, devem ser cumpridos os procedimentos definidos neste Plano e os procedimentos de limpeza e desinfeção, de acordo com as normas e orientações da DGS.
- 5) O responsável da Equipa comunica a situação ao Diretor da Escola que se articulará com as autoridades de saúde com vista a acompanhar a situação e poder comunicar o risco e as medidas de proteção a adotar pela comunidade escolar, em caso de confirmação de infeção por COVID-19.
- 6) Se o caso suspeito ocorrer em contexto de sala de aula, quer seja um estudante ou o docente, todos os presentes na aula devem aguardar na sala as indicações dadas pelo SNS 24. No caso de o docente ser o caso suspeito, os estudantes devem ficar acompanhados de um colaborador não docente.
- 7) Se o caso suspeito for um colaborador não docente que partilhe o seu local de trabalho com um ou mais colaboradores, os restantes colaboradores devem aguardar as indicações dadas pelo SNS 24.

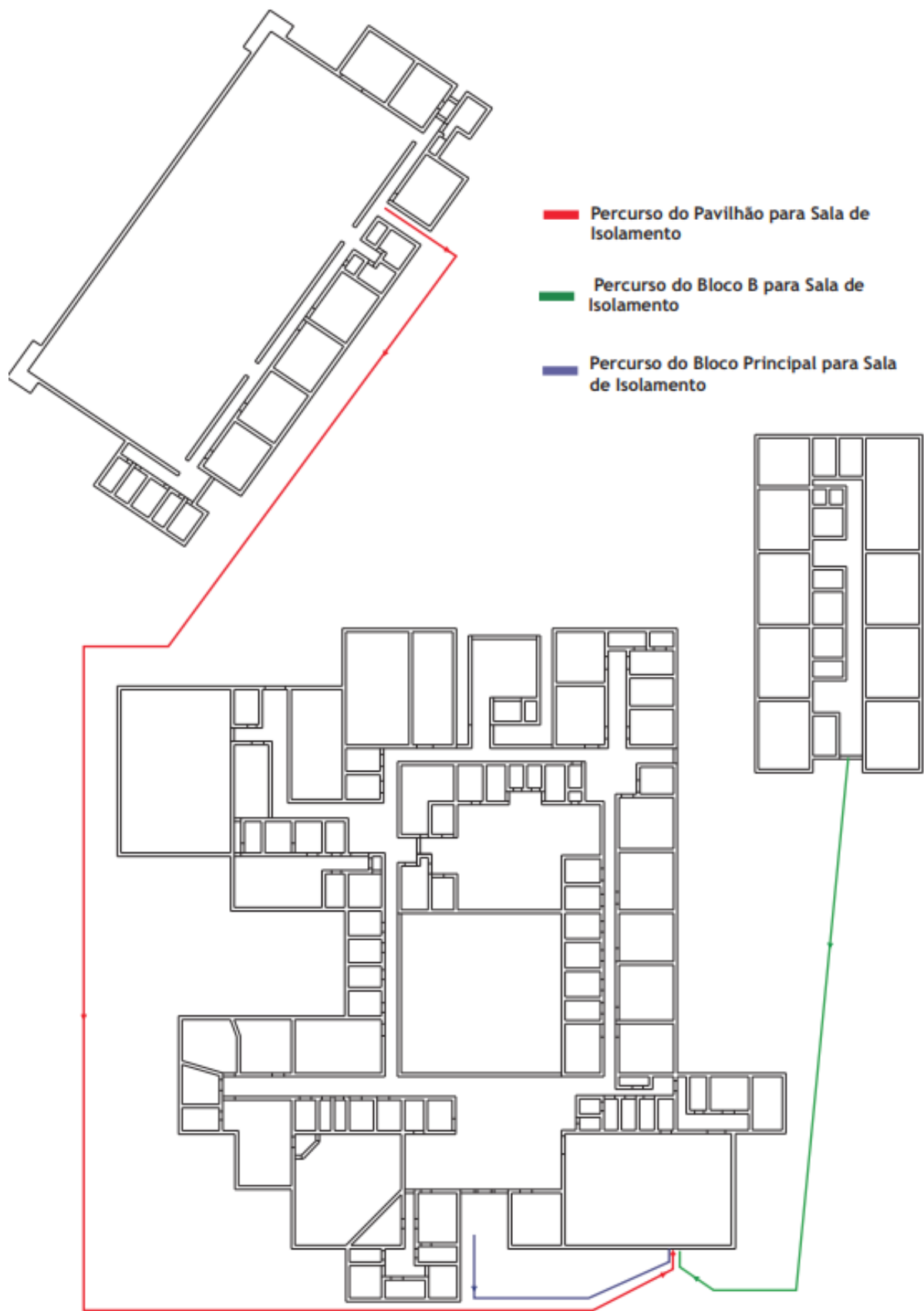


Figura 2 – Circuitos a seguir para o acompanhamento de um caso suspeito para a sala de isolamento

Anexo 1 - Funcionamento das atividades letivas por UC

Licenciaturas

Lic. Desporto e Atividade Física

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Análise da Motricidade	1	1	TP:15	Presencial
Análise da Motricidade	1	1	T:45	Presencial
Anatomofisiologia	1	1	T:15	Presencial
Anatomofisiologia	1	1	TP:30	Presencial
Anatomofisiologia	1	2	PL:30	Presencial
Desporto 1 - Opção (Atletismo)	1	2	TP:90	Presencial
Desporto 1- opção (d. Ind) - Ginástica	1	2	TP:90	Presencial
Desporto 1- opção (d. Ind) - judo	1	2	TP:90	Presencial
Desporto 1- opção (d. Ind) - natação	1	2	TP:90	Presencial
Informática Aplicada (2 turmas)	1	2	TP:45	Misto*
Língua Estrangeira - Inglês (2 turmas)	1	2	TP:45	Presencial
Psicologia do Desenvolvimento	1	1	T: 15	Presencial
Psicologia do Desenvolvimento	1	1	TP: 30	Presencial
Desporto 3 – Opção(Musculação)	2	2	TP:90	Presencial
Desporto 3 – Opção (Cárdio-Fitness)	2	2	TP:90	Presencial
Avaliação da Condição Física	2	1	T:15	Misto
Avaliação da Condição Física	2	1	TP:15	Misto
Avaliação da Condição Física	2	2	PL:30	Presencial/misto
Espaços e Equip. Desportivos	2	1	T:15	Misto
Espaços e Equip. Desportivos	2	1	TP:30	Misto
Psicofisiologia	2	1	T:30	Misto
Psicofisiologia	2	1	TP:15	Misto
Educação Motora de Base	2	1	TP:60	Presencial
Envelhecimento e Atividade Física	2	1	TP:60	Presencial
Desporto 3 – Opção (Dança)	2	1	TP:90	Presencial
Desporto 3 – Opção (Pilates)	2	1	TP:90	Presencial
Atividade Motora Adaptada	2	1	TP:60	Presencial
Necessidades Educativas Especiais	2	1	T:20	Presencial
Necessidades Educativas Especiais	2	1	TP:40	Presencial
Didática das Atividades Físicas Adaptadas	3	1	T:15	Presencial
Didática das Atividades Físicas Adaptadas	3	1	PL:45	Presencial
Bases de Treino	3	1	TP:60	Misto
Didática das Atividades Físicas para Crianças e Idosos	3	1	PL:45	Presencial
Didática das Atividades Físicas para Crianças e Idosos	3	1	T:15	Presencial
Projeto e Intervenção Prática 1	3		E:120	Presencial
Projeto e Interv. Prática 1 (sem.)	3	1	S:15	Presencial
Projetos e Eventos Desportivos	3		TP:60	Misto

Lic. Serviço Social

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Economia Social	1	1	TP:45	Misto
Introdução ao Direito	1	1	TP:45	Misto
Socioantropologia	1	1	TP:45	Misto
Laboratório de Compet. Específicas e Identidade Profissional	1	1	OT:45	Misto
Psicologia do Desenvolvimento I: Crianças e Adolescentes	1	1	TP:45	Misto
História do Serviço Social	1	1	TP:45	Misto
Estatística para as Ciências Sociais	1	1	T:30	Misto
Estatística para as Ciências Sociais	1	2	TP:30	Misto*
Contextos Profissionais do Serviço Social	2	1	TP:45	Misto
Psicologia Social	2	1	TP:45	Misto
Direito da Família e Menores	2	1	TP:45	Misto
Sociologia da família	2	1	TP:45	Misto
Teorias e Metodologias do Serviço Social II	2	1	TP:60	Misto
Políticas Sociais II	2	1	TP:45	Misto
Planificação e Avaliação de Projetos	3	1	TP:45	Misto
Intervenção Social em Grupos de Risco	3	1	TP:45	Misto
Ética e Deontologia do Serviço Social	3	1	TP:45	Misto
Seminário de Invest. e Intervenção em Serviço Social I	3	1	S:60	Misto
Opção B: Intervenção do Serviço Social em Comunidades	3	1	TP:45	Presencial
Opção B: Intervenção do Serviço Social na Educação	3	1	TP:45	Presencial
Opção B: Intervenção do Ser. Social com Pessoas Idosas	3	1	TP:45	Presencial
Estágio e Projeto	3		E. 220	Presencial

*é disponibilizada uma sala contígua à sala de informática.

Lic. Secretariado

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Gestão Empresarial	1	1	TP:60	Presencial
Comunicação Interpessoal nas Organizações	1	1	TP: 45	Presencial
Tecnologias da Informação e da Comunicação para Fins Empresariais I	1	1	TP:60	Misto*
Opção I - Língua Estr. B I - Espanhol	1	1	TP:60	Presencial
Análise e Produção de Texto para Fins Empresariais I	1	1	TP:60	Presencial
Inglês para Fins Empresariais I	1	1	TP:60	Presencial
Opção I - Língua Estr.B I - Francês	1	1	TP:60	Presencial
Tecnologias da Informação e da Comunicação para Fins Empresariais III	2	1	TP:60	Misto*
Assessoria e Relações Públicas ((junta c/ UC de ACE)	2	1	TP:60	Misto
Contabilidade e Finanças Empresariais	2	2	TP:60	Presencial
Opção III - Língua Estr. B III - Espanhol	2	1	TP:60	Presencial
Inglês para Fins Empresariais III	2	1	TP:60	Presencial
Tradução Técnica I	2	1	TP:45	Presencial
Opção III - Língua Estr.B III - Francês	2	1	TP:60	Presencial
Empreendedorismo	3	1	TP:30	Presencial
Protocolo e Gestão de Eventos	3	1	TP:45	Presencial
Opção V-Língua Estrangeira B V (Francês para Fins Empresariais)	3	1	TP:60	Presencial
Gestão Administrativa de Recursos Humanos	3	1	TP:60	Presencial
Opção V - Língua Estrangeira BV - Espanhol para Fins Empresariais	3	1	TP:60	Presencial
Inglês para Fins Empresariais v	3	1	TP:60	Presencial
Estatística Aplicada à Empresa	3	1	TP:60	Misto*

*é disponibilizada uma sala contígua à sala de informática.

Lic. Educação Básica

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Expressão físico-motora I	1	1	TP:15	Presencial
Expressão físico-motora I	1	1	PL:30	Presencial
Fundamentos da Educação	1	1	TP:45	Presencial
TIC na Educação	1	1	TP:15	Presencial
TIC na Educação	1	1	PL:30	Misto*
Expressão Dramática I	1	1	T:15	Presencial
Expressão Dramática I	1	1	PL:30	Presencial
Expressão Plástica I	1	1	TP:45	Presencial
Língua Portuguesa e Linguística I	1	1	T:20	Presencial
Língua Portuguesa e Linguística I	1	1	TP:25	Presencial
Iniciação à Prática Profissional - 1º CEB	2	(30 alunos)	S:15	Presencial
Iniciação à Prática Profissional - 1º CEB	2		E: 60	Presencial
Expressão Musical I (junta c/ UC REC)	2	1	TP:15	Misto
Expressão Musical I (junta c/ UC REC)	2	1	PL:30	Misto
Didática da Expressão Físico-Motora	2	1	TP:45	Presencial
Aquisição da Linguagem	2	1	TP:45	Presencial
História de Portugal	2	1	TP:60	Presencial
Contagem e análise de dados	2	1	TP:60	Misto*
Ciências da natureza e experimentais I	2	2	TP:45	Presencial
Ciências da natureza e experimentais I	2	2	PL:10	Presencial
Ciências da natureza e experimentais I	2	2	TC:5	Presencial
Iniciação à Prática Profissional - 2º CEB	3	(9 alunos)	S:15	Presencial
Iniciação à Prática Profissional - 2º CEB	3	(9 alunos)	E:60	Presencial
Psicologia da Aprendizagem e da Motivação	3	1	TP:45	Presencial
Iniciação à Prática Profissional - 2º CEB (9 est.)	3	1	S:15	Presencial
Opção II - Ciências no Quotidiano	3	1	TP:45	Presencial
Ciência, Tecnologia e Meio Ambiente	3	1	TC:20	Presencial
Ciência, Tecnologia e Meio Ambiente	3	1	TP:45	Presencial
Literatura para a Infância	3	1	PL:20	Presencial
Literatura para a Infância	3	1	TP:40	Presencial
Didática da Língua Materna	3	1	TP:45	Presencial
Didática da Matemática	3	1	TP:45	Presencial

*é disponibilizada uma sala contígua à sala de informática.

Lic. Português – IP Macau

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Compreensão e Expressão Oral III	2	1	TP:60	Presencial
Estruturas em Língua Portuguesa III	2	1	TP:90	Presencial
Leitura e Escrita III	2	1	TP:90	Presencial
Temas de Cultura dos Países Lusófonos	2	1	TP:60	Presencial

Mestrados

Mestrado em Gerontologia Social

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contato	Metodologia Ensino
Fundamentos de Gerontologia	1	1	TP: 30	Presencial
Metodologias de Inves. em Gerontologia	1	1	TP:45	Presencial
Inclusão Digital e Tecnologias Assistivas	1	1	TP:30	Presencial
Psicologia do Envelhecimento	1	1	TP:35	Presencial
Sociologia e Demografia do Envelhecimento	1	1	TP:35	Presencial

Mestrado em Educação Pré-escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Ciências Naturais	1	1	TL:20	presencial
Ciências Naturais	1	1	TP:30	presencial
História Regional- espaço e identidade	1	1	TP:45	presencial
Língua Portuguesa	1	1	TP:45	presencial
Língua Portuguesa	1	1	T:15	presencial
Opção: Formas e Imagens Animadas	1	1	TP:45	presencial
Organização Educativa e Desenvolvimento Curricular	1	1	TP:45	presencial
Tópicos de Matemática	1	1	TP:60	presencial
Necessidades Educativas Especiais	1	1	TP:20	presencial
Necessidades Educativas Especiais	1	1	T:40	presencial
Didática Integrada da Educação Pré-Escolar	2	1	TC:20	presencial
Didática Integrada da Educação Pré-Escolar	2	1	TP:60	presencial
Prática Supervisionada em Educação Pré-Escolar	2	1	E:270	presencial
Seminário de Relatório de Estágio I	2	1	S:25	presencial

Mestrado em Educação Especial

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Seminário de Especialização I	1	1	OT:15	Presencial
Modelos Organizacionais e Políticas Educativas	1	1	T:20	Presencial
Seminário de Especialização I	1	1	S:45	Presencial
Perturbações do Desenvolvimento e da Aprendizagem em Crianças com Problemas Cognitivos e Motores	1	1	T:25	Presencial
Metodologias de Investigação	1	1	T:25	Presencial

Mestrado em Intervenção Social Escolar

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Metodologias de Investigação	1	1	TP:40	Presencial
Seminário de Especialização	1	1	S:20	Presencial
Planeamento e Desenvolvimento de Projetos em Contextos Educativos	1	1	TP:35	Presencial
Sociologia da Infância e da Juventude	1		TP:35	Presencial
Análise Social da Educação	1	1	TP:35	Presencial

Mestrado em Atividade Física

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Metodologia, Didática e Estudo das Atividades Físicas	1	1	T:10	Presencial
Metodologias de Investigação Aplicada	1	1	T:40	Presencial
Avaliação, Prescrição e Controlo do Exercício	1	1	T:10	Presencial
Metodologia, Didática e Estudo das Atividades Físicas	1	1	TP:15	Presencial
Metodologia, Didática e Estudo das Atividades Físicas	1	1	TC:15	Presencial
Avaliação, Prescrição e Controlo do Exercício	1	1	TP:15	Presencial
Avaliação, Prescrição e Controlo do Exercício	1	1	PL:15	Presencial
Opção 1 ⁽¹⁾	1	1	TP:40	Presencial

(1) O n.º de salas depende do n.º de opções a funcionar

Cursos Técnico-Superiores Profissionais

CTeSP Desporto

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Desportos de Natureza	1	1	TP:60	Presencial
Atletismo	1	1	TP:60	Presencial
Introdução ao Desporto e Motricidade	1	1	TP:60	Presencial
Judo	1	1	TP:60	Presencial
Informática	1	1	TP:60	Misto*
Futebol	1	1	TP:60	Presencial
Voleibol	2	1	TP:60	Presencial
Andebol	2	1	TP:60	Presencial
Ténis e Badmington	2	1	TP:60	Presencial
Natação	2	1	TP:60	Presencial
Sala de Exercício – Cardio e Musculação	2	1	TP:60	Presencial
Manutenção e utilização de Espaços Desportivos	2	1	TP:60	Presencial

*é disponibilizada uma sala contígua à sala de informática.

CteSP Recreação Educativa para Crianças

Unidade Curricular	Ano	Nº Turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Psicologia do Desenvolvimento da Criança	1	1	TP: 45	Presencial
Comunicar em Língua Portuguesa	1	1	TP:60	Presencial
Ciência para a Infância	1	1	TP:60	Presencial
Oficina de Arte Dramática	1	1	TP:60	Presencial
Oficina de Expressão Musical	1	1	TP:45	Misto
Recursos Educativos Digitais	1	1	TP: 60	Misto*
Oficina de Movimento	2	1	TP:60	Presencial
Oficina de Movimento	2	1	TP:60	Presencial
Emergências na Criança	2	1	TP:45	Presencial
Conceção, Gestão e Avaliação de Projetos Socioeducativos	2	1	TP:60	Presencial
Organizações Educativas e Ética	2	1	TP:45	Presencial
Plurilinguismo nas Sociedades Contemporâneas	2	1	TP:45	Presencial
Necessidades Educativas Especiais	2	1	TP:45	Presencial

CTeSP Assessoria Comunicação Empresarial

Unidade Curricular	Ano	n.º de turmas	Horas Contacto	Metodologia Ensino
Introdução à Gestão de Recursos Humanos	2	1	TP:45	Presencial
Princípios de Ética Profissional	2	1	TP:45	Presencial
Oficina de Protocolo	2	1	TP: 60	Misto
Oficina de Comunicação Empresarial	2	1	TP:60	Presencial
Francês III	2		TP:60	Presencial
Inglês III	2	1	TP:60	Presencial

Anexo 2 – Funcionamento das unidades curriculares da Licenciatura e CTeSP de desporto

Adaptações para as unidades curriculares com componente prática

Licenciatura em Desporto e Atividade Física

Desporto 1 opção - Atletismo (1º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar toda a pista de atletismo da zona de lazer (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as três “disciplinas” do atletismo (corridas, saltos e lançamentos). Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 1 opção - Ginástica (1º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o ginásio da ESE e o espaço exterior ao ginásio (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes “disciplinas” da ginástica (solo e aparelhos). Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.

- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 1 opção - Judo (1º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.

- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar a sala de Judo da Escola Ana Hormigo (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física do judo. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.

- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 1 opção - Natação (1º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.

- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar a Piscina Municipal (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física da natação. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.

- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o

material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 1 opção - Patinagem (caso a Natação não seja lecionada)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o pavilhão da ESE (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física da patinagem. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 3 opção - Dança (2º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o pavilhão ou o ginásio da ESE (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física das distintas danças abordadas. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e de técnica individual, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 3 opção - Pilates (2º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o pavilhão ou o ginásio da ESE (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física do Pilates. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e técnica, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 3 opção - Musculação (2º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o ginásio da ESE e o Ginásio localizado nas instalações da antiga ERID (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física referentes à musculação. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e técnica, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Desporto 3 opção - Cardiofitness (2º Ano)

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

- Limite de estudantes por atividade/grupo: a turma será dividida em **2 grupos**, à semelhança dos anos anteriores, não devendo ser ultrapassado o limite de **15 estudantes**, em cada um dos grupos.
- Gestão do espaço: o Professor deve manter o distanciamento de segurança, evitando aglomerações, podendo usar o pavilhão ou o ginásio da ESE (tendo em conta o plano de contingência dessa instalação desportiva), com a possibilidade de explorar as diferentes componentes técnicas e física das distintas atividades de Cardiofitness. Privilegiar exercícios analíticos com apelo à componente física e técnica, minimizando contacto entre estudantes.
- Gestão do material/equipamento desportivo: o Professor, com a eventual colaboração dos estudantes, tendo em conta o plano de contingência desta instalação desportiva, deve gerir o material, minimizando as trocas de material manipulável. Relativamente às ajudas e demonstrações, o Professor deve ter atenção redobrada com os contactos.

Curso de CTeSP de Desporto

Manutenção e Utilização de Equipamentos Desportivos

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Divisão da turma em 4 grupos de 6 elementos. Cada um destes grupos realiza trabalho prático na oficina mantendo a distância de segurança entre alunos, durante 30 minutos. Os outros realizam trabalho teórico na sala de aula ao lado (AT2). Após os 30 minutos outro grupo entrará na oficina até todos efetuarem a componente prática.

Futebol

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Limite de 24 estudantes, divididos em 2 grupos. Evitar a realização de exercícios que potenciem o contacto físico (apesar de ser um desporto de contacto). Privilegiar exercícios analíticos de componente técnico-tática, em detrimento de situação de jogo.

Voleibol

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

13 alunos, divididos em pequenos grupos mantendo a distância de segurança privilegiando exercícios analíticos.

Atletismo

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Estudantes divididos em grupos de 3 a 4 alunos, realizando exercícios de forma individual colocados afastados em redor da pista de atletismo.

Judo

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

As aulas práticas serão no Tatami.

Como as aulas são distribuídas em blocos de duas horas, um bloco será destinado a uma parte da turma e o outro bloco será destinado à outra parte da turma. O funcionamento é de 10 a 12 alunos por aula.

Basquetebol

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Utilização dos 2 campos laterais com maior frequência, podendo até formar 3 campos utilizando as tabelas do ABA de forma a criar um maior espaço de atividade e menor contacto possível entre os alunos. Os alunos serão divididos em pequenos grupos entre 4 a 5 alunos cada mantendo a distância de segurança.

Andebol

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Privilegiar os exercícios técnicos com grupos de 2 alunos e situações de jogo reduzido e condicionado 4*4 (3+1);

Natação

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

A piscina permite o máximo de 12 alunos dentro de água, divididos por 3 alunos em cada uma das pistas (4).

Sala de Exercício – Córdio e Musculação

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Limite definido pelo distanciamento imposto de acordo com as normas em vigor, e de acordo com a capacidade máxima da sala, favorecendo sempre o trabalho em grupo por estações.

Ténis e Badminton

Tendo em conta todos os níveis de segurança, para esta UC/modalidade, solicitam-se as seguintes adaptações:

Alunos divididos por 3 campos de ténis.

Em cada campos estão cerca de 8 alunos, 4 numa zona do campo e outros 4 na outra zona do campo. Esses grupos de 4 realizam as atividades respeitando a distância de segurança em sub-grupos de 2 alunos.