



Protocol Special Needs Judo Foundation, COVID 19 Judo sport voor mensen met een beperking tijdens de Corona Crisis.

21 mei 2020

Voorwoord:

Dit protocol is gebaseerd het protocol van NOC*NSF, de sportbonden en de VSG en aanvullend de aanpassingen voor mensen met een beperking opgesteld door Handicap.nl. Met dit protocol streven wij naar een goed werkend instrument, waarbij ook mensen met een beperking op een verantwoorde manier de mogelijkheid wordt geboden aan sport deel te nemen.

Sport:

Jeugd Judo tot en met 12 jaar en Judo voor mensen met een beperking

Protocol Special Needs Judo Foundation:

voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop:

- officiële wedstrijden en competities zijn tot 1 september niet mogelijk. Onderlinge trainingswedstrijdjes zijn mogelijk in eigen groep en binnen de club, dit geldt alleen voor jeugd onder de 12 jaar. Boven de 12 jaar dient de anderhalve meter maatregel in acht genomen te worden. Het nadrukkelijke doel is primair om te sporten en te bewegen;
- blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

- houd anderhalve meter (twee armlengtes) afstand van ieder andere persoon buiten jouw huishouden, uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan tien minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

Locatie en tijd :

- Het grote grasveld van het Broerse Park op toestemming van de Gemeente Amstelveen.
- Dinsdag middag Jeugd tot 8 jaar van 16.15 tot 17.15
- Dinsdag middag Jeugd tot 12 jaar 17.45 tot 18.45
- Woensdag middag Judoka met een beperking die extra begeleiding nodig hebben. (ouder/kind judo)16.45 tot 17.30
- Woensdag middag Judoka met een beperking die extra begeleiding nodig hebben. (ouder/kind judo)18.00 tot 18.45
- Vrijdag middag 17.00 tot 18.00 en 18.30 tot 19.30 Judoka met een beperking die zelfstandig kunnen trainen
- De leerlingen tot en met 12 komen in hun judopak naar de locatie.
- De leerlingen 13 jaar en ouder komen in sportkleding naar de locatie.
- De plek wordt afgezet met afzetlint en pionnen,
- Gezien onze doelgroep, mensen met een beperking, is één ouder per deelnemer toegestaan buiten het afzetlint en wordt daar de 1,5 meter afstand nageleefd. Dit om de deelnemer de optimale kans te geven om te sporten.
- De tijden zijn zo gekozen, dat optimaal gebruik gemaakt kan worden om materialen schoon te maken en de veiligheid van een ieder te waarborgen.

Trainers en begeleiders:

- We zorgen voor minimaal 2 begeleiders, één om de les te verzorgen en één om de corona maatregelen te handhaven. Hierbij wordt ook onderling de 1,5 meter gehandhaafd.
- Voor en na elke les worden de handen gedesinfecteerd.

Doelgroepen:

- Regulier jeugd tot en met 12 jaar, mogen onderling judoën
- Judoka met een beperking die extra begeleiding nodig hebben, mogen met maximaal één ander gezinslid deelnemen. Hierbij wordt ervoor gezorgd dat enkel de twee gezinsleden judo gerelateerde opdrachten met elkaar uitvoeren, met een

minimale afstand van 2 meter ten opzichte van de andere deelnemers. Dit wordt bewerkstelligd door matten in clusters van 9m² te maken met een onderlinge afstand van minimaal 3 meter. De trainer kan zo op die manier per individu doelgerichte opdrachten laten uitvoeren door de judoka en ouder of broer/zus.

- Judoka met een beperking die zelfstandig kunnen trainen, wordt er individueel getraind op conditie en kracht. Hierbij wordt de 1,5 meter gehanteerd. Er zal dus niet met elkaar gejudood worden, enkel judo gerelateerde oefeningen die je alleen kunt uitvoeren.
- Maximaal aantal leerlingen per les is 16, dit is inclusief de eventuele noodzakelijke begeleiding vanuit het gezin.

Materiaal:

- Trainers zorgen voor voldoende schoonmaakmiddelen en desinfectie middelen voor de materialen.
- Alle materialen worden voor en gelijk na de les schoongemaakt met zeep en gedesinfecteerd.
- Jeugd tot en met 12 mogen met elkaars spullen trainen, judoka 13 jaar en ouder mogen enkel met hun eigen of toebedeelde spullen trainen.
- Materialen; judobanden, judomatten, pionnen, afzetlint, desinfectiegel, schoonmaak- en desinfectie middelen. Deze worden allemaal na elke les schoongemaakt en gedesinfecteerd.

Routing:

- Trainers zorgen voor voldoende handen desinfectie middelen.
- Aanvang, Leerlingen worden verspreid gebracht en bij het betreden van de locatie worden de handen gedesinfecteerd. Hierbij wordt door de begeleiding de 1,5 meter gehandhaafd.
- Sluiting, Leerlingen worden één voor één begeleid naar de ouder, waarbij bij het verlaten van de locatie, de handen worden gedesinfecteerd.

Ouders en leerlingen:

- Ouders en leerlingen worden persoonlijk geïnformeerd over de mogelijkheden en het protocol reglement van de SNJF. In overleg worden de nodige maatregelen besproken. Pas bij wederzijds goedkeuren kan de deelnemer deelnemen aan de activiteit.
- Van ouders wordt verwacht dit reglement na te leven, de trainers zullen hier extra op toezien en ingrijpen en bij sturen, wanneer dit protocol niet wordt nageleefd.
- Slechts één ouder wordt toegestaan als begeleider of als toeschouwer. Dus niet een ouder als begeleider en een ouder als toeschouwer per deelnemer. Dit wijkt af van reguliere protocollen, daar we te maken hebben met een speciale doelgroep. Maar op deze manier kunnen we het beste de veiligheid waarborgen en het plezier in sport laten ervaren door onze sporters.