

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA VUELTA A LA  
ACTIVIDAD DEPORTIVA ESCOLAR.



# PÁDEL en el COLE



**ÍNDICE:**

1. INTRODUCCIÓN
2. LA PISTA DE PÁDEL
3. CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO Y SUS MATERIALES
4. MEDIDAS DE REDUCCIÓN DEL RIESGO DE CONTAGIO

pádel  
federación c.valenciana

## 1- Introducción

El pasado 14 de marzo el Gobierno decretó el Estado de Alarma ante la crisis sanitaria provocada por el COVID-19, anunciándose sucesivas prórrogas a partir del 22 de marzo, y finalizando el 21 de Junio.

Desde ese momento las Comunidades Autónomas han desarrollado una serie de Resoluciones de la Consellería de Sanidad Universal y Salud Pública, de adopción de medidas adicionales complementarias de prevención y protección en materia de actividad deportiva, en aplicación del Acuerdo de 19 de junio, del Consell, frente a la Covid-19. También junto a la Consellería de Educación, Cultura y Deporte se ha publicado un Protocolo de Protección y Prevención frente a la transmisión y contagio del Sars-CoV-2 para centros educativos que impartan enseñanzas no universitarias en el curso 2020-21.

Por parte de la Federación de Pádel de la Comunitat Valenciana se ha retomado la actividad habitual de competición, formación y tecnificación cumpliendo todos los requisitos exigidos en la actual normativa en vigor, tanto autonómica como nacional.

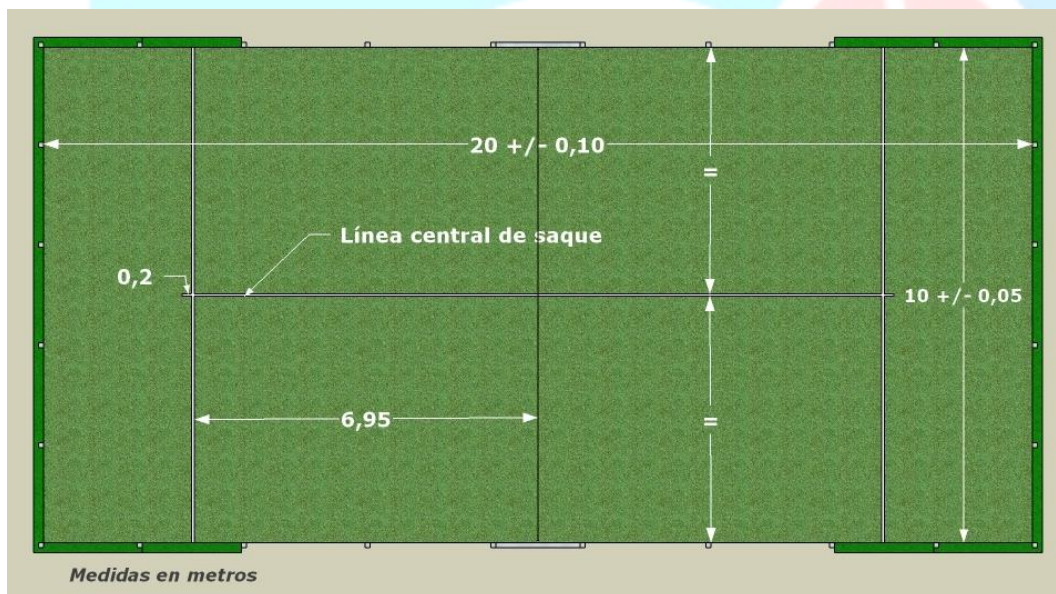
Es importante asumir que el retorno al entrenamiento deportivo, al igual que ocurrirá cuando se vuelva gradualmente a cualquier otra actividad laboral o social, puede traer consigo algún contagio. Integrada esta premisa, se señala que el gran objetivo de este documento, siendo conscientes de la imposibilidad de conseguir el riesgo cero absoluto, es limitar al máximo la probabilidad de infección por Sars-CoV-2 en el retorno a los entrenamientos y la competición, aunando reactivación económica del sector y seguridad sanitaria para el deporte federado. Para ello se tendrán en cuenta la naturaleza, medios y singularidades de los deportistas, y de las entidades y competiciones deportivas. La clave de bóveda de la propuesta será la salud general de la población, de los deportistas y la de todos aquellos que recuperen gradualmente su vida profesional vinculada al deporte.

Desde la Federación de Pádel de la Comunidad Valenciana queremos poner a disposición de las autoridades deportivas y sanitarias de nuestra comunidad, todo el trabajo que durante este periodo hemos realizado junto a la Dirección General de Deportes, Confedecom y la mayoría de Federaciones Autonómicas de Pádel, trasladando una propuesta de reinicio de la actividad deportiva de nuestro deporte que permita practicarlo bajo las adecuadas medidas higiénicas y de salud pública que impidan la expansión de la Pandemia que estamos sufriendo en los últimos tiempos.

Con este protocolo, se pretende presentar todas las medidas y actuaciones que se llevarán a cabo en las actividades formativas que desde la FPCV llevamos a cabo en los centros escolares de nuestra Comunitat.

Antes de comenzar el desarrollo de nuestra propuesta queremos reseñar que la práctica del Pádel se realiza sin prácticamente contacto personal entre los jugadores, siendo el posible riesgo de contagio muy reducido si se implementan todas las medidas que a continuación desarrollaremos.

## 2- La pista de Pádel



El área de juego es un rectángulo de 10 metros de ancho por 20 metros de largo (medidas interiores) con una tolerancia de 0,5%. Este rectángulo está dividido en su mitad por una red. A ambos lados de ella, paralelas a la misma y a una distancia de 6,95 m están las líneas de servicio. El área entre la red y las líneas de servicio está

dividida en su mitad por una línea perpendicular a estas, llamada línea central de saque, que divide esta área en dos zonas iguales.

La pista está cerrada en su totalidad, por fondos de 10 metros de longitud interior y por laterales de 20 metros de longitud interior.

En todos los cerramientos se combinan zonas construidas con materiales que permiten un rebote regular de la pelota (muro cemento o cristal) y zonas de malla metálica donde el rebote es irregular.

La superficie de la pista podrá ser de hormigón poroso, cemento, madera, materiales sintéticos, césped artificial, o cualquier otro que permita el bote regular de la pelota.

La iluminación artificial será uniforme y de manera que no dificulte la visión de los jugadores, del equipo arbitral ni de los espectadores. Las columnas de iluminación estarán situadas fuera de la pista. La altura mínima medida desde el suelo hasta la parte inferior de los proyectores ha de ser de 8 metros.

**En el caso de Pádel en el Cole, la actividad se realiza en el patio de los centros educativos al aire libre, por lo que las distancias de juego se incrementan en función de las necesidades.**

### 3- El juego del Pádel y sus elementos

El pádel es un **deporte que se juega por parejas**, dos contra dos, y cuyo objetivo es que, mediante un solo golpe, la pelota pase al campo contrario. Los ganadores son aquellos que consigan ganar dos de los tres sets. En el pádel los jugadores se mueven siempre en bloque, bien cerca de la red (en situación de ataque) o bien en la zona de atrás (en defensa).

Cada pareja de jugadores se colocará en cada uno de los campos, ubicados a uno y otro lado de la red. El jugador que ponga la pelota en juego es el que saca (servidor) y el que contesta el que resta (restador).

En el caso de las actividades de formación se recomienda trabajar con grupos cuyo número permita mantener la distancia de seguridad entre los participantes. Es por ello que para el espacio de una pista de Pádel se recomienda un máximo de 16 alumnos repartidos 4 en cada uno de los cuadrantes de la pista (50 m<sup>2</sup>).



La pelota deberá ser una esfera de goma con una superficie exterior uniforme de color blanco o amarillo. Su diámetro debe medir entre 6,35 y 6,77 cm y su peso estará entre 56,0 y 59,4 grs. Deberá tener un rebote comprendido entre 135 y 145 cm al dejarla caer sobre una superficie dura desde 2,54 m.

La pelota deberá tener una presión interna entre 4,6 Kg y 5,2 Kg por cada 2,54 cm cuadrados.

**En el caso de la actividad de Pádel en el Cole las pelotas utilizadas son de baja presión, en tres formatos 25%/50%/75% de la presión habitual.**



Se juega con una pala reglamentaria de pádel que deberá ajustarse a cuanto se indica a continuación.

La pala se compone de dos partes: cabeza y puño.

- Puño: largo máximo: 20 cm, ancho máximo (de cada una de las horquillas, sin considerar el espacio vacío entre ellas): 50 mm, grosor máximo: 50 mm.

- Cabeza: largo: variable. El largo de la cabeza más el largo del puño no puede exceder de 45,5 cm, ancho máximo: 26 cm, grosor máximo: 38 mm.

El largo del total de la pala, cabeza más puño, no podrá exceder de 45,5 centímetros.

La pala estará libre de objetos adheridos y otros dispositivos, que no sean aquellos utilizados sólo y específicamente para limitar o prevenir deterioros, vibraciones y distribuir el peso

Deberá tener un cordón o correa no elástica de sujeción a la muñeca como protección contra accidentes. Su uso será obligatorio. Este cordón deberá tener una longitud máxima de 35 centímetros.

**En el caso de la actividad de Pádel en el Cole, la Pala utilizada es de las mismas dimensiones pero con un peso de 200/220 gr que permite una mejor adaptación de los escolares al juego.**

## 4- Medidas de Reducción del Riesgo de Contagio

Para la implantación de las medidas adaptadas a la Actividad de Pádel en el Cole, nos basaremos en el Protocolo de Protección y Prevención frente a la transmisión y contagio del Sars-CoV-2 para centros educativos que impartan enseñanzas no universitarias en el curso 2020-21.

Para ofrecer un entorno escolar seguro al alumnado y personal de los centros educativos, se deben establecer una serie de medidas de protección y prevención y arbitrar medidas de especial protección para aquellos colectivos de mayor vulnerabilidad para COVID- 19, con el fin de que se puedan desarrollar las actividades propias del sistema educativo minimizando al máximo el riesgo. Para la adopción de estas medidas se tendrán en cuenta, principalmente, las características de la población infantil y se adaptarán en función de la edad.

El Objetivo principal es crear entornos escolares saludables y seguros en el contexto de la pandemia por COVID-19, a través de la aplicación de medidas de promoción de la salud, protección y prevención adaptadas a las diferentes etapas educativas.

Principios básicos y medidas de funcionamiento:

1- Información sobre el SARS-CoV-2 y la COVID-19

2- Limitación o control del contacto interpersonal. La limitación del contacto físico se mantendrá:

- posibilitando una distancia interpersonal de 1,5 metros;
- mediante el uso de mascarilla higiénica o quirúrgica en todas las personas que trabajan en el centro educativo y en el alumnado de 6 y más años.
- y/o conformando grupos de convivencia estable (GCE).

3- Medidas de prevención personal. La higiene adecuada de manos y la higiene respiratoria (estornudar y toser en la flexura del codo, así como la utilización de pañuelos de papel) son medidas básicas para evitar la transmisión.

4- Limpieza y ventilación. La limpieza y desinfección de aulas, espacios comunes e instalaciones y la ventilación frecuente de los espacios de convivencia serán objeto de especial atención.

5- Gestión de casos. La protocolización para un adecuado y temprano manejo de una situación de sospecha o aparición de un caso. (Ver documento: Gestión de casos COVID-19 en los centros educativos de enseñanzas no universitarias de la Comunitat Valenciana durante el curso 2020-21).

6- Prevención del estigma o discriminación en relación con la COVID-19.

7- Atención a la salud emocional en las aulas.

8- Medidas específicas para la Educación Especial y para la Educación Infantil de primer Ciclo.

En este documento haremos referencia a las normas específicas de aplicación para la práctica de la Actividad escolar de Pádel en el Cole.

Nuestra actividad va dirigida a menores que cursan el segundo ciclo de Primaria y para los que el Protocolo de educación indica que en los cursos de 3º, 4º, 5º y 6º de Educación Primaria, los centros podrán adoptar su organización mediante grupos de convivencia estable (GCE) del alumnado o mediante grupos en los que se debe respetar la distancia mínima interpersonal de seguridad de 1,5 metros.

- La organización de los cursos configurados como GCE tendrán un máximo de 20 escolares y podrán estar configurados con alumnado de dos niveles educativos consecutivos.

- La organización los cursos no configurados como GCE se conformará respetando la distancia mínima interpersonal de 1,5 m. Los centros utilizarán las aulas/espacios más grandes para ubicar estos grupos y ajustaran el número máximo de alumnado que cabe en cada grupo. En este caso el aforo (número de personas que pueden estar en una sala) se determinará dividiendo la superficie del aula (m<sup>2</sup>) por 2,25.

Durante el desarrollo del área de educación física y en las actividades extraescolares realizadas en el recinto escolar, se promoverá practicar actividad física y modalidades deportivas individuales, aquellas modalidades deportivas de equipo y/o de contacto que formen parte del currículum se realizaran al aire libre y extremando las medidas de seguridad e higiene establecidas.



Las actividades de educación física se realizarán, en lo posible, al aire libre y extremando las medidas de prevención establecidas: mantener la distancia de seguridad, lavado frecuente de manos, evitar tocarse la cara, ojos y nariz, etiqueta respiratoria al toser o estornudar y uso de mascarilla. En aquellos casos en que el esfuerzo físico sea de intensidad se permitirá realizar la actividad sin el uso de la mascarilla.

En base a todo lo indicado en el Protocolo de Protección y Prevención frente a la transmisión y contagio del Sars-CoV-2 para centros educativos que impartan enseñanzas no universitarias en el curso 2020-21, y lo especificado en los párrafos anteriores, proponemos la adopción de las siguientes medidas para la mitigación del riesgo de Contagio:

- 1- El monitor FPCV accederá al centro educativo cumpliendo todos los protocolos que se hayan implementado en el mismo.
- 2- El material que se usa en la actividad es:
  - Palas de Pádel en el Cole.
  - Redes portátiles
  - Bolas de Baja presión
  - Marcadores, conos y demás material de suelo.
- 3- El material a utilizar en la actividad será desinfectado por el monitor previamente al inicio y posteriormente a la finalización de la actividad, mediante la aplicación de desinfectante con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad
- 4- En el caso de las bolas, se utilizarán bolas diferentes para cada grupo/curso. Las cuales se guardarán en una bolsa independiente para cada uno de ellos.
- 5- Se delimitará una parte del patio suficiente para cumplir la regla de 2,25 m<sup>2</sup> por cada participante, incluido el monitor y el profesor del grupo.
- 6- Antes del inicio de la actividad todos los participante realizarán una higiene de manos meticulosa, durante al menos 40 segundos con agua y jabón de forma preferente. De igual forma deberán lavarse las manos a la finalización de la misma y siempre antes de acceder nuevamente a su clase.
- 7- Todos los participantes utilizarán en todo momento la mascarilla, excepto el monitor si se encuentra a más de 5 metros del resto y para dar las instrucciones pertinentes y que estas puedan ser escuchadas por todos los participantes.

8- Al inicio de la actividad y antes de coger cualquier material, los participantes aplicaran en sus manos gel hidroalcohólico. A la finalización de la actividad, o en cualquier momento de la misma que sea necesario, volverán a aplicarse gel hidroalcohólico para mayor seguridad.

9- Todos los ejercicios se adaptarán para poder mantener, en la medida de lo posible, la distancia de seguridad de 1,5 metros entre los participantes.

10- A la finalización de la actividad los participantes recogerán las bolas utilizadas por el grupo, introduciéndolas en una bolsa identificada, que será custodiada por el profesor del curso hasta una nueva sesión.

En el supuesto de sospecha, por iniciar síntomas de algún participante, el profesor responsable del grupo le colocará una mascarilla quirúrgica siempre que tenga 6 o más años. El profesor responsable del grupo será quién conducirá al alumno al espacio "COVID-19" del centro, comunicará a la Dirección y al Responsable Covid-19 del Centro, y será quién se quede con el alumno o la alumna, hasta que un familiar o tutor/a le vaya a recoger.

Los centros escolares dispondrán de un registro con la relación del alumnado asistente, de forma que, en el caso de detectar un contagio, se pueda hacer la trazabilidad sobre las personas que se deberían aislar.

Como ya hemos comentado, la FPCV lleva desarrollando su actividad con "normalidad" desde la última semana de Junio, tanto de competición como de formación y entrenamiento. La aplicación de medidas como las expuestas en este documento ha permitido hasta la fecha que la incidencia del virus Sars-CoV-2 haya sido nula. Es por ello que sería posible plantearse la realización de la actividad sin mascarilla, siempre y cuando se pueda asegurar el mantenimiento de la distancia de seguridad entre los participantes de 1,5 metros.

Todas las medidas aquí planteadas están sujetas a modificaciones derivadas de la evolución de la pandemia actual y a las normativas legislativas que las distintas autoridades públicas puedan publicar en el futuro. Ello llevará a la adaptación del presente Protocolo a la evolución de las mismas y a las posibles consideraciones que al respecto indiquen los respectivos centros escolares, en base a los protocolos establecidos por ellos para la actividad en su centro.