

PROTOCOLO:

Protocolo para la prevención del contagio del Covid-19, durante el desarrollo de las lecciones de Educación Física en los centros educativos públicos y privados del país.

Versión: 004

Nombre de la dependencia: Dirección de Vida Estudiantil

Elaborado por: Dirección de Vida Estudiantil

Revisado por: Despacho de la Ministra, Departamento de Control Interno y Gestión del Riesgo, Equipo técnico de atención focalizada a poblaciones vulnerables (ETAFA), Departamento de apoyos educativos al estudiantado con discapacidad, Gestión de proceso de la Dirección de Planificación Institucional.

Los protocolos específicos del Ministerio de Educación Pública se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página oficial de este Ministerio.

Avalado por:

Steven González Cortés. Ministro de Educación Pública.

Daniel Salas Peraza. Ministro de Salud **MS-DM-191-2022**

Aprobado: Febrero, 2022

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Contenidos

1. Objetivo:	3
2. Indicador asociado:	3
3. Alcance:	3
4. Responsables:	3
5. Marco legal:	4
6. Definiciones:	7
7. Abreviaturas:	12
8. Descripción del procedimiento:	13
8.1. Disposiciones generales:	13
8.2. Disposiciones dentro de los vestuarios y camerinos:	18
8.3. Disposiciones durante las lecciones:	18
8.4. Disposiciones al finalizar las lecciones:	19
8.5. Metodología de trabajo:	19
8.6 Disposiciones para gestión inclusiva del riesgo para la comunidad educativa	20
9. Anexos:	21
<i>Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.</i>	

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

1. Objetivo:

Establecer disposiciones de acatamiento obligatorio durante el desarrollo de las lecciones de Educación Física, para prevenir el contagio del Covid-19 en los centros educativos del país, durante el período de atención a la emergencia.

2. Indicador asociado:

El 100% de los centros educativos públicos y privados del Ministerio de Educación Pública conocen y aplican el Protocolo para la prevención del contagio del Covid-19, durante el desarrollo de las lecciones de Educación Física en los centros educativos públicos y privados del país.

3. Alcance:

La aplicación de este protocolo es de carácter obligatorio para las lecciones de Educación Física en los centros educativos públicos y privados de todo el país.

4. Responsables:

Dirección del Centro Educativo:

- Responsables del cumplimiento de las medidas establecidas en este protocolo, apoyadas todas estas acciones con los insumos de limpieza, aseo y protección personal que brinden las Juntas de Educación, las Juntas Administrativas y los Patronatos Escolares.

- La persona directora debe informar por escrito a la comunidad estudiantil, quiénes serán las personas encargadas del cumplimiento de este protocolo,

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

facilitar mecanismos de contacto -números telefónicos institucionales y correos electrónicos- para diferentes consultas que sea necesario evacuar.

Personal docente de Educación Física:

- Responsables del cumplimiento de las medidas establecidas en este protocolo, apoyadas todas estas acciones con los insumos de limpieza, aseo y protección personal que brinden las Juntas de Educación, las Juntas Administrativas y los Patronatos Escolares.

5. Marco legal:

- Ley 2160 Ley Fundamental de Educación.
- Constitución Política en su artículo 51 procura una tutela especial hacia las personas con discapacidad, a fin de lograr la igualdad real de este colectivo, ancestralmente sometido a odiosas formas de discriminación y exclusión.
- Política Nacional en Discapacidad 2011-2030, que establece en su componente sobre seguridad en los centros educativos que el sistema educativo deberá garantizar la construcción de espacios seguros y accesibles para personas con discapacidad que asisten a las instituciones educativas, así como para la comunidad educativa en general. El Ministerio de Educación Pública velará por la existencia de planes en cada una de las instituciones educativas, orientados al fortalecimiento de un entorno amigable, a la protección y seguridad de las y los estudiantes y del personal que asiste a ellas. Estos planes deberán contener medidas específicas para prevenir o atender situaciones relacionadas con los

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

factores de riesgo psicosocial y situaciones derivadas de crisis, desastres de origen natural, incendios, terremotos y cualquier circunstancia de riesgo.

- Ley N° 4534 que ratifica la Convención Americana sobre los Derechos Humanos.
- Ley N° 7948 que ratifica la Convención Interamericana para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Personas con Discapacidad.
- Ley N° 8661 de Aprobación de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo.
- Ley N° 7600 Igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.
- Ley N° 9303 de la Creación del Consejo Nacional de la Persona con Discapacidad.
- Ley N° 8488 Ley Nacional de emergencias y prevención del riesgo.
- Ley N° 9379 para la Promoción de la Autonomía Personal para las Personas con Discapacidad.
- Decreto Ejecutivo 41095 MP-MTSS “Acatamiento Obligatorio de las Normas de inclusión, protección y atención de las personas con discapacidad en situaciones de emergencias y desastres”
- Decreto N° 40635 -MP-MDHIS-PLAN-MTSS Armonización de la Política Nacional en Discapacidad (PONADIS) y establecimiento de su plan de acción conforme a los compromisos país para el cumplimiento de los objetivos de desarrollo sostenible.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

- Directriz N° 051-MTSS-MICITT Sitios Web accesibles.
- Decreto N°40955-MEP Establecimiento de la Inclusión y la Accesibilidad en el Sistema Educativo Costarricense.
- Decreto Ejecutivo-42227-Declaratoria de Estado de Emergencia Nacional.

Lineamientos generales:

- LC-CS-014. Lineamientos generales para la reanudación de servicios presenciales en centros educativos públicos y privados ante el Coronavirus (COVID-19), versión 009.
- LC-CS-009. Lineamientos generales para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19.
- LS-PG-001. Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19.
- LS-PG-008. Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus. (COVID-19).
- LS-SS-006. Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al COVID-19 en servicios de salud, centros de trabajo y uso mascarillas de uso comunitario.

Normas:

- Normas para la inclusión protección y atención de las personas con discapacidad en las emergencias y desastres (NIPA).
- Norma de Planes de Preparativos y Respuesta ante Emergencias para Centros Laborales.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

- Oficio DE-160-2021 Criterio Técnico CONAPDIS-DT-OF-O33-2021.
- Guía para la elaboración de planes para la gestión del riesgo en centros educativos 2020.
- Marco de Sendai para la Reducción del Riesgo de Desastres 2015-2030.
- Orientaciones Técnicas para los Comités Institucionales para la Gestión del Riesgo de los centros educativos ante el COVID-19.
- INTE ES S82: 2020 Especificación técnica limpieza y desinfección de ambientes COVID-19 (excluidos los centros de salud).
- INTE ES S80: 2020 Especificación Técnica Mascarillas higiénicas reutilizables para adultos y niños. Requisitos de materiales, diseño, confección, etiquetado y uso.

Directriz:

- Directriz 082- MP-S "Sobre los protocolos para la reactivación y continuidad de los sectores durante el Estado de emergencia nacional por COVID-19".
- Directriz N°073-S-MTSS de 9 de marzo de 2020 Medidas necesarias para implementar el teletrabajo en todos los puestos teletrabajables.
- Resolución N° MEP-003-2022 / MS-DM-1001-2022.

Otras referencias:

- Medidas adicionales de protección para las personas con discapacidad en atención a la declaratoria de Emergencia Nacional en Costa Rica por el COVID-19, CONAPDIS, 2020.
- Medidas Adicionales de protección, para las personas con discapacidad de carácter Vinculante, en atención a la declaratoria de Emergencia Nacional en Costa Rica por el COVID-19, aprobadas mediante Acuerdo JD229-2020, *Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.*

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

tomado en la Sesión Ordinaria N°27 del jueves 12 de noviembre, 2020 de la Junta Directiva del CONAPDIS, al amparo de las potestades rectoras establecidas en los incisos a), c), d) y e) del artículo 2°, e inciso b) del Artículo 3° de la Ley No. 9303.

- Decreto Ejecutivo N°40955 Inclusión y accesibilidad en el sistema educativo costarricense.
- Decreto Ejecutivo N°41095-MP-MTSS Acatamiento obligatorio de las normas para la inclusión, protección y atención de personas con discapacidad en las emergencias y desastres.
- Medidas adicionales de protección para las personas con discapacidad en atención a la declaratoria de Emergencia Nacional en Costa Rica por el COVID-19, emitido por CONAPDIS, en el año 2020.
- Oficio DE-160-2021 Criterio Técnico CONAPDIS-DT-OF-O33-2021.
- Oficio DE-1328-2020 CONAPDIS dirigido a la Ministra de Educación.

6. Definiciones:

Aislamiento: lapso en que una persona infectada por COVID-19 debe estar alejada de otras personas, incluso en su casa (Ministerio de Salud, 2021).

Ajustes razonables: son las modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas, que no impongan una carga desproporcionada o indebida, bajo los principios de racionalidad y proporcionalidad, cuando se requieran en un caso particular, con el objetivo de garantizar a las personas con discapacidad el goce y ejercicio pleno en igualdad de condiciones y oportunidades de todos los derechos humanos y libertades fundamentales.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Alcohol: gel o líquido, mínimo o máximo de grados, funciones o cualidades, ventajas y peligros.

Aprendizaje colectivo por lograr: proceso de aprendizaje que consiste en utilizar grupos para mejorar el aprendizaje mediante el trabajo conjunto. En este sentido, es un término que engloba diferentes enfoques educativos que implican un esfuerzo conjunto por parte de todas las personas que participan. Por lo general, en este enfoque colaborativo grupos de dos o más personas estudiantes trabajan juntas para resolver problemas. También, para completar tareas o aprender nuevos conceptos. Este enfoque ayuda a que las personas estudiantes procesen y sinteticen información y conceptos, en lugar de memorizar datos y cifras (Sarmiento, 2007).

Aprendizaje individual por lograr: proceso de aprendizaje cuando las personas estudiantes aprenden con sus capacidades personales, intereses, madurez, de acuerdo a sus posibilidades personales y, en general, avanzan a su propio ritmo (Sarmiento, 2007).

Ayuda técnica: elemento requerido por una persona con discapacidad para mejorar su funcionalidad y garantizar su autonomía.

Coronavirus (CoV): son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos (Ministerio de Salud, 2021).

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Tipos: es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19 (Ministerio de Salud, 2021).

COVID-19: es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las partículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

Desinfección: consiste en la destrucción de las bacterias o virus ya sea por medios físicos o químicos aplicados directamente (Ministerio de Salud, 2021).

Deportes con contacto físico: disciplina deportiva que por su naturaleza implica contacto corporal entre participantes, ya sean adversarios o compañeros (MIDEPOR, 2021).

Deportes en modalidad individual sin contacto físico: disciplina deportiva en la cual la práctica se realiza sin necesidad de contacto ni acercamiento físico de menos de 2 metros de distancia entre personas (MIDEPOR, 2021).

Educación Física: como objeto de estudio o conocimiento, esta asignatura usa al movimiento humano en sus diversas manifestaciones y aplicaciones (como deporte, ejercicio, actividad física recreativa, o como expresión-comunicación a través de *Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa*).

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

movimiento corporal), considerando los aspectos que intervienen en su desarrollo (qué es el cuerpo, cómo funciona, cómo se mantiene en buen estado funcional) a nivel cualitativo y cuantitativo (MEP, 2010).

Equiparación de oportunidades: proceso de ajuste del entorno, los servicios, las actividades, la información, la documentación, así como las actitudes a las necesidades de las personas, en particular de las discapacitadas.

Equipo de protección personal (EPP): cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador o trabajadora para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin (Universidad de Valencia, 2020).

Gestión inclusiva del riesgo: consiste en la ejecución del proceso de gestión del riesgo, llevada a cabo con la participación y en consulta estrecha con las personas y organizaciones de personas con discapacidad, con el fin de garantizar que se encuentren efectivamente incluidas en todos los procesos de toma de decisiones, en los ámbitos nacional, regional y local.

Inclusión: en el contexto de la asistencia humanitaria, la noción de inclusión pasa por garantizar que todas las personas afectadas por el desastre o la emergencia tengan acceso a la asistencia requerida, en el entendido que esta asistencia debe ser proporcional y equitativa según las necesidades (Tomado del documento de Normas de inclusión, protección y atención de las personas con discapacidad en situaciones de emergencias y desastres)

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Limpieza: procedimiento por el cual se logra la remoción física de la materia orgánica y la suciedad. Se utiliza fundamentalmente para remover y no para matar (Ministerio de Salud, 2021).

Mediación Pedagógica: enfoque de aplicación que debe enfocarse en estimular la creatividad de las personas estudiantes mediante la creación de juegos, rutinas y actividades organizadas, teniendo como facilitador a la persona docente de educación física. Los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales, del periodo respectivo, se trabajarán de forma dinámica y lúdica en cada clase (MEP, 2010).

Mitigación: aplicación de medidas, para reducir el impacto negativo, que provoca un suceso de origen natural, humano o tecnológico.

Momentos de la lección de educación física: la lección de educación física deberá desarrollarse en los siguientes cuatro momentos: *I Momento, explicación y ejemplificación; II Momento, práctica guiada de la persona estudiante; III Momento, crear y compartir; IV Momento, reflexión y reforzamiento* (MEP, 2010).

Permiso Sanitario de Funcionamiento: documento que emite el Ministerio de Salud como requisito previo para que un establecimiento en una ubicación determinada pueda operar, en cumplimiento de la legislación vigente que previene el impacto que los establecimientos puedan generar sobre el ambiente y la salud pública durante su funcionamiento (MINSA, Reglamento N°39472-S).

Persona con discapacidad: las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que,

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Servicio de apoyo: ayudas técnicas, equipo, recursos auxiliares, asistencia personal y servicios de educación especial requeridos por las personas con discapacidad para aumentar su grado de autonomía y garantizar oportunidades equiparables de acceso al desarrollo.

Umbral de ciclo (Ct por sus siglas en inglés de Cycle threshold): es el valor en el cual la detección de cada uno de los genes del virus estudiado en la muestra del paciente sobrepasa el umbral de negativo a positivo definido por la técnica de análisis (es diferente en cada kit comercial). El valor del Ct no debe ser determinante para el manejo clínico del paciente (este debe ser por sintomatología y severidad), puede ser utilizado solo indirectamente como un valor de referencia de la carga viral y puede estar afectado por múltiples factores desde el tiempo transcurrido después de la infección, la correcta toma de muestra, la técnica de procesamiento, correcto análisis, controles, etc (Ministerio de Salud, 2021).

Vulnerabilidad: condición intrínseca de ser impactado por un suceso a causa de un conjunto de condiciones y procesos físicos, sociales, económicos y ambientales. Se determina por el grado de exposición y fragilidad de los elementos susceptibles de ser afectados -la población, sus haberes, las actividades de bienes y servicios, el ambiente- y la limitación de su capacidad para recuperarse.

7. Abreviaturas:

MS: Ministerio de Salud.

CCSS: Caja Costarricense del Seguro Social.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

CNE: Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias.

MEP: Ministerio de Educación Pública.

COVID-19: Coronavirus 2019.

OPS: Organización Panamericana de la Salud.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

EPP: Equipo de protección personal.

CEPAL: Comisión Económica para América Latina.

DPI: Dirección de Planificación Institucional.

DEP: Dirección de Educación Privada.

DPRP: Dirección de Prensa y Relaciones Públicas.

DGDR: Dirección de Gestión y Desarrollo Regional.

DRE: Dirección Regional de Educación.

DCIGR: Departamento de Control Interno y Gestión del Riesgo.

CIGR: Comité Institucional para la Gestión del Riesgo.

PGRCE: Plan para la Gestión del Riesgo en el Centro Educativo.

PPRCLOP: Plan de Reparativos y Respuesta en Centros Laborales y de Ocupación Pública.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

CE: Centros educativos.

8. Descripción del procedimiento:

8.1. Disposiciones Generales:

8.1.1 Los centros educativos que no cuenten con servicio de agua potable no podrán impartir clases de Educación Física en modalidad presencial.

8.1.2 Se debe designar a una persona responsable en cada centro educativo que se encarga de darle seguimiento al cumplimiento de las disposiciones sanitarias contenidas en el Lineamiento General y los protocolos sobre COVID-19 elaborados por el Ministerio de Educación Pública.

8.1.3 La persona directora del centro educativo debe asegurarse que se cuente con todos los utensilios sanitarios en las baterías de servicios sanitarios, así como el funcionamiento adecuado de su sistema de desecho de aguas negras y la existencia de lavamanos accesibles en cantidad suficiente. El uso de los servicios sanitarios estará monitoreado por las personas funcionarias del centro educativo, para evitar aglomeraciones de personas estudiantes en estos recintos. Asimismo, todos los servicios sanitarios del centro educativo se deben desinfectar constantemente y contarán con: papel higiénico, jabón antibacterial, toallas desechables para secado de manos y alcohol en gel de entre 60° a 70°.

8.1.4 La persona directora del centro educativo se asegurará de que todas las personas de la comunidad educativa reciban la orientación sobre dónde se encuentran ubicados los lavatorios (los cuales deben ser accesibles y usables), así como la distribución de los dispositivos de higiene, todos rotulados de manera accesible, que permitan la fácil identificación de cada uno de los productos (jabón, *Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.*

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

alcohol en gel, toallas de papel, entre otros). Así mismo, se les informará si se dan cambios en la disposición o reubicación de los productos. Esta información y orientación considera tanto los lavatorios como los dispositivos de limpieza que se encuentran en todo el centro educativo (áreas de circulación, aulas u otros). Todo ello, de manera que se garantice su autonomía, seguridad y confortabilidad.

8.1.5 Los centros educativos deben tener en formato accesible (objeto concreto, fotografía, análisis de tareas, pictogramas, Braille, en relieve, otros), por medios físicos y digitales (pantallas, videos, correos, afiches, entre otros), las medidas sanitarias dictadas por el Ministerio de Salud, como lo son los afiches de los protocolos de: prevenga el coronavirus en 6 pasos, protocolo del lavado de manos, estornudo y tos, otras formas de saludar, no tocarse la cara, población en riesgo y use la mascarilla o careta correctamente. Asimismo, reiterar dichas medidas sanitarias al personal funcionario en reuniones y capacitaciones. (ver anexos de afiches).

8.1.6 El centro educativo debe velar y proporcionar los insumos necesarios para que las personas funcionarias, personas estudiantes, padres, madres, personas encargadas legales y personas visitantes, cumplan con las medidas definidas para la prevención y contención ante la emergencia por la enfermedad COVID-19. El uso de mascarilla deberá ser obligatorio para todo el personal docente y administrativo, personas estudiantes, padres y madres de familia, encargados y visitantes, que se apersonen a las instalaciones para dejar o recoger a sus hijos e hijas. El uso de careta es opcional y complementario a la mascarilla.

La obligación contenida en el párrafo anterior no será exigida para las personas con discapacidad tal como se establece en el lineamiento LS-PG-016.

Lineamientos Generales sobre uso de mascarilla.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.1.7 Los centros educativos deben informar a las personas estudiantes y sus familias sobre las medidas y protocolos de higiene y recordar la responsabilidad individual en acatar cada una de ellas.

8.1.8 Las personas estudiantes mayores de edad son responsables de su autocuidado siguiendo las medias para prevención del COVID-19, contando con los apoyos pertinentes en el caso de las personas con discapacidad.

8.1.9 Se prohíbe la asistencia y permanencia en la clase de Educación Física de cualquier persona estudiante, asistente personal, persona funcionaria docente, persona encargada legal, personal administrativo o docente que presenten las siguientes condiciones:

- Síntomas sospechosos de Covid-19: malestar general, tos, fiebre, diarrea, dificultad para respirar, pérdida del olfato o pérdida del sentido del gusto.
- En contacto familiar o domiciliario con personas con síntomas de infección respiratoria o que estén siendo investigadas como sospechosas de COVID-19.
- Contacto de un familiar cercano con algún caso sospechoso o confirmado con COVID-19.

8.1.10 Todo caso sospechoso deberá buscar la atención médica correspondiente, en un centro de atención de salud de la CCSS, según se establece en el LS-CS-014. Lineamientos generales para la reanudación de servicios presenciales en Centros Educativos públicos y privados ante el Coronavirus (COVID-19) en su novena edición.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.1.11 Para las lecciones de Educación Física se permite el uso de vestuarios y camerinos, en cuyo caso deberá contar con las condiciones necesarias: se debe contar con servicios sanitarios limpios, con lavatorios limpios, dispensadores de jabón anti-bacterial líquido, alcohol en gel, papel higiénico y toallas de papel desechable para todas las personas que requieran usar estas instalaciones. Todo el tiempo que una persona estudiante esté dentro de estos espacios, deberá usar la mascarilla.

8.1.12 Se recomienda que las personas estudiantes deban vestir su uniforme desde la casa y las lecciones de Educación Física, particularmente en I y II Ciclo. Para Tercer Ciclo y Educación Diversificada o Tercer Ciclo y Ciclo Diversificado Vocacional (Plan Nacional), se habilitarán los vestuarios y camerinos con las condiciones necesarias mencionadas en el punto anterior, para que quienes lo necesiten, puedan cambiarse de ropa y vestirse con la indumentaria propia de la educación física, y mientras lo hacen, deberán usar la mascarilla.

8.1.13 En relación al uso de servicios sanitarios, las personas directoras y el personal de limpieza deben garantizar su limpieza profunda, se sugiere, dos veces a lo largo del día: una vez por la mañana y otra vez al iniciar la jornada vespertina, esto de acuerdo a cada contexto de centro educativo y a los roles que se establezcan para todas las personas de conserjería. Se debe garantizar el uso de sustancias de desinfección profunda, de acuerdo con el Protocolo de Limpieza correspondiente a Centros Educativos. Es responsabilidad de la persona directora darle seguimiento a la implementación de estas acciones por parte de las personas conserjes. En caso de no existir personas conserjes, la persona directora en coordinación con la junta de educación o junta administrativa, realizarán las gestiones para el cumplimiento de lo indicado.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.1.14 Las personas estudiantes y las personas docentes deben usar obligatoriamente la mascarilla mientras estén en las instalaciones del centro educativo, desde el inicio y hasta el cierre de su jornada. En el caso de la clase de educación física, durante la ejecución de sus 4 momentos las personas estudiantes no deben usar mascarilla: deben realizar sus clases sin el uso de este equipo de protección personal. En el caso de las personas docentes de educación física, se sugiere el uso de mascarilla durante los 4 momentos de sus lecciones y se les sugiere siempre mantener la distancia suficiente recomendada con sus estudiantes, siempre con el deseo de cuidar su salud, la de sus estudiantes y todas las familias.

8.1.15 La hidratación en las lecciones no podrá ser compartida, y los recipientes de hidratación deberán estar debidamente identificados para que no se confundan entre las personas estudiantes.

8.1.16 En las lecciones de educación física se debe cumplir con el distanciamiento físico de 4.5 metros cuadrados para aquellas personas usuarias de sillas de ruedas, coches, sillas adaptadas u otros productos de apoyo.

8.1.17 De ser posible, se sugiere ubicar una zona de ingreso de las personas estudiantes, y otro distinto para el egreso, para que de esta forma no se crucen las poblaciones que entran y salen, eso para que las personas circulen sin estar haciéndose aglomeraciones riesgosas.

8.1.18 Debe realizarse el demarcado de todas las áreas en el piso, con material antideslizante, color amarillo, fuera y dentro de los centros educativos para los tiempos de llegada y salida de las personas estudiantes, dicha demarcación debe ser clara y visible tanto para la población estudiantil que llegan acompañados de

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

sus padres, madres o encargados legales y para aquellas personas que utilizan un servicio de transporte estudiantil (microbús).

8.1.19 En la instalación a utilizar se debe garantizar contar con diferentes espacios accesibles para aplicar correctamente el lavado de manos (se debe contar con agua y jabón antibacterial). Además, se debe procurar proporcionar para uso de las personas usuarias, desinfectantes en aerosol, alcohol en gel (al menos al 60%), toallas desechables para el secado de manos y dispositivos para el manejo de desechos (basureros de pedal). Esto de acuerdo con las indicaciones emitidas por parte del Ministerio de Salud.

8.1.20 En la entrada del recinto o espacio en el cual se realizará la clase, se sugiere que se instale una estación de limpieza, la cual podría contar con lavatorio accesible, jabón desinfectante, toallas desechables. En esta zona, todas las personas que entran al espacio podrán, lavar sus manos con agua y jabón y luego aplicar la solución desinfectante a las suelas de sus zapatos y en los aditamentos para el desplazamiento o la movilidad (bastones, andaderas, muletas, sillas de ruedas, coches u otros).

8.1.21 Si en el lugar no es posible ubicar el lavatorio en la zona de entrada, la estación de limpieza de entrada debe contar con un dispensador de alcohol en gel (de entre 60° y 70°) con el cual la persona que entra al espacio deberá desinfectar sus manos, hacer el proceso de desinfección de calzado y después de esto, deberá pasar a la zona de servicios sanitarios a ejecutar el lavado de manos y cara, solo hasta haber cumplido con los pasos anteriores es que la persona podrá iniciar sus actividades en la clase de Educación Física.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.1.22 Se debe disponer una bitácora de limpieza de áreas comunes en las cuales se requiere realizar limpieza y desinfección entre sesión y sesión, y reforzar otras áreas que sean necesarias para el cuidado de la salud de todas las personas.

8.1.23 Se establecerá una planificación de integración paulatina de aprendizajes individuales y colectivos (iniciación deportiva colectiva, la enseñanza de deportes colectivos, y todas aquellos estilos y metodologías grupales y en equipo en donde haya contacto físico entre estudiantes, de forma directa o por medio de un objeto, como un balón, aro, entre otros) se podrán realizar según los contenidos curriculares del plan de estudio de educación física buscando la reactivación paulatina y ordenada de la salud física y mental de las personas estudiantes.

8.1.24 Durante las lecciones las personas estudiantes podrán moverse e interactuar con sus pares en el desarrollo de las actividades planificadas.

8.1.25 Queda prohibido el acceso a las lecciones de Educación Física a personas funcionarias docentes, personas encargadas legales, personal administrativo o personas ajenas a las mismas. La única excepción aplicará para las personas estudiantes que requieran el apoyo personal/asistente de servicios de educación especial, y desde luego, la persona directora de centro educativo, que como superior puede y debe visitar los espacios de lecciones de educación física para temas varios.

8.1.26 En relación al uso de implementos deportivos, las personas directoras y el personal de limpieza se sugiere se pueda garantizar la limpieza profunda en dos momentos durante toda la jornada de cada centro educativo.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.1.27 Cada centro educativo debe capacitar e informar a sus personas funcionarias y encargados legales sobre los lineamientos contemplados en este documento.

8.1.28 Cada centro educativo debe colocar en espacios información en formatos accesible sobre lavado de manos, estornudo y tos, otras formas de saludar y no tocarse la cara (ver anexos).

8.1.29 Agregar marcas visuales en el piso, con material antideslizante, color amarillo, para definir el distanciamiento físico adecuado que se debe mantener a la hora de hidratarse, de recibir instrucciones, de realizar actividades propias de la lección de educación física.

8.2. Disposiciones dentro de los vestuarios y camerinos:

8.2.1. Se podrán utilizar los vestidores y camerinos con una distancia prudencial entre las personas usuarias. Dicha distancia debe estar debidamente demarcada, y la cantidad de personas estudiantes que pueden ingresar se dictaminan a partir del aforo que indica el Ministerio de Salud para los distintos espacios cerrados de convivencia.

8.2.2 En relación al uso de vestuarios y camerinos, las personas directoras y el personal de limpieza deben garantizar su limpieza profunda, como sugerencia, dos veces a lo largo del día: una vez por la mañana y otra vez al iniciar la jornada vespertina, esto de acuerdo a cada contexto de centro educativo y a los roles que se establezcan para todas las personas de conserjería. Se debe garantizar el uso de sustancias de desinfección profunda, de acuerdo con el Protocolo de Limpieza correspondiente a Centros Educativos. Es responsabilidad de la persona directora

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

darle seguimiento a la implementación de estas acciones por parte de las personas conserjes. En caso de no existir personas conserjes, la persona directora en coordinación con la junta de educación o junta administrativa, realizarán las gestiones para el cumplimiento de lo indicado.

8.2.3. Sigue siendo prohibido -mientras se mantenga la situación actual de la Pandemia-, que las personas estudiantes se duchen en el centro educativo.

8.2.4. En caso de que los camerinos y vestuarios para el cambio de ropa por parte de las personas estudiantes tengan también baterías sanitarias, estos espacios deben contar con jabón antibacterial, alcohol gel, toallas desechables para el secado de manos y basureros, así como agua potable para lavamanos e inodoros.

8.3. Disposiciones durante las lecciones:

8.3.1 Antes de iniciar las lecciones, las personas estudiantes y personas funcionarias deben cumplir con su protocolo de lavado de manos y uso de alcohol gel.

8.3.2 Cada persona estudiante debe portar su propia botella de hidratante y/o aguas debidamente rotuladas y no se deben compartir con otras personas.

8.3.3 Cada vez que alguna persona estudiante deba ir al baño, camerino o vestuario durante las lecciones, antes de volver a incorporarse a la sesión de clase, debe lavarse las manos.

8.3.4 Todos aquellos comunicados, envío de mensajes, tareas, notas a la casa, mensajes de citas y respuestas a las personas encargadas legales serán trasladadas por fuentes oficiales como el Teams, por medio de correos

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

electrónicos y otros medios tecnológicos propios de la labor docente y autorizados para tales fines.

8.4. Disposiciones al finalizar las lecciones:

8.4.1 Una vez finalizadas las sesiones, las personas estudiantes deben realizar un correcto lavado de manos, aprovechar para hidratarse, y deben volver a colocarse la mascarilla, y continúan su jornada educativa.

8.5. Metodología de trabajo:

8.5.1 El enfoque curricular de la Educación Física consiste en una educación para vivir y convivir salutogénicamente. Este momento que persiste de pandemia Covid-19 sigue siendo un tiempo propicio para ejecutar actividades con este enfoque. Por ello, la mediación pedagógica debe ser promotora de salud integral y calidad de vida mediante la estimulación constante de prácticas de estilos de vida saludables. Para lograr este cometido, todas las actividades deben centrarse en la persona, se debe integrar o correlacionar la Educación Física con otras asignaturas del plan de estudios, se debe realizar una mediación pedagógica orientada hacia la integración de los conocimientos para la elaboración de aprendizajes dentro de una línea constructivista y, sobre todo, bajo la premisa del principio de flexibilidad y contextualización. Además, se sugiere que en las rutinas diarias de las personas estudiantes se incorporen actividades que le relajen y aporten a su bienestar emocional y físico, como, por ejemplo, técnicas de relajación a través de la respiración consciente y otras de características similares. Estas actividades deben permitir la participación de las personas estudiantes con o sin discapacidad.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.5.2 Por todo lo anterior, la selección de lo que corresponda de acuerdo al programa de estudios debe contener:

- Los 4 momentos de la clase: ello facilitará lo necesario para protocolizar y organizar de buena manera la clase.
- En las Unidades Semestrales que correspondan, se deben seleccionar y planificar de manera integral y paulatina tanto los aprendizajes individuales y colectivos por lograr: ambos tipos de actividades de organización tanto individual como colectiva pueden ser utilizadas en esta vuelta a clases dentro de las lecciones de Educación Física. Por ello, todos los planeamientos deben establecerse en el orden de ambos tipos de aprendizajes.
- A raíz del momento de COVID-19 que estamos pasando como país, se sugiere incorporar y trabajar conceptos como la actitud, la auto superación, calidad de vida, cuidado del ambiente natural, urbano y social, cuidado personal, participación social constructiva, salud.
- En la zona y espacio de desarrollo de la lección de educación física se debe evitar aglomeraciones de personas, tanto a la hora de las instrucciooes de cada clase como durante los tiempos de hidratación: en estos momentos, las personas participantes se mantendrán distanciadas 1.8 metros o de 4,5 metros cuadrados para aquellas usuarias de sillas de ruedas, coches, sillas adaptadas u otros productos de apoyo.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

8.6. Disposiciones para gestión inclusiva del riesgo para la comunidad educativa:

8.6.1. En la elaboración de los planes para la gestión del riesgo en los centros de trabajo y educativos es importante considerar el enfoque inclusivo del riesgo contemplando acciones como las siguientes:

- Identificando, caracterizando y registrando a las personas con discapacidad en el centro de trabajo y educativo. Promoviendo la participación activa de las personas funcionarias, comunidad, personas estudiantes, familia, actores sociales y educativos en la formulación y toma de decisiones con respecto al plan para la gestión del riesgo, de manera que el mismo responda a las necesidades sentidas y atención de las poblaciones.
- Generando una comunicación y acciones accesibles tanto en los entornos, comunicación, información, producción de material que se gestione.
- Dando mayor visibilización y protagonismo a los grupos poblacionales con condiciones de vulnerabilidad, para que sean copartícipes en las soluciones y mitigación de los riesgos que sean identificados en el entorno.
- Generando proceso de sensibilización y capacitación con el personal funcionario comunidad educativa en general, para promover el enfoque inclusivo del riesgo en los centros de trabajo y educativos.
- Adaptando sistemas de alerta temprana para las personas con discapacidad, promoviendo la accesibilidad universal.
- Aplicando el diseño universal de aprendizaje en los diferentes formatos e información que se genere como, por ejemplo: lenguaje braille, afiches traducidos

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

en lenguas indígenas, letra ampliada y de acuerdo con los criterios de accesibilidad establecidos, métodos alternativos de comunicación como pictogramas, utilización de lenguaje sencillo, entre otras.

- Construyendo redes de apoyo en los entornos laborales y comunales, que permitan fortalecer la atención inclusiva del riesgo, así como la reducción de brechas existentes que ponen en riesgo a las personas, la atención del impacto psicosocial de la emergencia, entre otras.

9. Anexos:

Anexo 1. Recomendaciones para el uso de la careta de protección facial.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

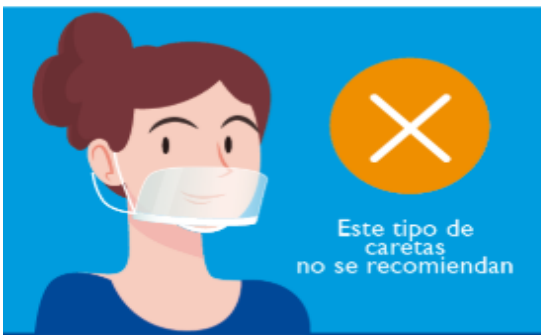
Recomendaciones para el uso de la **Careta de Protección Facial**

Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



LIMPIEZA DE CARETA

1. Lavarse las manos antes de tocarla.
2. Utilizar agua y jabón líquido para limpiarla. En caso de no contar con jabón líquido, usar alcohol de al menos 60%.
3. Secar completamente con toalla de papel o paño de microfibra.



INDICACIONES DE USO

1. Manipularla solamente por la parte superior externa.
2. Evitar tocar la parte interna, ya que entra en contacto con ojos, nariz y boca.
3. Limpiarla al retirar, y guardar de manera segura.

EL USO DE LA CARETA DE PROTECCIÓN FACIAL **NO** REEMPLAZA LAS MEDIDAS DE:



Distanciamiento
social



Protocolo
Estornudo/Tos



Lavado manos



Quedarse
en la casa

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 2. Está en tus manos.

ESTÁ EN TUS MANOS

Desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia



TELÉFONO CELULAR
CONTROL REMOTO
TABLETAS, TECLADOS

EL INODORO,
SUPERFICIES DEL BAÑO,
LAVAMANOS, GRIFOS



PERILLAS DE PUERTAS,
PICAPORTES, LLAVES

MUEBLES DE MADERA
O PLÁSTICO

APAGADORES
DE LUZ

UTILICE DESINFECTANTE O ALCOHOL AL 70%

Ministerio de Salud
Costa Rica



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 3. Protocolo de lavado de manos, estornudo y tos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y población en riesgo.

Prevenga el coronavirus en 6 pasos

- 1** Lavado de manos
- 2** No se toque la cara si no se ha lavado las manos
- 3** Limpiar las superficies de alto contacto
- 4** Protocolo de estornudo y tos
- 5** Distanciamiento social (1.8 metros)
- 6** Quedate en casa

ESTÁ EN TUS MANOS
CR contra el COVID-19

INFORMATE PRIMERO
POR MEDIOS OFICIALES
DEL MINISTERIO DE SALUD
visita WWW.MINISTERIODESALUD.CO.CR

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 4 ¿Cómo lavarse las manos?



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 5. ¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 6. Forma correcta de toser y estornudar.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 7. Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 8. Reglas para la atención del público en el centro educativo.

Yo me cuido Yo te cuido
y la comunidad se cuida
podemos volver a compartir

Reglas para la atención del público en el centro educativo

- 

1. Si quieres realizar trámites, consulta cuáles puedes hacer de forma virtual o telefónica y cuáles puedes agendar por medio de cita.
- 

2. Se prohíbe el ingreso de personas con síntomas de gripe y resfriado.
- 

3. Si tienes una cita, preséntate puntualmente en el lugar indicado.
- 

4. Utiliza siempre mascarilla.
- 

5. Lavate las manos con agua y jabón o usá alcohol en gel entre 60° y 70°, antes del ingreso al centro educativo.
- 

6. Mantené la distancia de 1,8 metros en filas o zonas de espera.
- 

7. Utilizá formas alternativas de saludar, evitá el contacto físico.
- 

8. No debés ingresar al centro educativo con folletos informativos, juguetes, alimentos o cualquier objeto que no sea necesario.
- 

9. Evitá tocarte los ojos, la nariz y la boca. Al toser o estornudar, aplicá el protocolo.
- 

10. Seguí las instrucciones de higiene que te indiquen en el lugar donde te convocan.
- 

11. Conversá de manera suave y pausada, nunca gritando.
- 

12. Retírate de las instalaciones por la salida que te indiquen.

USAID unicef Ministerio de Salud mep
Audio descriptivo:  Más información en: www.mep.go.cr/yomecuidoyotecuido

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 9. Reglas para volver a compartir en los recreos.

Reglas para volver a compartir en los recreos

Yo me cuido Yo te cuido
y la comunidad se cuida
podemos volver a compartir

1.

Respetá los grupos y los tiempos asignados para salir al recreo.
2.

Saludá con el codo, el puño, el pie o utilizá un gesto.
3.

Mantené el distanciamiento físico de 1.8 metros.
4.

Identificá y respetá las áreas que se pueden utilizar en el recreo como: pasillos, zonas verdes, gimnasios, planchés, entre otras.
5.

Respetá la cantidad de personas autorizadas para cada lugar.
6.

No compartás alimentos ni bebidas.
7.

No compartás teléfonos celulares, dispositivos electrónicos u otros objetos.
8.

Evitá realizar actividades o deportes que implican contacto físico.
9.

Evitá sentarte en el piso.
10.

En la soda, mantené la distancia y evitá las aglomeraciones.
11.

Asistí al comedor haciendo fila, guardando la distancia y respetando las indicaciones dispuestas por las personas encargadas.
12.

Antes de entrar a clases, lavate las manos con agua y jabón.
13.

Aplicá una solución a base de alcohol de entre 60° o 70°, desinfectante u otro producto efectivo contra el virus, a objetos como bastones, andaderas, muletas, sillas de ruedas, coches u otros que se utilizan para la movilidad.
14.

Cuando ingresés al aula, hacé fila respetando la distancia de 1,8 metros entre cada estudiante y esperá a que te permitan la entrada.

Audio descriptivo:

Más información en:
www.mep.go.cr/yomecuidoyotecuido

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 10. Las 10 reglas de oro que debes aplicar en los centros educativos.

Las 10 reglas de oro que debes aplicar en los centros educativos

YO me cuido YO te cuido
y la comunidad se cuida
podemos volver a compartir

- 1.** Utilizó la mascarilla. Su uso es obligatorio a partir de los 6 años. No será exigida para las personas que, por su discapacidad, presenten alteraciones de conducta u otros.
- 2.** Mantené el distanciamiento físico mínimo de 1,8 metros de distancia.
- 3.** Evitá tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- 4.** Saludá con el codo, el puño, el pie o utilizando un gesto.
- 5.** Cuando vas a toser o estornudar, cubrí tu boca y nariz con la parte superior del brazo o cubrite con un pañuelo desechable.
- 6.** Lavate las manos con agua y jabón durante al menos 30 segundos o utilizá alcohol en gel de entre 60° y 70°, especialmente después de ir al baño, antes de comer, después de sonarte la nariz, toser o estornudar.
- 7.** Limpiá los objetos que se usan a menudo con desinfectante, alcohol u otro producto efectivo contra el virus.
- 8.** Rotulá tus mascarillas, botellas y útiles, no los compartás con otras personas. Tampoco prestés teléfonos celulares, dispositivos electrónicos u otros objetos.
- 9.** Si tenés algún síntoma de gripe o problema respiratorio, quedate en casa hasta sentirte bien. Si presentás esos síntomas en el centro educativo, comunicalo de inmediato al docente.
- 10.** Las familias, para comunicarse con el centro educativo, deben utilizar los medios electrónicos y visitarlo solo cuando sea indispensable.

Más información en:
www.mep.go.cr/yomecuidoyotecuido

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 11. Reglas para volver a compartir en las clases de educación física.

Yo me cuido te cuido
y la comunidad se cuida
podemos volver a compartir

Reglas para volver a compartir en las clases de Educación Física

- 

1. Traé puesto, desde tu casa, el uniforme de Educación Física.
- 

2. Está prohibido el uso de los camerinos y duchas en el centro educativo.
- 

3. Antes y después de la clase de Educación Física, lavate las manos con agua y jabón, luego usá alcohol en gel.
- 

4. Si se realiza formación de grupos, deberán ser siempre con los mismos integrantes; no se pueden intercambiar miembros ni hacer cruces. Se debe trabajar por separado.
- 

5. Mantené el distanciamiento de 1,8 metros entre cada persona, en los trabajos y actividades que realicés.
- 

6. No compartás la hidratación. Tené tu propio recipiente rotulado.
- 

7. Usá mascarilla en las instalaciones deportivas antes y después de la lección de Educación Física. No la usés durante la clase.
- 

8. Cooperá en el orden, la limpieza y desinfección de los implementos deportivos.

USAID unicef Ministerio de Salud mep


Audio descriptivo: 

Más información en: www.mep.go.cr/yomecuidoyotecuido

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 12. Formas de estornudar.




Wés se' ké tónúk ɛna jchénúk

 Be' ajkó irir
yík pabakó
buaéwa iana
kê wírí burká
káshúa.

 Be' ajkó
pabakó
tsámó kéú e'
sé wá.

 tsámó iöká
ushñá bló e' á.
Kê i kéú ka á ié
á.

 Be' kë mík
kané wö kök,
kê úla
súdúlewa

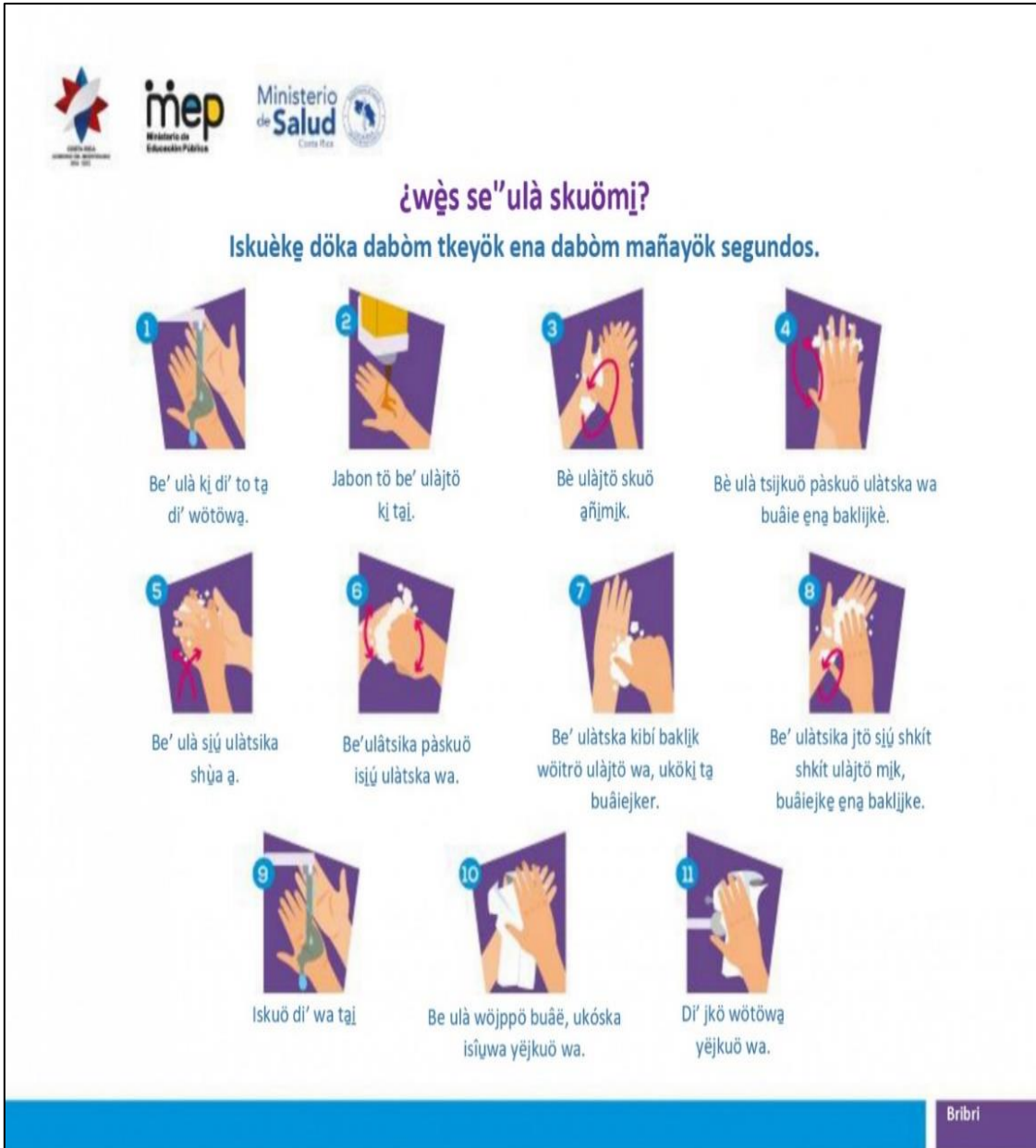
Kë se' e' kiriúk

Bribri

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 13. Lavado de manos escrito.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 14. ¿Cuándo hay que lavarse las manos?



¿ mika se' ulà pàsköke?


se'rarè ùshña
kökú e uköska.


se'rarè tabèchka ki
e uköska


Se'jka dúr iyi wak
ta e uköska


se'jkà dúr ká aię ę
etę.


nuköl irir llave kè
tso'e uköska.


ujkò kè ulà wa
tso'e uköska

Bribri

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 15. Prevención del Coronavirus.

The infographic features logos for the Costa Rican government, the Ministry of Education (mep), and the Ministry of Health (Ministerio de Salud) at the top. The title is 'Mujlakicha yökj ejkònuj' (Prevention of Coronavirus) with the subtitle 'Alàr tsitsi pa irir tsawöwe wokir pa e' pa ewamblòkeràk' (Prevention of coronavirus in Bribri). It contains four panels: 1) A person with a fever and cough, with text 'Se' yamipa wə ə Mujlakicha de, irir wə pa ə ərpa tuàlia iərke e' pa kë kianə wèike ñjes tə ie'pa kiàna kime irir ajkòne'. 2) A plate of food, with text 'Se' Kawötə chkök bua'ë ese yulòk ebuàwə ie'. 3) A person wearing a face mask, with text 'Se' yami wə kirirke tuàlia tò e' kë sàk se' mià ù pàkòk'. 4) Hands being washed with soap, with text 'Se' kawötə ulàskuòk dlòie kəkraë'. A 'Bribri' label is in the bottom right corner.

Mujlakicha yökj ejkònuj
Alàr tsitsi pa irir tsawöwe wokir pa e' pa ewamblòkeràk

Se' yamipa wə ə Mujlakicha de, irir wə pa ə ərpa tuàlia iərke e' pa kë kianə wèike ñjes tə ie'pa kiàna kime irir ajkòne

Se' Kawötə chkök bua'ë ese yulòk ebuàwə ie

Se' yami wə kirirke tuàlia tò e' kë sàk se' mià ù pàkòk

Se' kawötə ulàskuòk dlòie kəkraë.

Bribri

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 16. Formas de estornudar.

The infographic features four illustrations, each with a corresponding text block in Spanish. The top left illustration shows a person sneezing into their elbow. The top right shows a person sneezing into a tissue. The bottom left shows hands holding a piece of paper. The bottom right shows hands sneezing into the arm. The text blocks provide instructions for each method.

tó^v ní a^vshúñ sót moréñra

ba cása ní shiscá cachí^vra yécsa e^vdé, é^vxe ú sheñ qui sodíjra sru chá xít qui rájdí^vsha yét

é^vxe chúp egui cú^vshi yá^v cachí^vra e^vdé

chúp egui cú^vshi chúpcráñ qui cuiñra, cráñsúj biúñí^vsha

ba ca^vísh yá^v bricí^vsha huícta yá^v tujguí^vshira dí^v ní shis e^vdé


¡chebrú^v qui dená!

Brunca


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 17. Lavado de manos.





¿Iní^v yuré^v rójc qui yá^v tújc?
Óñí égúi cás: 40 a 60 segundo rójc


- 


1
Bá seá yuré^v rójc dí^v
é^vdé iné tubo qui du^vá
- 


2
Bá é^vá yá^v tújgá breát
- 


3
Bá sujgá í^v yuré^v rójc qui
chí é^vdé chí
- 


4
Bá sujgá derecha chí qui izquierda yuré^v
cheñí yrá ca dó^va chigue^v cú^vscaá rójc ca
iné cheñuní
- 


5
Bá sujgá yuré^v rójc qui
chí ta cú^vscaá rójc é^vdé
chigue^vuá rójc
- 

6
Sayú^vá cú^vscaá rójc cheñí
chí rójc qui xayéñí, do^vá
sujgrá cú^vsca rójc qui
- 

7
Do^vá shicujt izquierdo pulgar
derecha yuré^v égúi palma, bá
sujgá shicujdi égúi é^vxe yurí^v
iné bú^vshíua
- 

8
Bá sujgá basát cu^vscaá rójc
égúi yema qui derecha yuré^v
éc izquierda chí qui xayéñí
iné cheñuní
- 

9
Bá tújgá breát dí^v é^vdé
- 

10
Bá yiri^vá yuré^v rójc ca cuiñí moreñí
iné i xenrín rójc é^vxe ó^vc cuá^vs
é^vdé
- 


11
Bá é^vá ó^vc cuá^vs ca
llave du^v yét

Brunca


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 18. ¿Cuándo hay que lavarse las manos?





¿I'c ba yurē rójc qui yā tujgrá?



Dení chúp qui
bañ biunrá


Dení rú ćajc ta
bañ degrá


Dení aúj qui bís
qui ē't rójc qui
bañ cuijra ē'dé


Dení ē'xe cćc
cuín abirójc ē'dé
bañ cuní


Dení dric dric xuñ
bañ brigrá



Dení cran dric xuñ
iné úcarás yū úcra
bañ brigrá

Brunca


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 19. Prevención del Coronavirus.




Cónra Coronavirus (COVID-19)
Yá'oñ abí rójc, yá'biñ rójc ijchí tecrá múnra

 Dójc sóttí'sha
sá'yen abí rójc qui
cá í da che'ádíra,
tó't, shis ní che'át
o Coronavirus
(COVID-19) e'dé.

 Shic é'xe
morén ya'dé
sayú' yét
yodíj rójc qui
dí' cá.

 Abí che'át rójc qui
cuní'sha tó't, shis
ní che'át égui
huahua e'dé

 Deguishcónra
o'guá rójc qui
yuré' rójc
tújgua e'dé.

Brunca

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 20. Lavado de manos.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 21. ¿Cuándo hay que lavarse las manos?

Logo of the Costa Rican Republic, the Ministry of Education (mep), and the Ministry of Health (Ministerio de Salud).

¿Migá jula kiana pasukuná?

- 

Ka borroira tulegé togapa
- 

Se shka pë tebelí yaka gj togapa
- 

Se sená deliwák julböwa ra togapa
- 

Se sená pë tabanaglö ska togapa
- 

Se te naglö i rö jukö yöglö ka togapa
- 

Jirö kana julawa i rö jukö yöglö ka togapa.

Cabécar

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 22. Prevención del Coronavirus.


  

Ña kōnana Coronavirus (COVID-19) yiga.
Shkablō wa ser, yablá yuna wa jemi junta wa:

 I sowa ga ke pē watiawa
I rō tō ta, ká ira i yina iá i rō Coronavirus (COVID-19) ta kuén.

 Siga paktō yögö böi duwe ká wa se kugöglöwa.

 Ká pē kiyege shtō yolōnel ká ira i ktége tó te shtō.


 Jula shkuö kegra

Cabécar


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 23. Formas de estornudar.




Ninhá colonha colotaqueca ofa jarúnec




Mi coquí ofa taính
ir felonh niyu mi
cusúrrun
juácarrani, tá ni
ma elóca ni
tósteca taiqui lica
o fa conlic.



Niyuto coquí ir
félonh
(pañuelo)
óyuma jíctifa
mip júe.



Nir pionh
pañuelo ni calíco
ó carátujanhe.



Jépeto núri mi
juaquí ir fata
Arutá épe
juáctene mi
cuquí maráma
ir jonh
Niyu ti ofa jabón

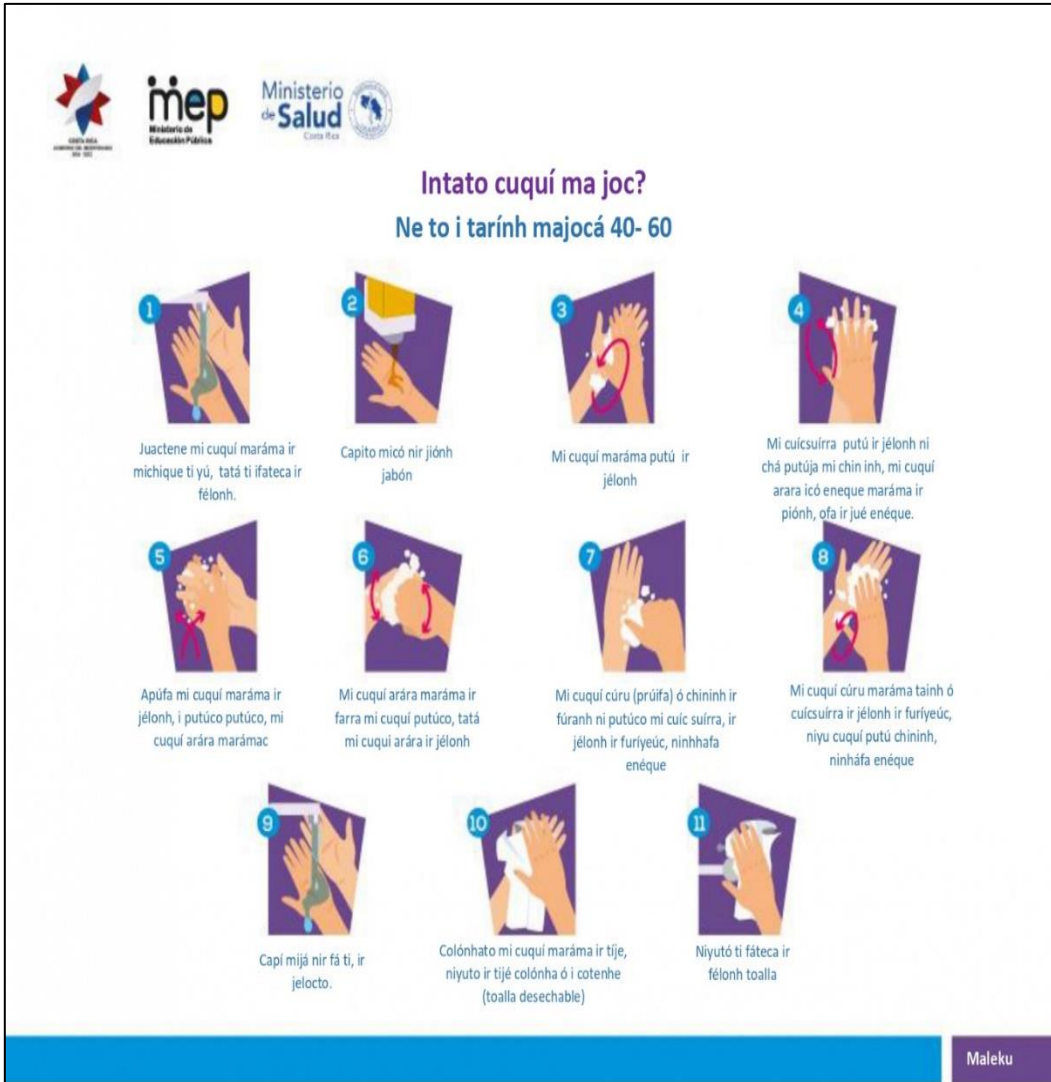
NI IR TÉ ARRÁ CÓLO MA PIRRÍQUEC

Maleku

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 24. Lavado de manos.




Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 25. ¿Cuándo lavarse las manos?





Pinhíto ma cuqí ma joc?



Ota carátu iyú mip
jóye


Ota nija mi toye
mapórrro chífanheja


Ota nimaráma ma
atáca aúsi juérri
eneque maráma


Quepé ota mi teunhé
oinhá chí enéque
maráma rí porró
porrónhe.


Ota ni ir fate
macarráca ofa ú
maquijicaj.





Ota ni ir faté oinhá úcali
oinhhá nija ma catacaj

Maleku


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 26. Prevención el Corronavirus.


  

Ni ta peme iyajianh Coronavirus (COVID-19)
Ninhato ni maráma i anh o maráma ti majióca
urajeunh juérri ni maráma juntas

 Nijanhe maráma o maráma pá corrá iunhé niyu taiqui lica , juérri pá rrí urajemaráma icú i punh, ninháfa ninháta ni Coronavirus (COVID-19)

 Ma quicato colonha mirí lanhéca tá ni fusári o cuáma colónha mi unh

 Jépeto ni ma jurímeca maráma ó colofa iunh Pá icó taiquilica punh.

 4- Charito nir jué mi cuquí ma joc.

Maleku

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 27. Formas de estornudar.



Mura digandre ño

 Ja kide mröga migadre ja nguore bití, ne kue ni káli ña batáregä niguen kruogruo.

 Ne kändi jüdrün meda tara na migadre ja kada bití.

 Ne bití meda dregwe trágwata ne kitadre kä burie käi kändi ña kitadre nguoare tibien

 Ja kide bätárete bíti kide migadre ja nguore bata ne kändi ja kide bätárete kuin káne

Bren kete bätä ja bata

Ngäbere

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 28. Lavado de manos.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 29. ¿Cuándo lavarse las manos?




¿ñongwane ja kide ne tábädrete?


Kä burie
kitadregä bti


Näindre jödrön
ni ngwangä
Kuinda bti


Kide migadre,
“NU,MINCHI” bti


Rigadre kä
jutabti ni neme
kabre kändi


Kide migadre
nguiñabtä o
llavebtä bti



Kide migadre
jödron ja ketadre
bätä jugwe bätä
bíti

Ngäbere


Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.


San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.


Anexo 30. Prevención del Coronavirus.




Kä täre, coronavirus (COVID-19)
Ja migadre ño ütüäte nigwe, monso ja tötigagä bätä ngäbe.


Ñagare bätä
ngwándre ngäbe
bätä, kwetre
namánina bren,
“múra” kiseté, ye
ñan nigadre, ne
abogon bren COVID-
19 ye niganina bititá.


Mrö kuin ye
aibe kwetádre,
ne abogon ni
ngrábare ne
rabadre dite.


Ñan nāin rigadre
ngäbe bren mūra
kiseté ye kāndi.


Ja kide ne
bätádrete,
kärerañera.

Ngäbere

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 31. Infografía: Recomendaciones para personas usuarias de productos de apoyo (Conapdis)

Ante la alerta por Coronavirus (COVID-19)

Recomendaciones para personas usuarias de

- Sillas de ruedas**
- Bastones**
- Andaderas**
- Otros productos de apoyo de movilidad**

- 1** Usar guantes descartables
- 2** No volver a ponérselos después de usarlos
- 3** Si utiliza guantes similares a los de ciclista, límpielos con desinfectante y con frecuencia
- 4** Lavar llantas, descansabrazos, agarraderas, y otros componentes del producto de apoyo cada vez que regresa a casa.
- 5** Lavarse las manos, o aplicar solución desinfectante cuando se aborden autobuses.

Logos: COSTA RICA GOBIERNO DEL BICENTENARIO 2018-2022, Ministerio de Salud, Conapdis Consejo Nacional de Personas con Discapacidad, ESTÁ EN TUS MANOS COVID-19 Contra el COVID-19

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 32. Infografía: recomendaciones para personas con discapacidad visual
(Conapdis)



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

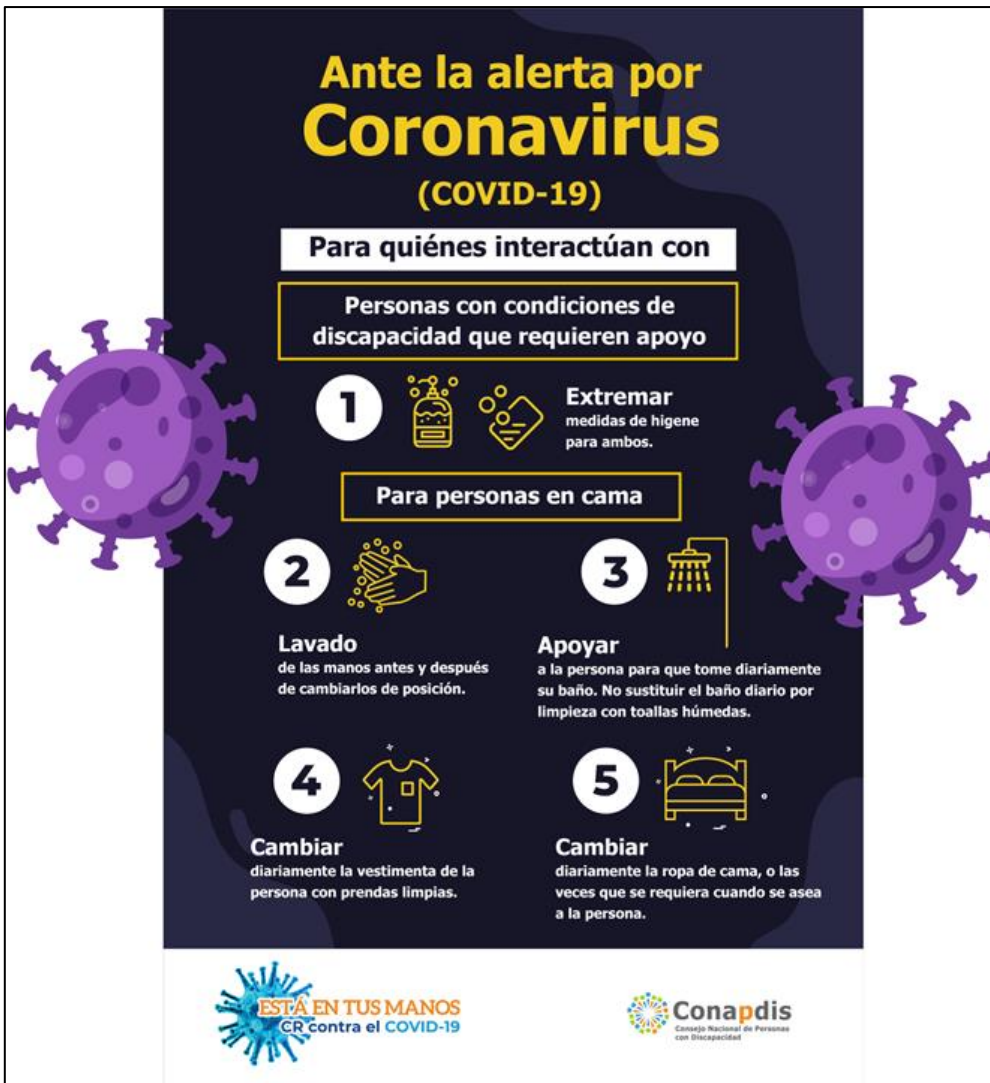
Anexo 33. Infografía: Cuando se utiliza un perro guía (Conapdis)



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 34. Infografía: para quienes interactúan con personas con condiciones de discapacidad que requieren apoyo (Conapdis).



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 35. Infografía: Para las personas que apoyan a las personas con discapacidad (Conapdis)



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 36. Infografía: Recomendaciones para personas sordas (Conapdis)

Ante la alerta por Coronavirus (COVID-19)

Recomendaciones para Personas sordas

- 1** **Limpiar**
muy bien y con frecuencia los celulares, especialmente cuando regresan a la casa.
- 2** **Cuidado**
con las señas, en las que se tocan la cara. por ejemplo: mamá, rojo, colores. Hacer la seña sin tocarse la cara.
- 3** **En Lesco**
es necesaria la expresión facial, por lo tanto, la mascarilla sólo se usa cuando está con una persona enferma o si usted está enfermo.
- 4** **Para llamar**
la atención de otra persona, no la toque. Póngase en frente para que le vean.

COSTA RICA
GOBIERNO DEL BICENTENARIO
2018 - 2022

Ministerio de Salud

Conapdis
Consejo Nacional de Personas con Discapacidad

ESTA EN TUS MANOS
Contra el COVID-19






Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.




San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 37. Infografía: Recomendaciones para interactuar con personas sordas
(Conapdis)

Ante la alerta por Coronavirus (COVID-19)

Recomendaciones para interactuar con Personas sordas

- 1** 
Mientras se atiende a una persona sorda, no usar mascarilla. La mascarilla impide que puedan ver gestos y la lectura labial.
- 2** 
Ministerio de Salud indica que la mascarilla se usa cuando se debe estar a menos de dos metros de la otra persona.
- 3** 
Mantener limpios los apagadores en los espacios públicos, porque las personas sordas los usan para llamar la atención en caso necesario.
- 4** 
Cuando interactúe con una persona sorda, no le grite. Al gritar puede salpicar con saliva a la otra persona.
- 5** 
Si le suministra un lapicero para que escriba, procure que esté limpio.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 38. Infografía: Para las personas encargadas de residencias, hogares grupales y asistentes personales (Conapdis)

Coronavirus | COVID-19

Para las personas encargadas de residencias, hogares grupales y asistentes personales.

- 1 La prevención ante la transmisión del coronavirus está en manos de todas las personas.
- 2 Ustedes son parte importante en el cuidado de personas con discapacidad, por lo que deben tomar medidas preventivas, tanto por su salud como de las personas con discapacidad que apoyan.
- 3 Recuerde extremar las medidas de precaución con el uso de mascarillas, guantes, ropa protectora y realizar una correcta higiene de manos.
- 4 Mantener las actividades diarias lo más apegadas a la rutina establecida.
- 5 Diferenciar los días entre semana de los fines de semana, hacer algo diferente que permita marcar el inicio y el fin de semana.
- 6 Mantener, siempre que sea posible, al menos 2 metros de distancia.

Logos: Costa Rica, Ministerio de Salud, Conapdis, Centro Nacional de Emergencia y Respuesta.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 39. Infografía ¿Qué hacer si estas en casa? (Conapdis)



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 40. Infografía: Personas con discapacidad psicosocial, (Conapdis)

Las personas con **discapacidad psicosocial** están **autorizadas** para salir a la calle de manera puntual y responsable junto con un acompañante.



Si ve a una persona con un brazalete o prenda de vestir de color anaranjado, **respételo.**

Es por razones terapéuticas.

Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.

Anexo 41. Infografía: Trastorno del Espectro del Autismo TEA, (Conapdis)

Las personas con **Trastorno del Espectro del Autismo (TEA)** están **autorizadas** para salir a la calle de manera puntual y responsable junto con un acompañante.



Si ve a una persona con un brazalete o prenda de vestir de color azul,

respételo.

Es por razones terapéuticas.



Transformación curricular, una apuesta por la calidad educativa.

San José, Merced, Edificio Torre Mercedes, Piso 5, Paseo Colón, Avenida
Primera, Calles 22 y 24 bis.