

Các đội thể thao sinh viên được phép bắt đầu trở tập luyện trở lại nếu:

- Tổ chức giáo dục đại học và các đội của trường tuân theo một chương trình an toàn khi “quay lại thi đấu” áp dụng cho tổ chức.
- IHE thiết lập và triển khai xét nghiệm COVID-19 thường xuyên định kỳ cho vận động viên và nhân viên hỗ trợ. Cả xét nghiệm PCR định kỳ cũng như xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày đều được chấp nhận. (Xem Phần 3 bên dưới để biết các yêu cầu cụ thể đối với việc xét nghiệm.)
- Phù hợp với các yêu cầu do Hiệp hội Thể thao Sinh viên Quốc gia (National Collegiate Athletic Association, NCAA) đưa ra, vận động viên không bắt buộc phải từ bỏ các quyền hợp pháp của mình đối với COVID-19 như một điều kiện tham gia thi đấu thể thao.
- Cơ sở giáo dục đại học tuân thủ hướng dẫn chung cho các cơ sở giáo dục đại học và hướng dẫn y tế công cộng của tiểu bang và địa phương liên quan đến cách ly và cách ly những cá nhân có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 và những người tiếp xúc gần với những cá nhân đó.

Chỉ cho phép bắt đầu thi đấu giữa các đội mà không có khán giả nếu:

- IHE có thể cung cấp kết quả và xét nghiệm COVID-19 trong vòng 48 giờ trước khi thi đấu trong các môn thể thao có nguy cơ tiếp xúc cao.⁴
- Các bộ môn điền kinh đã xem xét cách tốt nhất để đảm bảo hợp lý rằng các rủi ro tương tự đã được các đội khác xem xét và giải quyết đầy đủ. Điều này bao gồm việc xem xét cách chia sẻ kết quả kiểm tra và các đảm bảo an toàn liên quan với các nhóm đối lập trước khi bắt đầu sự kiện theo cách phù hợp với luật bảo mật giáo dục và thông tin y tế hiện hành.
- Cùng với các quan chức y tế công cộng địa phương và người theo dõi liên lạc, các trường học phải có cơ chế thông báo cho các trường khác nếu vận động viên của một đội có kết quả dương tính trong vòng 48 giờ sau khi thi đấu với đội khác.
- Sau khi tham vấn ý kiến của lãnh đạo tổ chức, các phòng ban phụ trách bộ môn thể thao phải đánh giá sự sẵn có và khả năng tiếp cận các nguồn lực hỗ trợ truy vết tiếp xúc tại địa phương. Trường hợp chưa có đủ nguồn lực hỗ trợ truy vết tiếp xúc tại địa phương thì nhà trường phải đào tạo nhân viên tại cơ sở hoặc thuê từ bên ngoài. Nhân viên hoàn thành đào tạo chính quy về truy vết tiếp xúc có thể trở thành một nguồn lực hỗ trợ vô giá đối với công tác và nguồn lực quản lý rủi ro của tổ chức.

Đây là hướng dẫn tạm thời. Hướng dẫn và những điểm cần lưu ý này được dựa trên dữ liệu sức khỏe cộng đồng tốt nhất hiện có, các biện pháp thực hành quốc tế tốt nhất đang áp dụng và thực tế trong công tác quản lý tác nghiệp. Khi có dữ liệu và biện pháp thực hành mới, hướng dẫn sẽ được cập nhật. Ngoài ra, hướng dẫn và những điểm cần lưu ý này không phản ánh toàn bộ phạm vi của các vấn đề mà chương trình thể thao sinh viên sẽ cần phải giải quyết.

Tổ chức giáo dục đại học và phòng ban phụ trách bộ môn thể thao cũng phải tuân theo tiêu chuẩn được thông qua bởi NCAA, bao gồm [hướng dẫn các hướng dẫn của NCAA về việc đưa giao tiếp xã hội trong thể thao trở lại](#)⁵ của NCAA và/hoặc hội thảo thể thao liên quan, nếu có. Trong phạm vi các hướng dẫn này hoặc hướng dẫn của sở y tế địa phương đặt ra các hạn chế



2. Các chủ đề bổ sung cần đào tạo cho vận động viên là sinh viên và nhân viên

Vận động viên là sinh viên, nhân viên và huấn luyện viên nên được tổ chức một buổi học về COVID-19 trước hoặc sau khi quay trở lại trường, bao gồm các chủ đề bổ sung như:

- Những nguy cơ mà COVID-19 gây ra cho vận động viên
- Đeo khẩu trang đúng cách, bao gồm:
 - Khẩu trang không phải là thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE).
 - Khẩu trang có thể giúp chống phơi nhiễm cho những người ở gần người đeo và chính người đeo chứ không thay thế cho yêu cầu về giãn cách vật lý và rửa tay thường xuyên.
 - Khẩu trang phải che kín mũi và miệng.
 - Nhân viên nên rửa hoặc sát trùng tay trước và sau khi sử dụng hoặc chỉnh khẩu trang.
 - Tránh chạm vào mắt, mũi và miệng.
 - Không được chia sẻ khẩu trang và phải giặt hoặc vứt bỏ sau mỗi ca trực.
- Thông tin trong [Hướng dẫn sử dụng khẩu trang của CDPH](#) quy định các trường hợp phải đeo khẩu trang và các trường hợp miễn đeo, cũng như các chính sách, quy tắc làm việc và biện pháp thực hành mà nhà tuyển dụng đã áp dụng để đảm bảo sử dụng khẩu trang. Nội dung đào tạo cũng bao gồm các chính sách của IHE về cách xử lý người được miễn đeo khẩu trang.
- Tất cả nhân viên, ban giảng dạy, huấn luyện viên và vận động viên sinh viên phải biết về hoạt động hàng ngày của họ và những người tiếp xúc có nguy cơ cao (trong phạm vi 6 feet trong 15 phút hoặc lâu hơn)
- Thông tin về quyền lợi nghỉ phép mà chủ tuyển dụng hoặc chính phủ dành cho nhân viên để nhân viên có sự hỗ trợ về mặt tài chính khi ở nhà. Xem thêm thông tin về [các chương trình hỗ trợ nghỉ ốm và bồi thường cho người lao động chịu ảnh hưởng bởi COVID-19 của chính phủ](#), bao gồm quyền nghỉ ốm của người lao động theo [Đạo luật ứng phó với vi-rút Corona và đặt các gia đình là ưu tiên cao nhất](#) và quyền hưởng phúc lợi bồi thường cho người lao động và giả định về mối liên quan giữa COVID-19 và công việc theo [Sắc lệnh điều hành N-62-20 của Thống đốc trong thời gian Sắc lệnh còn hiệu lực](#).
- Tầm quan trọng của việc giãn cách vật lý
- Các cách thức về báo cáo bất kỳ triệu chứng nào
- Bất kỳ thay đổi cụ thể ở cơ sở



3. Các biện pháp kiểm soát và tầm soát cá nhân

- Thiết lập các quy trình hiệu quả để xét nghiệm COVID-19 định kỳ thường xuyên đối với các vận động viên và nhân viên làm việc với vận động viên theo bất kỳ hướng dẫn nào mà CDC & CDPH đã công bố và thảo luận với sở y tế địa phương.
- Hạn chế số điểm ra vào tòa nhà hoặc cơ sở khi có thể.
- Tổ chức khám sàng lọc triệu chứng và sức khỏe cho tất cả nhân viên và sinh viên, vận động viên ra vào cơ sở hoặc tham gia sự kiện. Đảm bảo người khám sàng lọc nhiệt độ/triệu chứng phải tránh tiếp xúc gần với nhân viên hoặc sinh viên, vận động viên trong chừng mực có thể.
 - Sàng lọc: các vận động viên và nhân viên nên được kiểm tra nhiệt độ và các triệu chứng hoặc phơi nhiễm COVID-19 trước mỗi buổi khởi động, cuộc họp đội, luyện tập hoặc thi đấu
 - Kiểm tra thân nhiệt để xác định sốt ($> 100,4$ ° F) hay không
 - Hỏi xem họ có mới bị ho, mới đau họng, mới khó thở, mới bắt đầu mất vị giác hoặc khứu giác, mới nôn mửa hoặc tiêu chảy không
 - Hỏi xem họ đã tiếp xúc với một trường hợp COVID-19 đã biết hoặc nghi ngờ trong 14 ngày trước đó hay chưa
- Nếu yêu cầu tự tầm soát ở nhà (đây là giải pháp thích hợp thay cho việc tầm soát tại cơ sở), hãy đảm bảo rằng việc tầm soát đã được thực hiện trước khi nhân viên ra khỏi nhà để đến ca làm và tuân thủ [hướng dẫn của CDC](#).
- Nhân viên nên đeo găng tay khi xử lý các vật dụng bị nhiễm dịch cơ thể.
- Huấn luyện viên hoặc trọng tài di chuyển các vật dụng mà vận động viên sử dụng (ví dụ: bóng) hay xử lý túi rác thì nên dùng găng tay dùng một lần (và rửa tay trước khi đeo và sau khi tháo găng tay) hoặc rửa tay trước và sau khi xử lý các vật dụng chung.
- Hạn chế khách thăm, nhân viên và tình nguyện viên không cần thiết tối đa có thể. Hiện không phép khán giả được vào xem tập hay thi đấu.

i Xét nghiệm

- IHE phải thiết lập và triển khai xét nghiệm COVID-19 thường xuyên định kỳ cho vận động viên và nhân viên hỗ trợ. Các IHE đồng ý với tiêu chuẩn xét nghiệm tối thiểu bao gồm tần suất xét nghiệm, đối tượng được kiểm tra (tất cả vận động viên và nhân viên có liên hệ chặt chẽ với vận động viên) và loại kiểm tra nào được thực hiện, trước khi trở lại tập luyện.
 - Dựa trên các bằng chứng và tiêu chuẩn hiện tại, cả xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày và xét nghiệm PCR định kỳ đều là những phương pháp xét nghiệm được chấp nhận cho cả xét nghiệm sàng lọc cơ bản và liên tục.

- Nếu tuân theo quy trình xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày, quy trình này phải bắt đầu bằng xét nghiệm PCR sau đó là xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày. Bất kỳ xét nghiệm kháng nguyên dương tính nào đều phải thực hiện xét nghiệm PCR để xác nhận. Xét nghiệm PCR là bắt buộc đối với các vận động viên và nhân viên có triệu chứng và phải được tiến hành trong vòng 24 giờ sau khi các triệu chứng được báo cáo.
- Các chiến lược xét nghiệm luôn phụ thuộc vào sự sẵn có của nguồn cung cấp xét nghiệm dồi dào, năng lực của phòng thí nghiệm, thời gian quay vòng hiệu quả và khả năng tiếp cận thuận tiện để kiểm tra. Nếu xét nghiệm PCR trong cộng đồng được ưu tiên cho các cá nhân có triệu chứng (tiêu chí ưu tiên xét nghiệm được cập nhật trên [trang web của CDPH](#)), nếu không thể thực hiện xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày, nếu nguồn cung cấp / thời gian quay vòng PCR bị xâm phạm hoặc khi công nghệ xét nghiệm phát triển, có thể cần phải áp dụng các chiến lược thay thế xem xét.
- Lưu ý rằng kết quả xét nghiệm PCR dương tính chỉ ra rằng SARS-CoV-2 RNA hiện diện tại thời điểm đó, có thể đại diện cho nhiễm trùng hiện tại hoặc trong quá khứ, và có thể không chỉ ra khả năng lây nhiễm hiện tại. Xét nghiệm kháng nguyên dương tính chỉ ra rằng kháng nguyên SARS-CoV-2 hiện diện tại thời điểm đó và có khả năng cho thấy khả năng lây nhiễm hiện tại. Có thể cho kết quả âm tính ở một trong hai lần xét nghiệm nếu mẫu được lấy trong giai đoạn vừa mới nhiễm. Kết quả dương tính giả cũng có thể xảy ra với một trong hai xét nghiệm.
- Chỉ cho phép bắt đầu thi đấu giữa các đội mà không có khán giả nếu:
 - IHE có thể tiến hành xét nghiệm COVID-19 và có kết quả trong vòng 48 giờ kể từ khi thi đấu trong các môn thể thao có nguy cơ cao.⁶



4. Tự cách ly & Cách ly

- Để tham gia luyện tập hoặc thi đấu thể thao tiếp xúc, các Tổ chức Giáo dục Đại học, quản lý đội thể thao và vận động viên phải cam kết tuân thủ các quy trình cách ly và cách ly thích hợp.
- Tất cả các vận động viên và nhân viên có triệu chứng phải ở cách ly cho đến khi có kết quả xét nghiệm, và xét nghiệm lặp lại nên được xem xét nếu xét nghiệm ban đầu âm tính và các triệu chứng vẫn tiếp tục và phù hợp với các triệu chứng COVID-19.
- Tất cả các vận động viên và nhân viên có kết quả xét nghiệm dương tính hoặc được chẩn đoán lâm sàng với bệnh COVID-19 phải cách ly:
 - Trong 10 ngày sau khi các triệu chứng lần đầu tiên xuất hiện (hoặc 10 ngày sau khi lấy mẫu xét nghiệm dương tính đầu tiên), VÀ
 - Ít nhất 24 giờ đã trôi qua mà không bị sốt (không dùng thuốc hạ sốt), VÀ
 - Các triệu chứng khác đã được cải thiện.
- Những người có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2 mà **không bao giờ xuất hiện các triệu chứng**, có thể trở lại làm việc hoặc đi học 10 ngày sau ngày lấy mẫu xét nghiệm dương tính đầu tiên với SARS-CoV-2.
- Các cá nhân được xác định là có liên hệ gần gũi (trong vòng ít nhất 15 phút trong vòng 6 feet) phải tuân theo các chỉ thị hoặc lệnh y tế công cộng của tiểu bang và địa phương để kiểm dịch, bất kể tần suất xét nghiệm đối với những người trong nhóm hoặc trong nhóm rà dò ra dấu bệnh. Những người tiếp xúc gần gũi phải cách ly trong 14 ngày sau lần tiếp xúc cuối cùng.

Do bản chất của việc tham gia thể thao, các tổ chức sẽ thực hiện các bước để hỗ trợ quá trình theo dõi tiếp xúc bao gồm, nhưng không giới hạn, xem lại phim về quá trình tập luyện, nếu có, và đánh giá mở rộng liên hệ liên quan đến việc tham gia thể thao để tất cả các liên hệ của vận động viên có thể xác định.



5. Cách thức vệ sinh và khử trùng

- Thực hiện vệ sinh và khử trùng bề mặt ở nơi hay tiếp xúc, bao gồm phòng để đồ, ghế bàn, tay vịn, tay vịn cầu thang, ghế, cửa/tay nắm cửa, v.v. nếu thích hợp.
- Nên tránh sử dụng chung vật dụng và trang thiết bị (ví dụ: bóng, gậy, dụng cụ thể dục, cờ gôn) hoặc vệ sinh sau mỗi lần sử dụng bởi mỗi người sử dụng nếu có thể. Không để người chơi dùng chung khăn tắm, quần áo hay các vật dụng khác mà họ sử dụng để lau mặt hoặc tay.
 - Tránh dùng chung thiết bị hay quả bóng tối đa có thể. Đối với các môn thể thao phù hợp, nên thường xuyên thay bóng để hạn chế nhiều người tiếp xúc cho tới khi được khử trùng. Ví dụ, trong bóng chày và bóng mềm, trọng tài phải hạn chế tiếp xúc với bóng trừ khi đeo găng tay, người bắt bóng nên lấy lại bóng lỗi và bóng được chuyển đến nếu có thể. Các quả bóng dùng để làm nóng trên/ngoài sân nên được cách ly với thùng đựng bóng chung.
- Đảm bảo có đủ vật dụng để giảm thiểu việc dùng chung thiết bị đến mức có thể, ví dụ như bằng cách dán nhãn và giao vật dụng cho cá nhân (ví dụ: đồ bảo hộ, bóng, gậy đánh bóng, chai nước); nếu không thể, hãy hạn chế sử dụng vật tư và thiết bị ở một nhóm người chơi tại một thời điểm và vệ sinh, khử trùng sau mỗi lần sử dụng.
- Xác định một nhân viên hoặc tình nguyện viên phụ trách vệ sinh và khử trùng các vật dụng và thiết bị một cách thích hợp, nhất là với thiết bị dùng chung hay các bề mặt hay tiếp xúc.
- Vệ sinh các bề mặt có thể chạm vào sau mỗi ca làm việc hoặc sau khi có người sử dụng, tùy vào trường hợp nào thường xuyên hơn, bao gồm nhưng không giới hạn ở, đồng hồ bấm giờ, bảng điểm, cào, bộ đếm, bút thường dùng để đăng ký báo danh, v.v.
- Tránh dùng chung thiết bị âm thanh, điện thoại, máy tính bảng, bút và các vật dụng làm việc khác bất kỳ khi nào có thể.
- Ngừng dùng chung tai nghe âm thanh và các thiết bị khác giữa các nhân viên, trừ khi thiết bị có thể được khử trùng đúng cách sau khi sử dụng. Tham khảo ý kiến của nhà sản xuất thiết bị để xác định các bước khử trùng thích hợp, nhất là với các bề mặt mềm, xốp như bọt tai bằng bọt xốp.
- Xây dựng và triển khai lịch vệ sinh và khử trùng thường xuyên.
- Bố trí thời gian để nhân viên triển khai các biện pháp vệ sinh trong ca làm của mình. Nên giao cho nhân viên nhiệm vụ vệ sinh trong giờ làm việc và coi đó là một phần của công việc.
- Bố trí phương án thuê công ty vệ sinh bên thứ ba để hỗ trợ khi nhu cầu vệ sinh tăng lên, nếu cần.
- Đảm bảo các tiện nghi vệ sinh luôn hoạt động và có đủ dự phòng, cung cấp thêm xà phòng, khăn giấy và chất sát trùng tay khi cần.

- Khi chọn hóa chất khử trùng, phòng ban phụ trách bộ môn thể thao nên sử dụng các sản phẩm được phê duyệt sử dụng chống COVID-19 trên danh sách [được Cơ quan Bảo vệ Môi trường \(Environmental Protection Agency, EPA\) phê duyệt](#) và tuân theo hướng dẫn sử dụng sản phẩm. Sử dụng chất khử trùng có gắn nhãn ghi là có hiệu quả đối với các loại mầm bệnh do vi-rút mới, dung dịch thuốc tẩy gia dụng pha loãng (5 thìa canh pha với 1 gallon nước) hoặc dung dịch cồn có nồng độ cồn ít nhất là 70%, loại thích hợp với bề mặt. Tổ chức đào tạo cho nhân viên về [các nguy cơ từ hóa chất](#), chỉ dẫn của nhà sản xuất, yêu cầu thông gió và theo yêu cầu về sử dụng an toàn của Cal/OSHA. Nhân viên sử dụng nước vệ sinh hoặc chất tẩy rửa nên đeo găng tay và các thiết bị bảo hộ khác theo hướng dẫn sử dụng sản phẩm. Phải tuân theo [yêu cầu về sử dụng an toàn](#) đối với chất khử trùng của California Department of Pesticide Regulation. Tuân thủ các phương pháp [vệ sinh an toàn cho người bị bệnh hen suyễn](#) được Bộ Y tế Công cộng khuyến nghị.
- Các cơ sở trong nhà nên được tăng cường lưu thông không khí trong lành bằng cách mở cửa sổ hoặc cửa ra vào, nếu có thể. Không mở cửa sổ và cửa ra vào nếu làm vậy sẽ gây ra nguy cơ về an toàn hoặc sức khỏe (ví dụ: nguy cơ ngã hoặc gây ra các triệu chứng hen suyễn) cho người chơi hay những người sử dụng thiết bị khác.
- Cân nhắc việc lắp đặt máy lọc khí di động, hiệu suất cao, nâng cấp bộ lọc khí của tòa nhà thành loại hiệu suất cao nếu có thể, chỉnh sửa các chi tiết khác để tăng lượng không khí và thông gió bên ngoài ở tất cả các khu vực làm việc.
- Đảm bảo không gian luyện tập và thi đấu trong nhà là những khu vực trong nhà rộng, có hệ thống thông gió và trao đổi không khí tốt.
 - Ví dụ: tối đa hóa bộ lọc không khí trung tâm cho hệ thống HVAC (xếp hạng bộ lọc được nhắm mục tiêu ít nhất là MERV 13).
- Lắp bình xịt chất sát trùng tay, loại không chạm nếu có thể, ở lối vào và các khu vực hay tiếp xúc.
- Tuân theo [hướng dẫn của CDC](#) để đảm bảo rằng tất cả các hệ thống nước và tiện ích đều được đảm bảo an toàn sử dụng sau khi cơ sở bị ngừng hoạt động trong thời gian dài để giảm thiểu nguy cơ mắc [bệnh Legionnaires'](#) và các bệnh khác liên quan đến nước.



6. Hướng dẫn về giãn cách

- Ưu tiên tập luyện và chơi ngoài trời tối đa có thể.
- Nếu xét nghiệm kháng nguyên hàng ngày là phương pháp được thông qua, các đội có thể huấn luyện ngoài trời theo nhóm không quá 75 người. Trong phạm vi có thể, các đội nên chia thành các nhóm gồm 25 người.
- Huấn luyện trong nhóm tập nhất định (thuần tập). IHE nên thiết lập các nhóm tập như một chiến lược để giảm thiểu khả năng lây lan của COVID-19. Một nhóm có thể bao gồm không quá 25 cá nhân, tất cả các thành viên của cùng một nhóm bao gồm cả huấn luyện viên và nhân viên, những người luôn cùng

nhau tập luyện và tham gia các hoạt động. Nhóm tập nên tránh trộn lẫn với các nhóm khác. Giữ cho các nhóm tập khác nhau ở riêng biệt nhất có thể.

- Cân nhắc sử dụng các biển báo, cọc cản hoặc băng dính để phân chia rõ ràng.
- Đặc biệt đối với các vận động viên trong các môn thể thao có nguy cơ tiếp xúc cao như đã định nghĩa trước đây, IHES được khuyến khích cung cấp chỗ ở dành riêng trong khuôn viên trường tách biệt với phần còn lại của khuôn viên trường để giảm thiểu rủi ro lây truyền cho các thành viên khác trong cộng đồng khuôn viên trường.
- Các vận động viên và huấn luyện viên phải giữ giãn cách tối thiểu 6 feet (2 mét) với những người khác khi không ở trên sân thi đấu hoặc khi tham gia vào các hoạt động/trò chơi khác, nếu có thể.
 - Tạo khoảng cách hợp lý giữa các người chơi khi giải thích về cách luyện tập, luật chơi hoặc ô-m. Tạo khoảng cách hợp lý giữa những người chơi khi giải thích các bài tập, luật chơi hoặc trò chuyện nhóm.
 - Giới hạn số người chơi ngồi trong khu vực chỗ ngồi kín (ví dụ như hố đào) bằng cách cho phép người chơi phân tán ra khu vực khán giả nếu cần thêm không gian.
 - Cấm các động tác tiếp xúc cơ thể không cần thiết như đánh tay cao, bắt tay và tiếp xúc thân thể khác với đồng đội, đối thủ, huấn luyện viên, trọng tài và người hâm mộ. Huấn luyện viên cần thường xuyên ôn lại các quy tắc về giãn cách vật lý với vận động viên.
 - Cân nhắc bố trí các vật dụng hướng dẫn, chẳng hạn như biển hiệu và băng dính trên sàn hoặc sân chơi, để đảm bảo huấn luyện viên và người chơi duy trì giãn cách tối thiểu là 6 feet (2 mét).
 - Duy trì giãn cách tối thiểu là 6 feet (2 mét) giữa các người chơi khi tham gia vào môn thể thao, bất cứ lúc nào có thể (ví dụ: khi khởi động, tham gia hoạt động xây dựng kỹ năng, diễn tập mô phỏng).
- Quan chức nên duy trì giãn cách tối thiểu là 6 feet (2 mét) với người khác và khi tương tác với vận động viên và huấn luyện viên ngoài sân chơi. Quan chức nên tránh trao đổi tài liệu hay trang thiết bị với người chơi và huấn luyện viên. Điều này có thể yêu cầu phải điều chỉnh hàng đợi và các chi tiết khác.
- Nếu phải dùng chung các cơ sở luyện tập hoặc thi đấu, hãy cân nhắc việc tăng khoảng thời gian giữa luyện tập và thi đấu để cho phép một nhóm rời đi trước khi nhóm khác vào cơ sở. Đối với các cơ sở có thể dùng chung với toàn bộ cộng đồng trong khuôn viên, hãy dành thời gian riêng cho đội sử dụng. Nếu có thể, hãy bố trí thời gian vệ sinh và/hoặc khử trùng.
- Nên áp dụng các cách thức về giãn cách vật lý ở bất kỳ khu vực nào có mật độ cao, nhiều người qua lại.
- Các cuộc họp và luyện tập trên 25 người nên được thực hiện từ xa qua mạng, và các cuộc họp trực tiếp chỉ được tối đa 25 người. Các cuộc họp nên diễn ra

ngoài trời và ở những khu vực cho phép tạo ra khoảng cách phù hợp về thể chất giữa nhân viên, vận động viên hoặc những nhân viên khác.

- Xếp lịch giờ nghỉ theo quy định về tiền lương và giờ làm, nếu phù hợp, để duy trì các cách thức về giãn cách vật lý.
- Cân nhắc cung cấp cho nhân viên có yêu cầu lựa chọn nhiệm vụ điều chỉnh để giảm thiểu sự tiếp xúc giữa họ với các vận động viên, huấn luyện viên, quan chức và những nhân viên khác.



7. Thức ăn và ăn uống

- Tất cả các vận động viên, huấn luyện viên và trọng tài phải mang theo chai nước hoặc nước uống riêng. Các chai đồ uống nên được dán nhãn với tên của từng cá nhân. Không cung cấp máy làm mát nước cho nhóm hoặc trạm uống chung. Các đội cũng có thể cung cấp nước đóng chai.
- Nếu có cung cấp thức ăn thì thức ăn đó phải được đựng trong hộp hoặc túi gói sẵn, đưa cho từng người chơi, thay vì hình thức buffet hay tổ chức bữa ăn mang phong cách gia đình.
- Nghiêm cấm việc sử dụng:
 - Khay đựng đồ gia vị tự phục vụ, khay đựng dụng cụ, khăn ăn, nắp, ống hút nước, thùng chứa nước, v.v.
 - Máy tự phục vụ, bao gồm đá, soda, máy bơm sữa chua đông lạnh, v.v.
 - Khu vực thực phẩm tự phục vụ, chẳng hạn như quầy buffet, quầy sa-lát, v.v.
- Tuân theo hướng dẫn về an toàn của Bộ Y tế Công cộng California và Cal/OSHA dành cho [các nhà hàng ăn uống](#).



8. Đi lại trong khi thi đấu

- Việc đi lại nên được hạn chế chỉ trong nhóm nhân sự thiết yếu (ví dụ, vận động viên, huấn luyện viên, nhân viên y tế).
- Khi có thể, các đội nên lái xe đến sự kiện.
 - Nếu sử dụng nhiều hơn một phương tiện, các đội di chuyển nên được tách ra theo những người có tiếp xúc gần nhất (ví dụ: theo nhóm).
 - Phải đeo khẩu trang và hạn chế chỉ cởi khẩu trang khi ăn uống.
 - Nếu di chuyển bằng xe buýt, hãy cố gắng để trống chỗ ngồi phía trước và phía sau mỗi người (ví dụ: theo mẫu “ô bàn cờ”).
- Khi cần phải di chuyển bằng máy bay, vậy thì nên chọn hãng áp dụng các biện pháp kiểm soát lây nhiễm mạnh (ví dụ: yêu cầu tất cả hành khách và phi hành đoàn phải đeo khẩu trang) và phải thường xuyên rửa tay hoặc sử dụng chất sát trùng tay theo [hướng dẫn của CDC](#).

- Khi đi thi đấu trên sân khách, các đội phải duy trì trong một nhóm tập, không trộn lẫn với các nhóm/đội ở địa phương hoặc các thành viên khác của cộng đồng chủ nhà.



9. Quay trở lại cơ sở hoặc tập luyện sau khi có xét nghiệm dương tính

- Tư vấn cho nhân viên và vận động viên là sinh viên bị ốm là không trở lại cho đến khi đáp ứng tiêu chuẩn của CDC về ngừng cách ly ở nhà, bao gồm không bị sốt trong 24 giờ (không dùng thuốc giảm sốt), cải thiện triệu chứng và đã 10 ngày kể từ khi các triệu chứng lần đầu xuất hiện.
- Vận động viên là sinh viên nên làm việc với đơn vị cung cấp dịch vụ y tế của mình và nhân viên y tế của đội để xác định cách để được hết cách ly và quay trở lại tập luyện một cách an toàn. Trong mọi trường hợp, việc quay trở lại tập luyện cần trải qua quy trình thích nghi với trạng thái bình thường mới.
- Sở y tế địa phương có thể xem xét việc ngừng luyện tập khi tiếp xúc và thi đấu trong phần còn lại của mùa giải nếu có hơn 10% vận động viên trong đội có kết quả dương tính trong vòng 14 ngày. Đối với các đội có tổng số ít hơn 20 vận động viên, nếu có hơn 5 thành viên cho kết quả dương tính, có thể xem xét việc ngừng tập luyện và thi đấu trong phần còn lại của mùa giải.



10. Truyền thông và Tiếp cận Công chúng

IHEs phải cam kết phát triển và thực hiện một kế hoạch truyền thông hoặc tạo kế hoạch phụ cho các kế hoạch hiện có, nhằm giảm thiểu rủi ro trong cộng đồng khuôn viên trường, cựu sinh viên và cơ sở người hâm mộ rộng lớn hơn liên quan đến các cách an toàn hơn để tận hưởng trò chơi hoặc cạnh tranh (giữ khoảng cách giao tiếp, đeo khăn che mặt, và phải tuân thủ các lệnh và chỉ thị về y tế công cộng của địa phương liên quan đến bất kỳ cuộc tụ tập hoặc sự kiện nào ở cả sân nhà và sân khách) và chia sẻ những thông điệp này bằng nhiều cách (báo đài truyền thống hay mạng xã hội) trước và trong khi xem các sự kiện thể thao trên truyền hình.

¹ Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh cung cấp thêm thông tin cụ thể [cho các trường đại học và cao đẳng](#).

² Trừ khi được hướng dẫn của tiểu bang miễn áp dụng đối với các môi trường công cộng cụ thể

³ Trừ khi được nhân viên hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe chỉ dẫn khác

⁴ Trong hướng dẫn này, “môn thể thao nguy cơ cao” theo quy định trong hướng dẫn tái hòa nhập hoạt động thể thao của Hiệp hội Thể thao Sinh viên Quốc gia bao gồm: bóng rổ, khúc côn cầu trên sân, bóng đá, khúc côn cầu trên băng, bóng vợt, chèo thuyền, bóng bầu dục, bóng đá, bóng quần, bóng chuyền, bóng nước và đấu vật.

⁵ [NCAA: Điều chỉnh Xã hội hóa Thể thao Sinh viên: Xây dựng Tiêu chuẩn Thực hành và Thi đấu](#). 16/7/2020.

⁶ Xem ở trên.

