

Manual de atletismo y actividades 2025-26

Hecho el 16 de julio de 2025
Richland School District 88a School Board

Miembros del comité de atletismo y actividades

John Meyer
Athletic Director

Sarah Castaneda
Junior High Principal

Steve Camp
Junior High Teacher/Coach

Jennifer Hopkins
Junior High Teacher/Coach

Matt Hall
Junior High Teacher/Coach

Anthony Rallis
Music Teacher/Band Instructor

Tabla de contenidos

I. Filosofia, Assistência, & Transporte……...…….. Pg. 4
II. Código de conducta …… Pg. 5
III. Medico …….. Pg. 6
IV. Programas ofrecidos…….. Pg. 7
V. Protocolo de conmocion cerebral ……..…… Pg. 10

I. FILOSOFIA, ASISTENCIAS, & TRANSPORTE

FILOSOFIA:

La filosofía deportiva del Distrito 88A de Richland es ofrecer un programa integral de calidad que contribuya al bienestar físico, mental y emocional de quienes participan. Se espera que el orgullo y el espíritu escolar sean el resultado colectivo de este programa, no solo para los que participan, sino para todos los estudiantes de Richland. Se hace hincapié en el aprendizaje de las habilidades individuales de cada deporte. Esperamos que cada atleta desarrolle un intenso deseo de éxito, pero no a expensas del buen espíritu deportivo. El éxito se basa en que los equipos y los individuos den lo mejor de sí mismos.

Con el espíritu de competencia, participación y fomento de la autoestima, los equipos de quinto, sexto, séptimo y octavo grado tendrán un número máximo de atletas. Los equipos mixtos de béisbol, baloncesto masculino y femenino, fútbol masculino y femenino, porristas y voleibol masculino y femenino tienen un límite establecido en la lista de participantes. Esta política permite a nuestros atletas un mejor desarrollo de habilidades, mayores niveles de competencia y una mayor autoestima, gracias a un entrenamiento más individualizado. En Richland, intentamos darles a nuestros estudiantes todas las oportunidades para tener éxito en todo lo que emprendan; nuestros atletas merecen la misma oportunidad.

PRUEBAS/ENTRENAMIENTOS:

A menos que el cuerpo técnico y la administración lo aprueben previamente, las pruebas y los entrenamientos estarán cerrados al público. Se requiere un examen físico deportivo antes de que un atleta pueda probar un deporte. Los exámenes físicos deportivos tienen una validez de 13 meses (a partir de la fecha del examen). Si un examen físico vence antes del final de la temporada deportiva, el atleta deberá hacerse uno nuevo. Al entrar al equipo, cada atleta debe tener un formulario médico de emergencia/consentimiento deportivo y un formulario de conmoción cerebral firmados por un padre o tutor.

Todo jugador que entre a un equipo debe participar en una prueba programada para ese equipo; de lo contrario, no se le permitirá participar. La única excepción a esta regla sería si un atleta tiene una justificación médica o si un nuevo estudiante se muda al distrito. Cualquier atleta que no tenga un examen físico deportivo registrado antes de la última fecha de prueba no podrá participar en ese deporte hasta que lo entregue. Cualquier atleta que no tenga un examen físico deportivo registrado antes del tercer entrenamiento para un deporte de participación abierta puede ser expulsado del equipo. El director atlético y el director del edificio analizarán cada caso antes de permitir que el estudiante realice la prueba.

ELIGIBILIDAD:

La política de elegibilidad se ha formulado según la Asociación de Escuelas Primarias de Illinois (IESA). Las calificaciones se revisan semanalmente y el estudiante debe aprobar todas las materias. Si en cualquier revisión de elegibilidad un estudiante reprueba alguna materia, no podrá competir del domingo al sábado de la semana siguiente. Se puede reincorporar al equipo si cumple con estos mismos requisitos de elegibilidad al final de la semana siguiente. Un estudiante no elegible no podrá participar en ningún evento interescolar; sin embargo, deberá asistir a todos los entrenamientos. Estos estudiantes dedicarán la primera mitad de cada entrenamiento a estudiar las materias que están reprobando y la segunda mitad a ver los entrenamientos del equipo. Los jugadores no elegibles no podrán ir a los partidos fuera de casa en el autobús con el equipo. Se espera que asistan a los partidos en casa y se sienten cerca de la banca. Ningún jugador podrá faltar a la detención para jugar un partido. Si un jugador ha cumplido con su obligación de detención, podrá jugar ese día. Cualquier jugador que asista a la escuela pero no cumpla con la sanción un día determinado no podrá participar hasta que cumpla con todas las sanciones pendientes. Un estudiante debe asistir a la escuela el día de un evento interescolar para poder jugar ese día. Un estudiante que falte a Educación Física por una justificación médica, ya sea de casa o del médico, no podrá participar en el deporte extraescolar ese día. **Cualquier estudiante que abandone un equipo después del primer evento interescolar no podrá participar en ningún otro deporte durante la misma temporada deportiva/de actividad.**

ASISTENCIAS A LAS PRÁCTICAS:

Se espera que todos los miembros de un deporte con cita previa asistan a todos los entrenamientos. En caso de ausencia, los padres del atleta deben informar al entrenador con anticipación; de lo contrario, la ausencia podría considerarse injustificada. **El director deportivo puede expulsar a un atleta del equipo por una tercera ausencia injustificada.**

TRANSPORTE:

Se espera que los atletas viajan en el autobús del equipo a los partidos fuera de casa. Los atletas que no puedan viajar en el autobús del equipo, por razones previamente aprobadas, podrán asistir a los partidos fuera de casa si son transportados por uno de sus padres o tutores. Los atletas deben obtener la aprobación previa del entrenador si no pueden viajar en el autobús del equipo. Al finalizar el partido, si un atleta decide regresar a casa con sus padres, estos deben entregar al entrenador una carta por escrito indicando que su hijo/a viajará con ellos. Los entrenadores deben guardar todas las notas hasta que se pueda verificar que el jugador llegó a casa sano y salvo.

Los padres son responsables de recoger puntualmente a los atletas después de los entrenamientos y partidos. La recogida se realizará en la puerta número cuatro, frente a la oficina de la escuela secundaria. La hora de salida de los entrenamientos se indicará en los horarios de práctica. Si un estudiante no es recogido puntualmente, el entrenador llamará a la comisaría para que lo recojan y lo lleven a su casa. Los entrenadores se comunicarán con la policía si los estudiantes no son recogidos dentro de los 30 minutos posteriores al final de su evento.

II. CODIGO DE CONDUCTA:

1. Los atletas representan a su escuela y comunidad, y su conducta debe reflejar deportividad.
2. El buen espíritu deportivo es un objetivo primordial de Richland y se espera de sus participantes. Los atletas deben comportarse de forma deportiva en todo momento. Los estudiantes que no demuestren buen espíritu deportivo podrán enfrentar consecuencias impuestas por el entrenador o la administración de la escuela.
3. Los jugadores, entrenadores y padres deben aceptar respetuosamente las decisiones y juicios de todos los árbitros del juego.
4. Cualquier atleta que presente pruebas de consumo o posesión de drogas, alcohol, tabaco o cualquier otra sustancia nociva (por ejemplo, vapeo), dentro o fuera de las instalaciones escolares, podrá ser expulsado del deporte por el resto de la temporada.
5. No se permite comer ni beber en los vestuarios en ningún momento. Los equipos son responsables de mantener el orden en los vestuarios. **La escuela no se hace responsable de los objetos perdidos o robados.**
6. Los estudiantes son responsables de su comportamiento en la escuela y en el autobús. No se permite comer ni beber en el autobús. La limpieza del autobús es importante. Al igual que durante los recorridos regulares del autobús, la seguridad en el autobús es una prioridad primordial. Incumplir las normas del autobús podría resultar en medidas disciplinarias, no sólo en la escuela, sino también por parte del entrenador.
7. Cada equipo deportivo y entrenador tendrá su propio conjunto de reglas específicas para el deporte. Se espera que todos los atletas cumplan con todas las normas que el deporte o el entrenador puedan imponer. Cualquier atleta que demuestre su participación en actividades ilegales, como el robo, podrá ser expulsado del deporte por el resto de la temporada.

CODIGO DE CONDUCTA DEL ESPECTADOR:

Todos los espectadores deben respetar el talento y el esfuerzo de los jugadores y entrenadores de todos los equipos. Esta cortesía también se extenderá a todos los árbitros. Cualquier acción que contradiga estas expectativas es de mal gusto y no será tolerada. Los espectadores que no se comporten adecuadamente estarán sujetos a cualquiera de las siguientes sanciones, según la gravedad del incidente:

1. Cualquier representante escolar podrá solicitar al espectador que se abstenga de realizar futuras acciones inapropiadas.
2. Cualquier representante escolar podrá solicitar al espectador que abandone un evento deportivo. Si un espectador se niega a abandonar el evento, se contactará a las autoridades locales para expulsarlo y se presentarán cargos formales. Una vez que un espectador sea expulsado de un evento deportivo, el director se reunirá con él para resolver el asunto.
3. Las infracciones graves o reiteradas darán lugar a que el director emita una carta de prohibición de entrada de las autoridades locales.
4. Los estudiantes espectadores no podrán quedarse después de clase para ver el partido.

UNIFORMES PROPIEDAD DE LA ESCUELA:

Se entregarán uniformes a los participantes de diversos deportes. Cada estudiante es responsable del mantenimiento de este uniforme o equipación. Los uniformes escolares no deben usarse durante la jornada escolar. Deben devolverse al entrenador en las mismas condiciones en que se entregaron**. Los jugadores deben pagar cualquier artículo perdido, dañado o robado. Todos los uniformes deben entregarse o las cuotas deben pagarse antes de que el estudiante pueda participar en otra actividad deportiva.**

CASILLEROS DE LOS PASILLOS:

Los estudiantes deben llevar todos los libros y la ropa necesaria para los entrenamientos o partidos. Una vez finalizada la jornada escolar, se restringe el tránsito en los pasillos. Todos los atletas deben estar preparados para no tener que volver a sus casilleros después de los entrenamientos o partidos.

III. MEDICO

AUSENCIAS MEDICAS:

Un estudiante no podrá entrenar ni jugar en los partidos si:

1) Tiene puntos de sutura debido a una lesión o cirugía;
2) Tiene un protector, yeso o aparato ortopédico de cuero duro e inflexible, plástico, metal o cualquier otra sustancia dura, aunque esté cubierto con un acolchado suave cuando se usa en cualquier parte del cuerpo;
3) Tiene una justificación de sus padres o un médico para la clase de educación física.

LESIONES DEPORTIVAS EXTRACURRICULARES:

Si un estudiante se lesiona durante una práctica o partido y necesita atención médica, consulte las directrices a continuación para obtener la documentación necesaria para que el niño regrese a las clases de educación física y deportes. Se requiere documentación adicional para que el ESTUDIANTE regrese a la escuela si presenta síntomas de conmoción cerebral, así como a la gimnasia y deportes.

- El entrenador debe comunicarse con los padres/tutores para notificarles sobre la lesión e informarles sobre las notas del médico/APN necesarias.

Si el estudiante sufre una lesión que necesita ser evaluada por un médico o una enfermera de práctica avanzada, el **entrenador debe completar un Informe de lesiones y entregarlo directamente a la enfermera el siguiente día de clases.**

- La enfermera, el director deportivo y el director de programas deben ser notificados por correo electrónico sobre la lesión del estudiante inmediatamente después del partido.

- En caso de una lesión grave, se debe notificar por teléfono al director deportivo, quien notificará a la enfermera.

- Si un estudiante presenta algún signo o síntoma de conmoción cerebral después de una lesión en la cabeza, debe ser retirado del juego inmediatamente y se debe notificar a sus padres sobre la lesión.

El entrenador será responsable de notificar a los padres sobre la lesión, los signos y síntomas, y la documentación necesaria del médico o enfermera practicante para que el niño pueda regresar a la escuela (y a aprender), a los deportes y al gimnasio.

El entrenador entregará a los padres una copia de la Lista de Verificación de Conmoción Cerebral para que la entreguen al profesional de la salud, junto con un paquete que incluye una carta con la documentación necesaria del médico o enfermera practicante, un Protocolo de Regreso al Aprendizaje y un Protocolo de Regreso al Juego (según nuestro procedimiento), y la Autorización de los Padres para el Regreso al Juego y al Aprendizaje firmada por el padre y el estudiante (Formulario de Consentimiento Post-Conmoción Cerebral).

Cuando un estudiante atleta esté en temporada deportiva, la enfermería notificará al entrenador si el estudiante ha sufrido una lesión que pueda dificultar o afectar su capacidad para participar.

Si una enfermera envía a casa a un estudiante atleta durante la temporada, se comunicará con el entrenador.

*****Se requiere la autorización del médico o enfermera practicante para que el niño pueda regresar a la escuela, aprender y/o jugar. Además, el formulario de consentimiento posterior a la conmoción cerebral debe ser completado tanto por el padre como por el estudiante.**

SEGURO MEDICO:

La escuela no se hace responsable de los gastos médicos ocasionados por una lesión.

CONTACTOS DE EMAIL:

John Meyer Director de las actividades de atletismo: jmeyer@d88a.org **Jane Ellison:** Enfermera del distrito: jellison@d88a.org

IV. PROGRAMAS QUE SE OFRECEN:

Aquí hay una lista de los programas extraescolares que se ofrecen en Richland.

CO-ED BEISBOL:

Cualquier estudiante de 6.º a 8.º grado puede participar en las pruebas de béisbol. Todos los partidos y entrenamientos en casa se juegan en Hassard Fields. Los entrenamientos del equipo pueden comenzar desde la primera semana de agosto. El equipo de béisbol compite en la Serie Estatal de Torneos IESA.

CROSS COUNTRY NIÑOS Y NIÑAS:

Cualquier estudiante de 5.º a 8.º grado puede participar en Campo Traviesa. Ambos equipos compiten en un calendario de temporada regular, torneos por invitación y en la Serie Estatal IESA. Todas las competencias en casa se llevan a cabo en la Escuela Secundaria Richland. El Campo Traviesa puede comenzar desde la primera semana de agosto. Las atletas femeninas que deseen correr campo traviesa y jugar baloncesto pueden participar en las pruebas. Si hay conflicto con las competencias, la jugadora debe competir primero en la competencia de la temporada anterior.

FUTBOL PARA NIÑOS:

Cualquier niño de 5.º a 8.º grado puede participar en las pruebas del equipo de fútbol. Esto incluye a los atletas de equipos itinerantes. Las pruebas para el equipo de fútbol comenzarán desde la segunda semana de agosto. Aunque el fútbol no es una actividad autorizada por IESA, el equipo se regirá por las normas de IESA en cuanto a elegibilidad, requisitos físicos, etc.

FÚTBOL PARA NIÑAS: Cualquier niña de 5.º a 8.º grado puede audicionar para el equipo de fútbol. Esto incluye a las atletas de equipos itinerantes. Las pruebas para el equipo de fútbol comenzarán en marzo. Aunque el fútbol no es una actividad autorizada por IESA, el equipo se regirá por las normas de IESA en cuanto a elegibilidad, requisitos físicos, etc.

BALONCESTO PARA NIÑAS:

Cualquier niña de 5.º a 8.º grado puede audicionar para el equipo de baloncesto. Las alumnas de 5.º, 6.º y 7.º grado audicionarán para el equipo de baloncesto de 7.º grado. Las alumnas de 8.º grado audicionaran solo para el equipo de 8.º grado. Los equipos de 7.º y 8.º grado jugarán un calendario interescolar. También participarán en la serie de torneos estatales de IESA. Las alumnas de 7.º y 8.º grado practicarán y jugarán partidos en casa en la escuela secundaria Richland Jr. High. El baloncesto femenino puede comenzar la primera semana de septiembre. Las jugadoras pueden ascender a un nivel superior a discreción del entrenador.

ANIMADORAS:

El programa de animadoras está abierto a estudiantes de 5.º a 8.º grado. El programa consta de un equipo. Las pruebas se realizan la primera semana de septiembre de cada año. El equipo animará en los partidos de baloncesto. No se les permitirá competir en baloncesto debido a la superposición y conflictos con los horarios. El equipo se regirá por las directrices de la IESA en cuanto a elegibilidad, requisitos físicos, etc.

BALONCESTO PARA NIÑOS:

Cualquier niño de 5.º a 8.º grado puede participar en las pruebas para el equipo de baloncesto. Los estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º grado participarán en las pruebas para el equipo de baloncesto de 7.º grado. Los estudiantes de 8.º grado participarán solo en las pruebas para el equipo de 8.º grado. Los equipos de 7.º y 8.º grado jugarán un calendario interescolar. También participarán en la serie de torneos estatales de la IESA. Los estudiantes de 7.º y 8.º grado practicarán y jugarán partidos en casa en la Preparatoria Richland. El baloncesto masculino podría comenzar en la tercera semana de octubre. Los jugadores podrían ascender a un nivel superior si esto es lo mejor para ellos y el equipo al inicio de la Serie de Torneos Estatales IESA.

LUCHA:

Cualquier estudiante de 5.º a 8.º grado puede participar en el programa de lucha. La lucha se divide en 19 categorías de peso diferentes, desde 65 lb hasta peso pesado, lo que permite a niños de cualquier tamaño competir contra oponentes de su mismo peso. Además de las competencias duales, triangulares y cuadrangulares, el calendario de lucha incluye torneos por invitación y para principiantes, y la serie de Torneos Estatales IESA. Los luchadores principiantes tienen amplias oportunidades para adquirir experiencia en el tatami en combates de exhibición y torneos para principiantes. Los competidores del equipo universitario se seleccionan mediante combates de desafío programados regularmente en los entrenamientos. Los entrenamientos y las competencias se llevan a cabo en la Preparatoria Richland. La lucha libre puede comenzar alrededor de la primera semana de diciembre, según las directrices de IESA. Los jugadores de baloncesto masculino no pueden unirse al equipo de lucha libre después de su último partido.

CLUB DE LUCHA PARA LOS LITTLE EAGLES:

El Club de Lucha Little Eagles es un programa para nuestros alumnos de 3.º y 4.º grado de primaria. El programa enseña la lucha libre y sus disciplinas de esfuerzo, liderazgo y desarrollo personal. Los alumnos participarán de 2 a 3 veces bajo la supervisión de varios entrenadores para brindarles atención individualizada.

VOLEIBOL PARA NIÑAS:

Cualquier niña de 5.º a 8.º grado puede audicionar para el equipo de voleibol. Los estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º grado audicionarán para el equipo de voleibol de 7.º grado. Los estudiantes de 8º grado audicionarán solo para el equipo de 8.º grado. Los equipos de 7.º y 8.º grado jugarán un calendario interescolar. También participarán en torneos y jugarán en la serie de torneos estatales de IESA. Los estudiantes de 7.º y 8.º grado practicarán y jugarán partidos en la escuela secundaria Richland. El voleibol femenino puede comenzar la primera semana de diciembre. Los jugadores pueden ascender a un nivel superior si es lo mejor para ellos y el equipo al comienzo de la serie de torneos estatales de IESA.

VOLEIBOL PARA NIÑOS:

Cualquier niño de 5.º a 6.º grado puede audicionar para el equipo de voleibol. Los estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º grado harán una prueba para el equipo de voleibol de 7.º grado. Los estudiantes de 8.º grado harán una prueba solo para el equipo de 8.º grado. Los equipos de 7.º y 8.º grado jugarán un calendario interescolar. También participarán en torneos y participarán en la serie de torneos estatales de IESA. Los estudiantes de 7.º y 8.º grado practicarán y jugarán partidos en la escuela secundaria Richland. El voleibol masculino puede comenzar la segunda semana de febrero. Las jugadoras pueden ascender a un nivel superior si es lo mejor para ellas y el equipo al inicio de la serie de torneos estatales de IESA.

CLUB DE VOLEIBOL JUNIOR (NIÑAS):

Cualquier niña de 4.º a 7.º grado puede participar. Las participantes aprenderán los fundamentos del juego y jugarán partidos contra otros equipos locales. El programa tendrá una duración de 4 a 5 semanas a finales de la primavera. Todos los entrenamientos y partidos serán después de clases.

TRACK PARA NIÑOS Y NIÑAS:

Cualquier estudiante de 5.º a 8.º grado puede participar en la pista de atletismo. Hay cuatro equipos de atletismo, uno masculino y otro femenino, de 7.º y 8.º grado. Los estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º grado pueden competir en los equipos masculino y femenino de 7.º u 8.º grado. Los estudiantes de 8.º grado solo podrán competir en los equipos de 8.º grado. Los cuatro equipos compiten en un calendario de temporada regular, una competencia de conferencia y la Serie Estatal IESA. La pista de atletismo comenzará alrededor de la primera semana de marzo, según las directrices de IESA. El torneo estatal es a finales de mayo.

BOLOS:

Cualquier estudiante de 5.º a 8.º grado puede participar en bolos. El equipo de bolos compite en un calendario de temporada regular, torneos por invitación y la Serie Estatal IESA. Todos los concursos y prácticas en casa se llevan a cabo en Crest Hill Lanes. Los bolos pueden comenzar en la segunda semana de enero.

SCHOLASTIC BOWL:

Cualquier estudiante de 5.º a 8.º grado puede participar en el Scholastic Bowl. El equipo del Scholastic Bowl compite en un calendario de temporada regular, torneos por invitación y la serie estatal IESA. Todas las competencias locales se llevan a cabo en Richland. El Scholastic Bowl podría comenzar en la segunda semana de enero.

E-SPORTS CLUB:

El Club de Deportes Electrónicos de Richland es un programa que introduce y fomenta la colaboración y la competencia en videojuegos. Actualmente, el club ofrece a los estudiantes acceso a 12 computadoras compatibles con los juegos más recientes y múltiples Nintendo Switch. Los estudiantes pueden practicar habilidades de comunicación, trabajo en equipo y divertirse. La selección actual de juegos incluye Mario Suite, Minecraft y Rocket League.

CLUB DEL ANUARIO DE JUNIOR HIGH

El Club del Anuario de la secundaria es un programa que incluye a estudiantes de 5.º a 8.º grado para ayudar en el desarrollo y diseño del anuario de la secundaria. El programa comenzará en enero y finalizará en abril. Las reuniones se realizarán según sea necesario.

CLUB DE ARTE

El Club de Arte está abierto a estudiantes creativos de 5.º a 8.º grado que disfrutan expresándose a través del arte. Este club ofrece un espacio divertido y de apoyo para explorar diferentes estilos, materiales y técnicas artísticas, más allá de la experiencia habitual en el aula. Los estudiantes trabajarán en proyectos individuales y grupales, algunos de los cuales podrán exhibirse en la escuela o usarse para eventos especiales. Las reuniones del Club de Arte comienzan a principios de septiembre.

CONSEJO ESTUDIANTIL

El Consejo Estudiantil es un grupo de liderazgo abierto a estudiantes de 5.º a 8.º grado que deseen tener un impacto positivo en nuestra comunidad escolar. Los estudiantes deben obtener recomendaciones de sus maestros y completar un ensayo antes de unirse a esta organización. Como líderes dentro de la escuela, los miembros mantendrán calificaciones aprobatorias en todas las clases, estarán al día con todas las tareas y serán un ejemplo de comportamiento positivo al seguir el código de conducta estudiantil. Se realizan reuniones obligatorias dos veces al mes después de clases y todos los miembros deben realizar horas de servicio comunitario durante todo el año escolar. El Consejo Estudiantil da a los estudiantes voz en las actividades escolares, ayuda a promover el espíritu escolar y fomenta la responsabilidad, el trabajo en equipo y el servicio. Los miembros ayudarán a planificar eventos, compartirán ideas estudiantiles y trabajarán para mejorar nuestro ambiente escolar. Las reuniones comenzarán a finales de septiembre y continuarán hasta mediados de mayo.

CLUB DE ESPAÑOL

El Club de Español es una oportunidad divertida e interactiva para que los estudiantes de 3.º y 4.º grado desarrollen una base sólida en el idioma español. El Club de Español se celebra de mediados de noviembre a mediados de mayo y ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades básicas de español mediante juegos divertidos, lecturas, movimiento y actividades culturales. Cada semana, exploran un país hispanohablante y practicaran saludos, vocabulario y comprensión para prepararlos para futuras clases de español.

Deporte	Grados	Fechas en sesion	*Entrenadores/sponsors
Cross Country	5-8	Primera semana de agosto	J Hopkins/Vandenberg
Coed Beisbol	6-8	Primera semana completa de agosto	Hall/Tetlow
Futbol niños	5-8	Primera semana completa de agosto	Camp/Spain
Clínica de baloncesto	5-8	Primera semana de septiembre	Meyer/Tetlow
Animadoras/danza	5-8	Mediados de septiembre	Jones
Baloncesto niñas	5-8	Tercera semana de septiembre	Hall/Ziegler
Baloncesto niños	5-8	Tercera semana de octubre	Meyer/Tetlow
Clinica de lucha	1-4	Primera semana de diciembre	Lowery/Hernandez
Lucha coed	5-8	Primera semana de diciembre	Camp/Lowery
Voleibol de niñas	5-8	Primera semana de diciembre	J Hopkins/D Meyer
Bolos	5-8	Primera semana de febrero	D Hopkins
Voleibol de niños	5-8	Segunda semana de febrero	Nissen/Tetlow
Futbol de niñas	5-8	Segunda semana de marzo	Steil/Cavanaugh
Track	5-8	Tercera semana de marzo	Dietrich/Lowery/Peciniak
Clinica de Voleibol	3-6	Primavera tarde	J Hopkins/Smith/DelaGarza

*Los entrenadores pueden cambiar.

Club	Grados	Fechas en sesion	Sponsor
Club de arte	5-8	Principio de setiembre	Foster
Consejo estudiantil	5-8	Finales de septiembre	Rudman
Esports	5-8	Primer y cuarto trimestre	Rallis

Club de español	3-4	Mediados de nov-mediados de mayo	Torres
Anuario/Media	4	Noviembre-abril	J. Morales
Anuario	5-8	Enero- abril	Leal
Scholastic Bowl	5-8	Segunda semana de enero	Bey

V. PROTOCOLO DE CONMOCION CEREBRAL :

Board Policy 7:305- Conmociones cerebrales y lesiones en la cabeza de los estudiantes

El Superintendente o su designado desarrollará e implementará un programa para el manejo de conmociones cerebrales y lesiones en la cabeza sufridas por estudiantes-atletas. El programa deberá:

1. Cumplir con los protocolos, políticas y estatutos de la Asociación de Escuelas Secundarias de Illinois (NFHS), incluyendo su Protocolo para las Reglas de Juego para Conmociones Cerebrales y su Política de Regreso al Juego. Estos exigen específicamente que:
   A. Un estudiante-atleta que presente signos, síntomas o comportamientos consistentes con una conmoción cerebral durante una práctica o juego será retirado de la participación o competencia en ese momento.
   B. Un estudiante-atleta que haya sido retirado de una competencia interescolar por una posible conmoción cerebral o lesión en la cabeza no podrá regresar a dicha competencia a menos que reciba autorización de un médico con licencia para ejercer la medicina en todas sus ramas en Illinois o de un entrenador atlético certificado.
   C. Si no recibe autorización para regresar a esa competencia, un estudiante-atleta no podrá regresar a jugar o entrenar hasta que haya proporcionado a su escuela una autorización por escrito de un médico con licencia para ejercer la medicina en todas sus ramas en Illinois o de un entrenador atlético certificado que trabaje en conjunto con un médico con licencia para ejercer la medicina en todas sus ramas en Illinois.
2. Informar a los estudiantes-atletas y a sus padres/tutores sobre esta política en el acuerdo de participación u otros documentos escritos que el estudiante-atleta y su padre/tutor deben firmar antes de que se le permita participar en un entrenamiento o competencia interescolar.
3. Proporcionar a los entrenadores, estudiantes-atletas y sus padres/tutores materiales educativos de la Asociación de Escuelas Secundarias de Illinois sobre la naturaleza y el riesgo de conmociones cerebrales y lesiones en la cabeza, incluyendo los riesgos inherentes a continuar jugando después de una conmoción cerebral o lesión en la cabeza.
4. Incluir un requisito para que el personal notifique a los padres/tutores de un estudiante que presente síntomas compatibles con una conmoción cerebral.

LEGAL REF.: 105 ILCS 5/10-20.54.
CROSS REF.: 4:170 (Safety), 7:300 (Extracurricular Athletics)
ADOPTED: July 17, 2013

Equipo de supervisión de conmociones cerebrales:

La función principal será desarrollar protocolos de regreso a la actividad deportiva y al aprendizaje para los estudiantes que se sospecha que han sufrido una conmoción cerebral. Los protocolos deben basarse en evidencia científica revisada por pares y en consonancia con las directrices de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Estos equipos pueden estar compuestos por diversas personas según los recursos disponibles en la escuela, en su comunidad o vecindario, pero deben incluir a una persona responsable de implementar y cumplir con los protocolos de regreso a la actividad deportiva y al aprendizaje.

Team Members
Sarah Castaneda, Junior High Assistant Principal
John Meyer, Athletic/Activities Director
Dr. Burgundy Lander, Chiropractor
Jane Ellison, School Nurse

Procedimientos de conmoción cerebral:

Richland se compromete a mantener la seguridad y promover el bienestar de todos los estudiantes. De acuerdo con la ley estatal de Illinois, Richland ha adoptado directrices y desarrollado formularios en cumplimiento con la IESA y los CDC para el regreso de los estudiantes a las aulas y/o a la actividad física después de sufrir una conmoción cerebral. Conocer los posibles efectos de una conmoción cerebral en un estudiante y el manejo adecuado de los protocolos de Regreso al Aprendizaje y al Juego son fundamentales para ayudarlos a recuperarse.

Una conmoción cerebral es un tipo de lesión cerebral que altera el funcionamiento normal del cerebro. Una conmoción cerebral es causada por un golpe, impacto o sacudida en la cabeza. Las conmociones cerebrales también pueden ocurrir por una caída o un golpe que provoca un movimiento rápido de la cabeza y el cerebro. Después de que un profesional de la salud certificado diagnostique una conmoción cerebral a un estudiante, es importante un esfuerzo conjunto entre el profesional de la salud tratante, el hogar y la escuela para garantizar su regreso exitoso a las aulas y a las actividades deportivas interescolares.

- La enfermera o persona designada se comunicará con los padres para notificarles la lesión.
- Se completará un informe del incidente y se guardarán copias de toda la documentación en la enfermería.
- La enfermera o persona designada se comunicará con los maestros y la administración correspondiente para brindarles información.

Si un estudiante se lesiona **durante una actividad extracurricular** y se sospecha que tiene una conmoción cerebral:

- El entrenador se comunicará con los padres para notificarles la lesión y proporcionarles el paquete de información sobre conmociones cerebrales.
- El entrenador se comunicará con el director atlético o el director de programas.
- Se completará un informe del incidente (en un plazo de 24 horas) y se entregará a la enfermera para que lo guarde en su enfermería.
- La enfermera o persona designada se comunicará con los maestros y la administración correspondiente con la información.

Cuando el estudiante regrese a la escuela, la enfermera determinará si es necesario el regreso a clases/juegos, según si se proporciona o no un certificado médico.

Si NO se proporciona certificado médico, o si se proporciona uno que indique que NO hay restricciones:

- La enfermera enviará un correo electrónico a los maestros y a la administración con la información pertinente (por ejemplo, si el estudiante ha regresado sin restricciones).
- La enfermera conservará toda la documentación necesaria relacionada con el incidente.

Si se proporciona un certificado médico y existen restricciones:

- La enfermera proporcionará información a los maestros y a la administración. Esto puede incluir consultar con el Director de Servicios Estudiantiles para las adaptaciones pertinentes.
- La enfermera conservará toda la documentación necesaria relacionada con el incidente.
- La enfermera proporcionará el formulario de consentimiento para RTL/RTP y cualquier otra copia necesaria.

SÍNTOMAS DE CONMOCIONES CEREBRALES

Fisico	**Cognitivo**	**Emocional**	**Dormir**
Dolor de cabeza	Sentirse mentalmente aislado	Irritabilidad	Problemas para dormirse
mareos	Sentirse un poco lento	Tristeza	Sonoliento
Dificultad de balance	Dificultad al recordar cosas	Nerviosismo	Dormir más/o menos de lo normal
Sensibilidad a la luz y/o sonidos	Dificultad de enfoque	Más emotivo de lo habitual	Cambio del horario de dormir
Fatiga			
Nausea/vomito			
Cambios de la visión			

Regreso a la Actividad Física:

Si se sospecha una conmoción cerebral, el estudiante no podrá reanudar sus actividades (extracurriculares/educación física) hasta que presente un certificado médico. Se seguirán las recomendaciones médicas para la autorización para participar en actividades extracurriculares y educación física. Si no existen restricciones, por favor, presente documentación por escrito.

Regreso al aprendizaje:

La mejor probabilidad de recuperación completa para un estudiante implica dos componentes críticos: el descanso cognitivo y el físico. Investigaciones continuas se han centrado en el hecho de que el descanso cognitivo es esencial para la rápida resolución de los síntomas de la conmoción cerebral. La estimulación cognitiva incluye conducir, jugar videojuegos, usar la computadora, enviar mensajes de texto, usar el teléfono celular, entornos ruidosos o brillantes, ver la televisión, leer y estudiar; estos deben limitarse y, en la mayoría de los casos, evitarse por completo.

- Los estudiantes que presenten síntomas similares a una conmoción cerebral deben ser examinados por su médico.
- Para que se inicie el protocolo académico, el estudiante debe ser evaluado por un profesional de la salud y debe proporcionar la documentación a la escuela.
- El estudiante se reunirá con la enfermera y se le asignará una fase/etapa del Protocolo RTL según las órdenes del médico.
- La enfermera distribuirá información al personal pertinente.
- El estudiante se reportará a la enfermera cada mañana para monitorear los síntomas y evaluar su progreso.
- Dentro de las fases/etapas 1 a 3, el estudiante tendrá la oportunidad de completar el trabajo académico perdido, según lo descrito en la política escolar.
- El maestro tiene la opción de asignar al estudiante una calificación de incompleto cuando sea necesario.
- Una vez que el estudiante progrese a la fase/etapa 4, podrá comenzar el protocolo RTP.
- Una vez que el estudiante haya comenzado el protocolo RTP, las adaptaciones escolares cesarán. No podrá regresar a jugar si no ha regresado a aprender.

Si cree que su hijo/a ha sufrido una conmoción cerebral:

Cualquier atleta, incluso si se sospecha que ha sufrido una conmoción cerebral, debe ser retirado del juego o la práctica inmediatamente. **Ningún atleta puede regresar a la actividad después de una aparente lesión en la cabeza o conmoción cerebral, independientemente de lo leve que parezca o de la rapidez con la que desaparezcan los síntomas, sin autorización médica**. Se debe mantener al atleta bajo observación minuciosa durante varias horas. **La Política de Regreso a la Actividad de la IESA y la IHSA exige** que los atletas proporcionen a su escuela una autorización escrita de un médico con licencia para ejercer la medicina en todas sus ramas o de un entrenador deportivo certificado que trabaje en conjunto con un médico con licencia para ejercer la medicina en todas sus ramas antes de regresar a jugar o practicar después de una conmoción cerebral o después de haber sido retirado de una competencia interescolar debido a una posible lesión en la cabeza o conmoción cerebral y no haber recibido autorización para regresar a esa misma competencia. Según la ley estatal, todas las escuelas deben cumplir con esta política.

También debe informar al entrenador de su hijo si cree que podría tener una conmoción cerebral. Recuerde que es mejor perderse un partido que perderse toda la temporada. Y en caso de duda, el atleta no juega. Para obtener información actualizada sobre conmociones cerebrales, puede visitar http://www.cdc.gov/ConcussionInYouthSports/