桃園市楊梅區瑞埔國民小學運動團隊訓練防疫管理指引

1. 共通性規定：進入前量測體溫（額溫<37.5℃；耳溫<38℃）、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。
2. 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≥37.5℃；耳溫≥38℃）、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，遵守一人一室隔離並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。

1. 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，應遵守不交談、保持防疫距離

及設置隔板原則，餐後垃圾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。

1. 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。計畫內容應包括：場所清潔消毒流程與方法、各項工作負責人員等。

(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100人。

2. 如為室內訓練場地，場地範圍人數限制為50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（m3/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50人、室外場地以不超過100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。