

國立體育大學 因應新冠肺炎疫情(COVID-19)

運動代表隊自主訓練防疫計畫

2021/5/20 訂定

2021/8/3 修訂一版

一、依據教育部 110 年 7 月 29 日臺教高通字第 1100099779 號函，中央流行疫情指揮中心宣布自 110 年 7 月 27 日至 8 月 9 日調降疫情警戒至第二級，因應部分項目選手因國內外運動比賽在即，為避免訓練中斷，有其自主訓練需求經 5 月 17 日競技學院會議同意，選手得依本校運動代表隊選手訓練計劃申請自主訓練(申請表如附件 1)，爰配合中央流行疫情指揮中心及桃園市政府防疫政策，擬定本防疫計畫。

二、訓練活動前：

建立應變機制，持續關注國內外傳染病疫情，適時將資訊提供相關人員，並應訂定集訓期間發現疑似新冠肺炎個案之相關應變機制：

- (一)活動環境與動線規劃：動線規劃、訓練場所規劃與疑似個案暫時隔離或安置空間、掌握鄰近醫療資源、諮詢地方衛生單位確立疑似新冠肺炎個案後送醫院及後送流程。
- (二)訓練分流：訓練時應盡量安排於室外，並採固定人員分組、分時段進行訓練，每組訓練人數不得超過室內 20 人、室外 40 人，訓練時請保持社交安全距離(室內>2 公尺；室外>1.5 公尺以上)，並全程配戴口罩，避免近身訓練；如有近身訓練之必要，應採固定人員訓練，減少不必要的接觸，並且禁止跨校訓練。
- (三)防疫物資整備：依人數及辦理時間，活動過程設置有充足的洗手設施，並隨時查看及準備足夠之個人清潔及防護用品，包含洗手用品(如肥皂、洗手乳或含酒精乾洗手液等)、擦手紙及口罩等。
- (四)健康管理及風險評估：
各訓練代表隊須掌握所有師生出勤及健康狀況，並派專人掌握隊內人員是否具高風險地區旅遊史及接觸史，每日填報足跡，填報網址：

<https://reurl.cc/VEZ65Y>。



三、相關人員健康管理措施：

- (一)訂定集訓全體人員(含流動人員)健康監測計畫，並有異常追蹤處理機制。
- (二)專人每日進行所有人員體溫量測及體況檢視各 3 次(早、中、晚)，並紀錄(如附件 2)，隨時掌握隊內師生高風險地區旅遊史及接觸史，倘有發燒(耳

溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ；額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$)、咳嗽、喉嚨痛、呼吸急促/困難、四肢無力、頭痛、噁心嘔吐、腹瀉、嗅味覺異常或其他新冠肺炎症狀，須立即主動向管理者報告，採取適當的防護措施及引導就醫治療，全隊立即停止訓練。

(三)工作人員(如:教練、防護員)未施打疫苗或接種未滿 14 日者，首次訓練前，應提供 3 日內快篩或 PCR 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。

四、訓練活動期間防護措施：

(一)活動環境及訓練規劃：

訓練活動範圍僅限訓練場地及宿舍，2 級警戒期間仍應減少外出，前往訓練場地應妥為規劃時間集合進出，降低與團隊外人士接觸或離開場地等情形。

(二)環境清潔及消毒：

1. 場館每日訓練前、結束後皆需進行漂白水或酒精消毒作業(所有空間、廁所、常碰觸之物品如門把、桌椅、運動器材等)。
2. 個人自備之器具、器材，不得互相借用；如由場館提供時，於轉換使用者前後，應再次消毒手部、器材及器具。
3. 加強環境、器材之消毒清潔工作，至少每兩小時清潔消毒 1 次。
4. 針對相關運動器材、設備，間隔開放使用(須符合 1.5 公尺距離)，並放置酒精、拋棄式擦拭布，提供使用者清消。

(三)通風設備：請保持場館室內通風、開啟門窗，避免使用空調及電扇。

(四)協助宣導選手應全程佩戴口罩，每日訓練結束後請立即更衣、梳洗。

五、住宿者請配合學校宿舍相關規定及防疫措施。

六、停止訓練標準：

(一)若隊內有人出現身體不適情形(如:若發燒、咳嗽、喉嚨痛、呼吸急促/困難、四肢無力、頭痛、噁心嘔吐、腹瀉或嗅味覺異常或其他新冠肺炎症狀)。

(二)中央流行疫情指揮中心將雙北、桃園任一地區升級為四級警戒。

(三)學校出現新冠肺炎確診病例。

七、若無法配合本防疫政策之訓練隊伍，為避免增加校內師生傳播風險，應停止訓練。

八、如遇疫情變化，將配合做滾動式修正。

國立體育大學 因應新冠肺炎疫情(COVID-19)

運動代表隊自主訓練申請表

	請填列	備註
1. 專長項目		例：技擊系武術隊
2. 自主訓練週期	年 月 日至 年 月 日	
3. 自主訓練地點		例：科技大樓跆拳道館、體育館舉重場
4. 自主訓練總人數及分組	總人數： 人/ 組數： 組	例：總人數 20 人，組數 4 組 (請遵守總人數不得超過：室內 20 人、室外 40 人)
5. 請檢視名單內是否有工作人員，如：教練、防護員	☐ 是 (請續答 6) ☐ 否 (請跳答 7)	
6. 教練、防護員是否已檢附：	☐ 接種新冠肺炎疫苗滿 14 日證明 或 ☐ 訓練日前 3 日內快篩或 PCR 檢驗陰性證明	
7. 自主訓練防疫計畫說明		
8. 總教練簽章		
9. 院長簽章		
10. 防疫小組簽章		
11. 場館單位簽章		

※工作人員檢驗參考期程：

教練、防護員—如接種新冠肺炎疫苗未滿 14 日 (可附上黃色接種卡或貼有接種日期的健保卡以茲證明)，首次需檢附檢驗陰性證明，之後每 3-7 天應安排定期快篩。

(原則每 7 天篩檢，應變處置時得縮短為每 3 天篩檢。)

- ▲**教練**檢驗日：1.第一次檢驗日期(請提供線習日前 3 日內):____年____月____日
2. 第二次檢驗日期(請提供上次檢驗日後 7 日):____年____月____日
3. 第三次檢驗日期(請提供上次檢驗日後 7 日):____年____月____日(以下請自行新增)
- ▲**防護員(生)**檢驗日：1.第一次檢驗日期(請提供線習日前 3 日內):____年____月____日
2. 第二次檢驗日期(請提供上次檢驗日後 7 日):____年____月____日
3. 第三次檢驗日期(請提供上次檢驗日後 7 日):____年____月____日(以下請自行新增)

※小提醒~運動代表選手自主訓練防疫重點

大項	內容
1. 體溫、體況及足跡監測	1. 每日進行所有人員體溫量測及體況檢視各3次(早、中、晚)並紀錄，隨時掌握隊內師生高風險地區旅遊史及接觸史，倘有發燒(耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ；額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$)、咳嗽、喉嚨痛、呼吸急促/困難、四肢無力、頭痛、噁心嘔吐、腹瀉、嗅味覺異常或其他新冠肺炎症狀，須立即主動向管理者報告，採取適當的防護措施及引導就醫治療，全隊立即停止訓練。 2. 各訓練代表隊須掌握所有師生出勤及健康狀況，並派專人掌握隊內人員是否具高風險地區旅遊史及接觸史，每日足跡填報網址： https://reurl.cc/VEZ65Y
2. 清潔、消毒	1. 場館每日訓練前、結束後皆需進行漂白水或酒精消毒作業。 2. 個人自備器具、器材，不得互相借用；如由場館提供，於轉換使用者前後，再次消毒。 3. 加強環境、器材之消毒清潔工作，至少每兩小時清潔消毒1次。 4. 運動器材間隔開放使用，放置酒精、拋棄式擦拭布，提供使用者清消。
3. 工作人員	★工作人員(如:教練、防護員)未施打疫苗或接種未滿14日者，首次訓練前，應提供3日內快篩或PCR檢驗陰性證明，且每3-7天定期快篩。
4. 備註	若無法配合本防疫政策之訓練隊伍，為避免增加校內師生傳播風險，應停止訓練。

※分流組別名單：(請所有人閱讀上述防疫計畫概要後，請親自簽名填寫)

▲組別1 練習時段： 星期 至星期 時間： 至

序號	學號 (教練或 防護員請 註明)	姓名	序號	學號 (教練或 防護員請 註明)	姓名	序號	學號 (教練或防 護員請註 明)	姓名
1			8			15		
2			9			16		
3			10			17		
4			11			18		
5			12			19		
6			13			20		
7			14					

▲組別2 練習時段： 星期 至星期 時間： 至

序號	學號 (教練或 防護員請 註明)	姓名	序號	學號 (教練或 防護員請 註明)	姓名	序號	學號 (教練或防 護員請註 明)	姓名
1			8			15		
2			9			16		
3			10			17		
4			11			18		
5			12			19		
6			13			20		
7			14					