

桃園市 110 學年度文華國民小學運動團隊訓練防疫計畫

壹、依據：桃園市政府教育局 110 年 7 月 30 日桃教體字第 1100065671 號函。

貳、目的：

因應國內嚴重特殊傳染性肺炎疫情，為確保本校之運動團隊於學校停課期間，返校參加運動團隊訓練之學生選手及教練人員之健康，避免增加不必要的群聚感染，參考教育高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引訂定本校團隊訓練防疫計畫，提供本校運動性團隊遵循，以降低疫情於學校發生機率與規模，以及社區傳播風險。未來並將依疫情發展狀況，視需要持續更新修正計畫。

參、適用對象：本校體操、足球隊等運動團隊。

肆、訓練條件：

- 一、學校適度開放校內運動團隊訓練之前提，須符合全程佩戴口罩、固定人員（禁止跨校）、人數管制（室內 20 人、室外 40 人上限）。
- 二、學生返校訓練前，學校應完成參與訓練人員及學生造冊，落實人數及健康管理，訂定完整訓練計畫、訓練場地及器材清潔消毒計畫，並建立校內查檢機制。
- 三、訓練人員首次訓練前，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）。
- 四、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）
- 五、學校經衛生主管機關公布為有確診者足跡所涉及之高風險區域之處置：應先全面暫停訓練，至學校完成環境清潔及消毒，且經衛生主管機關同意後，方可重新展開訓練。
- 六、訓練人員或學生發生確診者，依本計畫規定辦理。
- 七、如有違反相關本計畫或有其他防疫考量因素，由學務處督導改善，視情況得命其隨時停止訓練。
- 八、本計畫重點防疫措施綜覽(附表一)。

伍、學校運動團隊訓練防疫管理指引：

- 一、共通性規定：進入前量測體溫（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，訓練人員全程佩戴口罩（學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩），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）。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。

二、返校參與訓練人員健康管理

- (一)盤點預計返校參與訓練人員及學生名單，確實造冊，並訂定健康監測計畫及有異常時之追蹤處理機制，確保人員落實健康監測。
- (二)訓練人員全程佩戴口罩（學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩），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，負責管理訓練人員及學生健康監測事宜，確保所有訓練人員及學生落實健康監測，並將所有訓練人員及學生每日體溫、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，自採檢醫療院所返家後，應留在家中，不可外出，等待檢驗結果：
 1. 於未使用退燒藥之情況下，退燒超過 24 小時且相關症狀（如：咳嗽、呼吸急促）緩解後，且檢驗結果為陰性，始可返回學校。
 2. 如檢驗結果為陽性，先留在家中不要離開，等候公衛人員通知，一人一室，避免與其他同住者接觸或使用相同衛浴設備，務必佩戴口罩和注意手部衛生，若有就醫需求，禁止搭乘大眾運輸工具前往。

三、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，學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩。（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：學校運動團隊訓練人員及學生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。

四、學校訓練場地及器材清潔消毒

- (一)訂定訓練場地及器材清潔消毒計畫，並確實記錄執行情形，確保有系統且定時清潔訓練場所設備及器材。
- (二)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）。
- (三)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。

五、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，確實保持於教室對角處各開啟一扇窗，每扇至少開啟 15 公分，以利通風；如有空調設備之場地，應定期加強進行空調設備進風口與出風口以及冷氣主機濾網之清潔維護，中央空調出風口與迴風口的數量比例為 2 比 1（等同排風量為迴風量(m^3/s)的兩倍），保持正壓狀態以利與外界（戶外）氣體交換；如有電風扇，於使用時，應設定為定向且低速。
3. 地下室場地：無法保持通風之教室或密閉空間，以不使用為原則。

(二)訓練人員及學生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，同時段內所有人員（包含訓練人員及學生），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)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、應注意事項及風險告知（如件三）。

(七)相關訓練資料表件備查，並製作查檢紀錄。

陸、查核機制

一、運動團隊指導教練依「高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引自我查檢表」（附表 2）每日進行自主查檢，並留存以供查核，另每週應將查核情形報送學務處體育組備查。

二、如有違反計畫及防疫相關規範之情事，由各學務處督導改善，視情況得命其隨時停止訓練。

陸、本計畫經校長核示後通過實施，修正時亦同，並視疫情變化及教育主管機關相關規範，進行滾動式修正。

業務單位：

單位主管：

校長：



附表一、重點防疫措施綜覽

項目	防疫措施
共通性原則	<ol style="list-style-type: none"> 1. 進入量體溫（額溫$<37.5^{\circ}\text{C}$；耳溫$<38^{\circ}\text{C}$）。 2. 全程佩戴口罩。 3. 訓練人員全程佩戴口罩（學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩），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）。 4. 實聯制。 5. 保持社交安全距離。 6. 配合酒精消毒、人數管制等配套措施。 7. 自我查核與主管機關抽查之機制原則下，可適度開放室內外運動場館。
訓練人員及學生健康管理	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參與訓練人員及學生造冊。 2. 落實每日體溫量測、自主健康管理及狀況紀錄。 3. 訂定健康監測計畫（包含人員名單及異常追蹤處理機制）。
運動團隊於校內訓練期間衛生行為	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實佩戴口罩並注意手部清潔。 2. 用餐或飲食保持適當防疫距離及設置隔板。 3. 飲水應以個人用瓶裝水（不共用）。 4. 訓練人員及學生返家後訓練服裝立即清潔消毒。
訓練場地及器材清潔消毒	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訂定訓練場地及器材清潔消毒計畫。 2. 定時執行訓練場地及器材清潔及消毒。 3. 增加學校廁所、盥洗空間清潔及消毒頻率。
訓練場地及訓練內容管	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實造冊並控管訓練人員及學生名單，以固定人員方式訓練（禁止跨校）。

項目	防疫措施
理	<ol style="list-style-type: none"> 2. 單一出入口管制、於入口量測體溫。 3. 同時段內訓練人員及學生，以室內場館不超過 20 人、室外場地以不超過 40 人為限。 4. 場地應以室外通風良好為主，如為室內場地，應保持於教室對角處各開啟一扇窗，每扇至少開啟 15 公分(地下室空間無法保持通風之教室或密閉空間以不使用為原則)，室內外游泳池均不開放。 5. 每名學生每日訓練時間不得超過 3 小時。 6. 記錄每日訓練內容及身體狀況。 7. 若遇天氣酷熱不適合訓練或學生身體不適等狀況時應立即停止訓練。 8. 訂定緊急處理流程。
學校運動團隊出現確診者應變措施	<ol style="list-style-type: none"> 1. 暫停訓練並進行環境清潔消毒 2. 重新盤點訓練人員及學生並完成造冊。 3. 擴大風險管控，自主防疫管理。 4. 配合疫情調查，接受抗原快篩或 PCR 檢驗。
查核機制	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校應依附表 2「高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引自我查檢表(學校適用)」每日自主查檢，查檢情形每週報送各該主管機關備查。 2. 各該主管機關應依據附表 3「高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引查核表(主管機關適用)」及傳染病防治法加強查核，查核頻率由各該主管機關自訂。 3. 中央主管機關將不定期進行抽查。 4. 如有違反者，請各該主管機關督導改善，視情況得命其隨時停止訓練。

附表二、高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引_自我查檢表

學校及運動代表隊名稱：_____

查檢項目	查檢內容	查檢結果
場域管制 及管理	單一出入口管制	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	每日量測體溫（禁止額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 、耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 者進入）	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	進場前須完成手部清潔消毒	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	進出人員實聯制登記	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	訓練地點為通風良好之室外場地或空氣流通之室內空間	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	不開放住宿	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
人員管理 措施	訓練人員及學生皆已接受防疫宣導教育	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	訓練人員全程佩戴口罩（學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩），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）。	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	建立每日參與訓練人員名冊	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	符合室內場館20人、室外場地40人以內限制	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	用餐或飲食時保持距離及設置隔板	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	飲用水瓶不得共用	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	落實個人衛生措施（訓練完畢立即洗手，返家後立即清潔消毒等）	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	每日健康狀況監測，如有身體不適，應立即停止訓練	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
參與人員如有符合「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，不得參與訓練	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	

查檢項目	查檢內容	查檢結果
訓練場域 及器材清 潔消毒	訂定環境清潔及消毒計畫	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	訓練場所空調系統加強定期清潔	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	學校飲水機加強定期清潔	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	每次訓練前、中、後執行環境清潔及消毒	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	學校廁所、盥洗設備加強衛生清潔及消毒頻率	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
訓練方式 管理	學校運動團隊訓練防疫計畫，應公告於學校官網首頁	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	全員佩戴口罩	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	訓練人員及學生固定且為學校內人員	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	每名學生每日訓練時間不得超過3小時	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
應變處理 措施	建立緊急應變處理流程	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	應建立與當地衛生局之聯繫窗口及 COVID-19 通報流程	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	如有疑似 COVID-19 症狀，應協助就醫並立即通報	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	若遇天氣不適合訓練或學生身體不適等狀況，應立即停止訓練	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	適時提供中央流行疫情指揮中心公布之資訊給參與人員	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
其他	未成年學生應經家長同意書（告知運動中佩戴口罩之風險，如有心臟血管疾病或呼吸道過敏者，請勿參加）	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

註：學校應至少每日進行自我查檢，每週送查檢情形至主管機關備查。

查檢人員簽章：_____ 查檢日期： 年 月 日

【文華國小運動團隊成員參與運動訓練家長同意書】

●敝子弟/女_____就讀文華國小____年____班

●同意參加本校運動團隊訓練(請勾選)

體操隊

足球隊

其他運動團隊_____

●已詳讀以下注意事項(同意後打勾註記)

入校運動訓練配合教育主管機關及學校相關防疫措施。

了解運動配戴口罩之風險(運動過程由教練加強注意學生狀況)

有心臟血管疾病或呼吸過敏者，請勿參加。

※立同意書人(家長/監護人)：

(簽章)

※家長緊急聯絡電話：

中 華 民 國

年

月

日