



Om munnbind, avstandsregler og skoledagen ved fysisk opplæring på rødt nivå

Her er en kort, praktisk oppsummering av kjøreregler for elever som er fysisk på Greveskogen når vi er på rødt nivå. Den er basert på Udirs [Veileder om smittevern for videregående skoler](#).

1. Når du skal inn i skolebyggene: Benytt den inngangen som er nærmest rommet du skal til.
2. Sprit og vask hendene ved ankomst.
3. Unngå fysisk kontakt.
4. Ta gjerne et munnbind dersom du ikke klarer å holde minimum én meter avstand til andre. Sprit hendene før du tar det ut av dispenseren. Ta ikke flere enn du trenger, og sørg for å kaste brukte munnbind som restavfall.
5. Gå rett til rommet du skal være i. Følg evt. pil-markeringer på gulv/trapp/kantine/annet.
6. Læreren din organiserer inndeling og fordeling mellom rom. Du tilhører til enhver tid en kohort. En kohort = den gruppa/klassen du har undervisning sammen med.
7. Etter en time/økt: Vask overflater på egen pult/stol. Kohorten beholder klasserommet til neste økt starter. Neste kohort skal ikke inn før det ringer inn.
8. Ta aller helst pauser utendørs og benytt deg av tilgjengelige aktiviteter. I fellesarealer må munnbind benyttes dersom avstandsregelen blir vanskelig å følge.
9. Vi har vår egen metermann og koronavert. Han heter Ove. Vi ber om at hans og andre ansattes oppfordringer respekteres og følges.
10. Når du forlater bygget: Benytt nærmeste utgang. Kast evt. munnbind i søppelbøtta ved døra.
11. Ha en fin dag. Hver dag.