



Normas para Deportes y Actividades en el Otoño

Efectivo el 8 de septiembre de 2020

Adams 12 Five Star Schools reconoce el impacto que tienen los deportes y las actividades cocurriculares en el bienestar socioemocional de nuestros estudiantes. Estas normas están vigentes para el semestre del otoño Y sujetas a cambios de acuerdo a las actualizaciones del distrito y/o el departamento de salud.

Mientras Adams 12 está en aprendizaje remoto, se espera que las actividades cocurriculares sean virtuales. El distrito reconoce que algunas actividades cocurriculares no pueden ser virtuales. Las actividades cocurriculares deben esforzarse por reunirse virtualmente durante el aprendizaje remoto.

Las siguientes normas se implementarán y se seguirán en TODOS los escenarios descritos en este documento:

- Todos los entrenamientos, reuniones, encuentros, etc. se llevarán a cabo en la propiedad de Adams 12. El director de deportes o actividades de la escuela tiene que aprobar todas las excepciones.
- Todas las reuniones, dentro y fuera de la escuela, tendrán que ser fuera de las horas escolares.
- Se cumplirán todas las fechas restringidas de CHSAA y Adams 12; está prohibido el contacto los domingos.
- En todos los programas de deportes y actividades, los estudiantes serán ubicados en grupos de **veinticinco (25)** estudiantes o menos, y esos grupos solamente podrán cambiar al comienzo de cada mes.
- Los grupos de deportes y actividades no cruzarán durante ese tiempo. Los estudiantes solamente pueden participar en un grupo. Sin excepciones.
- Todos los grupos que se reúnen **fuera del edificio** están limitados a **50** personas por área.
- Todos los grupos que se reúnen **dentro del edificio** están limitados a **25** personas por área.
- Todos los estudiantes, entrenadores/auspiciadores tendrán que hacer un examen preliminar de salud en el hogar antes de cada entrenamiento/reunión. Adjunto encontrará el documento que necesita usar. [Student Health Screening Log](#)
- Las sesiones virtuales están aprobadas para todos los grupos y se permiten en los días permitidos de contacto.
- Pueden usar equipo. Todo equipo, incluyendo, pero sin limitarse a: pelotas, bates, raquetas, palillos para tambores, accesorios de teatro, placas de sonido, etc. tienen que ser limpiados y desinfectados entre cada grupo. Los estudiantes pueden traer su propio

equipo, es decir guantes/bates, pero no pueden compartir su equipo en ninguna circunstancia.

- No se permitirán familiares o invitados en los entrenamientos/reuniones.
- Los estudiantes tendrán que abandonar las instalaciones inmediatamente después del entrenamiento/reunión.
- No se permiten juegos, reuniones, prácticas o competencias con otras escuelas (Adams 12 o no) hasta nuevo aviso. Excepción: programas de atletismo autorizados por la CHSAA durante la temporada.
- Se tienen que seguir todas las pautas de COVID, incluidas, pero sin limitarse a máscaras, detección diaria de COVID, límites de capacidad de espacio, requisitos de higiene y pautas de distanciamiento social.

Deportes en preparatoria

- En temporada: el período de tiempo definido por la fecha de comienzo y final establecida por CHSAA. (Deportes actualmente en temporada: campo traviesa, golf masculino, tenis y softbol masculino)
- Pretemporada: el período de tiempo, casi 2 semanas, directamente antes de comenzar la temporada.
- Fuera de temporada: cualquier período de tiempo que no es “en temporada” o “pretemporada.”

Fechas de temporada

- Los equipos de temporada A están actualmente “en sesión.” Estos equipos se convertirán en equipos “fuera de temporada” al concluir su última competencia.
- Los equipos de temporada B están actualmente “fuera de temporada.” Estos equipos se convertirán en equipos en “pretemporada” el 14 de diciembre de 2020 (esto permite el plazo de 14 días con fechas restringidas de CHSAA), y se convertirán en equipos “en temporada” el 4 de enero de 2021.
- Los equipos de temporada C están actualmente en “fuera de temporada.” Estos equipos se convertirán en equipos en “pretemporada” el 15 de febrero de 2021, y se convertirán en equipos “en temporada” el 1^{ro} de marzo de 2021. Fútbol americano se convertirá en un equipo “en temporada” el 22 de febrero de 2021, así que su “pretemporada” comenzará el 8 de febrero de 2021.
- Los equipos de temporada D están actualmente en “fuera de temporada.” Estos equipos se convertirán en equipos de “pretemporada” el 12 de abril de 2021, y se convertirán en equipos “en temporada” el 26 de abril de 2021.
- Las fechas del 21 al 29 de noviembre de 2020 son un período MUERTO y ningún equipo puede entrenar/practicar durante esas fechas.
- Se anunciará más adelante las normas para las fechas del 19 de diciembre de 2020 al 1^{ro} de enero de 2021.

Normas para fuera de temporada y pretemporada

- Los estudiantes deportistas seguirán todas las normas para COVID estipuladas por el distrito, CHSAA y los oficiales de salud estatal y local.

- Todos los entrenamientos tienen que ser voluntarios.
- Los estudiantes deportistas en un deporte “en temporada” NO podrán participar en ningún entrenamiento “fuera de temporada” o “pretemporada.”
- Los entrenamientos/reuniones serán de lunes a viernes y no pueden durar más de 3 horas.
- Los estudiantes deportistas no pueden participar en más de un (1) deporte fuera de temporada/pretemporada a la vez.
- Las competencias entre escuadrones solo se permitirán en un grupo de 25 estudiantes. No se permiten competencias entre grupos.
- Todos los estudiantes deportistas y los entrenadores participando dentro y fuera del edificio tendrán que tener una mascarilla puesta cuando no estén participando activamente.
- Se requiere distanciamiento físico de 6 pies en todo momento a menos que estén participando activamente.
- Los estudiantes deportistas tienen que traer su propia botella de agua pues los enfriadores de agua/fuentes no estarán disponibles.
- Los estudiantes deportistas vestirán ropa apropiada para ejercitarse. Los vestuarios/lugares para cambiarse de ropa no estarán disponibles.
- Tiene que designarse un tiempo de 15 minutos entre sesiones de entrenamiento para limpiar y desinfectar el área y equipo usado.

Participación en deportes en organizaciones externas

- Estudiantes deportistas que buscan estas oportunidades deben entender cualquier implicación para su elegibilidad en preparatoria.
- Los entrenadores del distrito que buscan estas oportunidades tienen que estar al tanto de las responsabilidades contractuales del distrito y las reglas y regulaciones de CHSAA.
- El uso de las instalaciones del Distrito será de acuerdo con los procedimientos para uso de la comunidad.
- Los recursos escolares (incluyendo equipo, uniformes y sitios web) no pueden ser utilizados para estas organizaciones.

Normas para deportes en temporada

- Los estudiantes deportistas seguirán todas las normas para COVID estipuladas por el distrito, CHSAA y los oficiales de salud estatal y local.
- Los estudiantes deportistas en un deporte “en temporada” NO podrán participar en ningún entrenamiento “fuera de temporada” o “pretemporada.”
- Los estudiantes deportistas podrán entrenar/practicar de lunes a sábado, según lo estipulado por su entrenador.
- Todos los estudiantes deportistas y los entrenadores participando dentro y fuera del edificio tendrán que tener una mascarilla puesta cuando no estén participando activamente.
- Se requiere distanciamiento físico de 6 pies en todo momento a menos que estén participando activamente.
- Los estudiantes deportistas tienen que traer su propia botella de agua pues los enfriadores de agua/fuentes no estarán disponibles.

- Los estudiantes deportistas vestirán ropa apropiada para ejercitarse. Los vestuarios/lugares para cambiarse de ropa no estarán disponibles.
- Tiene que designarse un tiempo de 15 minutos entre sesiones de entrenamiento para limpiar y desinfectar el área y equipo usado.

Actividades cocurriculares en preparatoria y secundaria

Normas para reuniones virtuales

- Se espera que las actividades cocurriculares se reúnan virtualmente durante este tiempo.
- Para los grupos que no pueden reunirse virtualmente para la actividad, el director de la escuela o una persona designada determinará si la escuela ofrecerá actividades cocurriculares en persona (si son aprobadas, vea la sección abajo).
- Todos los grupos se reunirán fuera de las horas de clases y tendrán que seguir todas las normas.
- Muchos clubes y actividades tendrán un componente de “servicio” como parte de su membresía. Los grupos serán flexibles y creativos para cumplir con el componente de servicio, ya que la mayoría de los eventos comunitarios a gran escala no ocurrirán como de costumbre.

Normas para reuniones en persona

- El director de la escuela o una persona designada determinará si la escuela ofrecerá actividades cocurriculares en persona.
- El auspiciador de un grupo aprobado en la escuela tiene que asistir a todas las actividades; los voluntarios no pueden supervisar solos a los estudiantes.
- Si se aprueba que los grupos cocurriculares, clubes y actividades sancionadas se reúnan en persona, éstos podrán reunirse de lunas a viernes, y los entrenamientos/reuniones no pueden durar más de 3 horas.
- En estos momentos, todas las presentaciones serán virtuales. Si las condiciones cambian en el futuro, se puede considerar tener presentaciones en persona.
- Durante este tiempo, el enfoque de las actividades cocurriculares será realzar las destrezas, practicar, crear productos, planificar eventos o simplemente conectarse con los estudiantes.
- Los estudiantes tienen que mantener distanciamiento físico de 6 pies en todo momento.
- Los estudiantes tienen que usar una mascarilla en todo momento dentro y fuera del edificio.
- Tiene que designarse un tiempo de 15 minutos cuando un grupo termine y antes que otro grupo comience para limpiar y desinfectar el área y equipo usado.

Actividades de música/drama

Música vocal

- Tiene que ser voluntaria y no puede asociarse con una nota.
- Los cantantes tienen que usar una mascarilla que les quede bien entallada.
- Recomendaciones para ensayos, en orden de preferencia son:

- Al aire libre
- En una caseta o “gazebo” al aire libre
- Dentro del edificio (pueden abrir ventanas y puertas); sujeto a los requisitos de distanciamiento social
- El canto activo no debe exceder 30 minutos mientras están en el mismo espacio. Si están dentro del edificio, permitan que el salón se ventile por 30 minutos antes de volver a cantar.
- Los estudiantes tienen que mantener distanciamiento físico de 6 pies en todo momento.

Drama

- Tiene que ser voluntaria y no puede asociarse con una nota.
- Recomendaciones para ensayos, en orden de preferencia son:
 - Al aire libre
 - En una caseta o “gazebo” al aire libre
 - Dentro del edificio (pueden abrir ventanas y puertas); sujeto a los requisitos de distanciamiento social
- Si cantan, vean las normas para música vocal.
- Los estudiantes tienen que mantener distanciamiento físico de 6 pies en todo momento.

Orquesta

- Tiene que ser voluntaria y no puede asociarse con una nota.
- Recomendaciones para ensayos, en orden de preferencia son:
 - Al aire libre
 - En una caseta o “gazebo” al aire libre
 - Dentro del edificio (pueden abrir ventanas y puertas); sujeto a los requisitos de distanciamiento social
- Los estudiantes tienen que mantener distanciamiento físico de 6 pies en todo momento.
- Normas para limpiar los instrumentos:
https://www.astastrings.org/Web/Resources/Instrument_Cleaning_Tips.aspx

Banda de marcha

- Tiene que ser voluntaria y no puede asociarse con una nota.
- Mientras están activamente tocando instrumentos dentro del edificio, los estudiantes tocando instrumentos de viento de madera y de metal tienen que usar una mascarilla con una ranura para la boquilla.
 - Cuando no están tocando el instrumento, tienen que usar una mascarilla sin ranura
- Recomendaciones para ensayos, en orden de preferencia son:
 - Al aire libre
 - En una caseta o “gazebo” al aire libre
 - Dentro del edificio (pueden abrir ventanas y puertas); sujeto a los requisitos de distanciamiento social
- El tiempo tocando instrumentos de manera activa no debe exceder 30 minutos mientras están en el mismo espacio. Si están dentro del edificio, permitan que el salón se ventile por lo menos 30 minutos antes de volver a tocar.

- Los estudiantes tienen que mantener distanciamiento físico de 6 pies en todo momento; 9 pies de distancia para el trombón.
- Normas para las flautas: coloque la articulación de la cabeza entre la boca y la mascarilla y use un "calcetín de flauta" unido al pie.
- Normas para limpiar los instrumentos: <https://nafme.org/covid-19-instrument-cleaning-guidelines/>
- Válvulas para saliva -
 - Vacíe lejos de los demás
 - Tenga un material absorbente desechable para atrapar la condensación (es decir, "puppy pad")