

桃園市光明國小田徑隊實體訓練防疫計畫

壹、實施日程：110年9月13日起至1月20日止。

貳、實施細則：

一、防疫期間注意事項：

- (一)、訓練時間：07:50至08:40。
- (二)、請於入校前自主量健康管理，實施體溫監測及酒精消毒後方可入校。
- (三)、請選手將個人用品依照指定位置放置不得隨意擺放。
- (四)、訓練時維持戶外1.5公尺的社交距離，並須於訓練期間全程配口罩。
- (五)、選手需準備個人物品，並不得混用，飲用水不足處請自行至飲水機取水，其餘須自帶物品如下：水壺、毛巾、替換衣物、備用口罩3個、個人需要藥品。
- (六)、在家請自行測量體溫，若體溫高於37度，請不要到校。
- (七)、訓練期間為控管人員，若當日因故請假，請提早告知教練。
- (八)、請選手訓練準時參與訓練。
- (九)、訓練時間若有身體不適情形，請第一時間告知教練。
- (十)、會議情狀況滾動式檢討，如有變化會公告週知。

二、疫情期間，煩請大家共體時艱，遵守一切規定，大家一同努力，提高訓練品質～謝謝。

三、參與訓練人員列冊表：

姓名	年級	班別	姓名	年級	班別	姓名	年級	班別	姓名	年級	班別	姓名	年級	班別
彭麒元	6	3	鄭丞晉	6	7	江蓓萱	6	11	丁文婷	5	6	陳佑鎧	4	1
葉劉旂	6	3	張家涵	6	8	郭宥宏	5	1	劉奕德	5	10	蘇昱帆	4	1
魏彥丞	6	4	莊岱佑	6	9	黃凱廷	5	4	烏昕玥	5	10	彭鈺均	4	1
陳彥勳	6	4	凌睿謙	6	9	周采潔	5	4	游宏澤	5	11	鍾胤廷	4	8
許浹珮	6	5	李健耀	6	9	林瑋琦	5	4	柯以德	4	1	李家維	3	3
吳冠毅	6	5	吳家亨	6	9	李柏儒	5	5	徐立哲	4	1	鍾硯廷	2	7
周奕騰	6	6	許尹桓	6	9	蔡承義	5	6	羅秉宥	4	1	共計：34人		

備註：

1. 上表名冊會因學期中有意願入隊之同學而所更動。
2. 如有入隊新同學會於每日體溫登記表中記錄當日出席。

參、人員防疫及訓練場地環境清潔消毒計畫

一、依據:教育部 110.7.26 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、實施要點：

(一)人員防疫：

1. 完成訓練人員造冊，訓練人員第一次訓練前未施打苗接種未達 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）。
2. 對於未成年學生選手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）
3. 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。
4. 人員於校內訓練期間衛生行為：
 - (1)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。
 - (2)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。
 - (3)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。）
 - (4)訓練完畢後：立即清潔雙手，返家後立即盥洗更換服裝。
 - (5)禁止飲食，採用瓶裝水，不使用學校飲水機。
5. 學校有疑似感染者及確診者，立即停止訓練，依照防疫指引立即處理。

(二)學校訓練場地及器材清潔消毒

本學期訓練為完全室外，清潔消毒人員為訓練人員，其流程方為：

1. 訓練前，先行以漂白水:水=1:100 的比例清洗本次訓練器材。
2. 訓練器材包含訓練欄架、起跑架、訓練圓盤、鉛球、藥球、彈力繩、沙坑鏟子等。
3. 訓練中，禁止交換使用個人裝備，飲用水。
4. 廁所一律使用跑道旁邊廁所，訓練完後以漂白水清洗消毒。

肆、訓練同意單

田徑隊 110 學年訓練同意單

敬啟班級導師與家長：

一、說明：

因為疫情所致，目前需要遵守政府防疫指引，我們依據教育局的來文指示，配合現行的政策，培養學生參與訓練須養成固定清潔的好習慣，並且因應變化作滾動式調整。

二、本學期訓練時間表：

日期	時間	備註
每周一到四	07:50~08:40	晨光時間
每周五	07:50~08:15	結束後進行寧靜閱讀

回 條

配合防疫政策，每日選手入校須先量體溫噴酒精方使得入隊練習，中途不可無故隨意離開。

同意參與訓練及配合防疫政策

班 級：_____年_____班

導 師：_____。

家 長：_____。

姓 名：_____。