

## SERVIÇO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO – SED RETORNO DOS TREINOS DAS EQUIPES ESPORTIVAS

Senhores Responsáveis,

O Colégio Santa Cecília retomará as atividades de treinamento das equipes esportivas no dia 03 de maio, sempre atento às medidas e aos cuidados necessários para o cumprimento dos protocolos que norteiam as práticas esportivas e ao Decreto Nº 34.043, de 24 de abril de 2021, prezando pelo afeto e acolhimento característico da nossa Instituição. Desse modo, é necessário obedecermos às orientações das autoridades de saúde para que, juntos, possamos garantir a segurança, a saúde e o bem-estar de todos e todas.

### Orientações importantes:

- Os treinos das equipes esportivas estão liberados apenas para os alunos até o Ensino Fundamental (5º ao 9º ano);
- Os horários dos treinos foram ajustados, temporariamente, para respeitar as determinações do Governo do Estado, compreendidas no decreto citado acima. Assim, seguem os novos horários por modalidade:
  - **Futsal:** sexta-feira, das 14h às 15h, no Ginásio;
  - **Basquete:** segunda e quarta-feira, das 18h às 19h, no Ginásio;
  - **Vôlei Pré-Mirim/Mirim:** segunda-feira, das 18h às 19h, e quinta-feira, das 16h às 17h, na Quadra Professor Gondim;
  - **Vôlei Infantil/Infantojuvenil:** terça e quinta-feira, das 16h às 17h, no Ginásio.

No que diz respeito à rotina semanal dos treinos, é fundamental atentar aos seguintes pontos:

#### 1. Da chegada ao Colégio:

- 1.1 A entrada dos(as) atletas será pelo portão P2;
- 1.2 É de extrema importância que o atleta chegue, aproximadamente, 15 minutos antes do horário de treino, evitando aglomerações nos locais de espera;
- 1.3 Ao chegar ao Colégio, o(a) atleta deverá se encaminhar para o local de treino;
- 1.4 O acesso ao Colégio será permitido apenas para os(as) atletas;
- 1.5 O(A) atleta deverá estar com roupa adequada à prática de atividades físicas, evitando aglomeração nos banheiros para troca de roupa;
- 1.6 O(A) atleta deverá trazer: máscara, garrafa de água com identificação e lanche, pois a cantina estará fechada.

#### 2. Do momento do treino:

- 2.1 O(A) atleta deverá estar com máscara apropriada para a prática de atividade física e utilizá-la de forma adequada, cobrindo nariz e boca, durante todo o treino;
- 2.2 Os locais de treino estão equipados com borrifadores com álcool 70%, devidamente sinalizados, para a desinfecção das mãos e dos implementos (bolas, colchões, entre outros);
- 2.3 O(A) atleta deverá permanecer no local do treino até o término da aula. Caso seja necessário se ausentar durante o treino, o professor deverá ser informado, a fim de autorizar ou não a saída;
- 2.4 Durante o treino, é importante prezar pelo distanciamento social, evitando estar próximo dos(as) companheiros(as) de equipes nas filas e rodas de conversas. Os(As) professores(as) orientarão sobre a distância segura, mas lembramos que essa postura também deve partir dos(as) atletas;
- 2.5 As bolas estão numeradas para que não ocorra o compartilhamento de objeto entre os(as) atletas;
- 2.6 A duração dos treinos será de uma hora para todas as modalidades e categorias.

#### 3. Do final do treino:

3.1 O(A) atleta deverá se encaminhar para o portão P3, onde deverá permanecer até a chegada dos responsáveis;

3.2 A comunicação entre os responsáveis e o Colégio, para organização da saída, deverá ser realizada pela ferramenta "Estou Chegando", através do aplicativo do Colégio Santa Cecília.

Acreditamos que, juntos, podemos transformar os desafios em momentos de aprendizado motor, técnico, mas, principalmente, de desenvolvimento humano.

Atenciosamente,  
*Gustavo Salgado*  
Coordenador do SED  
3064.2360 - 996422567