

110 年嘉義市世賢國民小學校棒球隊訓練防疫計畫

一、依據：

1. 教育部體育署110年7月28日臺教授體字第1100026476號函。
2. 教育部110年7月26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。

二、目的：

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，為確保高中以下學校之運動團隊於學校停課期間，參加運動團隊訓練之學生選手及教練人員之健康，將遵照教育部體育署發布之「高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引」，規劃並確實執行集訓期間之相關防疫措施，以降低感染風險及提升訓練安全。

三、訓練規劃：

1. 主辦單位：嘉義市世賢國小
2. 訓練日期：110年8月4日起至110年8月31日(如之後疫情趨緩或升溫再視情況修改)
3. 訓練時間：新進球員，每週一至週五上午8時30分至11時30分。
舊生球員，每週一至週五下午2時至5時。
4. 訓練防疫管制時間：每週一至週五，上午8時至12時及下午1時30分至5時30分
5. 訓練地點：上午時段在世賢國小打擊練習場及操場；下午時段在興嘉棒球場。
6. 集訓人數：同一時段同一場所含選手及工作人員名單造冊(如附件1)。*符合室內不超過20人、室外不超過40人之規定，加強人數管控。
7. 每週訓練課表：

時間		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:30 	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 投捕練習

	11:30	5. 基本動作 6. 收操	5. 基本動作 6. 收操	5. 守備練習 6. 收操	5. 守備練習 6. 收操	5. 樂樂棒賽 6. 收操
下午	14:00 17:00	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習 5. 基本動作 6. 收操	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 打擊練習 5. 基本動作 6. 收操	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 守備練習 5. 基本動作 6. 收操	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 壘間傳球 4. 守備練習 5. 基本動作 6. 收操	1. 暖身操 2. 傳接球 3. 投捕訓練 4. 外野守備 5. 實戰訓練 6. 收操

四、 共通性防疫措施：

1. 進入訓練場地前應量體溫(額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$;耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)。
2. 訓練全程佩戴口罩。
3. 訓練人員(如教練、防護員)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)。
4. 實聯制。
5. 保持社交安全距離。
6. 配合酒精消毒、人數管制等配套措施。
7. 固定人員方式訓練。
8. 人數管制(室內20人及室外40人)。
9. 用餐保持防疫距離或設置隔板。
10. 不住宿。

五、 訓練前防疫宣導：

學校運動團隊訓練相關人員(包括專長教師、教練、防護員、學生)均於訓練前充分瞭解相關訓練防疫計畫內容，並隨政府發佈之辦法及時更新。

六、參訓人員基本管理：

1. 統一出入口（參訓人員均由大門進出；其餘側門一律關閉）
2. 到校練習者由門口警衛進行體溫量測；到球場練習者訓練前由教練進行體溫量測。
3. 手部酒精消毒。
4. 全程戴口罩。
5. 保持室內安全距離且須自備水瓶不得共飲（不共用、不分裝）。

七、訓練人員（如教練、防護員）基本管理規劃：

1. 進學校時統一學校大門口量測體溫後方得進入學校。
2. 酒精消毒。
3. 全程戴口罩（視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩）。
4. 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）。*本校訓練人員均已經於7/21施打疫苗，至開訓首日已達14天。
5. 訓練人員名單：黃信瑋教練、李育佳教練、蕭安志教練
6. 訓練人員提供陰性證明規劃：
 - （1）施打疫苗者提供施打證明卡，其餘提供快篩陰性證明。
 - （2）於首次訓練前一日進行快篩檢測，而後每3-7日進行一次快篩檢測。
 - （3）訓練當日提供陰性證明書或將施測結果拍照提供主管機關檢視。
 - （4）自行快篩者應於快篩試劑上填寫姓名、註記日期並自行妥善保存。
 - （5）相關快篩後之處理均依照防疫指揮中心指引。

八、確實掌握紀錄所有訓練人員及學生之接觸史及足跡確實掌握紀錄所有訓練人員及學生之接觸史及足跡：（如附件1）

1. 於實聯制時，由教練引導學生詳實登記每日接觸史及足跡。
2. 調查學生身體健康狀況，如有不適即立刻停止練習。
3. 倘若學生休息後仍無法訓練，即通知家長接送返家休息。

九、訓練名單及訓練時間之規劃：(如附件 1)

1. 所有訓練人員及學生名單應確實造冊及控管。
2. 本集訓採固定人員方式訓練，參加者於訓練期間不得回母隊練習。
3. 同一名學生單日訓練不得超過3小時。

十、落實人數管理規劃：

1. 考量運動時人員移動特性，同時段內所有訓練人員及學生，以室內不超過20人、室外不超過40人為限，加強人數管控。
2. 實施分組訓練，上午時段新進球員在世賢國小打擊練習場及操場練習；下午時段舊生球員在興嘉棒球場練習。
3. 同一時段之人員平均分組，於操場及簡易練習場或球場各區同時進行訓練。

十一、訓練場館及器材消毒作業之規劃：配合每日訓練前、中、後清潔消毒。

訓練場地	清消方式	負責學生	查核人員
場地及整理用具清潔消毒	用具以 75%酒精擦拭，地面以漂白水(1:100 比例)稀釋清拖。		
球具、網子等訓練器材清潔消毒	75%酒精擦拭		
發球機清消	75%酒精擦拭		
球員休息區之清潔消毒	用具以 75%酒精擦拭，地面以漂白水(1:100 比例)稀釋清拖		
廁所及相關設施清潔消毒	用具以 75%酒精擦拭，地面以漂白水(1:100 比例)稀釋清拖		
桌面、門把及相關器具清潔消毒	75%酒精擦拭		

◎排定之清消人員請假時，由教練彈性調整負責人員，並加強自我檢查。

十二、用餐或飲食時之規劃：

場館內一律禁止飲食，飲水應以個人裝備瓶裝水為限（不共用、不分裝）。

十三、家長同意書之規劃：

未成年學生參加前須取得家長或監護人同意書（如附件 2），同意書內並應明確告知家長訓練時戴口罩之健康風險（如有心臟血管疾病或呼吸道過敏者請勿參加）。

十四、建立每日訓練內容及身體狀況紀錄表之規劃。

訓練內容會依照賽期時間，規畫週期化訓練內容，並視學生身心狀態而擬訂。身體狀況紀錄表依循造冊名單紀錄。

十五、學生健康監測 SOP 及通報規劃：依據本校校園防疫因應措施處理後續作業。

十六、有 COVID-19 感染風險者之應變措施規劃。

1. 實施訓練人員（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）。
 2. 監測通報：
 - (1) 訓練人員（如教練、防護員）或學生選手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。
 - (2) 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。
 3. 疑似病例轉送就醫
 - (1) 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。
 - (2) 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。
 - (3) 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。
 - (4) 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。
 4. 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。

十七、有 COVID-19 確診者之應變措施規劃。

當集訓人員出現 COVID-19 確診病例時，應通報衛生主管機關及學校主管機確診病例時，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。關，並配合主管機關之疫情調查，並落實執行以下防治措施。

1. 盤點訓練人員及學生並造冊。
2. 暫停訓練並進行環境清潔消毒，並暫停訓練3日，且經衛生主管機關同意後方可重新展開訓練。
3. 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) 球場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。
4. 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，至場地完成環境清潔消毒，且經衛生主管機關同意後方可重新展開訓練。
5. 於確診病例可傳染期內，與確診病例於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。
6. 增加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。
7. 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。

十八、衛生單位聯繫窗口及通報流程規劃：依據本校校園防疫因應措施處理後續作業。

十九、查核機制（自我查檢表如附件3）：集訓期間應依據「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」進行每日自主查檢，如有違反者，教育主管機關視情況得命其隨時停止訓練。

二十、如有未盡事宜，一切遵照國家疫情指揮中心及教育部體育署發布之相關辦法執行。

110 年嘉義市世賢國小棒球隊訓練參與人員及學生造冊(一)

(新進球員，上午時段 08:30~11:30)

日期：110 年 月 日

編號	職稱	姓名	居住地	交通方式	體溫	身體健康狀況	足跡說明	簽名欄
1	教練	蕭 0 志	嘉義市	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
2	教練	黃 0 瑋	嘉義市	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
3	教練	李 0 佳	竹崎鄉	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
4	學生	吳 0 恩	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
5	學生	樺 0 彰	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
6	學生	蕭 0 佑	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
7	學生	王 0 文	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
8	學生	蕭 0 祐	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
9	學生	張 0 誠	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
10	學生	林 0 傑	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
11	學生	林 0 安	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
12	學生	王 0 堯	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
13	學生	吳 0 信	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
14	學生	林 0 智	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
15	學生	王 0 承	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
16	學	賴 0 昱	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	

	生							
17	學生	陳〇政	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	

110 年嘉義市世賢國小棒球隊訓練參與人員及學生造冊(二)

(舊生球員，下午時段 14:00~17:00)

日期：110 年 月 日

編號	職稱	姓名	居住地	交通方式	體溫	身體健康狀況	足跡說明	簽名欄
1	教練	蕭〇志	嘉義市	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
2	教練	黃〇瑋	嘉義市	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
3	教練	李〇佳	竹崎鄉	自行開車	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
4	學生	蔡〇璿	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
5	學生	陳〇恩	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
6	學生	蔡〇恩	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
7	學生	謝〇程	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
8	學生	吳〇安	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
9	學生	張〇存	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
10	學生	陳〇洋	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
11	學生	劉〇恩	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
12	學生	張〇霖	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
13	學生	劉〇甫	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
14	學生	蔡〇恩	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	

15	學生	賴 0 瑋	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
16	學生	劉 0 志	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
17	學生	陳 0 橙	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
18	學生	李 0 錄	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
19	學生	劉 0 志	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
20	學生	蔡 0 欣	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	
21	學生	蔡 0 瑋	嘉義市	家長接送	℃	☐ 無異狀；____ _____	☐ 住家往返；____ _____	

110 年嘉義市世賢國小棒球隊訓練防疫說明暨家長同意書

茲同意本人子女_____自 110 年 8 月 4 日起參加嘉義市世賢國小棒球隊訓練活動，立同意書人已確實瞭解 110 年嘉義市世賢國小棒球隊訓練期間之訓練方式及防疫規劃，並配合及叮囑參加者確實遵守「高中以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引」之相關規範。另訓練期間若全國疫情有所變化，為確保學生安全，可能暫停集訓活動，敬請配合。集訓期間請參加者確實遵守防疫規定：

- 一、 每次訓練前量測體溫(額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)、配合酒精消毒、訓練期間全程配戴口罩並注意手部清潔、訓練休息期間保持社交安全距離、飲水應以個人用水壺或瓶裝水，不得共飲(不共用、不分裝)。
- 二、 參加者返家後訓練服裝立即清潔消毒、落實每日自主健康管理及狀況紀錄，如有發燒或呼吸道(咳嗽)症狀，應暫停訓練返家休息。
- 三、 本集訓採固定人員方式訓練，參加者於訓練期間不得回母隊練習。
- 四、 戴口罩訓練有一定的健康風險，建議如有心臟血管疾病或呼吸道過敏者請勿參加。

此致

世賢國小棒球隊家長

學生(參加者)簽名：_____

家長(立同意書人)簽名：_____ 與參加者關係：_____

聯絡電話：_____ (市話) _____ (手機 1) _____ (手機 2)

中 華 民 國 1 1 0 年 月 日

-----請將上聯撕下繳回，下聯妥善保存並確實遵守-----

嘉義市世賢國小棒球隊訓練防疫規定

集訓期間，請參加者確實遵守防疫規定：

- 一、 每次訓練前量測體溫(額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)、配合酒精消毒、訓練期間全程配戴口罩並注意手部清潔、訓練休息期間保持社交安全距離、飲水應以個人用水壺或瓶裝水，不得共飲(不共用、不分裝)。
- 二、 參加者返家後訓練服裝立即清潔消毒、落實每日自主健康管理及狀況紀錄，如有發燒或呼吸道(咳嗽)症狀，應暫停訓練返家休息。
- 三、 本集訓採固定人員方式訓練，參加者於訓練期間不得回母隊練習。
- 四、 戴口罩訓練有一定的健康風險，建議如有心臟血管疾病或呼吸道過敏者請勿參加。

110 年嘉義市世賢國小棒球隊訓練防疫自我查檢表

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
訓練場域及器材清潔消毒	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
	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：教練應每日進行自我查檢，每週送查檢情形至主辦單位備查

查檢人員簽章：_____

查檢日期：____年____月____日