



## مقترح لعودة النشاط الرياضي

### مقدمة:

لقد تسببت جائحة كورونا كوفيد-19 في توقف النشاط الرياضي بدولة الكويت منذ منتصف شهر مارس 2020، ونظرا للفوائد الصحية والاجتماعية والاقتصادية الكبيرة التي توفرها الرياضة للأفراد والمجتمع ككل فان العديد من الدول عملت على وضع آليات لاستئناف النشاط الرياضي عن طريق تطبيق اجراءات صحية تضمن قواعد السلامة والصحة الواجب اتخاذها من قبل جميع مكونات الحركة الأولمبية.

وعليه، فان استئناف النشاط الرياضي يعتبر عاملا هاما من عوامل عودة الحياة الطبيعية بأي بلد من بلدان العالم، هذا المقترح قابل للتعديل من قبل وزارة الصحة خلال أي فترة من الفترات.

### 1- مقترح استئناف النشاط الرياضي بدولة الكويت:

من خلال الجداول المبينة أدناه تقدم الهيئة العامة للرياضة واللجنة الاولمبية الكويتية وجهة نظرها بخصوص العودة التدريجية للنشاط الرياضي بالنسبة للنشاط الرياضي انطلاقا بعودة التدريبات الى موعد استئناف البطولات المحلية (النشاط المحلي) كما سنستعرض أهم الاجراءات الصحية والوقائية الواجب اتباعها من قبل جميع مكونات الحركة الاولمبية الكويتية (لاعبين، مدربين، طاقم طبي، طاقم اداري، طاقم فني، حكام، وجمهور...الخ).

لقد تم وقف ممارسة النشاط الرياضي بجميع أشكاله (التنافسي ومتطلباته للتدريب) منذ ثلاثة شهور (من شهر مارس حتى شهر يونيو 2020). وقد قام بعض اللاعبين بالتدريب بشكل فردي منزلي باستخدام بعض التمارين الرياضية التنشيطية البسيطة خلال فترة الحجر الصحي، إلا أن تعتبر هذه المبادرة محدودة الفائدة وهذا يؤكد على أهمية استئناف التمارين بشكل منظم ومدروس علميا وبشكل احترافي من قبل مدربين معتمدين لدى الاتحادات الرياضية والأندية الرياضية بقصد تقادي الاصابات الرياضية ورفع اللياقة البدنية عند استئناف المنافسات الرياضية.

### الأهداف:

- يجب على اللاعب ممارسة رياضته دون مخاطرة وذلك من خلال:
- الحماية من التعرض للعدوى بفيروس كورونا كوفيد-19
- الحماية من الاصابات التي قد تحدث خلال المنافسات الرياضية.
- تجهير مركز طب رياضي بمنطقة الخالدية لإجراء فحص كوفيد 19



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## ملاحظات:

- يتم تقييم كل مرحلة من قبل فريق عمل مشترك مكون من (الهيئة العامة للرياضة، اللجنة الأولمبية الكويتية ووزارة الصحة) يتم من خلالها دراسة وتقييم الاجراءات الصحية قبل الانتقال للمرحلة المقبلة التالية.
- يجب تجهيز مركز الطب الرياضي بمنطقة الخالدية بأدوات وأجهزة فحص فايروس كورونا كوفيد 19.
  - على كل هيئة رياضية (اتحادات وأندية) التأكد من تطبيق الاجراءات والارشادات السلامة الصحية حسب معايير وزارة الصحة والمذكورة بهذا المقترح لتفادي انتشار فايروس كوفيد 19 بشكل يومي، وتحمل الهيئة الرياضية (اتحادات وأندية) أي نتائج سلبية ممكن اتخاذها ضدها من الجهات المختصة في حال عدم الاتباع والالتزام بالاجراءات والارشادات السلامة الصحية.
  - تشكيل فريق عمل مشترك (الهيئة العامة للرياضة، وزارة الصحة واللجنة الاولمبية الكويتية) للتدقيق على الهيئات الرياضية (اتحادات وأندية) والمشاركين (لاعبين، مدربين ، اداريين وهيئات رياضية) بشكل دوري للتأكد من تطبيق الاجراءات و الارشادات السلامة الصحية لتفادي انتشار فايروس كوفيد 19 ويحق لهذا الفريق اتخاذ ما يراه مناسباً ضد (أي اتحاد أو نادي غير ملتزم بالاجراءات والارشادات الصحية) ومن ضمن هذه الاجراءات اغلاق المقرات الرياضية.
  - وضع آلية لعدم مخالطة العمالة المساندة بالمنشآت الرياضية مع (لاعبين، مدربين ، اداريين).
  - السماح فقط للاعبين والمدربين المسموح لهم بمزاولة التدريب بالتواجد في أماكن التدريب وإداري واحد فقط والطاقم الطبي الخاص بالفريق.
  - يمنع التجمعات الاجتماعية داخل اللجنة الاولمبية الكويتية، الاتحادات والأندية الرياضية ويسمح فقط لعدد محدود لكل هيئة رياضية للتواجد بمقراتها.
  - يسمح بإجراء اجتماعات لمجالس ادارة الهيئات الرياضية بعدد لا يزيد عن أعضاء مجالس الادارة على أن تطبق اجراءات وارشادات الصحية المتبعة من قبل وزارة الصحة.
  - يسمح فقط لعدد 5 لاعبين لكل تدريب للاعب الفردي و 12 لاعب للألعاب الجماعية خلال فترة التدريب الواحد.
  - يمنع تواجد الجمهور والاعلام خلال فترة التدريب.



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## عودة التدريبات للألعاب الرياضية الفردية التي لا تشمل على إحتكاك مباشر بين اللاعبين (الأحد 28 يونيو 2020)

الجهات المسؤولة	الاجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الفردية المعنية
الهيئة العامة للرياضة	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب</li> <li>- يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال</li> <li>- يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري</li> <li>- يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين للمتواجدين في المنشآت الرياضية</li> </ul>	<p>لاعبين المميزين ولاعبين المنتخب الوطني من 18 سنة وما فوق - والتركيز على اللاعبين من تأهلوا للألعاب الأولمبية طوكيو 2021 أو اللاعبين القريبين من التأهيل</p> <p><b>-عدم السماح بالتدريب للأكاديميات الرياضية الخاصة ذات الصبغة التجارية والتابعة للأندية والاتحادات الرياضية وكذلك جميع المراحل السنية</b></p>	<p>الألعاب الفردية التي لا تشمل على احتكاك أو اتصال مباشر بين اللاعبين وهي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرماية</li> <li>- التنس</li> <li>- ألعاب القوى</li> <li>- تنس الطاولة</li> <li>-السباحة</li> <li>-الغطس</li> <li>- الجمباز (لبعض الألعاب)</li> <li>-الجولف</li> <li>- الدراجات الهوائية</li> <li>- الريشة الطائرة</li> <li>- الترياثلون</li> <li>- رفع الأثقال</li> <li>- المبارزة</li> <li>- السكواش</li> <li>-الفروسية</li> <li>- رياضة المحركات</li> <li>- الرياضات المائية</li> <li>- البولنج</li> <li>- سكايتنغ</li> <li>- كرلنج</li> </ul>
وزارة الصحة	<p>- يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية.</p> <p>على أن يتم انتهاء من اجراء الفحص على جميع العمالة قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020</p>		
اللجنة الاولمبية الكويتية	<p>- اجبارية القيام بفحص كوفيد 19 لجميع اللاعبين، الاداريين والمدربين للتأكد من سلامتهم من فايروس كوفيد 19 قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020 عن طريق وزارة الصحة.</p> <p>- تعقيم وتجهيز المنشآت الرياضية ومرفقاتها وكذلك الأدوات والمعدات الرياضية التي تستخدم بالتمرين قبل تاريخ 25 يونيو 2020.</p> <p>- التنظيف اليومي بمواد معقمة للصالات والملاعب وأدوات التدريب ومرفقاتها التي تستخدم بالتمارين اليومية على أن يتم التعقيم</p>		



<p>الهيئة العامة للرياضة</p> <p>وزارة الصحة</p> <p>اللجنة الأولمبية الكويتية</p>	<p>باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد التدريب مباشرة. وكذلك يتم إعادة للتعقيم والتنظيف اليوم التالي على أن يستكمل قبل التدريب.</p> <p>- توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات التدريب</p> <p>- يجب أخذ درجة الحرارة يوميا للاعبين، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب عن طريق جهاز قياس الحرارة ويمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب إذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة الصحة (توفير رابط اتصال من قبل وزارة الصحة) لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <p>- توفير كامات وقفازات</p> <p>- جميع فترات التدريب من دون جمهور</p> <p>- ضرورة احترام التباعد الاجتماعي داخل الصالات الرياضية (5 لاعبين كحد أقصى + التباعد في التدريب لمسافة لا تقل عن ثلاث أمتار).</p> <p>- الحضور إلى اماكن التدريب عبر المواصلات الخاصة ويمنع الحضور الجماعي (عن طريق الباصات).</p> <p>- الاستحمام بالمنازل بعد انتهاء التدريبات ويمنع الاستحمام في مقرات التدريب أو استخدام غرف تبديل اللاعبين.</p> <p>- يرتدي المشاركون (لاعبين ومدربين) الكمامات في جميع الأوقات باستثناء فترة تواجدهم في الملعب.</p> <p>- الإداريين والعاملين سيرتدون القفازات والأقنعة في جميع الأوقات عندما يكونون في المبنى.</p> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <p>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين؛ تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</p> <p>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة.</p>		
--	---	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

	<p>- عدم مشاركة اللاعبين باستخدام المشروبات (مثل زجاجات المياه، العصير.... الخ) كل شخص يستخدم فقط أدوات المشروبات أو الأكل الخاصة به. - عدم المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.</p>		
--	--	--	--

## التدريبات للألعاب الفردية ذات الاحتكاك المباشر

(الأحد 28 يونيو 2020)

الجهة المسؤولة	الإجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الفردية المعنية
<p>الهيئة العامة للرياضة وزارة الصحة اللجنة الأولمبية الكويتية</p>	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية: - توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب - يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال - يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري - يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين المتواجدين في المنشآت الرياضية - يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية. على أن يتم انتهاء من اجراء الفحص على جميع العمالة قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020 - اجبارية القيام بفحص كوفيد 19 لجميع اللاعبين، الاداريين والمدربين للتأكد من سلامتهم من فايروس كوفيد 19 قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020 عن طريق وزارة الصحة.</p>	<p>لاعبين المميزين ولاعبين المنتخب الوطنية من 18 سنة وما فوق - عدم السماح بالتدريب للأكاديميات الرياضية الخاصة ذات الصبغة التجارية والتابعة للأندية والاتحادات الرياضية وكذلك جميع المراحل السنية</p>	<p>تعتمد هذه الألعاب على الاحتكاك المباشر واللصيق بين اللاعبين مما يؤدي الى سرعة انتشار وانتقال العدوى، لذلك يفضل بدء التدريبات تلك الألعاب بشكل فردي باستخدام الأجهزة المساعدة فقط: - الكاراتيه - الجودو - المصارعة - الموائي تاي - الكيوكشن كراتيه - الجوجيتسو - التايكوندو - الكوراش - الكيك بوكسينغ</p>



	<p>- تعقيم وتجهيز المنشآت الرياضية ومرفقاتها وكذلك الأدوات والمعدات الرياضية التي تستخدم بالتمرين قبل تاريخ 25 يونيو 2020.</p> <p>- التنظيف اليومي بمواد معقمة للصالات والملاعب وأدوات التدريب ومرفقاتها التي تستخدم بالتمارين اليومية على أن يتم التعقيم باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد التدريب مباشرة.</p> <p>وكذلك يتم إعادة للتعقيم والتنظيف اليوم التالي على أن يستكمل قبل التدريب.</p> <p>- توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات التدريب - يجب أخذ درجة الحرارة يوميا للاعبين، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب عن طريق جهاز قياس الحرارة ويمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب اذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة الصحة (توفير رابط اتصال من قبل وزارة الصحة) لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <p>- توفير كمادات وقفازات</p> <p>- جميع فترات التدريب من دون جمهور -ضرورة احترام التباعد الاجتماعي داخل الصالات الرياضية (5 لاعبين كحد أقصى + التباعد في التدريب لمسافة لا تقل عن ثلاث أمتار).</p> <p>- الحضور إلى اماكن التدريب عبر المواصلات الخاصة ويمنع الحضور الجماعي (عن طريق الباصات).</p> <p>- الاستحمام بالمنازل بعد انتهاء التدريبات ويمنع الاستحمام في مقرات التدريب أو استخدام غرف تبديل اللاعبين.</p> <p>- يرتدي المشاركون (لاعبين ومدربين) الكمادات في جميع الأوقات باستثناء فترة تواجدهم في الملعب.</p> <p>- الإداريين والعاملين سيرتدون القفازات والأقنعة في جميع الأوقات عندما يكونون في المبنى.</p> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <p>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين؛ تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</p>	
--	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

	<p>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة. - عدم مشاركة اللاعبين باستخدام المشروبات (مثل زجاجات المياه، العصير... الخ) كل شخص يستخدم فقط أدوات المشروبات أو الأكل الخاصة به. - عدم المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.</p>		
--	---	--	--

### ملاحظة:

- بالنسبة لتمارين السباحة وألعاب القوى والدراجات الهوائية (يسمح لكل حارة للاعب واحد فقط مع وجوب وجود حارة فارغة بين اللاعبين)
- تمارين الغطس (يسمح لكل لاعب باستخدام ارتفاع ومنط واحد خلال كل قفزة)
- بالنسبة لتدريب الجمباز (يسمح لكل لاعب باستخدام جهاز واحد)
- المباراة (يجب ارتداء بدلة مباريات المباراة لجميع لاعبي المباراة في التدريب)
- بالنسبة للعبة السكواش يكون هناك لاعب واحد فقط داخل ملعب السكواش



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## استئناف البطولات المحلية لجميع الألعاب الفردية

( الأحد 13 سبتمبر 2020 )

الجهة المسؤولة	الاجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الفردية المعنية
الهيئة العامة للرياضة وزارة الصحة اللجنة الأولمبية الكويتية	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب</li> <li>- يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال</li> <li>- يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري</li> <li>- يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين المتواجدين في المنشآت الرياضية</li> <li>- يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية.</li> <li>على أن يتم انتهاء من اجراء الفحص على جميع العمالة قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020</li> <li>- اجبارية القيام بفحص كوفيد 19 لجميع اللاعبين، الاداريين و المدربين للتأكد من سلامتهم من فايروس كوفيد 19 قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020 عن طريق وزارة الصحة.</li> <li>- تعقيم وتجهيز المنشآت الرياضية ومرفقاتها وكذلك الأدوات والمعدات الرياضية التي تستخدم في المباريات قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020</li> <li>- التنظيف بمواد معقمة للصالات والملاعب والأدوات ومرفقاتها التي تستخدم في البطولات على أن يتم التعقيم باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد البطولة مباشرة.</li> </ul>	<p>الدرجة الأولى ومن 18 سنة وأكبر</p>	<p>جميع الألعاب الفردية وهي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرماية</li> <li>- التنس</li> <li>- ألعاب القوى</li> <li>- تنس الطاولة</li> <li>-السباحة</li> <li>-الغطس</li> <li>- الجمباز (لبعض الالعاب)</li> <li>-الجولف</li> <li>- الدراجات الهوائية</li> <li>- الريشة الطائرة</li> <li>- الترياثلون</li> <li>- رفع الأثقال</li> <li>- المبارزة</li> <li>- السكواش</li> <li>-الفروسية</li> <li>- رياضة المحركات</li> <li>- الرياضات المائية</li> <li>- البولنج</li> <li>- سكايتنغ</li> <li>- كرلينغ</li> <li>- الكاراتيه</li> <li>- الجودو</li> <li>- المصارعة</li> <li>- الموائي تاي</li> <li>- الكيوكشن كراتيه</li> <li>- الجوجيتسو</li> <li>- التايكوندو</li> <li>- الكوراش</li> <li>- الكيك بوكسينغ</li> </ul>



	<p>- توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات البطولات</p> <p>- يجب أخذ درجة الحرارة للاعبين قبل البطولة، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب عن طريق جهاز قياس الحرارة ويمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب إذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة الصحة لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <p>- توفير كمادات وقفازات</p> <p>- جميع المباريات من دون جمهور</p> <p>- ضرورة الإلتزام بالإحترازاات الصحية.</p> <p>- الحضور إلى اماكن البطولات عبر المواصلات الخاصة ويمنع الحضور الجماعي.</p> <p>- الاستحمام بالمنازل بعد انتهاء البطولات وكذلك عدم استخدام غرف تبديل اللاعبين.</p> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <p>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين؛ تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</p> <p>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة.</p> <p>- ضرورة احترام التباعد الاجتماعي داخل الصالات الرياضية</p> <p>-القدوم الى مقرات المباريات عبر المواصلات الخاصة.</p> <p>-تغيير الملابس بالبيت والاستحمام بالمنازل بعد انتهاء المباريات</p> <p>-يجب أن يبقى الصحفيون في منصة الصحافة مع احترام المسافة القانونية للتباعد الاجتماعي</p> <p>-يجب على المصورين الابتعاد عن اللاعبين مسافة ثلاثة أمتار على الأقل</p> <p>-ينبغي إجراء المقابلات الصحفية في الميدان وليس في مكان ضيق مع احترام التباعد الاجتماعي والحفاظ على المسافات اللازمة</p> <p>-اجراء المؤتمرات الصحفية عن بعد عبر الإنترنت</p> <p>- تطهير المعدات الرياضية بانتظام</p>		
--	---	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

	- تجنب مشاركة المعدات (مثل زجاجات المياه) - تجنب المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.		
--	--	--	--

### ثانياً) الألعاب الجماعية:

من خلال الجداول المبينة أدناه تقدم الهيئة العامة للرياضة واللجنة الأولمبية الكويتية وجهة نظرها بخصوص العودة التدريجية للنشاط الرياضي بالنسبة للألعاب الجماعية انطلاقاً بعودة التدريبات الى موعد استئناف البطولات المحلية (النشاط المحلي) كما سنستعرض أهم الاجراءات الصحية والوقائية الواجب اتباعها من قبل جميع مكونات الحركة الأولمبية الكويتية (لاعبين، مدربين، طاقم طبي، طاقم اداري، طاقم فني، حكام، وجمهور...الخ).

### اجراءات:

- كل فترة التدريب 12 لاعب + 2 حراس مرمى لكل من (كرة القدم، كرة اليد وكرة الماء).
- يتم تقسيم الملعب أو الصالة الى 4 أجزاء كل جزء ثلاثة لاعبين مع ضرورة التباعد الاجتماعي 3 أمتار بين كل لاعب وآخر.
- يتم التركيز على المهارات الفردية والتصويب ورفع كفاءة حراس المرمى لكل من (كرة القدم، كرة اليد وكرة الماء) واللياقة البدنية الشاملة
- عدم تجاوز مناطق محددة في أرضية الملعب، منعا لحدوث أي احتكاك بدني.

### الأهداف:

يجب على اللاعب ممارسة رياضته دون مخاطرة وذلك من خلال:

- الحماية من التعرض للعدوى بفيروس كورونا كوفيد-19
- الحماية من الاصابات التي قد تحدث خلال المنافسات الرياضية.
- تجهير مركز طب رياضي بمنطقة الخالدية لإجراء فحص كوفيد 19



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## عودة التدريبات للألعاب الجماعية

(الأحد 28 يونيو 2020)

الجهة المسؤولة	الاجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الجماعية المعنية
الهيئة العامة للرياضة وزارة الصحة اللجنة الاولمبية الكويتية	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية:</p> <p>- توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب</p> <p>- يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال</p> <p>- يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري</p> <p>- يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين المتواجدين في المنشآت الرياضية</p> <p>- يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية.</p> <p>على أن يتم انتهاء من اجراء الفحص على جميع العمالة قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020</p> <p>- اجبارية القيام بفحص كوفيد 19 لجميع اللاعبين، الاداريين والمدربين للتأكد من سلامتهم من فايروس كوفيد 19 قبل الخميس الموافق 25 يونيو 2020 عن طريق وزارة الصحة.</p> <p>- تعقيم وتجهيز المنشآت الرياضية ومرفقاتها وكذلك الأدوات والمعدات الرياضية التي تستخدم بالتمرين قبل تاريخ 25 يونيو 2020.</p> <p>- التنظيف اليومي بمواد معقمة للصالات والملاعب وأدوات التدريب ومرفقاتها التي</p>	<p>لاعبين المنتخبات والدرجة الأولى ومن 18 سنة وأكبر</p>	<p>الألعاب الجماعية وهي:</p> <p>- كرة القدم</p> <p>- كرة اليد</p> <p>- كرة الطائرة</p> <p>- كرة السلة</p> <p>- كرة الماء</p> <p>- الكريكت</p> <p>- هوكي الجليد</p>



<p>تستخدم بالتمارين اليومية على أن يتم التعقيم باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد التدريب مباشرة.</p> <p>وكذلك يتم إعادة للتعقيم والتنظيف اليوم التالي على أن يستكمل قبل التدريب.</p> <p>- توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات التدريب</p> <p>- يجب أخذ درجة الحرارة يوميا للاعبين، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب عن طريق جهاز قياس الحرارة ويمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب اذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة الصحة (توفير رابط اتصال من قبل وزارة الصحة) لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <p>- توفير كمادات وقفازات</p> <p>- جميع فترات التدريب من دون جمهور</p> <p>- ضرورة احترام التباعد الاجتماعي داخل الصالات الرياضية (12 لاعب كحد أقصى + التباعد في التدريب لمسافة لا تقل عن ثلاث أمتار + تقسيم الملعب إلى أربعة أجزاء كل جزء فيه ثلاثة لاعبين كحد أقصى).</p> <p>- الحضور إلى أماكن التدريب عبر المواصلات الخاصة ويمنع الحضور الجماعي (عن طريق الباصات).</p> <p>- الاستحمام بالمنازل بعد انتهاء التدريبات ويمنع الاستحمام في مقرات التدريب أو استخدام غرف تبديل اللاعبين.</p> <p>- يرتدي المشاركون (لاعبين ومدربين) الكمادات في جميع الأوقات باستثناء فترة تواجدهم في الملعب.</p> <p>- الإداريين والعاملين سيرتدون القفازات والأقنعة في جميع الأوقات عندما يكونون في المبنى.</p> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <p>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين؛ تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</p>		
---	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

	<p>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة. - عدم مشاركة اللاعبين باستخدام المشروبات (مثل زجاجات المياه، العصير... الخ) كل شخص يستخدم فقط أدوات المشروبات أو الأكل الخاصة به. - عدم المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.</p>		
--	---	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## عودة البطولات المحلية للألعاب الجماعية

(الأحد 13 سبتمبر 2020)

الجهة المسؤولة	الاجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الجماعية المعنية
الهيئة العامة للرياضة	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية: - توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب - يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال - يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري - يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين المتواجدين في المنشآت الرياضية - يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية. على أن يتم انتهاء من اجراء الفحص على جميع العمالة قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020 - اجبارية القيام بفحص كوفيد 19 لجميع اللاعبين، الاداريين و المدربين للتأكد من سلامتهم من فايروس كوفيد 19 قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020 عن طريق وزارة الصحة. - تعقيم وتجهيز المنشآت الرياضية ومرفقاتها وكذلك الأدوات والمعدات الرياضية التي تستخدم في المباريات قبل الخميس الموافق 10 سبتمبر 2020 - التنظيف بمواد معقمة للصالات والملاعب والأدوات ومرفقاتها التي تستخدم في البطولات على أن يتم التعقيم باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد البطولة مباشرة. - توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات البطولات - يجب أخذ درجة الحرارة للاعبين قبل البطولة، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب</p>	<p>الدرجة الأولى ومن 18 سنة وأكثر</p>	<p>الألعاب الجماعية وهي: -كرة القدم -كرة اليد -كرة الطائرة -كرة السلة -كرة الماء -الكريكت - هوكي الجليد</p>
وزارة الصحة			
اللجنة الاولمبية الكويتية			



<p>عن طريق جهاز قياس الحرارة و يمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب اذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة الصحة لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- توفير كمادات و قفازات</li><li>- جميع المباريات من دون جمهور</li><li>- ضرورة الإلتزام بالإحترازاات الصحية.</li><li>- الحضور إلى اماكن البطولات عبر المواصلات الخاصة و يمنع الحضور الجماعي.</li><li>- الاستحمام بالمنازل بعد انتهاء البطولات وكذلك عدم استخدام غرف تبديل اللاعبين</li></ul> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين؛ تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</li><li>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة.</li><li>- عدم مشاركة اللاعبين باستخدام المشروبات (مثل زجاجات المياه، العصير.... الخ) كل شخص يستخدم فقط أدوات المشروبات أو الأكل الخاصة به.</li><li>- عدم المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.</li><li>- تقسيم الملعب إلى ثلاث مناطق منفصلة</li><li>- توزيع الحصص التدريبية على عدة أيام بمشاركة 8 لاعبين كحد أقصى من اللاعبين في كل حصة تدريبية</li><li>- القدوم الى مقرات التدريب عبر المواصلات الخاصة.</li><li>- تغيير الملابس بالبيت والاستحمام بالمنازل بعد انتهاء التدريبات</li><li>- تطهير المعدات الرياضية بانتظام</li><li>- تجنب مشاركة المعدات (مثل زجاجات المياه)</li></ul>		
---	--	--

### ملاحظة:

يسمح بإجراء المباريات التجريبية على أن تتم الموافقة الرسمية من فريق العمل المكون من (الهيئة العامة للرياضة، وزارة الصحة واللجنة الأولمبية الكويتية بعد تقييم مراحل التدريب السابقة.



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

عودة تمارين جميع المراحل السنوية للألعاب الفردية (16 سنة وأصغر) والجماعية (18 سنة وأصغر) وكذلك الاكاديميات الرياضية الخاصة التي تستخدم منشآت المخصصة من الدولة للأندية الرياضية والاتحادات

(الأحد 04 أكتوبر 2020)

الجهة المسؤولة	الاجراءات الصحية	الرياضيين	الألعاب الفردية والجماعية المعنية
<p>الهيئة العامة للرياضة</p> <p>وزارة الصحة</p> <p>اللجنة الأولمبية الكويتية</p>	<p>ضرورة تطبيق جميع التدابير الوقائية والصحية التالية:</p> <p>- توفير أجهزة ومحطات ومواد التعقيم في مقرات التدريب</p> <p>- يجب تحديد عدد من العمال لتنظيف وتجهيز كل مرفق تدريب رياضي ويجب عزلهم بغرف منفصلة عن بقية العمال</p> <p>- يجب عمل ملف وتوثيق دخول وخروج لكل من لاعب، مدرب وإداري</p> <p>- يجب حصر عدد اللاعبين و العمال والاداريين و المدربين المتواجدين في المنشآت الرياضية</p> <p>- يجب فحص العمال (الذين يقدمون خدمات التنظيف) من قبل وزارة الصحة للتأكد من سلامتهم من كوفيد 19 عن طريق وزارة الصحة لجميع العمالة الموجودة بالاتحادات، الاندية واللجنة الاولمبية الكويتية.</p> <p>- التنظيف اليومي بمواد معقمة للصالات والملاعب وأدوات التدريب ومرفقاتها التي تستخدم بالتمارين اليومية على أن يتم التعقيم باستخدام المعقمات المعروفة من قبل موظفي العمالة المتوفرة بعد التدريب مباشرة.</p> <p>وكذلك يتم إعادة للتعقيم والتنظيف اليوم التالي على أن يستكمل قبل التدريب.</p> <p>- توفير أجهزة فحص حرارة في مقرات التدريب</p> <p>- يجب أخذ درجة الحرارة يوميا للاعبين، المدربين والاداريين قبل دخولهم الصالة أو الملاعب عن طريق جهاز قياس الحرارة ويمنع لأي شخص دخول الصالة أو الملاعب اذا ارتفعت الحرارة عن المعتاد و يتم إبلاغ وزارة</p>	<p>المراحل السنوية للألعاب الفردية ( 17 سنة وأصغر) والجماعية ( 17 سنة وأصغر)</p>	<p>جميع المراحل السنوية للألعاب الفردية ( 17 سنة وأصغر) والجماعية ( 17 سنة وأصغر) وكذلك الاكاديميات الرياضية الخاصة التي تستخدم منشآت المخصصة من الدولة للأندية الرياضية والاتحادات</p>



<p>الصحة (توفير رابط اتصال من قبل وزارة الصحة) لإجراء فحص كوفيد 19 لأي رياضي تثبت ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد.</p> <p>- توفير كمادات وقفازات</p> <p>- جميع فترات التدريب من دون جمهور</p> <p>- ضرورة احترام التباعد الاجتماعي داخل الصالات الرياضية (5 لاعبين كحد أقصى + التباعد في التدريب لمسافة لا تقل عن ثلاث أمتار).</p> <p>- الحضور إلى أماكن التدريب عبر المواصلات الخاصة ويمنع الحضور الجماعي (عن طريق الباصات).</p> <p>- الاستحمام بالمنزل بعد انتهاء التدريبات ويمنع الاستحمام في مقرات التدريب أو استخدام غرف تبديل اللاعبين.</p> <p>- يرتدي المشاركون (لاعبين ومدربين الكمامات في جميع الأوقات باستثناء فترة تواجدهم في الملعب.</p> <p>- الإداريين والعاملين سيرتدون القفازات والأقنعة في جميع الأوقات عندما يكونون في المبنى.</p> <p><b>فرض تدابير النظافة مثل:</b></p> <p>- غسل اليدين واستخدام مطهر اليدين، تجنب لمس عينيك / الفم / الأنف</p> <p>- استخدام المنديل في حال السعال والعطس ورمي المناديل في سلة المهملات المغلقة.</p> <p>- عدم مشاركة اللاعبين باستخدام المشروبات (مثل زجاجات المياه، العصير... الخ) كل شخص يستخدم فقط أدوات المشروبات أو الأكل الخاصة به.</p> <p>- عدم المصافحة باليد وغيرها من الاتصال الجسدي.</p> <p>- تقسيم الملعب إلى ثلاث مناطق منفصلة</p> <p>- توزيع الحصص التدريبية على عدة أيام بمشاركة 5 لاعبين كحد أقصى من اللاعبين في كل حصة تدريبية</p> <p>- القدوم إلى مقرات التدريب عبر المواصلات الخاصة. في أول ثلاثين يوم من بداية التدريبات.</p>		
--	--	--



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

	- تطهير المعدات الرياضية بانتظام -تجنب مشاركة المعدات (مثل زجاجات المياه... الخ)		
--	--	--	--

### • الاعلام الرياضي:

بالنسبة للإعلام الرياضي توصي الهيئة العامة للرياضة واللجنة الاولمبية الكويتية بالآتي:

- 1- يسمح لعدد محدود لا يزيد عن 4 صحفيين واعلاميين لدخول المباريات الرسمية من كل جهة إعلامية.
- 2- تزويد القاعات الرياضية والملاعب بشبكة الانترنت
- 3- القيام بالمؤتمرات الصحفية أياً كانت من خلال اتصال بالفيديو
- 4- يتم الاتفاق ما بين وزارة الاعلام والهيئة العامة للرياضة بأعداد كادر النقل التلفزيوني
- 5- على كل الاعلاميين، الصحفيين والكادر التلفزيوني اتباع الاجراءات الوقائية أعلاه.

### • المشاركات الدولية (المعسكرات التدريبية الخارجية والبطولات الدولية):

هناك رزنامة دولية للبطولات الاسيوية والدولية وكذلك بطولات اقليمية وقارية.

وترى الهيئة العامة للرياضة واللجنة الاولمبية الكويتية أن معظم تلك البطولات سوف يتم تأجيلها وترحيلها الى بداية عام 2021.

ولكن هناك بعض الاتحادات الدولية والقارية قد قامت بإعادة برمجة نشاطها بما يخص تأهيل اللاعبين لدورة الالعاب الاولمبية طوكيو 2021، وحيث أن هناك لاعبين قد تأهلوا لدورة الالعاب الاولمبية طوكيو 2021 ويجب تكثيف جرات التدريب داخل دولة الكويت وإعطاء أولوية له بمشاركة أكبر عدد من البطولات الاقليمية والقارية والدولية المتوقعة بعد تاريخ 15 سبتمبر 2020 لذلك يجب عمل فحص فايروس كوفيد 19 لجميع الرياضيين اللاعبين والاداريين الذي سوف يشاركون في المنافسات الدولية قبل السفر ب 72 ساعة على الأقل وإصدار شهادة من وزارة الصحة باللغة الانجليزية لهؤلاء اللاعبين من خلّوهم من الفايروس كوفيد 19.

وعلى الهيئة الرياضية الوطنية إرسال هذه الشهادة الى اللجنة المنظمة والدولة المستضيفة قبل 48 ساعة من السفر.



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

وتقوم الهيئة العامة للرياضة واللجنة الاولمبية الكويتية بالتنسيق مع وزارة الخارجية لإبلاغ سفارة دولة الكويت المعنية بالآتي:

- 1- صور جوازات الوفد
- 2- صورة من شهادة وزارة الصحة التي تؤكد خلو الوفد الرياضي من فايروس كوفيد 19
- 3- تزويدهم بموعد وصول الوفد لاستقبالهم بالمطار لتفادي أي صعوبات

#### • إجراءات قبل السفر:

- 1- أخذ درجة الحرارة لجميع أعضاء الوفد بيوم السفر
- 2- يمنع سفر أي شخص من الوفد إذا ثبت عليه حرارة تفوق المعدل المطلوب.
- 3- تزويد الوفد بالكمامات والمعقمات وقفازات
- 4- تزويد الوفد بجهاز أخذ الحرارة
- 5- توفير أدوية مسكنة (أسبيرين، بانادول وفيتامين C)

#### • إجراءات بعد الوصول:

- بعد وصولهم دولة الكويت يلتزم جميع أعضاء الوفد بالقواعد والارشادات الصحية المتبعة من قبل وزارة الصحة بدولة الكويت.
- 1- أخذ درجة الحرارة لجميع أفراد الوفد بعد الوصول ويومياً، إذا ثبت عليه حرارة تفوق المعدل المطلوب يجب على رئيس الوفد ابلاغ السفارة واللجنة الاولمبية الكويتية للتنسيق وتحديد مكان المستشفى للفحص وتقديم العلاج
  - 2- استخدام جميع أفراد الوفد للكمامات والمعقمات والقفازات
  - 3- التزام الوفد بمبدأ التباعد الاجتماعي في مقر الإقامة وبأماكن العامة والتدريب
  - 4- إذا ثبت عليه حرارة تفوق المعدل المطلوب يتم ابلاغ السفارة، واللجنة الاولمبية الكويتية للتنسيق ولاتخاذ الاجراءات المناسبة بخصوص مغادرة اللاعب من عدمه.
  - 5- اجبار جميع أفراد الوفد بأخذ فيتامين C يوميا



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

### • إجراءات قبل المغادرة لدولة الكويت:

1- أخذ درجة الحرارة لجميع أفراد الوفد إذا ثبت عليه حرارة تفوق المعدل المطلوب يتم إبلاغ السفارة، واللجنة الأولمبية الكويتية للتنسيق ولاتخاذ الاجراءات المناسبة بخصوص مغادرة اللاعب من عدمه.

**هناك 5 لاعبين رماية تأهلوا لدورة الالعاب الاولمبية طوكيو 2021 وهم:**

1. عبد الرحمن الفيحان
2. طلال الرشدي
3. منصور الرشدي
4. سعود حبيب
5. عاطف الدوسري (الالعاب البرالمبية لذوي الاحتياجات الخاصة)

• وهناك فرصة للتأهيل لدورة الالعاب الاولمبية طوكيو 2021:

**رماية:**

1. سارة الحوال
2. شهد الحوال
3. إيمان الشماع
4. مريم الرزوقي

**السباحة:**

1. لارا جمال الدشتي (تم قبولها للمشاركة في دورة الالعاب الاولمبية طوكيو 2020 بعد التعديل الجديد للأرقام التأهيلية) عن طريق دخول العالمية.

**- لاعبين لديهم فرصة للتأهل لدورة الألعاب الاولمبية طوكيو 2021**

2. عباس محمد قلي
3. علي عبد الرحمن الزامل
4. راشد طارق الطرمون
5. محمد محمود الرزوقي
6. وليد خالد عبد الرزاق
7. سعود ثامر الشمروخ
8. علي مصطفى بوعباس



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

## ألعاب القوى:

### - لاعبين لديهم فرصة للتأهل لدورة الألعاب الاولمبية طوكيو 2020

1. يوسف محمد ظاهر كرم
2. يعقوب محمد عبدالله البوحي
3. عيسى محمد غريب زكوي
4. إبراهيم رميض الظفيري
5. ماجد راضي مبارك الزيد
6. مضايي سعد الشمري

## الكاراتيه:

1. عبد الله عبد العزيز شعبان
2. سيد محمد عبدالله الموسوي
3. سيد سلمان عبدالله الموسوي
4. عمر محمد الجاسم
5. راشد فلاح المطيري
6. أحمد خالد المسفر

## المبارزة:

1. عبد العزيز الشطي
2. يوسف الشملان

## الترايثلون:

1. نجلاء عدنان الجريوي

## الفروسية:

1. علي الخرافي



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

**بالنسبة للاعبين المذكورين أعلاه توصي الهيئة العامة للرياضة واللجنة الاولمبية بعمل الآتي:**

- 1- اصدار تصريح عدم تعرض للأفراد من وزارة الداخلية لاستخدامه لغرض التدريب إن وجد خلال فترة الحظر الكلي أو الجزئي.
- 2- تزويد اللاعبين بكمامات، معقمات وقفازات
- 3- اتباع الاجراءات الوقائية المذكورة أعلاه
- 4- اجراء فحص كورونا كوفيد 19 لكل لاعب.

**نسأل الله أن يحفظ دولة الكويت الحبيبة**



اللجنة الأولمبية الكويتية



الهيئة العامة للرياضة  
Public Authority for Sport

