



**OPEN FUN FOOTBALL SCHOOLS  
MOLDOVA**

# **RECOMANDĂRILE CROSS CULTURES CU PRIVIRE LA CORONA**

**RELUAREA ACTIVITĂȚILOR DIN CADRUL ȘCOLII DESCHISE DE FOTBAL DISTRACTIV  
DUPĂ CORONA-CRIZA 2020**





**Cross Cultures** - este o organizație daneză nonprofit, independentă din punct de vedere politic, fondată în anul 1998.

Proiectul Cross Cultures /Open Fun Football Schools este implementat în Moldova deja de 15 ani, de asemenea fiind susținut de Guvernul Suediei.

Astăzi, Cross Cultures se numără printre cele mai importante organizații mondiale, care s-a specializat în aplicarea sportului comunitar și a programului nostru Open Fun Football Schools pentru a:

- Facilita prietenia și cooperarea sportivă între copiii și adulții, care locuiesc în comunități divizate;
- construi comunități – comunitatea de sport și asociații de tineret, care se bazează pe voluntariat, egalitatea de gen, sprijinul parental și principiul de bază "Sportul pentru Toți";
- Protejarea copiilor la activitățile sportive.

# INTRODUCERE:

---

Mai multe țări partenere ale Școlilor Deschise de Fotbal Distractiv intenționează să permită copiilor reluarea jocurilor și activităților sportive. Însă acest lucru se va realiza într-un mod responsabil.

**Poziția Cross Culture este clară: În respectiva situație Cross Cultures consideră sănătatea publică principală în procesul de reconciliere în pofida diferențelor de ordin social, iar activitățile desfășurate în cadrul Școlilor Deschise de Fotbal Distractiv nu trebuie să contribuie la răspândirea infecției nici pe terenul de joc, nici în afara terenului.** În plus, Cross Cultures și programul „Școlii Deschise de Fotbal Distractiv” trebuie să respecte, ÎNTOTDEAUNA, recomandările autorităților naționale privind reluarea activităților sportive.

În acest context, programul „Școlii Deschise de Fotbal Distractiv” va continua să se informeze pentru a crea activități distractive, vesele și de apropiere, formând, în același timp, aptitudini relevante în rândul copiilor și tinerilor, vom acționa în mod responsabil și corespunzător astfel încât activitățile OFFS să nu contribuie la răspândirea infecției.

Prin urmare, acest protocol oferă o imagine de ansamblu asupra atitudinii Cross Culture și abordării de către aceasta a faptului reluării activităților OFFS având în vedere Corona-criza.

Noile recomandări reprezintă un Protocol general pentru lansarea antrenamentelor în cadrul „Școlilor Deschise de Fotbal Distractiv” - acestea sunt bazate pe recomandările generale ale autorităților daneze și ghidurile publicate pentru sporturile în aer liber ale Federației Sportive Daneze. De asemenea, Cross Cultures a primit un impuls de la Federația Daneză de Fotbal, Liga Daneză, precum și inspirație din partea KNVB-Olanda, unde fotbalul a fost redeschis cu condiția respectării unor anumite restricții. Prezentul protocol este actualizat, în mod constant, având în vedere recomandările parvenite de la autoritățile relevante.

Pentru recomandări suplimentare, vă rugăm să consultați autoritățile naționale din țara dumneavoastră.

*Anders Levinsen.  
Mai 2020*

## **COORDONATORII OFFS NAȚIONALI ȘI REGIONALI ȘI LIDERII OFFS LOCALI TREBUIE:**

- A** Să elaboreze un plan și să organizeze implementarea activităților OFFS.
- B** Să organizeze un forum de formare unde să fie asigurată coordonarea dintre liderii OFFS și antrenori/voluntari.



# INSTRUCȚIUNI

## *Recomandări pentru coordonatorii și liderii locali ale OFFS naționale și regionale*

**Pentru siguranța antrenorilor, voluntarilor, jucătorilor și părinților este necesar de a realiza următoarele:**

- ✓ Fiecare coordonator/lider OFFS trebuie să fie la curent cu recomandările relevante ale autorităților naționale și locale și recomandările Cross Cultures privind Corona și trebuie să se asigure că activitățile desfășurate în cadrul proiectului OFFS respectă aceste recomandări.
- ✓ Clubul de fotbal/școala sportivă trebuie să decidă asupra posibilității reluării activității și că sunt de acord cu recomandările Cross Cultures privind Corona.
- ✓ Coordonatorul și liderul OFFS național și regional trebuie să monitorizeze și să evalueze continuu procesul de organizare și desfășurare a antrenamentelor, precum și să monitorizeze cine participă la aceste antrenamente.
- ✓ La Prima Etapă - trebuie respectată condiția de a desfășura activitatea cu un grup de până la 10 persoane.
- ✓ Se recomandă ca liderul OFFS să desfășoare antrenamente după un grafic pentru a evita aglomerarea în timpul antrenamentelor (activităților).
- ✓ Se recomandă accesul limitat la toalete, însă este la discreția proprietarului instituției să decidă dacă este sau nu permis accesul la toalete și încăperi.
- ✓ Trebuie asigurată curățarea minuțioasă a obiectelor de uz comun și trebuie făcut un plan de curățare și dezinfectare a obiectelor de uz comun, cum ar fi mânerele exterioare, robinetele etc..

# INSTRUCȚIUNI

---

## *Recomandări pentru desfășurarea activităților Înainte de antrenament*

- ✓ Asigurați-vă că recomandările autorităților naționale de sănătate sunt implementate.
- ✓ Jucătorii și voluntarii din grupul de risc trebuie să fie foarte atenți dacă participă la activitățile OFFS.
- ✓ Toți se întâlnesc deja echipați și merg direct la antrenament.
- ✓ Dacă copiii sunt însoțiți de părinți, acest lucru trebuie făcut în afara centrului sportiv, deoarece spectatorilor nu li se va permite accesul la activitatea OFFS.
- ✓ Doar liderul și antrenorul OFFS au acces la încăperea unde se păstrează mingile.
- ✓ Se va alege un singur set de mingi, conuri, și alt inventar sportiv care se va utiliza de un singur grup pe perioada antrenamentului.
- ✓ Dacă sunt utilizate veste de antrenament, acestea vor fi spălate după utilizare.
- ✓ Antrenați în grupuri de maxim 10 persoane, inclusiv un adult/antrenor.



- ✓ Sticlele de apă trebuie aduse umplute de acasă și nu trebuie împărtășite cu ceilalți.
- ✓ Toți jucătorii și antrenorii trebuie să se spele pe mâini - sau să folosească un dezinfectant pentru mâini - înainte de a merge la antrenament.
- ✓ Se recomandă ca clubul gazdă să ofere acces la un lavoar înainte și după sesiunea de antrenament. Se va evita folosirea prosoapelor în comun.



## ÎN TIMPUL ANTRENAMENTULUI

- ✓ Trebuie să existe întotdeauna un singur antrenor sau adult prezent per grup.
- ✓ În timpul antrenamentului, doar persoana responsabilă are voie să mute conurile și alt echipament.
- ✓ Jocul cu capul - FMF vine cu schimbări în antrenarea procedurii tehnice „jocul cu capul” la copii până la 11 ani, care prezintă pericol pentru copiii mici. Din acest motiv, Federația de Fotbal a Moldovei recomandă evitarea antrenării acestui procedeu tehnic la copii până la 11 ani. Luând în considerație situația cu Covid19, se recomandă reducerea la minim a loviturilor cu capul.
- ✓ Se recomandă minimizarea atingerii mingii cu mâinile pe cât posibil, cu excepția portarilor care trebuie să folosească propriile mănuși, care trebuie spălate în prealabil.
- ✓ Se recomandă ca antrenamentul să fie organizat astfel încât să fie redus contactul corp la corp.
- ✓ Nu înlocuiți jucătorii în timpul exercițiului.
- ✓ Grupurile individuale trebuie să fie separate și nu trebuie să contacteze unii cu alții.

## DUPĂ ANTRENAMENT

- ✓ Fiecare pleacă de la antrenament imediat după terminarea acestuia. Jucătorii trebuie să părăsească terenul de joc de unii singuri, nu în grupuri.
- ✓ Antrenorul prelucrează echipamentul cu apă și săpun.
- ✓ Dacă un jucător sau manager prezintă simptome de boală și va fi diagnosticat cu COVID-19, clubul, antrenorii și jucătorii și părinții trebuie să fie informați despre acest lucru.

## ÎN CAZ DE BOALĂ

- ✓ Persoanele care prezintă simptome COVID-19 nu au voie să participe la antrenamente. Persoanele se pot întâlni din nou la antrenamente doar la 48 de ore după încetarea simptomelor.
- ✓ Persoanele a căror familie are simptome sau sunt infectate trebuie să urmeze recomandările Autorităților de Sănătate pentru „contacte apropiate”.

## PROGRAME DE ANTRENAMENT

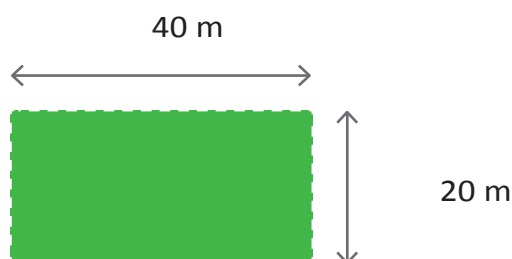
- ✓ Cross Cross Cultures și Clubul Virtual Cross Cultures oferă programe de instruire pentru antrenori și cluburi care s-au adaptat la recomandările actuale ale autorităților de sănătate.



# INSTRUCȚIUNI

## *Recomandări pentru numărul grupurilor antrenate și numărul de jucători pe teren:*

- ✓ Toate sesiunile de antrenament trebuie să respecte interdicția privind adunarea în grupuri. Se interzic grupurile mai mari de 10 persoane adunate pentru desfășurarea activității. Dacă se folosesc terenuri mai mari unde se pot antrena mai mult de 10 persoane în grupuri diferite pe întreaga suprafață în același timp, grupurile nu trebuie să se adune, chiar dacă pot menține distanța de mai mult de 2 metri.
- ✓ Cross Cultures aderă la terenurile mini. Astfel, 1 teren mini (40 x 20 m) poate găzdui 10 persoane (Jucători și antrenori).

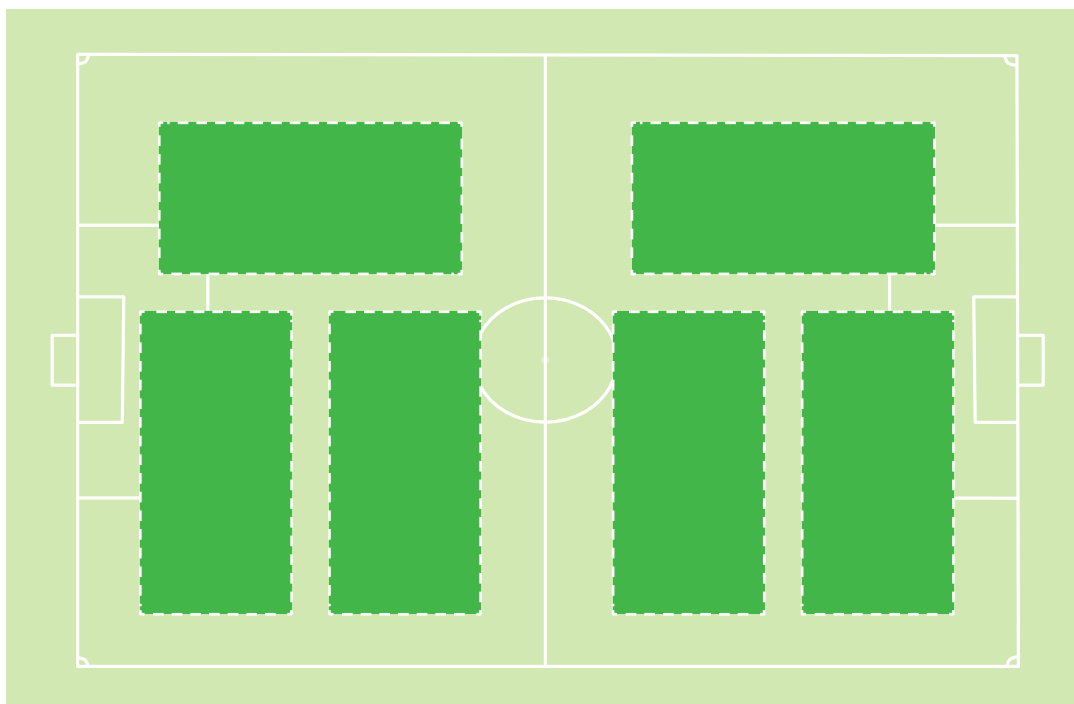


- ✓ Terenul trebuie să fie clar marcat cu o distanță minim de 2 metri între fiecare teren, precum și în jurul terenului. Este important să existe o distanță suficientă între terenuri pentru ca grupurile de pe diferite terenuri să nu fie aproape unele de celelalte, astfel încât nu există riscul de a încălca regulile de interdicție privind adunarea în grupuri.

- ✓ Nu trebuie să existe persoane în spațiul dintre terenuri sau în orice alt loc în jurul terenului. Prin urmare, nu trebuie să fie spectatori, deoarece locația poate fi apoi percepută ca o zonă extinsă cu prea mulți oameni adunați.
- ✓ Dacă la aceeași unitate sportivă sunt prezente mai multe grupuri de maxim 10 persoane, asigurați-vă că există o distanță suficientă între grupuri pentru a evita formarea unui singur grup. Se recomandă să fie cel puțin 2 metri între fiecare teren. Pentru marcaj pot fi utilizate conuri, bandă de marcaj, cretă sau alte marcaje care delimitează clar zona de joc.

Liderul OFFS este responsabil să monitorizeze și să stabilească distanța suficientă. Marcând cât mai multe terenuri mini, clubul poate antrena mai mulți jucători respectând recomandările.

Astfel, având în vedere aprobarea autorităților naționale, este permisă împărțirea unui teren (standard), de 11 jucători în șase „terenuri mini”. Acest lucru este valabil și pentru terenurile cu iarbă artificială.





## RECOMANDĂRI



### **Ai simptome ? Stai acasă!**

**Nu veniți la activitatea OFFS dacă aveți simptome de Covid 19, la fel și dacă ați fost în contact cu o persoană testată pozitiv.**



#### **Dezinfectarea**

Înainte de a începe antrenamentul trebuie să vă spălați și să dezinfectați mâinile.  
Echipamentul trebuie curățat după antrenament.

#### **Maximum 10 jucători - fiind 1 antrenor**

- (a) Antrenament în grupa de maxim 10 persoane, inclusiv antrenorul.
- (b) Nu se vor face substituiri între grupuri în timpul antrenamentului
- (c) Fiecare grup va avea întotdeauna 1 antrenor sau 1 adult.



**Restricționați atingerea mingii cu capul sau mâinile**  
Se recomandă minimalizarea lovirilor cu capul și atingerea mingii cu mâinile.

**Restricționarea contactului corp la corp**  
Se va evita contactul corp la corp  
Fără îmbrățișări și strângeri de palme.