

# 彰化藝術高中運動團隊訓練防疫計劃

依據教育部110年8月10日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。

## 壹、前言

因應國內嚴重特殊傳染性肺炎疫情，全國疫情警戒調降為二級期間，為確保彰化藝術高中（以下簡稱本校）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，爰訂定本校運動團隊訓練防疫計劃，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。

## 貳、名詞解釋

- 一、訓練人員：係指學生以外，參加學校運動團隊訓練相關人員，如教練、防護員等。
- 二、COVID-19 疑似病例：訓練人員或學生「『SARS-CoV-2快速抗原檢驗測試』含家用快篩試劑（以下稱抗原快篩）」結果為陽性者。

## 參、訓練條件

- 一、本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（同時段內訓練人員及學生，以室內場館不超過 50人、室外場地以不超過 100 人為限）。
- 二、學生返校訓練前，各隊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、運動團隊訓練相關人員（包括教練、防護員、學生）應充分瞭解本校訓練防疫計畫內容，並隨時更新。
- 六、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。
- 七、訓練人員或學生發生確診者，依本計劃陸規定辦理。
- 八、如有違反相關本計劃或有其他防疫考量因素，由各主管機關督導改善，視情況得命其隨時停止訓練。

## 肆、學校運動團隊訓練防疫管理

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、自備水瓶，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（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）。

### 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）學校各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，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。

### 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。

#### 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。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（m<sup>3</sup>/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），以室內不超過 50 人、室外不超過 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。
- (六) 學校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）。

- (七) 建立校內查檢機制，並製作查檢紀錄。
- (八) 游泳訓練另依據「游泳選手訓練因應COVID-19防疫管理指引」辦理。

#### 伍、學校出現疑似病例者之應變措施

- 一、訓練人員或學生之抗原快篩結果為陽性者，即屬於COVID-19疑似病例者（下稱疑似病例）。
- 二、監測通報：
  - (一) 訓練人員或學生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（含加強自主管理），請遵照相關規定辦理。

#### 陸、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人員及學生造冊，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) 應全面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。

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，並應要求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。

柒、 查核機制

一、 學校應依「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」（如附件一）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主管機關備查。

附表 1

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	<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：110 年 月 日

