

豐原國中羽球隊防疫期間訓練計畫

練習場地	練習時間	備註
體育館 表藝廳 體育場	7/27 (二) 至 7/30 (五) 14:00-17:00 8/2 (一) 起 七年級：早上 8:30-11:30 八年級：下午 14:00-17:00 九年級：下午 14:00-17:00 每週六早上 8:30-11:30	球員人數 52 人、教練邱翌如、教練蕭立烜、教練張鈞皓、教練李邠瑀、教練傅俊清、防護員林品瑀，共 58 人。

訓練前防疫工作：

1. 首次訓練需繳交家長同意書。
2. 球員須先行在家做自主量測體溫，如有身體不適，勿到校並請聯繫教練。
3. 單一出入口，球員進入體育館前，需完成填寫實名制紀錄及消毒雙手(入口處有酒精)，並量測體溫(額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)。
4. 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)。
5. 以體育館、表藝廳及體育場三場地作分流訓練，室內不超過 20 人、室外 40 人，且不跨校固定人員訓練。
6. 打開門窗開啟以維持空氣流通之狀態；電風扇使用時，以固定方向吹(不轉向)。
7. 球員自行準備水壺，飲用水不共喝。
8. 依規劃之固定區域放置個人物品及休息(舞台)，並保持防疫規範。

訓練中防疫工作：

1. 選手訓練全程配戴口罩(球員自備數個口罩)。
2. 保持 2 公尺社交安全距離。
3. 教練指導採取示範為主，不直接肢體接觸選手。

訓練後防疫工作：

1. 用餐或飲食保持適當防疫距離勿交談。
2. 訓練後要求洗手，返家後訓練服裝立即清潔消毒更換，禁止在校外聚集逗留，立即返家。
3. 廁所、休息區、器材消毒。
4. 每日訓練後，需上網填報當天足跡。

備註

1. 體溫超過 37.5 度，禁止入校。轉知家長該生測量溫度，建議家長依身體狀況就診。
2. 場地器材消毒作業，遵守防疫規定。
3. 檢附教練防疫快篩紀錄表、參訓人員名單及體溫測量表、場地器材消毒計畫。
4. 依據高級中等以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引辦理。

豐原國中羽球隊場地器材消毒計劃

- 一、 教練指定安排指定人員負責各項消毒工作，由教練負責進度及檢查工作。由學校每日負責依據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不定時複檢。
- 二、 教練備妥充足消毒酒精(健康中心領取)及漂白水(學務處衛生組領取)。
- 三、 消毒時段：
 1. 訓練前 10 分鐘完成消毒。
 2. 訓練中每兩小時消毒一次。
 3. 訓練後全面消毒。

四、場地器材消毒記錄表：

編號	場地/器材名稱 (以 0.5%漂白水或次氯酸水 擦拭消毒)	110 年 月 日 星期		
		訓練前	訓練中	訓練後
1	休息區地板	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
2	男廁、女廁	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
3	重量訓練器材及共用 訓練器材	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
4	防護室	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
5	置物櫃、電源開關	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
6	所有門的手把、水龍頭 開關、飲水機	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成
負責人員/教練簽名				

豐原國中角力隊防疫期間訓練計畫

練習場地	練習時間	備註
柔道館	8/2 (一) 星期一至星期五 下午 2:00 至 5:00	學生人數 20 人、教練王財文，共 21 人。

訓練前防疫工作：

1. 首次訓練需繳交家長同意書。
2. 球員須先行在家做自主量測體溫，如有身體不適，勿到校並請聯繫教練。
3. 學生進入道館前，需完成填寫實名制紀錄及消毒雙手，並量測體溫（額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$ ）。
4. 打開門窗開啟以維持空氣流通之狀態；電風扇使用時，以固定方向吹（不轉向）。
5. 道館訓練人數不超過 20 人，且不跨校固定人員訓練。
6. 學生自行準備水壺，飲用水不共喝。
7. 依規劃之固定區域放置個人物品及休息（舞台），並保持防疫規範。

訓練中防疫工作：

1. 教練及選手全程配戴口罩(球員自備數個口罩)。
2. 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。

訓練後防疫工作：

1. 訓練後要求洗手，返家後訓練服裝立即清潔消毒更換，禁止在校外聚集逗留，立即返家。
2. 廁所、休息區、器材消毒。
3. 每日訓練後，需上網填報當天足跡。

備註

1. 體溫超過 37.5 度，禁止入校。轉知家長該生測量溫度，建議家長依身體狀況就診。
2. 場地器材消毒作業，遵守防疫規定。
3. 檢附教練施打疫苗紀錄表、參訓人員名單及體溫測量表、場地器材消毒計畫。
4. 依據高級中等以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引辦理。

豐原國中角力隊場地器材消毒計劃

- 一、 教練指定安排指定人員負責各項消毒工作，由教練負責進度及檢查工作。由學校每日負責依據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不定時複檢。
- 二、 教練備妥充足消毒酒精(健康中心領取)及漂白水(學務處衛生組領取)。
- 三、 消毒時段：
 1. 訓練前 15 分鐘完成消毒。
 2. 訓練中每 1.5 小時消毒一次。
 3. 訓練後全面消毒。

四、 場地器材消毒記錄表：

編號	場地/器材名稱 (以 0.5%漂白水或次氯酸水擦拭消毒)	110 年 月 日 星期		
		訓練前	訓練中	訓練後
1	柔道場道墊	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
2	男廁、女廁	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
3	重量訓練器材及共用 訓練器材	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成
4	樓梯間	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
5	置物櫃、電源開關	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成
6	所有門的手把、水龍頭 開關、飲水機	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成
負責人員/教練簽名				

豐原國中拔河隊防疫期間訓練計畫

練習場地	練習時間	備註
拔河訓練場 停車場 體育場	8/11 (三) 至 8/31 (二) 七、八年級：下午 13:30—16:30 九年級：下午 16:30—17:30	學生人數 23 人、教練王姿榕，共 24 人。 分成 2 個不通時間訓練。
<p>訓練前防疫工作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 首次訓練需繳交家長同意書。 2. 球員須先行在家做自主量測體溫，如有身體不適，勿到校並請聯繫教練。 3. 單一出入口，學生進入拔河場前，需完成填寫實名制紀錄及消毒雙手(入口處有酒精)，並量測體溫(額溫<37.5℃；耳溫<38℃)。 4. 教練、防護員全程佩戴口罩。 5. 球員自行準備水壺，飲用水不共喝。 6. 依規劃之固定區域放置個人物品及休息(舞台)，並保持防疫規範。 <p>訓練中防疫工作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. 選手訓練全程配戴口罩(隊員自備數個口罩)。 8. 保持 1.5 公尺社交安全距離。 9. 訓練過程中有更換器材，消毒過後再換人。 <p>訓練後防疫工作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. 訓練後要求洗手，返家後訓練服裝立即清潔消毒更換，禁止在校外聚集逗留，立即返家。 11. 廁所、休息區、器材消毒。 12. 每日訓練後，需上網填報當天足跡。 <p>備註</p> <ol style="list-style-type: none"> 13. 體溫超過 37.5 度，禁止入校。轉知家長該生測量溫度，建議家長依身體狀況就診。 14. 場地器材消毒作業，遵守防疫規定。 15. 檢附教練防疫快篩紀錄表、參訓人員名單及體溫測量表、場地器材消毒計畫。 16. 依據高級中等以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引辦理。 		

豐原國中拔河隊教練防疫快篩紀錄表

一、施打疫苗紀錄

1. 王姿榕(施打日期：110 年 7 月 27 日，第 14 天為 8 月 10 日)

豐原國中拔河隊場地器材消毒計劃

- 一、 教練指定安排指定人員負責各項消毒工作，由教練負責進度及檢查工作。由學校每日負責依據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不定時複檢。
- 二、 教練備妥充足消毒酒精(健康中心領取)及漂白水(學務處衛生組領取)。
- 三、 消毒時段：
 1. 訓練前 10 分鐘完成消毒。
 2. 訓練中每一小時消毒一次及更換器材。
 3. 訓練後全面消毒。

四、場地器材消毒記錄表：

編號	場地/器材名稱 (以 0.5%漂白水或次氯酸水 擦拭消毒)	110 年 月 日 星期		
		訓練前	訓練中	訓練後
1	休息區地板	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
2	男廁、女廁	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
3	置物櫃、電源開關	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
4	所有門的手把、水龍頭 開關、飲水機	<input type="checkbox"/> 完成	/	<input type="checkbox"/> 完成
5	重量訓練器材及共用 訓練器材	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成	<input type="checkbox"/> 完成
負責人員/教練簽名				

學校出現感染風險者之應變措施

一、工作人員(如教練、防護員)或學生選手之抗原快篩結果為陽性者，即稱為具有 COVID-19 感染風險者(下稱疑似病例)。

二、監測通報:

(一) 參與訓練人員如有肺炎或出現發燒、呼吸道症狀、嗅覺味覺異常或不明原因腹瀉等疑似感染症狀，應安排儘速就醫;就醫時，務必主動告知醫師相關 TOCC，以提供醫師及時診斷通報。

(二) 知悉或發現有抗原快篩或 PCR 檢驗結果陽性者，應於 24 小時內通報地方主管機關。

三、疑似病例轉送就醫

(一) 請聯繫衛生局或撥打 1922，依指示至指定社區採檢院所就醫或返家等候，且禁止搭乘大眾運輸工具前往。

(二) 疑似病例依指示送醫或返家前，學校應協助暫時安排於校內指定之獨立隔離空間。

(三) 前項獨立隔離空間於疑似病例送醫後，應進行清潔消毒，負責環境清潔消毒的人員需經過適當的訓練，且作業時應穿戴適當的個人防護裝備。

(四) 若需使用救護車，救護車運送人員及轉入的醫院必須被提前被告知疑似病例症狀及旅遊史等狀況，以利安排處置措施及個人防護裝備。

四、疑似病例不可到校;若經衛生主管機關或檢疫人員開立居家隔離通知書、居家檢疫通知書、自主健康管理通知書，請遵照相關規定辦理。

學校出現確診者應變措施

當學校出現 COVID-19 確診病例時，應通報衛生主管機關及學校主管機關，並配合主管機關之

疫情調查，並落實執行以下防治措施。

一、確診者為學校人員時之處置

- (一) 應將學校運動團隊訓練相關人員造冊，並向該類人員宣導配合疫情調查。並立即就現有 已知資訊(如確定病例之工作範圍或時間等)，先通知確定病例及可能與其有接觸之人員 暫停工作(與此類人員連繫時仍應注意確定病例之隱私)、暫勿外出，在家等待衛生單位之調查與聯繫。
- (二) 暫停訓練及進行環境清潔消毒，學校訓練場所應至少暫停訓練 3 日，且經衛生主管機關同意後方可重新展開訓練。
- (三) 被匡列為密切接觸者之人員應進行居家隔離及採檢，其密切接觸者至少應包含曾於確診者可傳染期內：
 1. 於同一訓練場地(館)內人員。
 2. 學校內相鄰場所之所有人員。
 3. 其他經衛生主管機關疫情調查後匡列之人員。

二、學校經衛生主管機關公布為有確診者之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消毒，且經衛生主管機關同意後方可重新展開訓練。

三、於確診病例可傳染期內，與確診病例於學校該場所活動之其他人員(非密切接觸者)，應依衛生 主管機關之指示與安排，每 3 至 7 日進行 1 次 SARS-CoV-2 抗原快篩或核酸檢測(家用型快 篩或實驗室機型)，至最後 1 名確診病例離開學校該場所後次日起 14 日止。

四、增加學校場地環境清潔消毒作業頻率，至少為 1 日 2 次(含)以上，至最後 1 名確定病例離開 該場所後次日起 14 日止。

五、加強非密切接觸者之造冊列管人員相關健康監測，且應至少監測至最後 1 名確定病例離開學校 該場所後次日起 14 日止，並鼓勵其若於監測期間內有出現相關疑似症狀，應主動向衛生主管機關之聯繫窗口進行通報。

六、其他衛生主管機關指示之應配合事項。