



# Retomada das atividades esportivas



Secretaria Municipal  
de **Esportes**



**Definir critérios para a retomada das atividades esportivas desenvolvidas pela Secretaria Municipal de Esportes de São Francisco do Sul.**



Secretaria Municipal  
de **Esportes**

# UNIFICAÇÃO DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS



## ESPORTE DE RENDIMENTO

trata-se de prática desportiva nacional ou internacional com a finalidade de obter resultados e integrar pessoas e comunidades de um país e deste com outras nações, podendo ser realizada em nível de competição ou treinamento tanto em ambiente fechado (indoor) ou aberto (outdoor);



## ESPORTE DE PARTICIPAÇÃO E LAZER

trata-se de prática desportiva desenvolvida de forma voluntária, contribuindo na promoção da saúde, na integração social dos praticantes, podendo ser realizada em nível de competição ou prática tanto em ambiente fechado (indoor) ou aberto (outdoor);



## ESPORTE EDUCACIONAL

trata-se de prática desportiva realizada nos sistemas de ensino e em formas assistemáticas de educação com a finalidade de alcançar o desenvolvimento integral do indivíduo, podendo ser realizada em nível de competição ou treinamento tanto em ambiente fechado (indoor) ou aberto (outdoor).

## GRUPOS



**INDIVIDUAIS**

X



**COLETIVOS**



**COM CONTATO**

X



**SEM CONTATO**

## AMBIENTE



**INDOOR**  
(AMBIENTE FECHADO)



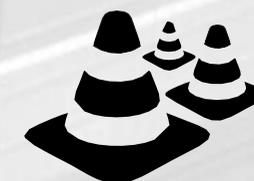
**OUTDOOR**  
(AR LIVRE)

*Obs.: Estruturas com cobertura, mas com paredes abertas nas laterais, serão consideradas como ambiente Outdoor.*

## PRÁTICA



**COMPETIÇÃO**



**TREINAMENTO**

# GRUPOS DE MODALIDADES ESPORTIVAS

## GRUPO I INDIVIDUAIS SEM CONTATO DIRETO

Os praticantes permanecem afastados uns dos outros de maneira que não haja contato físico entre eles em nenhum momento da atividade, tais como atletismo, canoagem, ciclismo, golfe, ginástica, xadrez, bocha, bolão 16, bolão 23, automobilismo, motociclismo, tiro esportivo, tiro com arco, powerlift, crossfit, halterofilismo, surf, bodyboard, skate, escalada esportiva, triathlon, pentatlo moderno, hipismo, esgrima, badminton, remo, vela, tênis de mesa, tênis, natação, squash, paddle, patinação, dança individual, rafting, esqui aquático, equitação, rapel, voo com asa delta, parapente ou balão;



ESPORTE DE RENDIMENTO

ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER

ESPORTE DE EDUCACIONAL

	GRAVÍSSIMO	GRAVE	ALTO	MODERADO
ESPORTE DE RENDIMENTO	Outdoor e Indoor Somente outdoor	Outdoor  Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE DE EDUCACIONAL	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor

Legenda:

**COMPETIÇÃO**
**TREINAMENTO**
**LIBERADO**
**PROIBIDO**

# GRUPOS DE MODALIDADES ESPORTIVAS

## GRUPO II INDIVIDUAIS COM CONTATO DIRETO

Os praticantes exercem a atividade de modo que exista contato físico entre eles, caracterizando-se por um contato eventual ou contínuo, tais como boxe, capoeira, jiu jitsu, judô, MMA, muay thai, karatê, taekwondo, wrestling (luta livre) e wushu.



ESPORTE DE RENDIMENTO

ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER

ESPORTE DE EDUCACIONAL

	GRAVÍSSIMO	GRAVE	ALTO	MODERADO
ESPORTE DE RENDIMENTO	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor De forma individualizada sem contato físico	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE DE EDUCACIONAL	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor

Legenda:

**COMPETIÇÃO**
**TREINAMENTO**
**LIBERADO**
**PROIBIDO**

# GRUPOS DE MODALIDADES ESPORTIVAS

## GRUPO III COLETIVAS COM POUCO CONTATO

Praticantes exercem a atividade em grupo, caracterizando-se por duplas, trios, ou times com dois ou mais integrantes com pouco contato, tais como beach tênis, goalball, punhobol, remo, tênis de mesa duplas, badminton em duplas, bocha em duplas, vela;



ESPORTE DE RENDIMENTO

ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER

ESPORTE DE EDUCACIONAL

**GRAVÍSSIMO**

**GRAVE**

**ALTO**

**MODERADO**



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



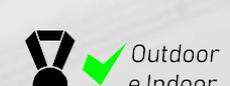
Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e 25% da Capacidade Indoor



Outdoor e 50% da Capacidade Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e 25% da Capacidade Indoor



Outdoor e 50% da Capacidade Indoor



Outdoor e Indoor



Outdoor e Indoor

Legenda:



COMPETIÇÃO



TREINAMENTO



LIBERADO



PROIBIDO

# GRUPOS DE MODALIDADES ESPORTIVAS

## GRUPO IV COLETIVAS COM CONTATO INTENSO

Modalidades coletivas: praticantes exercem a atividade em grupo, caracterizando-se por duplas, trios, ou times com dois ou mais integrantes com contato intenso, tais como basquetebol, futevolei, voleibol, vôlei de praia, beach soccer, futebol amador, futebol americano, futebol sete, futsal, handebol, hóquei na grama, pólo aquático, rugby, beisebol, e softbol.



ESPORTE DE RENDIMENTO

ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER

ESPORTE DE EDUCACIONAL

	GRAVÍSSIMO	GRAVE	ALTO	MODERADO
ESPORTE DE RENDIMENTO	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE PARTICIPAÇÃO E LAZER	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor
ESPORTE DE EDUCACIONAL	Outdoor e Indoor Outdoor e 25% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e 50% da Capacidade Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor	Outdoor e Indoor Outdoor e Indoor

Legenda:

**COMPETIÇÃO**
**TREINAMENTO**
**LIBERADO**
**PROIBIDO**

# DURANTE TODOS OS TREINAMENTOS

Obrigatório o uso da máscara



seu nariz, boca e queixo.



Não use com o nariz  
desprotegido.



Não use com a boca  
desprotegida.



Não a use apenas  
em seu queixo!



Nem pense em usá-la  
como lenço de cabelo!



Sua máscara ficou úmida?  
Troque-a!



Jamais toque no  
centro de sua máscara,



Quer retirá-la?  
Com cuidado, pegue-a pelas alças!



Use por no máximo 4h,  
depois substitua-a.



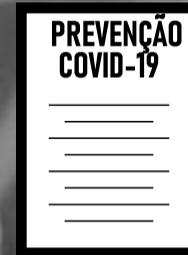
# NOS LOCAIS DE TREINAMENTOS



Secretaria Municipal  
de **Esportes**



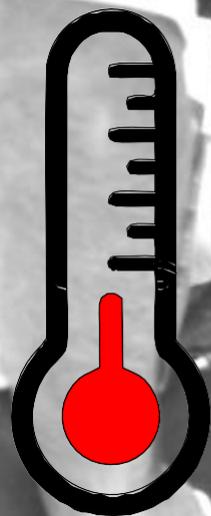
Criar circuitos de acessos  
para evitar o contato



Divulgar em local visível  
Informações de prevenção  
do covid-19



Acesso aos locais de treinamento somente  
com aferição de temperatura por método  
digital de infravermelho



Temperatura  
corporal maior que

**37,8 °C**

SINTOMAS  
GRIPAIS:



- tosse seca ou produtiva
- dor no corpo
- dor de garganta
- congestão nasal
- dor de cabeça
- falta de ar



NA PRESENÇA DE QUALQUER  
UM DESSES SINTOMAS DEVE  
SER ORIENTADO A PROCURAR  
UMA UNIDADE DE ASSISTÊNCIA  
DE SAÚDE

# HIGIENIZAÇÃO E CONTROLE DE ÁREAS COMUNS

(alojamentos, refeitórios, sanitários, vestiários, consultórios médicos, chuveiros, etc.)



Intensificar higienização destas áreas diariamente



Para quem for trabalhar, deve-se fazer uma lista com nome completo, RG, CPF, endereço, telefone de contato, função, local em que vai trabalhar e cronograma de trabalho.



O organizador do evento fica responsável pela elaboração da lista.



Limitar ao máximo o número de trabalhadores para funcionamento da atividade.



Capacitar atletas e os trabalhadores sobre o uso apropriados dos EPIs.



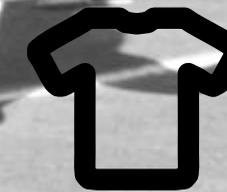
Banhos durante o evento permitidos apenas no risco **alto** e **moderado**, somente com boxes individualizados e com desinfecção após cada uso.



Nos riscos **gravíssimo** e **grave**, fica proibido a utilização de vestiários e chuveiros



Cada atleta deve portar sua própria garrada de água identificada.



Intensificar a lavação de uniformes, toalhas e vestimentas.



Atividade de recuperação individualizadas.

# HIGIENIZAÇÃO E CONTROLE DE ÁREAS COMUNS

(alojamentos, refeitórios, sanitários, vestiários, consultórios médicos, chuveiros, etc.)



Locais para lavagem das mãos e dispensadores álcool 70% ou preparações antissépticas similares a cada 10m.



Lavatórios providos de sabonete líquido, toalha descartável, álcool 70% ou preparações antissépticas similares e lixeiras com tampa de acionamento.



Bebedouros somente com jato inclinado para consumo de água com uso de copo descartável.



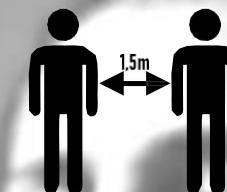
Adoção de medidas relacionadas à prevenção da Covid-19, afastando praticantes e trabalhadores do grupo de risco (pessoas acima de 60 anos, hipertensos, diabéticos, gestantes, obesos, imunodeprimidos ou portadores de doença crônica).



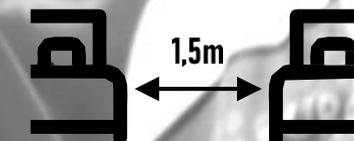
Ambientes ventilados.



Priorização da modalidade de trabalho remoto para setores administrativos.



Distância mínima de 1,5m de raio entre pessoas.



Distanciamento mínimo de 1,5m entre camas de atletas nos alojamentos.



**LOGO TUDO VAI PASSAR ;)**