

花蓮縣立壽豐國民中學運動團隊訓練防疫計畫

因應國內嚴重特殊傳染性肺炎疫情，全國疫情警戒調降為二級。為確保本校運動團隊返校參加運動團隊訓練之學生選手及教練人員之健康，訂定本校運動團隊訓練防疫計畫。並依疫情指揮中心相關規定更新修正本計畫。

一、依據：

教育部體育署高級中等以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引

二、訓練地點：田徑隊:本校操場、拔河隊:豐裡國小、跆拳道:豐山國小。

三、期間：自即日起至 110 年 8 月 31 日(視疫情狀況修改)。

四、共通性規定：

- (一) 進入學校量測體溫 (額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$; 耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)、全程佩戴口罩、實聯制、維持社交安全距離，並且配合酒精消毒、人數管制等配套措施
- (二) 工作人員 (如教練、防護員) 全程佩戴口罩，首次訓練前，未施打疫苗或疫苗接種未達 14 天者，須有 3 日內快篩或核酸檢驗陰性證明，且每 3-7 天定期快篩 (原則每 7 天篩檢，應變處置時得縮短為每 3 天篩檢)。
- (三) 在自我查核與主管機關抽查之機制原則下，適度開放學校運動團隊返校訓練。

五、返校參與訓練人員健康管理

- (一) 參與訓練相關人員 (包含教練、防護員及學生等) 名單，確實造冊，確保人員落實健康監測。
- (二) 工作人員 (如教練) 全程佩戴口罩及面罩，首次訓練前，未施打疫苗或疫苗接種未達 14 天者，須有 3 日內快篩或核酸檢驗陰性證明，且每 3-7 天定期快篩 (原則每 7 天篩檢，應變處置時得縮短為每 3 天篩檢)。
- (三) 落實人員每日體溫量測、健康狀況監測及訓練期間身體狀況紀錄。
- (四) 學校運動團隊應指派專責人員，負責管理訓練相關人員健康監測事宜，確保所有參訓人員落實健康監測，並將所有參訓人員每日體溫、健康監測及訓練期間身體狀況紀錄，列冊管理。
- (五) 人員應落實每日自我健康監測，若有出現發燒 (額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$; 耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)、呼吸道症狀、嗅覺味覺異常、不明原因腹瀉等疑似 COVID-19 症狀或符合「居家檢疫」、「居家隔離」、「加強自主健康管理」、「自主健康管理」情形者，暫不得前往學校並主動通知學校專責人員，儘速就醫接受評估及處置。
- (六) 人員若有發燒及健康狀況異常，經就醫評估接受 COVID-19 相關採檢者，應落實「COVID-19 採檢後應注意事項」相關規定。

六、人員於校內訓練期間衛生行為

- (一) 加強人員防疫教育：參訓前應確保每一位人員皆已接收到防疫宣導訊息並已充分瞭解，並定期加強宣導及標示提醒警語，及訂定落實防疫之監督機制。
- (二) 進入校園時：學校入口處及訓練場所入口處，應提供充足的清潔及消毒用設備 (75%酒精或酒精性乾洗手液等)，以確保人員進入前應先進行手部清潔。

(三) 在校訓練期間：所有人員均應佩戴口罩，工作人員（如教練、防護員）除佩戴口罩外，應另佩戴防面罩。（註：運動中佩戴口罩可能帶來一定風險，如有心血管疾病或呼吸道過敏體質者，應避免參加。）

(四) 訓練完畢後：立即清潔雙手，返家後立即盥洗更換服裝。

(五) 不開放住宿：學校運動團隊訓練相關人員不得自行在校內或校外集中住宿。

(六) 飲食：用餐或飲食時，應遵守不面對面、保持防疫距離及設置隔板原則，餐後垃圾應由個人分別妥善處理，並每日進行傾倒及處理。

(七) 飲水：應事前備妥足夠量之個人裝備瓶裝水，且不共用或分裝飲用；如學校飲水機開放使用者，應加強清潔及消毒，且應加註防疫相關標示。

七、學校訓練場地及器材清潔消毒

(一) 每日定時（每個訓練時段之前、中、後）確實執行環境清潔及消毒，並針對常接觸之表面（如電梯、手把、門把、桌椅、訓練器材等）定時消毒擦拭（視接觸頻率多寡加強消毒）。

(二) 每日落實學校廁所、盥洗空間衛生清潔及消毒，並視人員使用情形提升清潔消毒頻率。

八、學校訓練場地及訓練內容管理

(一) 訓練場所：

1. 以室外通風良好地點為主，場地範圍人數限制為 40 人。

2. 如為室內訓練場地，場地範圍人數限制為 20 人，確實保持門窗開啟以維持空氣流通之狀態；如有空調設備之場地，應定期加強進行空調設備之清潔維護。

(二) 參訓人員名單應確實造冊及控管，以固定人員方式訓練，且限學校內人員，禁止跨校訓練。

(三) 訂定完整訓練計畫，包含運動團隊名稱、人員名冊、訓練方式規劃及每日訓練內容等。

(四) 落實人數管理，同時段內所有參訓人員（包含學生、教練及防護員等），以室內場館不超過 20 人、室外場地以不超過 40 人為限。

(五) 確實掌握並記錄學生訓練期間身體狀況，如發生緊急情況，應確實依緊急處理流程處理。

(六) 學校對於未成年學生選手返校參加學校運動團隊之訓練，應取得家長同意書，並告知家長相關訓練防疫措施及應注意事項（包含風險告知）。

(七) 建立校內查檢機制，並製作查檢紀錄。

九、學校運動團隊出現確診者應變措施

(一) 暫停訓練並進行環境清潔消毒

(二) 重新盤點參訓人員並完成造冊。

(三) 擴大風險管控，自主防疫管理。

(四) 配合疫情調查，接受抗原快篩或 PCR 檢驗

十、訓練相關防疫措施由本校生教組長、專項教練、校護協助實施管理。

十一、本計畫奉核後依計畫實施。

十二、附件：自我查檢表、訓練注意事項。