



ФУДБАЛСКА ФЕДЕРАЦИЈА НА МАКЕДОНИЈА

**ПЛАН
НА МЕРКИ И ПРОЦЕДУРИ
“COVID-19”**

**ЗА ПРОДОЛЖУВАЊЕ НА ТРЕНАЖНИОТ ПРОЦЕС
И ОДИГРУВАЊЕ НА НАТПРЕВАРИ БЕЗ
ПРИСУСТВО НА ПУБЛИКА**

СЕЗОНА 2019/20

ПРЕДЛОГ ВЕРЗИЈА

I. Предлог протокол за отпочнување со тренинзи на клубовите од Првата МФЛ како и одигрување на натпреврите од Првата МФЛ натпреварувачка сезона 2019/2020

1. Општи информации за лигата

Прва МФЛ се состои од 10 клубови, и тоа:

1. ФК Академија Пандев – Струмица
2. ФК Борец – Велес
3. ФК Вардар – Скопје
4. ФК Македонија ЃП – Скопје
5. ФК Работнички – Скопје
6. ФК Ренова – Тетово
7. ФК Силекс – Кратово
8. ФК Струга Трим лум – Струга
9. ФК Шкендија – Тетово
10. ФК Шкупи – Скопје

Останати натпревари за доигрување на сезоната вкупно 16 вклучувајќи два натпревари полуфинале и 1 натпревар финале.

Одигрување на меѓународни официјални натпревари во организација на УЕФА на 4 клуба, во квалификациите од Лигата на шампионите како и Лигата на Европа, на почеток на месец Август 2020.

Во работата на клубовите од Прва МФЛ учествуваат следните лица (во понатамошниот текст – учесници)

1. Фудбалери – 25
2. Тренери – 5
3. Медицински персонал – 3
4. Администрација – 5

Службени лица делегирани од лица од ФФМ:

1. Судии – 4 по натпревар во најголем дел, на големо дерби има 6 судии
2. Делегат на натпревар – 1 по натпревар
3. Контролор на судењето – 1 по натпревар
4. Комесар за безбедност – 1 по натпревар по потреба

2. Основните принципи врз кои се заснова овој протокол се:

- Да се обезбеди безбедност и здравје на играчите и нивните семејства;
- Да се обезбеди безбедност и здравје на тренерите и нивните семејства и
- Да се обезбеди безбедност и здравје на другите вработени и соработници кои ќе стапат во контакт со играчите по продолжувањето на тренингот како и официјалните лица на натпреварите.

3. Предлог мерки

Одржување на тренинзи и натпревари без присуство на публика:

- Од сите учесници се бара да потпишат изјава за одговорност, што е услов за учество / учество на натпревар и / или тренинг
- Сите клубови се должни да склучат договори со една од осигурителните компании за осигурување на играчи, членови на стручниот персонал и други вработени од последиците од инфекција со вирусот Covid -19 за време на тренинзи или натпревари;
- Тестирање на Covid -19 треба да се изврши барем пред почетокот на процесот на тренинг, како и пред почетокот на натпреварите, а по потреба и дополнително;
- Едукација на играчи и други учесници за правилно однесување пред, за време и после тренинг / натпревар од комисија составена од експерт од Министерство за здравство и преставници од ФФМ;
- мерење на температура при влегување во стадион;
- поставување уреди со средства за дезинфекција на рацете и нозе на одредено место;
- зголемени мерки за лична хигиена (редовно миење и дезинфекција на рацете, употреба на маски кога е можно);
- секој поединец треба да има своја спортска опрема (лично);
- зголемено ниво на чистење и дезинфекција на сите простории на стадионот, материјалите и опремата;
- одржување на социјална дистанца (нема ракување, гушкање, фрлање или кој било друг контакт).
- скрининг на сите учесници направен од Министерство за здравство пред започнување на тренинзите и натпреварите.

4. Временски распоред

Доколку се олеснат рестриктивните мерки во наредниот период, постои можност да се продолжи со тренинзи, кој ќе се поделат во 3 фази, како што следува:

- почеток на индивидуален тренинг на играчи на стадионот, без физички контакт (3 дена);
- почеток на тренинзи во мали групи (најмногу 5 играчи истовремено) (7 дена);
- почеток на целиот процес на тренинг, со комплетен тим (11 дена);
- почеток на натпревари (останати се уште 13 кола од редовното натпреварување плус 3 натпревари од домашниот куп)

5. Тренажен процес

5.1. Вовед

Основните принципи се обврзувачки за сите клубови при изготвување план за отпочнување на процесот за тренинг. Протоколот е поделен во три фази и има за цел да им даде на играчите оптимална можна нова физичка подготвеност до самиот почеток на самото натпреварување.

Како што споменавме порано, фазите се следни:

1. Подготвителна фаза и фаза на индивидуален тренинг на играчи;
2. Фаза на тренинг во мали групи;
3. Колективен тренинг.

За да се исполнат овие принципи, треба да се спроведат следниве мерки:

- Пред почетокот на натпреварите, потребно е да се обезбедат најмалку 11 дена за колективен тренинг;
- Секој клуб треба да достави список на лица вклучени во процесот на тренинг;
- Сите лица на стадионот мора да бидат идентификувани и акредитирани на соодветен начин (треба да има два вида акредитации: соработници со високо ниво на заштита и соработници со средно ниво на заштита);
- Теренот на кој ќе се организираат тренинзите мора да биде јасно дефиниран; единствените лица кои имаат пристап до овој терен / стадион се: играчи, тренери, доктор и физиотерапевт, економ и минималниот број на персонал задолжен за дезинфекција и чистење;
- Дезинфекција и чистење на материјали и простории мора да се изврши во согласност со важечките препораки на надлежните здравствени органи;
- Мора да има кодекс на однесување за сите учесници;
- Сите активности што имаат поголем број учесници мора да се сведат на минимум;
- Наведените тестови за вирусот мора да бидат извршени;
- Хигиената и миењето на рацете мора да бидат на високо ниво;
- Неопходно е да се инсталираат уреди со средства за дезинфекција на рацете на планираните места и редовно да се надополнуваат;
- Неопходно е да се применуваат други лични превентивни мерки со цел да се спречи ширењето на инфекцијата;
- Неопходно е да се изврши набавка на соодветни средства за редовно чистење и дезинфекција на просториите; треба да се посвети посебно внимание на површините кои често се допираат како што се врати, кутии, копчиња, прекинувачи, итн.

5.2. Прелиминарни размислувања

Постојат 3 области што треба да се разгледаат пред да се започне процесот на тренинг:

- Персонал (учесници),
- Терени / стадиони,
- Транспорт.

5.2.1. Персонал (Учесници)

Персоналот (Учесниците) чие присуство е неопходно за одржување на процесот на тренинг мора да биде јасно идентификуван и проценет во согласност со точка 6.2. (Управување со различни групи на лица) од овој Протокол.

5.2.2. Терени / стадиони

За да се обезбеди теренот / стадионот да биде што е можно подобро изолиран, се советуваат клубовите да го организираат процесот на тренинг, доколку е можно, во камп за тренинг, или играчите да престојуваат во своите домови. Играчите мора да доаѓаат на тренинг поединечно (сам) со автомобил.

Пред да пристигнат на стадионот, сите простории мора темелно да се исчистат и дезинфицираат во согласност со упатствата на надлежните здравствени установи, од специјализирани компании.

Сите критични површини (рачки на врати, прекинувачи, кутии, итн.) Мораат да бидат дезинфицирани.

Целокупната постапка треба да биде во писмена форма, а стадионот / теренот обележан со безбедна зона. Писмена потврда мора да се достави до ФФМ, не подоцна од 24 часа пред првиот тренинг.

Сите лица што влегуваат во стадионот мора да се придржуваат кон строгите хигиенски услови.

Просторот на економот: пристап до економат / магацин и негово управување има само едно лице, кое мора да ги почитува следниве мерки:

- Економатот мора да биде заклучен доколку никој не престојува / работи во него,
- Економот редовно ги мие и дезинфицира рацете и мора да носи маска за лице,
- Секој пат кога ќе добие ново парче опрема, економот мора да ги мие и дезинфицира рацете,
- Набавката на нова опрема се врши не повеќе од секои 15 дена.

Перална: оваа соба треба да биде затворена. На играчите треба да им се дадат два комплети опрема за тренинг и натпревари за играње, а истата опрема ќе се пере дома после секој тренинг / натпревар.

Соблекувалната: бидејќи ова е потенцијално област со висок ризик за пренесување на инфекции, неопходно е да се ограничи пристапот на лицата до него колку што е можно повеќе.

Напомена: Соблекувалните на стадионите од клубовите од Првата МФЛ се претежно многу мали за согласно бројот на персоналот за применување на мерката дистанца.

Лицата одговорни за одржување мора да ги следат следниве упатства:

- Секогаш мора да се носи маска за лице и ракавици;
- Треба да се земе предвид чистотата и да се изврши дезинфекција по секоја употреба;
- Тоалетите мора да бидат темелно исчистени и дезинфицирани;
- Валканите канти за отпадоци мора да бидат поставени колку што е можно подалеку.

Просторија за физиотерапија: мора да се следат следниве препораки:

- Во првите две фази (индивидуален и групен тренинг), физичкиот контакт со играчот мора да се минимизира;
- Во првата фаза се лекуваат само повредени играчи;
- Физиотерапевтот мора да носи маска за лице во секое време, и ако е можно ракавици;
- Нова маска за лице и нови ракавици мора да се носат за секој нов играч;
- Масата за масажа мора да биде покриена со чиста прекривка или прекривка за еднократна употреба, кои се менуваат по употреба;
- Делови од масата за масажа што не се покриени мора редовно да се бришат со средства за дезинфекција;
- Особено треба да се внимава со чистотата. Затоа, се препорачува редовно чистење, или барем по третманот на секој играч.

Фитнес област: употребата на оваа просторија мора да се сведе на минимум, т.е. ограничена исклучиво на повредени играчи, предмет на следниве мерки:

- Користете на оваа област да се сведе на минимум, и кога е можно, да се прават вежбите на отворен простор;
- Да се постават уреди со средства за дезинфекција на рака на влезот;
- Во исто време, може да имам максимум 1-2 играчи, одржувајќи растојание од најмалку мин. 2 м,
- Прозорците мора да бидат отворени во секое време или климатизација;
- По употребата, сите уреди мора да се дезинфицираат;
- Ако е можно, никој од тренерите не смее да биде присутен; ако е потребно присуство, тогаш тренерот мора да користи маска за лице;
- На крајот на секој ден, просторијата се чисти и дезинфицира.

5.2.3. Транспорт

Играчите мора да дојдат на тренинг индивидуално (сами).

5.3. Индивидуален тренинг (фаза 1)

Оперативната организација за индивидуални тренинзи треба да се заснова на следниве принципи:

- За време на тренингот на стадионот треба да има минимален број на персонал (минимум тренери, обезбедување и персонал за чистење и одржување на теренот);
- На играчите треба да им се обезбеди план за тренингот, ноќта пред, преку канали за комуникација преку интернет, што значи дека не е потребен физички контакт и интеракција со тренерите;
- Играчите доаѓаат на тренинг со автомобили самостојно;
- Начинот на транспорт / патувањето секогаш треба да биде исто (со истото возило), кое е дезинфицирано;
- Мора да се направи јасен распоред и план за тренинг на играчите кои ќе бидат на терен;
- Во исто време, најмногу 2 играчи можат да тренираат на едно поле, кои се на спротивни страни на теренот, со што поголема далечина едни од други;
- Пристигнувањето на играчите на теренот / стадионот треба да биде одвоено 15 минути, за никогаш да не доаѓа до физички контакт;
- Играчите доаѓаат на стадионот во опрема за тренинг, која ја носат од дома;
- Вежбите се одржуваат со минимална опрема (реквизити) или без истата;
- Ако се користат реквизити, тие мора да се дезинфицираат по употребата на секој играч;
- До доаѓањето на стадионот и до почетокот на тренинзите, играчите мора да носат маски за лице;
- На крајот на тренингот, играчот веднаш и директно оди во своето возило;
- Тренерите можат да го набљудуваат тренингот од далечина.

5.4. Групен тренинг (ФАЗА 2)

Во оваа фаза, сите играчи се поделени во X групи со максимум 5 играчи, каде групите тренираат одделно и без никаков контакт меѓу нив.

5.4.1. Употреба на соблекувални

Играчите доаѓаат во соблекувалната во одредено време за нив. Може да има најмногу 3 играчи во една соблекувална во исто време. Овој распоред треба да обезбеди одржување на социјалното растојание помеѓу играчите (минимум 2 м).

Секој играч носи своја опрема на тренинзите, како и шише за пиење.

Кога е можно, играчите да се тушираат дома. Ако тоа не е можно, тогаш е задолжително да се задржи социјална дистанца. По туширање на секоја група, чистењето е задолжително.

5.4.2. Физиотерапевтски третман

Во оваа фаза, секоја група, доколку е можно, треба да има „свој“ физиотерапевт. Ваков третман треба да се сведе на минимум.

Како и во првата фаза, и во оваа не е дозволен третман на здрави играчи пред или после тренинг. Ова се однесува на сите видови на третмани, освен третмани со завој.

5.4.3. Дополнителни вежби

За време на првите две фази на тренинг, употреба на фитнес сала не е дозволена, освен за повредени играчи. Можно е да се одржат два вида дополнителни вежби:

а) Сесија пред тренинг: акцентот е ставен на превенција на повреди, со следниве услови за изведба:

- Мора да се спроведе на терен;
- Секој играч користи свои реквизити и е на оддалеченост од минимум 5 метри од другите играчи,
- По секоја употреба, реквизитите треба да се дезинфицираат;

б) Сесија после тренинг: акцентот е ставен на дополнителни вежби, со следниве услови:

- Дополнителни вежби за долниот дел од телото можат да бидат интегрирани во групниот тренинг;
- Дополнителни вежби на горниот дел од телото може да се извршат дома.

Тренингот го подготвува и контролира тренерот, но со почитување на социјалната дистанца.

5.4.4. Потребен персонал за организација на тренинг

Следниот персонал е потребен во оваа фаза:

- 3 тренери,
- 1 физиотерапевт,
- 1 економ,
- 1 доктор.

5.5. Колективен тренинг (ФАЗА 3)

Фазата на колективно тренирање вклучува враќање на целиот тим на тренинг, или со други зборови, враќање во нормала. Во текот на оваа фаза, мора да се продолжи со строго почитување на строгите мерки за хигиена и дезинфекција, со посебен акцент на просториите што претставуваат најголем ризик од инфекција. Во текот на оваа фаза, клучно е да не се намали вниманието и да се спроведат хигиенските мерки до крајот на пандемијата.

Особено, треба да се земе предвид следново:

- Секој што влегува во стадионот мора да ги мие рацете;
- Мора да се обезбедат санитатори на рацете;
- Не смее да има повеќе од двајца играчи истовремено во просторијата за физиотерапија и фитнес;
- Треба да има што е можно повеќе простории што се заклучуваат;
- Кога е можно, туширањето по тренинг треба да биде дома;
- Се бара редовно чистење и дезинфекција на сите простории.

Во случај играчот, членот на стручниот штаб или друг вработен да биде позитивен на COVID-19 за време на тренингот, мора да се следат следниве упатства:

- Да се изолира заболениот веднаш од тренингот од остатокот од групата;
- Веднаш информирајте ја администрацијата на ФФМ и надлежниот епидемиолог (да се определи);
- Да се тестираат сите лица кои можеби биле во контакт со заразениот и мора да бидат во изолација сè додека резултатите од тестот не се готови;
- Да се исчистат и дезинфицираат сите простории.

6. Одигрување на натпревари без присуство на публика

При елаборирање на овој дел од планот, почетна точка е претпоставката дека на краток и среден рок нема да може да се играат натпревари со присуство на публика. За да може ФФМ да ги исполни своите договорни обврски кон Арена ТВ како пренесувач на натпреварите, за да овозможи ТВ-преноси на натпреварите, неопходно е разни групи на персонал да учествуваат во организацијата на натпреварот, чие присуство е неопходно на стадионот.

Ова вклучува првенствено играчи, тимски стручен персонал, службени лица на ФФМ (судија, контролор на судењето, делегат и други претставници), вработени во ТВ продукцијата, како и други лица вклучени во организацијата на натпреварот.

За успешно организирање натпревар во овие услови, во преден план треба да бидат следниве цели:

- Намалување на потребниот персонал на минимум,
- Сеопфатни мерки за најголема можна физичка поделба на присутните лица,
- Придржување кон сите безбедносни и превентивни мерки (на пр. Одржување на социјална дистанца).

6.1. Поделба на стадионот во различни зони

Стадионот за натпреварите ќе биде поделен во 3 зони, со цел најдобро координирање на различните групи на персонал и успешно спроведување на соодветните безбедносни и превентивни мерки.

Во принцип, не е дозволено слободно движење на лица меѓу зоните. Организаторот на натпреварот е одговорен за поделбата на зоните, а предлогот на концептот на поделба треба да се достави до Секторот за спорт на ФФМ, не подоцна од 15 дена пред закажаното продолжение на натпреварот. ФФМ (Комисија за спортска медицина и сектор за спорт) дава конечна согласност за предложените зони.

Зони	Зони простории / делови
Терен за игра и службени простории	- терен за игра - соблекувални - тоалети - контрола на допинг - технички простор - простор околу теренот за играње
Простор на трибините (само главна трибина)	- тоалети - ВИП-дел - медиуми - просторија за официјалниот спикер
Надворешност на стадионот	- пристапни патишта - простор за ТВ продукција - надворешниот периметар на стадионот - паркинг

6.2. Управување со различни групи на лица

Секое лице што влегува во стадионот мора да пополни и потпише изјава, и мора да има одредена акредитација на ФФМ или личен документ, врз основа на кој ќе се утврди идентитетот. Бројот на потребните лица мора да се сведе на минимум, како што следува:

ЗОНА 1 (ЦРВЕНА ЗОНА) - Терен за игра и службени простории

Играчи на двата тима (11 + 7) 36

Стручен штаб на двата тима (6) 12

Собирачи на топки 2

Фотографи 2

Брза помош 2

Носачи на носилки 2

Обезбедување / полиција 5

Судии 4/6

Други претставници на ФФМ 3

Анти-допинг 1

Лица за одржување / чистење 2

Вкупно 73 приближно

ЗОНА 2 (ЗЛАТНА ЗОНА) - Простор на трибините (само главна трибина)

Обезбедување / полиција 7

Противпожарна служба 2

Управување со стадион 2

Гостинска делегација 4

Домашна делегација 6

Новинари 4

Вкупно 23

ЗОНА 3 (ЗЕЛНА ЗОНА) - Надворешност на стадионот

Обезбедување и полиција 7

ТВ продукција 5

Одржување на стадион 5

Вкупно 17

6.3. Подготовки во организација на натпреварот

6.3.1. Обврска да се обезбедат информации од страна на гостинскиот клуб

Гостинскиот клуб има обврска да достави комплетен список на играчи и сите други лица кај клубот домаќин, не подоцна од 6 часа пред почетокот на натпреварот, со потпишани изјави и потврда дека е негативен на тестот COVID-19 пред натпреварот.

Исто така, неопходно е да се обезбедат информации за точното време на пристигнување на стадионот и да се наведат кои луѓе патуваат со автобус и кои со други возила.

6.3.2. Пристигнување на тимот на стадионот

Кога се патува и пристигнува на стадион, неопходно е да се применат мерки за хигиена (носење маски за лице, дезинфекција итн.). Кога се седи во автобус, секое лице седи сам (1 лице на 2 места).

Доколку е можно, екипи и други службени лица пристигнуваат на стадионот директно, не подоцна од 90 минути пред почетокот на натпреварот.

Неопходно е да се избегне пристигнување претходниот ден. **Доколку тимот пристигне еден ден порано, потребно е да се утврдат сите хигиенски и пропишани мерки со персоналот на избраниот хотел, со цел да се заштити здравјето на играчите и другите вработени.**

Потребно е однапред да се одреди само еден хотел на секое место на натпреварите што е можно да се смести тимот и да се договори со хотелот за примена на задолжителни хигиенски и други превентивни активности.

6.3.3. Контрола на влезот на стадионот

Клубот / организаторот домаќин е одговорен за контролирање на влезот на стадионот, а делегатот на ФФМ или друго овластено лице на ФФМ го надгледува спроведувањето на сите мерки.

Само лицата наведени во овој документ и под наведените услови (потпишана декларација и документ за лична идентификација) можат да влезат во стадионот.

По влегувањето, сите лица мора да поминат низ процедура за дезинфекција, а нивната телесна температура се мери на ист начин.

Распоредот на влегување во различни делови на стадионот го одредува клубот домаќин.

6.3.4. Играчите и судиите излегуваат на теренот пред почетокот на натпреварот

Излегувањето на терен е вообичаено, од тунелот. Тимовите се вртат на централната линија на теренот кон главната трибина. Не е дозволено ракување.

6.3.5. Технички простор

Сedeњето во техничкиот простор треба да биде организирано на таков начин што ќе ги почитува пропишаните мерки за хигиена (вклучително и социјална дистанца). Доколку е потребно, дозволено е да се постави стол надвор од техничкиот простор. Во истиот треба да бидат резервните играчи, шефот на стручен штаб, докторот и физиотерапевтот. Останатите членови на стручен штаб да седнат на трибина или дополнителни седишта надвор од технички простор со пропишана дистанца.

6.3.6. Собирачи на топки

Клубот домаќин ќе обезбеди 2 собирачи на топки, кои мора да ги почитуваат правилата за хигиена.

6.3.7. Поздрав по крајот на натпреварот и славење на голот

Поздрав (ракување) по завршувањето на натпреварот не е дозволено. Исто така, кога се прославува гол, мора да се одржи социјална дистанца, т.е. не е дозволен физички контакт помеѓу играчите.

6.4. ТВ Продукција

ТВ куќите овластени за пренос мора да достават список на персонал, со потпишани изјави, до клубот домаќин, не подоцна од 24 часа пред натпреварот.

ТВ куќите се одговорни за спроведување на пропишаните мерки за хигиена. Ова е особено важи за луѓето во репортажното возило.

6.5. Медиуми

Клубот домаќин е одговорен за акредитирање на претставниците на медиумите. Бројот на лица треба да се чува на минимум и не смее да го надминува наведениот број во овој документ (најмногу 6 новинари + фотографии). Копија од списокот на присутни претставници на медиумите, заедно со потпишаните изјави, мора да се достави до делегатот на ФФМ.

6.6. Соопштение – Прес Конференција по натпреварот

Не е задолжително да има прес конференција по завршување на натпреварот. Доколку постои потреба од тоа, усогласеноста со регулативите за хигиена е задолжителна. Доколку тоа не е можно, прес-конференција може да се организира преку видео-врска.

7. Ограничувања и предизвици

- Слаба инфраструктура на стадионите;
- Висока цена на тестот за Ковид 19 како и брзината за добивање на резултатите;
- Згуснат календар за одигрување на натпреварите од Првата лига за сезона 2019/2020 во целосен формат (Среда-Недела) согласно поставените рокови дадени од страна на УЕФА;

II. Информација за отпочнување на нова сезона 2020/21

Согласно последните случувања, планираното отпочнување на новата натпреварувачка сезона се планира за последната недела од Август или Септември 2020.

Тренингот за оваа натпреварувачка сезона започнува кон крајот на месец Јуни.