



## Профилактика COVID-19 в юношеском спорте Информация для родителей и опекунов



Юношеские спортивные программы, включая школьные спортивные команды, могут вести свою деятельность в округе Лос-Анджелес при условии выполнения [Протокола для организованного юношеского спорта](#) и [Плана по управлению рисками заражения для юношеского спорта](#). Протокол и план перечисляют правила и рекомендации, направленные на обеспечение нескольких уровней защиты, чтобы помочь предотвратить распространение COVID-19 и усилить безопасность спортсменов, членов команд, тренеров, судей и зрителей.

Виды спорта с близким физическим контактом между игроками, особенно если это частый или продолжительный контакт, несут с собой самый высокий риск распространения COVID-19, особенно когда они проходят в помещении. Место, где спортсмены тренируются, занимаются и соревнуются, также влияет на степень риска. По возможности рекомендуется перенести занятие юношеским спортом из помещения на открытый воздух, где риск передачи COVID-19 намного ниже. Требования к проверочному тестированию и ношению масок различаются в зависимости от степени риска для конкретного вида спорта, а также от того, занимаются ли им в помещении или на открытом воздухе (см. раздел ниже для получения подробной информации). Эти меры безопасности действуют, пока в округе Лос-Анджелес наблюдается значительное или высокое количество случаев заражения COVID-19, и будут пересмотрены Департаментом общественного здравоохранения (LAC DPH) по мере изменения ситуации.

Вы можете помочь, если объясните правила и рекомендации своему ребенку. Пожалуйста, свяжитесь со спортивной программой вашего ребенка для получения дополнительной информации или если у вас есть вопросы.

### Вакцинация настоятельно рекомендуется всем лицам 5 лет и старше.

- **Вакцинация – лучший способ защититься от COVID-19. Вакцины от COVID-19 безопасны, эффективны и бесплатны для всех, независимо от иммиграционного статуса.**
- Если все спортсмены, тренеры, судьи, вспомогательный персонал и волонтеры в вашей юношеской спортивной секции будут полностью вакцинированы, это значительно уменьшит риск передачи вируса среди товарищей по команде и между командами. Это также сведет к минимуму изменения в команде при контакте с человеком, зараженным COVID-19 (см. информацию о карантине ниже).
- Полностью вакцинированным людям не нужно принимать участие в регулярном проверочном тестировании, за исключением участников спортивных занятий среднего уровня риска, проходящих без ношения масок в помещении.
- Вакцины широко доступны на всей территории округа Лос-Анджелес без предварительной записи. Посетите веб-сайт [VaccinateLACounty.com](http://VaccinateLACounty.com) и нажмите раздел [«Как привиться вакциной»](#), чтобы найти ближайший пункт, или позвоните в [колл-центр по вакцинации](#) по номеру **833-540-0473**, который доступен ежедневно с 8:00 до 20:30.
- Обсудите любые опасения с врачом своего ребенка. Дополнительная информация доступна в документе [«Факты о вакцине от COVID-19 для родителей»](#).

### Любой человек, который болен или находится под действием указов об изоляции или карантине, должен оставаться дома и быть отстранен от тренировок и игр.

- Спортсмены, тренеры, судьи, вспомогательный персонал, волонтеры и зрители должны проверять свое здоровье на предмет наличия симптомов перед посещением любого юношеского спортивного мероприятия. Любой человек, у которого есть высокая температура или другой симптом COVID-19, должен оставаться дома. Если у человека появятся симптомы во время тренировки или игры, его изолируют от других и могут отправить домой. Информация о симптомах COVID-19 доступна по адресу [ph.lacounty.gov/covidcare](http://ph.lacounty.gov/covidcare).
- Если у спортсмена, тренера, судьи, вспомогательного персонала или волонтера будет диагностировано заболевание COVID-19, начнет действовать [План по управлению рисками заражения](#), включающий в себя тестирование каждого человека, независимо от его статуса вакцинации, в течение 2 недель. Человек, зараженный COVID-19, должен выполнять инструкции по изоляции, которые доступны по адресу [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation).
- Каждый человек, являющийся близким контактом человека, у которого диагностирован COVID-19, должен соблюдать все инструкции документа [Инструкции по карантину и другим ситуациям в связи с COVID-19 для близких контактов](#). Полностью вакцинированные участники, а также люди, получившие положительный результат анализа на COVID-19 в последние 3 месяца, и переболевшие не должны соблюдать карантин и



## Профилактика COVID-19 в юношеском спорте

могут продолжать участвовать в юношеском спортивном мероприятии при условии, что у них нет симптомов. Полностью вакцинированные близкие контакты должны сдать анализы через 5-7 дней после контакта с зараженным. Ознакомьтесь с инструкциями для близких контактов по адресу: [ph.county.gov/covidquarantine](http://ph.county.gov/covidquarantine).

### Ношение масок в помещениях обязательно.

- Каждый человек (включая спортсменов, тренеров, судей, вспомогательный персонал, волонтеров и зрителей) должен носить маску в помещениях, независимо от его статуса вакцинации или уровня риска заражения COVID-19 для конкретного вида спорта. Помещения включают в себя раздевалки, тренажерные залы и другие закрытые пространства.
  - Спортсмены должны носить маски в помещении во время тренировок, игр и соревнований, независимо от того, участвуют ли они или наблюдают со стороны.
  - Тренеры должны носить маски в помещениях, даже когда они заняты интенсивной физической активностью.
  - Маски можно снимать при нахождении в воде во время принятия душа и занятия водными видами спорта в помещении, например, плаванием, водным поло или дайвингом. Вне воды ношение масок обязательно.
  - Маски можно ненадолго снимать для употребления пищи или напитков, маску может снимать гимнаст во время выступления/тренировки на снаряде и чирлидер, который непосредственно выступает/тренируется выполнять комбинации, которые включают в себя акробатические прыжки, трюки или полеты, но после этого маски должны быть немедленно надеты. Когда люди непосредственно едят или пьют, они должны находиться на расстоянии 6 футов (2 метра) от окружающих.
  - При контакте во время реслинга маска может создать опасность удушья, и ее ношение не рекомендуется, если только совершеннолетний тренер или ответственный сотрудник не обеспечивают надлежащий контроль в целях безопасности.
- Ношение масок рекомендовано в многолюдных местах на открытом воздухе, в том числе среди зрителей, где соблюдение дистанции является неосуществимым или невозможным.
- На случай, если маска станет мокрой или грязной, рекомендуется иметь при себе еще одну маску. Необходимо немедленно заменить любую маску, которая промокла от пота.
- Для получения дополнительной информации посетите [ph.lacounty.gov/masks](http://ph.lacounty.gov/masks).

### Требования к регулярному проверочному тестированию на COVID-19 и рекомендации зависят от степени риска передачи COVID-19.

**Обязательное проверочное тестирование:** требования к проверочному тестированию для спортсменов, тренеров, судей, вспомогательного персонала и волонтеров различаются в зависимости от возраста и статуса вакцинации, уровня риска заражения COVID-19 для конкретного вида спорта, а также от того, проводятся ли занятия этим видом спорта в помещении или на открытом воздухе. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с таблицей ниже. Результаты анализов, проведенных в школе, могут быть использованы для юношеского спорта.

#### Уровень риска заражения COVID-19 определяется количеством физического контакта между игроками.

- **Виды спорта высокого риска:** баскетбол, бокс, футбол, хоккей на льду, лакросс (мальчики), боевые искусства, дерби на роликах, гребля, футбол, водное поло и реслинг.
- **Виды спорта умеренного риска:** бейсбол, чирлидинг, танцы, вышибалы, хоккей на траве, флаг-футбол, кикбол, лакросс (девочки), софтбол, волейбол, сквош и парный теннис, бадминтон и пиклбол.
- **Виды спорта низкого риска:** стрельба из лука, катание на велосипеде, бочке, боулинг, кросс, керлинг, диск-гольф, конные виды спорта, гольф, гимнастика, катание на коньках и на роликах, физкультура (н-р., йога, зумба, тайцзи), бег, лыжный спорт и сноубординг, плавание и дайвинг, одиночный теннис, легкая атлетика и ходьба.

## Требования к проверочному тестированию\* для спортсменов, тренеров, вспомогательного персонала и волонтеров\*\* Для участия результат анализа должен быть отрицательным

		Виды спорта высокого и умеренного риска		Вид спорта низкого риска
		В помещении	На открытом воздухе	В помещении или на открытом воздухе
Полностью вакцинированные (от COVID-19)	Любой возраст	Нет <i>При условии, что все участники команды носят маски в помещении ***</i>	Нет	Нет
	12 лет и старше	Еженедельное тестирование <u>обязательно</u> <i>Рекомендуется еженедельное тестирование дважды в неделю</i>	Еженедельное тестирование <u>обязательно</u>	Нет
11 лет и младше	Нет			

\* Люди, перенесшие COVID-19 и больше не имеющие симптомов, не должны сдавать анализ, пока не пройдет 90 дней с первого дня появления симптомов. Если у них никогда не было симптомов, им не нужно сдавать анализ, пока не пройдет 90 дней с даты сдачи первого анализа с положительным результатом.

\*\* Вспомогательный персонал/волонтеры, чьи обязанности не включают в себя прямое взаимодействие со спортсменами, тренерами или другим персоналом (например, они оказывают административную поддержку команде или секции, но не работают напрямую с детьми или другими членами команды), освобождены от требований о сдаче анализа. Временные волонтеры, которые имеют очень ограниченное прямое взаимодействие со спортсменами, тренерами или другим персоналом (например, судья-волонтер, который работает только один-два раза за сезон), не обязаны проходить еженедельное проверочное тестирование, но должны предоставить доказательство своей полной вакцинации от COVID-19 или доказательство отрицательного результата анализа, полученного в течение 3 дней до их волонтерской работы.

\*\*\* Если команда определит, что требовать от всех игроков оставаться в масках в помещении во время тренировок и соревнований неприменимо, и все игроки участвуют без своих масок, **все** члены команды, независимо от их статуса вакцинации, обязаны сдавать анализы еженедельно.

### Рекомендованное проверочное тестирование

Рекомендуется, чтобы все невакцинированные участники любых юношеских спортивных секций по возможности проходили дважды еженедельную проверку, когда среди населения наблюдается значительное или высокое количество случаев заражения. Разрешается использовать результаты анализов, проведенных в школе.

Дополнительные рекомендации о проверке невакцинированных игроков младше 12 лет, которые участвуют в видах спорта умеренного и высокого риска на открытом воздухе:

- Если их регулярно перевозят на автобусах или микроавтобусах, рекомендуется проведение еженедельного тестирования.
- Если они участвуют в соревнованиях по виду спорта умеренного или высокого риска на открытом воздухе, среди команд нескольких округов в течение нескольких дней, рекомендуется сдача анализа в течение 3 дней до первой игры.

## Профилактика COVID-19 в юношеском спорте

### Риск передачи COVID-19 сохраняется вне тренировок и игр.

- В целях дальнейшего снижения риска распространения COVID-19 программы могут принимать меры по уменьшению скопления людей и личного контакта, увеличению физической дистанции, усилению вентиляции, стимулированию частого мытья рук и применению дополнительных мер предосторожности для команд, которые ездят на соревнования.
- Командные мероприятия, не связанные со спортом, например, обеды или другие общественные мероприятия, должны проходить только на открытом воздухе с соблюдением дистанции.
- Каждый человек может внести свой вклад, чтобы замедлить распространение COVID-19, снизив свой риск заражения на поле и за его пределами. Дополнительная информация о том, как снизить риск заражения и уменьшить распространение COVID-19, включая описание того, какие ситуации представляют больший риск, доступны по адресу [ph.lacounty.gov/reducerisk](http://ph.lacounty.gov/reducerisk).

### Соблюдайте меры предосторожности при поездках команды и участии в турнирах.

Нахождение в своем районе является более безопасным, чем поездки с командой на соревнования. Поездки в зону, где наблюдается большее количество случаев заражения COVID-19, могут увеличить вероятность передачи и распространения вируса. Узнайте в спортивной программе своего ребенка, какие меры предосторожности они принимают. LAC DPH рекомендует принимать следующие меры предосторожности при поездках команды:

- Необходимо постоянно носить маски в транспортных средствах общего пользования, в которых находятся члены команды из разных домохозяйств. Окна должны оставаться открытыми, в том числе в автомобилях, используемых для карпулинга, если это безопасно.
- При поездках с ночевкой:
  - Рекомендуется, чтобы члены команды из разных домохозяйств спали в отдельных комнатах.
  - При посещении гостиничных номеров других членов команды необходимо носить маски.
  - Во время сна маски должны быть сняты.
- Настоятельно рекомендуется воздержаться от совместного времяпрепровождения с другой командой.
- При поездках за пределы округа Лос-Анджелес ознакомьтесь с [Рекомендациями и руководством LAC DPH по поездкам](#).

