

MHUSD Atletismo de Verano, Porras, Prácticas de Banda y Campos de Verano
MODIFICACIÓN COVID-19
Pautas del Superintendente
(modificado el 10 de junio de 2020)

El MHUSD reconoce que el atletismo es una parte integral de la experiencia de la escuela secundaria. El entrenamiento y el acondicionamiento adecuados son esenciales para proporcionar un ambiente seguro. Los departamentos de Atletismo de la Secundaria y Banda han desarrollado recomendaciones para el uso de las instalaciones para entrenamientos al aire libre y bajo techo utilizando la Guía del Comité Asesor de Medicina Deportiva (SMAC) de la Federación Nacional de Asociaciones de Escuelas Secundarias del Estado (NFHS) para la apertura de atletismo y actividades, así como el Condado de Santa Clara Orden del 18 de mayo de 2020 que incluye [una guía para actividades e instalaciones recreativas](#), [una guía para campamentos de verano](#) y [una guía para piscinas al aire libre](#). En general, nos dan las pautas que permiten a los estudiantes practicar y desarrollar habilidades mientras practican el distanciamiento social. Todos los programas deportivos y campamentos deben completar, compartir copias con los estudiantes y entrenadores, proporcionar una copia al Departamento de Instalaciones y publicar en un lugar visible el [Apéndice A: Protocolo de distancia social antes de comenzar cualquier actividad](#).

Chequeo previo al entrenamiento:

- Todos los entrenadores y estudiantes serán valorados para detectar signos/síntomas de COVID-19 antes de un entrenamiento.
- La chequeo incluye un control de temperatura. Las respuestas a las preguntas de detección para cada persona deben registrarse y almacenarse de modo que haya un registro de todos los presentes en caso de que un estudiante desarrolle COVID-19.
- No se permitirá que ninguna persona con síntomas participe en los entrenamientos y debe comunicarse con su proveedor de atención primaria o profesional de la salud.
- Las personas que tienen tras condiciones de salud, pueden participar con la autorización de su médico. Los CDC definen a los "individuos vulnerables" como aquellos con afecciones de salud subyacentes graves, que incluyen presión arterial alta, enfermedad pulmonar crónica, diabetes, obesidad, asma y aquellos cuyos sistemas inmunes están comprometidos. Se recomienda a cualquier miembro del personal o estudiante que tenga una predisposición de salud, pero le gustaría participar, que su médico escriba una carta que aclare el nivel de actividad y describa las limitaciones a la participación de las actividades.

Llevada/Recogida de estudiantes, duración y lugar de actividad:

- Cada escuela trabajará con la administración para establecer los horarios de entrega y recogida apropiados a el diseño de cada escuela.

- Las horas de práctica y sesión del campamento son aprobadas por los directores de atletismo de cada actividad.
- Las actividades se diseñarán en tiempos de 60 minutos por sesión con 15 minutos de transición para garantizar que los grupos no compartan espacios en cortos períodos de tiempo.

Mascaras faciales:

- Los estudiantes deben usar cubiertas/máscaras faciales al ir o venir de la actividad. Sin embargo, las cubiertas faciales se pueden quitar durante el entrenamiento físico. Las cubiertas de tela para la cara se pueden seguir usando cuando no se realiza una actividad vigorosa, como sentarse en el banco durante los juegos, en el vestuario y en la sala de entrenamiento deportivo.
- Los entrenadores, oficiales y otro personal del entrenamiento deben usar cubiertas de tela o protectores faciales todo momento.

Limitaciones en las reuniones:

- Los entrenamientos se realizarán en "grupos". Las grupos de estudiantes (no más de 12 por grupo solo entrenarán con su grupo y no se mezclarán con otro grupo de entrenamiento durante un período mínimo de 4 semanas. Esto limita una exposición más limitada si alguien contrae el virus.
- Máximo de 12 atletas y 1-3 entrenadores forman una grupo.
- Cada grupo de estudiantes es asignado a un entrenador (s). El entrenador adulto no puede rotarse entre otros grupos durante las 4 semanas de duración del programa.
- Varias grupos pueden participar al mismo tiempo pero nunca en el mismo espacio o dentro de los 15 minutos de diferencia en el mismo espacio.
- Los grupos deben mantenerse al menos a 10 pies de distancia de cualquier otro equipo.
- No habrá contacto físico entre atletas durante ningún entrenamiento.
- Deberán mantener un distanciamiento social apropiado en los bancos durante los entrenamientos.

Piscinas al aire libre

- La natación debe limitarse a una persona por carril, excepto que los miembros vivan en el mismo hogar o vivienda.
- El uso de áreas de natación compartidas debe limitarse a no más de un nadador por cada 300 pies cuadrados del espacio de la piscina.
- A excepción de los miembros del mismo hogar, los nadadores deben permanecer separados por lo menos 6 pies en todo momento.
- Al menos una persona estará de guardia en todo momento para garantizar que se cumplan el protocolo de distanciamiento social aplicable a la instalación.
- Los vestuarios deberán estar cerrados al público, excepto para uso del baño.

- Se prohibirá toda reunión fuera de la piscina, como en las cubiertas de la piscina, excepto que los miembros de un hogar vayan a observar a un hijo/a u otra persona nadando para garantizar la seguridad y la supervisión de los estudiantes.

Actividad física y equipamiento

- El equipo deportivo se puede compartir dentro de los equipos (es decir, fútbol, baloncesto, pelota de tenis) Todo el equipo compartido se desinfectará después de su uso. Los atletas que compartieron equipo deportivo deben lavarse de acuerdo con los protocolos o usar desinfectante para manos inmediatamente después de compartir el equipo.
- Los instrumentos de la banda no se compartirán y preferiblemente se asignarán individualmente. Todo el equipo de la banda será desinfectado después de que cada individuo lo haya usado.

Hidratación

Todos los estudiantes deberán traer su propia botella de agua y las botellas deben estar claramente identificadas para que ninguna botella sea compartida. Las estaciones de hidratación no deben ser utilizadas.

Limpieza:

- Se crearán e implementarán horarios de limpieza adecuados para todas las instalaciones deportivas para mitigar cualquier enfermedad contagiosa. Los directores atléticos coordinarán los horarios de limpieza con el director de instalaciones.
- Las personas deben lavarse las manos durante un mínimo de 20 segundos con agua tibia y jabón antes de tocar cualquier superficie o participar en entrenamientos.
- El desinfectante de manos estará disponible para las personas a medida que se transfieran de un lugar a otro.
- Se les pide a los estudiantes que se duchen y laven su ropa de entrenamiento inmediatamente después de regresar a casa.

Pasos a seguir:

Los siguientes pasos pueden incluir permitir reuniones más grandes y/o flexibilidad en torno a los equipos y es probable que tengan una orientación diferente según el tipo de contacto que normalmente ocurre en el deporte.

Stu J. Standw