Natomas Unified School District

Connecting students to their future

K-5th

Manual del Estudiante Atleta

2021-2022

Manual de Padres y Estudiante-Atleta del Distrito Escolar Unificado de Natomas

Tabla de Contenido

Tema	Página(s)
Tabla de Contenido	1
Filosofía del Distrito	1
Objetivos y Metas de Atletas	2
Código de Conducta Atlética	2-3
Requisitos para la Participación	4
Política de Disciplina y Justificación	4-5
Elegibilidad de Asistencia	5
No uso de Alcohol, Tabaco y Substancias Controladas (incluyendo esteroides)	5-6
Política del Departamento Atleta	7
Cadena de Mando	8
Código de Conducta para Padres	9
Código de Ética CIF	9

¡Importante!

Las formas atléticas deberán ser completadas y sometidas al Director de Deportes de la escuela antes de la primera práctica. No se le permitirá a un estudiante-atleta practicar hasta que todas las formas sean sometidas.

La Filosofía del Distrito Escolar Unificado de Natomas

El Distrito Escolar Unificado de Natomas reconoce la importancia de la contribución de los programas extracurriculares para la formación integral de los estudiantes. Es la meta del Distrito que estos programas ayuden a los estudiantes a formar parte de la comunidad de escuela y sus tradiciones. El Distrito cree que los programas extracurriculares ofrecen un ambiente en el cual los estudiantes pueden asumir posiciones de liderazgo, aplicar las habilidades necesarias para trabajar exitosamente como un equipo, y mostrar los talentos individuales fuera del salón de clase. El Distrito cree que los programas extracurriculares permiten que los estudiantes tengan oportunidades adicionales para transferir el aprendizaje de la escuela a otros aspectos de sus vidas.

Código de Atletismo del Distrito Escolar Unificado de Natomas

I. OBJECTIVO Y METAS DE ATLETISMO

A. **Meta –** El estudiante se convertirá en un ciudadano eficaz en una sociedad democrática.

B. **Objetivos** –Trabajar con los demás en una sociedad democrática, una persona debe desarrollar autodisciplina, respeto a la autoridad, y un espíritu de arduo trabajo y sacrificio. Un estudiante-atleta debe colocar al equipo y sus objetivos más altos que los deseos personales.

1. **Para Tener Éxito** – Nuestra sociedad es muy competitiva. No siempre ganamos, pero tenemos éxito cuando nos esforzamos continuamente para hacerlo. Usted puede aprender a aceptar la derrota sólo tratando de ganar con dedicación sincera.

2. **Espíritu Deportivo** – Un estudiante atleta debe aprender a aceptar tanto el éxito y la derrota como un verdadero deportista, reconociendo que hemos hecho nuestro mejor esfuerzo. Tenemos que aprender a tratar a los demás, como nos gustaría que los demás nos trataran. Nosotros desarrollaremos rastros sociales deseables, incluyendo control emocional, honestidad, cooperación y fiabilidad.

3. **Para Mejorar** – Mejoramiento personal y social continuo es esencial para la buena ciudadanía. Como estudiante-atleta, deberás establecer una meta y constantemente intentar alcanzarla. Usted debe tratar de superarse en las técnicas aplicadas y en esas características establecidas como deseables.

4. **Gratificante** –Es necesario que nosotros reconozcamos todas las recompensas personales que obtenemos del atletismo, y de dar lo suficiente de nosotros mismos con el fin de preservar y mejorar el programa.

5. **Desarrollar Hábitos de Salud Personal Deseables**– Para ser un ciudadano activo y contribuyente es importante obtener un alto grado de condición física a través del ejercicio y buenos hábitos de salud y desarrollar un deseo de mantener este nivel de forma física después que la competencia finalice.

6. **Integridad**- Apoya y demuestra las reglas del distrito/escuela para reflejar la alta integridad del distrito, escuela y programa atlético.

II. CÓDIGO DE CONDUCTA ATLÉTICO

La conducta de un estudiante-atleta está estrechamente observada en muchos ámbitos de la vida. Es importante que su conducta sea irreprochable en todas las siguientes áreas:

A. **En el Campo**– en el área de competencia atlética, un estudiante-atleta no usará profanidad o tácticas ilegales, y aprenderá rápidamente que perder es también parte del juego. Un estudiante-atleta debe ser amable en todo momento, ya sea en la victoria o la derrota.

B. **En el Salón de Clase** – Se espera que un estudiante-atleta demuestre éxito en el salón de clase, así como en la arena de competencia. Un estudiante-atleta debe desarrollar técnicas de administración que proporcionan el tiempo y la energía suficiente para lograr calificaciones aceptables, así como participar en las actividades relacionadas con el deporte en el que el atleta está participando. Un estudiante-atleta deberá demostrar buena ciudadanía; dar la atención necesaria a las actividades del salón de clase, compañeros y personal. Un estudiante-atleta deberá mantener un registro de buena asistencia sin casos de absentismo escolar.

C. **En el Plantel Escolar** – La forma en que actuamos y nos vemos en el plantel escolar es de gran importancia. Los estudiantes atletas deben ser líderes y exhibir rasgos que inspiren a compañeros a seguir el ejemplo de los estudiantes-atletas.

D. **Al Visitar a Estudiantes Atletas**– De la manera en que nos comportamos al igual que nuestra apariencia cuando viajamos es de gran importancia. Los estudiantes atletas están representando al Distrito Escolar Unificado de Natomas y sus respectivas escuelas; por lo tanto, los estudiantes-atletas deberán actuar y vestir apropiadamente.

E. **Participación** – El atletismo es una actividad voluntaria. La participación no es un requisito de graduación; por lo tanto, estar en un equipo deportivo es un privilegio, lo cual debe ganarse. Con el privilegio vienen responsabilidades para mantener las normas de conducta establecidas del Distrito Escolar Unificado de Natomas, tanto dentro como fuera del campo, como se define en el Código de Actividad, Código de Ética y Código de Ética del CIF.

F. **Atletismo Como Parte del Programa Educativo**– Atletismo es sólo una de las muchas partes del programa educativo proporcionado a los estudiantes. La razón por la cual los estudiantes asisten a la escuela es para aprender; por consiguiente, lo académico siempre viene primero. La elegibilidad académica también se puede perder si tiene mala asistencia y/o comportamiento. Participar en atletismo y ser parte de un equipo requerirá que un atleta tome decisiones que coloquen las prioridades de éxito académico y compromiso de equipo.

G. **Membrecía de Equipo**–Los estudiantes atletas aprenden muchas habilidades para jugar el deporte que eligen, pero la habilidad más importante que se debe aprender es la de trabajar en equipo. Para tener éxito, cada miembro del equipo debe trabajar unido para hacer el todo mayor de la suma de las partes.

H. **Preparado para Jugar**– Los estudiantes atletas deben llegar a practicar a tiempo, listo para escuchar y listos para aprender. Los estudiantes atletas deben estar preparados física y mentalmente para la temporada incluyendo el entrenamiento en la pre-temporada y cuidando de su cuerpo y mente en todo momento.

I. **Conducta Durante la Competencia**– Los estudiantes atletas deberán demostrar respeto hacia sus compañeros de equipo, entrenadores, oponentes, fanáticos y oficiales en todo tiempo. Los estudiantes atletas deben jugar por las reglas en todo momento.

J. **Espíritu Deportivo** –Atletismo significa más que la competencia entre individuos y/o equipos que representan a diferentes escuelas. Es una forma de aprender las lecciones de la vida. Ganar y perder son parte de la competencia y se debe hacer con modestia en la victoria y gracia en la derrota.

III. REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

Un estudiante-atleta es elegible de participar en un deporte una vez que los siguientes objetivos hayan sido completados:

1. El estudiante y los padres completan la hoja de firma indicando que recibieron el manual atlético de estudiante y tiene el conocimiento de su contenido
2. Acuerdo de Participación del equipo
3. La Evaluación Física del Atleta en las Preparatorias del Distrito Escolar Unificado de Natomas
4. Formulario de Conmoción y Lesiones en la Cabeza
5. Acuerdo de Esteroides en NUSD
6. Hoja de Información SCA
7. Tarjeta de Emergencia (Transportación/Médico)

De acuerdo con la ley estatal, se requiere que los distritos escolares aseguren que todos los miembros de los equipos deportivos de la escuela (esto incluye porristas, mascotas, bandas, equipos de entrenamiento, etc.) tener un seguro para lesión accidental que cubra los gastos médicos y hospitalarios (cobertura mínima de $1,500). Este requerimiento de seguro puede ser cumplido por medio del distrito escolar ofreciendo seguro u otros beneficios de salud que cubran gastos médicos y hospitalarios. Algunos estudiantes pueden calificar para inscribirse sin costo alguno o de bajo costo local, patrocinados localmente o estatalmente en programas de seguro de salud. Información sobre estos programas puede ser obtenido al www.natomasunified.org.

IV. LA POLÍTICA DE DISCIPLINA Y JUSTIFICACIÓN DE SUSPENSIÓN O SEPARACION DE UN EQUIPO.

A. **Suspensión o cancelación inmediata** –Un estudiante-atleta puede ser suspendido o removido de inmediato en cualquier momento por las siguientes circunstancias:
   1. No sigue las indicaciones de un entrenador de atletismo
   2. Causó, intentó causar, o amenazó con causar daño físico a otra persona, oficial, entrenador u otro personal escolar.
   3. Cometió abuso verbal contra el entrenador, oficial u otro personal escolar.
   4. Participo en comportamiento perturbador en y alrededor del equipo deportivo durante la práctica, escuela, tiempo de la escuela, el viaje, la competencia, etc.
   5. Participar en acoso contra otros estudiantes, entrenadores, oficiales, fanáticos u otro personal escolar.
   6. Cometer un acto obsceno o gesto, o involucrarse en profanidad o vulgaridad habitual.
   7. Violación del Código de Conducta de Atletismo.
   8. Inelegible académicamente.

   Los estudiantes atletas no podrán participar en la práctica o juegos, mientras que están suspendidos de un equipo. Si un estudiante-atleta es despedido de un equipo, él/ella no podrá participar en otro deporte hasta que el deporte de donde fue despedido haya concluido.

V. Elegibilidad de Asistencia

1. Asistencia Escolar

   Los entrenadores reconocen la importancia de la asistencia escolar y tienen la expectativa que los estudiantes-atletas establezcan buenos patrones de asistencia:

   a. Los estudiantes deben asistir a un mínimo de 50% de sus clases para poder participar ya sea en práctica o competencia en ese día o el día antes de un día no escolar.
   b. Las ausencias justificadas y aprobadas por las directrices de asistencias del distrito pudieran contar como períodos de asistencia para propósito de este requisito. Puede que se requería una nota del médico o la aprobación del director.
   c. A los estudiantes suspendidos de la escuela no se les permitirá asistir a la práctica o participar en actividades atléticas/porristas por la duración de su suspensión.

2. Asistencia a Practica
   Estudiantes que participan en atletismo y porristas hacen un compromiso con un equipo y se espera que mantengan buenas prácticas de asistencia.

   a. Los estudiantes deben asistir a todas las prácticas y competencias a menos que estén ausentes de la escuela debido a una enfermedad o si el entrenador lo justifica. Los estudiantes deben comunicarse directamente con el entrenador cuando no pueden asistir a una práctica.

b. Las ausencias injustificadas de la práctica, o fallo en mantener una buena asistencia, pudieran causar el retiro del equipo.
c. Los entrenadores pueden adoptar normas individuales para la práctica y asistencia a la competencia.

VI. NO USO DE ALCOHOL, TABACO O SUBSTANCIAS CONTROLADAS

(Incluyendo el uso de esteroides)

Para que un estudiante-atleta pueda lograr tantas metas de equipo y personales, y para ser un modelo positivo, la posesión o uso de alcohol, drogas controladas no autorizadas u otras sustancias o productos de tabaco son inaceptables, no sólo durante la temporada de deporte, pero tanto dentro y fuera de la escuela durante todo el año escolar. Si un estudiante-atleta usa, tiene en posesión o es encontrado estar bajo la influencia de cualquiera de las sustancias anteriormente mencionadas, el estudiante será asignado con consecuencias disciplinarias de acuerdo con lo estipulado en el Código de Educación de California y las políticas/procedimientos del Distrito Escolar Unificado de Natomas. Además, el estudiante atleta será removido del equipo en el que él/ella está participando y perderá el premio de una carta. Si un estudiante-atleta se vuelve inelegible bajo esta sección, él/ella no podrá tratar de calificar para el siguiente deporte si el período de audición ocurre durante el plazo de la suspensión.

Estos requisitos de los códigos de atletismo son mínimos. Cada entrenador reserva el derecho de hacer normas más estrictas si él/ella decide hacerlo.

VII. POLÍTICAS DIVERSAS DEL DEPARTAMENTO DE DEPORTES

A. Abandonar o Transferencia de Deportes– En ocasiones, un estudiante-atleta puede encontrar necesario dejar o renunciar a un deporte. Si esto ocurre, el estudiante-atleta esta requerido a adherirse a los siguientes procedimientos:

1. Hablar con el entrenador del equipo y luego el entrenador principal del equipo.
2. Reportar la situación al Director de Deportes.
3. Entregar todo equipo.

Si un estudiante-atleta desea cambiar o renunciar a un deporte durante la temporada, él/ella deberá recibir aprobación de ambos entrenadores concernientes y el Director de Atletismo. El fallo de seguir estos procedimientos de abandono, renunciar o cambiar deportes pude resultar en la perdida de todos los privilegios atléticos. Ningún estudiante-atleta quien haya abandonado un deporte podrá practicar o competir en otro deporte hasta que todos los eventos en el deporte abandonado, incluyendo partidos de desempate, hayan sido completados (Al menos que haya sido liberado por el entrenador del equipo que el atleta abandono).

B. Equipo – El equipo escolar prestado al estudiante-atleta es su responsabilidad. Se espera que el/ella lo mantengan limpio y en buenas condiciones. Pérdida o privación de uso, de

cualquier equipo es la obligación financiera del atleta. Un estudiante-atleta deberá entregar todos los uniformes y equipo de un deporte antes de que se le distribuya un uniforme o equipo para el siguiente deporte.

C. Falta a Prácticas – Un estudiante-atleta deberá siempre consultar con su entrenador antes de faltar a una práctica o abandonar el campo. La falta a entrenamiento o a un juego sin una razón válida será tratado a discreción del entrenador. Enfermedad repentina o emergencia familiar serian ejemplos de razones validad para faltar a la práctica o juego. Esto es la responsabilidad del estudiante-atleta de informar al entrenador antes del evento al que el estudiante-atleta no asistirá.

D. Viajes – Todos los estudiantes-atletas deberán viajar a competencias con el equipo en el medio de transporte proporcionado por NUSD. Estudiantes-atletas permanecerán con su equipo y bajo la supervisión del entrenador mientras que asistan a competencias lejanas. Los estudiantes-atletas deberán regresar de la competencia en el medio de transportación proporcionado por NUSD al menos que este se vaya a casa con su propio padre o su tutor legal. Todas las reglas de transportación de distrito serán seguidas.

E. Asistencia Mínima – Mientras que se espera que los estudiantes asistan a todas las clases cada día escolar, un estudiante debe asistir un mínimo del 50% de sus clases programadas para ser elegibles para participar en el día de la competencia. Los estudiantes de escuelas con horario de bloque deben asistir un mínimo de tres clases para ser elegibles para participar en el día de la competencia.

VIII. CADENA DE MANDO

Habrá situaciones cuando preguntas o conflictos surgirán ya sea entre estudiante-atletas, estudiante-atleta y entrenador, y/o padre y entrenador. El departamento de atletismo cree que la mayoría de los conflictos pueden ser resueltos rápidamente y justamente si las partes apropiadas se reúnen para discutir la cuestión. Cuando los conflictos ocurren, hay una cadena de mando apropiada que se debe seguir:

A. Jugador a Entrenador
B. Jugador a Entrenador Principal
C. Padre a Entrenador
D. Padre a Entrenador Principal
E. Jugador/Padre a Director de Atletismo
F. Padre/Jugador a Director de Escuela
G. Jugador/Padre a Superintendente o Superintendente Designado.
H. Jugador/Padre a la Mesa Gobernante de NUSD

Los entrenadores estarán felices de hablar con padres (y estudiante-atletas) cosas como actitud (del entrenador y/o jugadores), comportamiento, disciplina y el papel del estudiante-atleta en el equipo y que puede hacer un jugador para cambiar ese papel. Pudiera haber ocasión cuando un padre pudiera no estar satisfecho con la explicación dada por el entrenador. Si la situación en cuestión es quien forma parte del equipo, quien comienza, quien

juega, quien juega en qué posición, quien es substituto, o no acuerdo acerca del papel del estudiante-atleta, la decisión del entrenador es final.

Además, los entrenadores no pueden discutir con cualquier padre información u opiniones acerca de otro estudiante-atleta.

IX. CONDUCTA DE PADRE

Como un modelo a seguir para su estudiante-atleta, los padres tienen la responsabilidad de mostrar buen espíritu deportivo y comportamiento adecuado en los eventos escolares. Los padres quieren que su estudiante-atleta sea exitoso dentro y fuera del campo de competencia. El departamento atlético se esfuerza por endentar las necesidades del individuo con las metas y objetivos del departamento atlético y sus equipos. A cada estudiante-atleta se le da una oportunidad justa de convertirse en miembro del equipo y mejorar sus habilidades individuales. Es importante que los padres entiendan que esfuerzo no siempre equivale a habilidades. Es la determinación del Entrenador basada en experiencia, observación en práctica y las necesidades del equipo como quien forma parte del equipo, quien comienza, quien juega, y quien juega en qué posición y substitutos.

X. Código de Éticas CIF

La Constitución de la Federación Interscolastica de California se encuentran en http://www.cifsjs.org/about_cif-sjs/constitutions_and_bylaws.

1. Enfatizar los ideales propios del espíritu deportivo, conducta ética y juego limpio.
2. Eliminar todas las posibilidades las cuales tienden a destruir los mejores valores del juego.
3. Destacar los valores derivados al jugar el juego limpiamente.
4. Mostrar cortesía cordial a equipos visitantes y árbitros.
5. Establecer una relación amistosa entre visitantes y anfitriones.
6. Respetar la integridad y juicio de los oficiales deportivos.
7. Conseguir un conocimiento profundo y aceptación de las reglas del juego y las normas de elegibilidad.
8. Fomentar el liderazgo, uso de iniciativa y buen juicio de los jugadores en un equipo.
9. Reconocer que el propósito del atletismo es promover el bienestar físico, mental, moral, social y emocional de cada jugador.

XI. Código Educativo de California Sección 271 Artículo 10.
Declaración de Derechos De Atleta

271. La siguiente lista de derechos, que se basa en las disposiciones pertinentes de la Regulaciones federales que implementan el Título IX de las Enmiendas de Educación de 1972. (20 U.S.C. Sec. 1681 y ss.), Puede ser utilizado por el departamento para fines de Sección 270:

(a) Usted tiene derecho a un trato justo y equitativo y no podrá ser discriminado en base a tu sexo.

(b) Tiene derecho a que se le proporcione una oportunidad equitativa de participar en Todas las actividades académicas extracurriculares, incluido el atletismo.

(c) Usted tiene derecho a consultar al director de deportes de su escuela sobre la Oportunidades atléticas que ofrece la escuela.

(d) Tiene derecho a solicitar becas deportivas.

(e) Tiene derecho a recibir un tratamiento y beneficios equitativos en la provisión de Todo lo siguiente:

(1) Equipos y suministros.
(2) Programación de juegos y prácticas.
(3) Transporte y dietas diarias.
(4) Acceso a tutorías.
(5) Coaching.
(6) Vestuarios.
(7) Instalaciones prácticas y competitivas.
(8) Instalaciones y servicios médicos y de formación.
(9) Publicidad.

(f) Tiene derecho a tener acceso a un coordinador de equidad de género para responder preguntas sobre leyes de equidad de género.

(g) Tiene derecho a comunicarse con el Departamento de Educación del Estado y con el Federación Interscolástica de California para acceder a información sobre equidad de género las leyes

(h) Tiene derecho a presentar una queja confidencial de discriminación ante la Oficina de Derechos Civiles de los Estados Unidos o el Departamento de Educación del Estado si usted cree que ha sido discriminado o si cree que ha recibido trato desigual en función de tu sexo.

(i) Tiene derecho a perseguir recursos civiles si ha sido discriminado en contra.

(j) Usted tiene derecho a estar protegido contra represalias si presenta una queja de discriminación.

Deportividad – Ciudadanía – Carácter