

桃園市大竹國中學校運動團隊訓練防疫計畫

壹、防疫計畫

一、單一出入口管制作為：

1. 學生一律從本校北大門口(國中巷)進出，並在學務處進行體溫量測。
2. 團隊出入其間保持人與人的距離，避免不必要的接觸。

二、健康管理計畫：

1. 目前本校訓練人員皆已施打疫苗。
2. 建立每日參與訓練人員名冊，並落實個人衛生措施（勤洗手、戴口罩）
3. 訓練期間每日足跡之紀錄及體溫監測，並確實掌握團隊人員。

三、環境及器具消毒作為：

1. 每次訓練前、後進行球具、環境之消毒清潔。
2. 請總務處協助在學生常接觸之飲水機加強清潔。

四、防疫措施：

1. 本校團隊訓練時間為 15:00~17:00，並無用餐問題，並全程配戴口罩。
2. 訓練地點為開放式空間(操場)，空氣流通，降低感染風險。
3. 本校運動團隊師生共計 37 人，符合室內場館 20 人、室外場地 40 人以內規範。

五、應變計畫：

1. 建立與球隊家長溝通之通訊平台，學生若有任何身體狀況得立即聯繫教練。
2. 與蘆竹區衛生所建立聯繫窗口，如遇特殊狀況學務處依 COVID-19 通報流程通報。

六、其他防疫作為：

1. 偕同本校護理師於訓練期間對訓練人員及學生進行防疫宣導教育。

貳、 訓練活動概述

辦理單位	桃園市大竹國中	活動名稱	籃球隊暑訓
活動地點	大竹國中室外籃球場	活動日期	110 年 7 月 28 日至 110 年 8 月 27 日
訓練內容 (條列式)	1. 靜態暖身操 2. 動態暖身操 3. 基礎訓練 4. 小組訓練 5. 團體訓練 6. 戰術訓練	預計 參與人數	訓練人員(教師)：2 人參與學生：16 人 師生共計：18 人
填表人 職稱姓名	體育組長 黃貞瑜	連絡方式	(03)3232764 分機 312

辦理單位	桃園市大竹國中	活動名稱	橄欖球隊暑訓
活動地點	大竹國中操場	活動日期	110 年 7 月 28 日至 110 年 8 月 27 日
訓練內容 (條列式)	1. 靜態暖身操 2. 動態暖身操 3. 基礎訓練 4. 小組訓練 5. 團體訓練 6. 戰術訓練	預計 參與人數	訓練人員(教師)：1 人參與學生：13 人 師生共計：14 人
填表人 職稱姓名	體育組長 黃貞瑜	連絡方式	(03)3232764 分機 312

辦理單位	桃園市大竹國中	活動名稱	田徑隊暑訓
活動地點	大竹國中操場	活動日期	110 年 8 月 2 日至 110 年 8 月 27 日
訓練內容 (條列式)	1. 靜態暖身操 2. 動態暖身操 3. 基礎訓練 4. 體能訓練 5. 團體訓練	預計 參與人數	訓練人員(教師)：1 人參與學生：4 人 師生共計：5 人
填表人 職稱姓名	體育組長 黃貞瑜	連絡方式	(03)3232764 分機 312

參、 檢核項目

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）

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	☐ 是 ☐ 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）	☐ 是 ☐ 否
	進場前須完成手部清潔消毒	☐ 是 ☐ 否
	進出人員實聯制登記	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 否
	不開放住宿	☐ 是 ☐ 否
人員管理 措施	訓練人員及學生皆已接受防疫宣導教育	☐ 是 ☐ 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）。	☐ 是 ☐ 否
	建立每日參與訓練人員名冊	☐ 是 ☐ 否
	符合室內場館 20 人、室外場地 40 人以內限制	☐ 是 ☐ 否
	用餐或飲食時保持距離及設置隔板	☐ 是 ☐ 否
	飲用水瓶不得共用	☐ 是 ☐ 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）	☐ 是 ☐ 否
	每日健康狀況監測，如有身體不適，應立即停止訓練	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 否
	訓練場所空調系統加強定期清潔	☐ 是 ☐ 否
	學校飲水機加強定期清潔	☐ 是 ☐ 否
	每次訓練前、中、後執行環境清潔及消毒	☐ 是 ☐ 否
	學校廁所、盥洗設備加強衛生清潔及消毒頻率	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 否
	全員佩戴口罩	☐ 是 ☐ 否
	訓練人員及學生固定且為學校內人員	☐ 是 ☐ 否
	每名學生每日訓練時間不得超過 3 小時	☐ 是 ☐ 否
應變處理 措施	建立緊急應變處理流程	☐ 是 ☐ 否
	應建立與當地衛生局之聯繫窗口及 COVID-19 通報流程	☐ 是 ☐ 否
	如有疑似 COVID-19 症狀，應協助就醫並立即通報	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 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	☐ 是 ☐ 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）	☐ 是 ☐ 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

桃園市大竹國中學校運動團隊訓練家長同意書

說明：全國疫情警戒調降為二級期間，為確保學校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等相關人員之健康，學校有下列幾點事項需要家長與貴子弟配合。

訓練日期：110 年 7 月 28 日至 8 月 27 日，週一至週五

訓練時間：下午 3:00~下午 5:00

訓練地點：大竹國中室外籃球場及操場

1. 統一由學校北大門進出，並先至學務處量體溫（額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$ ）。
2. 訓練期間全程佩戴口罩，並保持場館通風。
3. 參與暑訓之學生須每天於簽到簿簽到並記錄自身體溫、記錄每日訓練內容及身體狀況。
4. 飲食保持適當防疫距離（每人間隔需 $>1.5\text{m}$ ），飲水應以個人用瓶裝水（不共用為原則）。
5. 訓練人員及學生返家後訓練服裝立即清潔消毒。
6. 如學生有身體不適等狀況時應告知教練，並得立即暫停練習。

同意書回條

本人同意學生_____參加大竹國中 110 年運動團隊訓練活動，並遵守各項防疫規定注意事項。

家長簽名：

家長連絡電話：

中華民國 110 年____月____日