



**Kris Munro**  
Superintendent of  
Schools

**Molly Parks**  
Assistant Superintendent  
Human Resources

**Jim Monreal**  
Assistant Superintendent  
Business Services

**Dorothy Coito**  
Assistant Superintendent  
Educational Services

## Santa Cruz City Schools

### Familia Opta por Acondicionamiento Deportivo

Santa Cruz City Schools ofrece un programa opcional de acondicionamiento deportivo para estudiantes. Lea cuidadosamente las siguientes normas e información sobre este programa de verano.

**Puntos generales** Los siguientes puntos generales deben ser estrictamente seguidos.

- El acondicionamiento deportivo será totalmente opcional; No se requerirá, explícita o implícitamente, a ningún entrenador, que ofrezca estas sesiones de acondicionamiento (Algunos equipos no podrán)
- Los entrenadores usarán cubrebocas a todo momento; los atletas estudiantiles deberán llevar cubrebocas hacia la práctica y después y cuando no puedan distanciarse físicamente (6 pies de distancia)
- No se permitirá compartir ningún tipo de balón o equipo durante los entrenamientos
- El salón de pesas y otras instalaciones de interior no estarán disponibles
- Todos los estudiantes deben traer sus propias botellas de agua; las botellas de agua y otros contenedores de bebida no deben ser compartidos. Las estaciones de hidratación de multipersona no serán utilizadas durante los entrenamientos
- Estaciones de desinfección y lavado de mano se utilizarán en áreas identificadas, incluyendo registro centralizados, los baños y en todas las partes de espacios/zonas al aire libre, si es necesario
- Todos los estudiantes traerán sus propias toallas y deben asegurar que su ropa atlética se limpie regularmente
- Todos los entrenadores y estudiantes serán examinados para detectar signos/síntomas de COVID-19 antes de cada entrenamiento, incluyendo exámenes de temperatura
- La examinación se llevará a cabo por cada grupo
- Todas las regulaciones de higiene recomendadas serán seguidas
- Los padres deben firmar los permisos para que sus estudiantes-atletas participen
- Los entrenamientos pueden ser de hasta cinco días a la semana – de lunes a viernes – no deben exceder 1 hora y 30 minutos por entrenamiento
- Los grupos deben entrar y salir durante las horas asignadas. Ningunas reuniones serán permitidas.
- Los entrenamientos pueden consistir en el desarrollo de habilidades y/o acondicionamiento. Bajo ninguna circunstancia puede haber ejercicios que impliquen contacto físico
- El salón de pesas no estará disponible
- Los nadadores deben nadar en carriles individuales.
- Los corredores deben correr en carriles individuales manteniendo la distancia de 6 pies entre los corredores.
- Los entrenadores o el personal custodial deben esterilizar todo el equipo después de que cada equipo complete su entrenamiento
- Si algún miembro de un equipo es diagnosticado con COVID-19 el equipo será inmediatamente suspendido y todos los miembros estarán colocados en una cuarentena de 10 días. Se aplican las reglas de privacidad individual de FERPA.
- Cualquier equipo que decida dirigir un programa de acondicionamiento del verano, debe cumplir y firmar todos los estándares aplicados

## **Entrenamiento Previo**

- Todos los atletas / padres deben completar una exención antes de comenzar estos entrenamientos; Los directores deportivos proporcionará los entrenadores con una lista de atletas autorizados
- Los estudiantes y los entrenadores deben hacer todo lo posible para utilizar el baño antes de llegar; en el caso donde el uso es necesario durante las sesiones de acondicionamiento, cada zona se asignará a baños específicos para prevenir el traslape de estudiantes o entrenadores a través de equipos, el saneamiento se requerirá
- Los estudiantes y entrenadores deben practicar prácticas de higiene apropiadas y lavarse las manos con agua y jabón por lo menos veinte segundos antes de llegar a las sesiones de acondicionamiento; las estaciones de lavado/desinfección de manos estarán disponibles en la zona.
- Todos los entrenadores y estudiantes completarán un chequeo de salud/temperatura, donde serán examinados para los síntomas de COVID-19 y para temperatura dentro de la variedad normal (debajo de 100.4 °F) antes de una sesión; las respuestas serán registradas y almacenadas para cada estudiante de modo que haya un registro de cada uno presente si un caso COVID-19 positivo se levanta
  - Los controles de salud y temperatura serán completados por cualquier empleado del distrito entrenado, en una base individual, para proteger la confidencialidad; todos los empleados están ordenados a seguir estrictamente normas apropiadas y el uso de equipo de protección
  - Los controles de la salud/temperatura serán conducidos en una ubicación centralizada; los grupos llegarán a intervalos diferentes asombrados para prevenir el traslape de estudiantes y entrenadores
  - Cualquier persona con síntomas positivos no le permitirán participar en entrenamientos, Los padres del estudiante serán contactados inmediatamente y enviados a casa, todas las personas deben ser remitidas a su proveedor de atención primaria o profesional de la salud

## **Limitaciones de reuniones**

- Los entrenamientos están diseñados para grupos de 12 estudiantes a la vez por programa deportivo. (Por ejemplo, si hay 24 jugadores, entonces dos grupos se reunirán a horas separadas). Los entrenadores solo podrán trabajar con un grupo. No pueden trabajar con grupos. Los estudiantes solo pueden participar en un grupo a la vez. No pueden participar en ningún otro grupo exterior.
- Si un estudiante pierde una sesión de entrenamiento con un grupo, no se le permitirá unirse a otro grupo.
- Debe haber una distancia mínima de 6 pies entre cada individuo a todo momento; Altamente se recomienda que esta distancia se incrementa debido al potencial que el ejercicio puede aumentar la distancia que el sudor pueda viajar. Si esto no es posible, el número de estudiantes se reducirá hasta que pueda ocurrir un distanciamiento social adecuado.
- Los nadadores deben nadar en carriles individuales.
- Los corredores deben correr en carriles individuales manteniendo la distancia de 6 pies entre los corredores.
- Los grupos deben entrar y salir durante las horas asignadas. Ningunas reuniones serán permitidas.
- Durante los entrenamientos será necesario mantener un distanciamiento social adecuado en las bandas y bancos. Habrá cero tolerancias para los estudiantes-atletas o entrenadores que intencionalmente violen las normas del distanciamiento social; la violación resultará en la eliminación durante la duración del programa
- Los entrenadores cerrarán el área (cercas, puertas, etc.), si es posible, para evitar cualquier acceso al público durante las sesiones de entrenamiento

## **Limpieza de instalaciones**

- Se implementarán programas de limpieza adecuados para todas las instalaciones atléticas para mitigar cualquier enfermedad contagiosa. Los equipos serán limitados a espacios al aire libre solamente

- Los baños serán desinfectados y limpiados diariamente

**Para padres/guardianes:**

A su mejor conocimiento, ¿ha tenido usted, su estudiante o cualquier miembro de la familia con quien resida su hijo(a) un contacto cercano (a menos de 6 pies) con cualquier persona con un caso confirmado de COVID-19 o cualquier otra enfermedad transmisible en los últimos 14 días? ¿Ha experimentado usted, su estudiante o cualquier miembro de su familia los síntomas del COVID-19 en los últimos 14 días (como tos persistente, fiebre de más de 100.4 grados, escalofríos, dolor de garganta, dificultad para respirar, diarrea, nueva pérdida de olor o sabor, dolor muscular)?

**SÍ      NO**

**LEA Y FIRME ABAJO:**

**Reconozco las normas que deben seguirse para permitir que mi estudiante atleta participe en el acondicionamiento de verano**

Como padre/guardián del niño(a) que figura a continuación y en nombre mío y de mi hijo, agentes, herederos y sucesores, acepto voluntariamente: (1) asumir todos los riesgos de lesión, enfermedad o muerte de mi hijo(a) que proviene o que resultará como resultado de la participación de mi hijo en el programa o actividad anteriormente indicado, tales riesgos incluyen, pero no se limitan a, lesiones, enfermedades o muertes debido a la exposición o infección por enfermedades contagiosas, incluyendo COVID-19;(2) reconocer que la participación de mi hijo en el programa o actividad antes mencionado es voluntaria y asumo toda la responsabilidad de la participación de mi hijo(a) (3) renunciar y liberar todas las reclamaciones, las causas de acciones, acciones, pasivos y costos contra las Escuelas de la Ciudad de Santa Cruz (Distrito) y su junta de gobierno y miembros de las mismas, oficiales, empleados, agentes y voluntarios (colectivamente Personal distrital) y examinar el Personal del Distrito y del Distrito de cualquier reclamo, causa de acciones, acciones, responsabilidades y costos que puedan surgir o resultar de la participación o asistencia de mi hijo en dicho programa o actividad; (4) asumir todas las obligaciones por cualquier costo médico, financiero y de otro tipo y/o pasivos que sean sostenidos o incurridos por mi hijo, yo o mis agentes, herederos y/o sucesores;(5) reconocer esta exención y liberación se hace a pesar de la sección 1542 del Código Civil de California que establece: "Una liberación general no se extiende a las reclamaciones que el acreedor no sabe o sospecha que existe a su favor en el momento de ejecutar la liberación, que sí es conocido por él o ella debe haber afectado materialmente su liquidación con el deudor" y, por lo tanto, renuncio expresamente a los beneficios de esta disposición.

El Distrito no asume ninguna responsabilidad y no será responsable de ninguna lesión, enfermedad, muerte, responsabilidad, daños o costos que mi hijo, yo, mis agentes, herederos y/o sucesores puedan sostener o incurrir que surjan o resulten del programa o actividad antes mencionado.

**He leído y entiendo los términos del programa de acondicionamiento deportivo. Y doy permiso para que mi hijo participe.**

Nombre del padre/guardián: \_\_\_\_\_

Firma del padre/guardián: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Número de contacto del padre/guardián: \_\_\_\_\_

Nombre de emergencia y número de contacto: \_\_\_\_\_

**Como atleta participante, he leído, entiendo y me comprometo a las directrices que se describen arriba.**

Nombre de estudiante: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_