

Chelsea High School

Athletic Policy

Student-Athlete Handbook



Escuela Superior de Chelsea

Departamento Atlético

Manual del Estudiante-Athleta

Amanda Alpert
Athletic Director - Director Atlético
617-466-5015
alperta@chelseaschools.com

Tylee Schraufnagel
Athletic Trainer - Entrenador atlético
617-466-5060
schraufnagelt@chelseaschools.com

Facebook: Chelsea Red Devils (@reddevilschs)
Instagram: @reddevilschs
Twitter: @reddevilschs

Mission and Vision of the Chelsea High School Athletic Department

The athletic program of Chelsea High School is first and foremost an extension of the classroom. Student-athletes commit not only to enhancing their athletic skills, but also commit to holding themselves to a higher standard in academics. Additionally, student-athletes are required to act as positive members of the community. Chelsea High School's student-athletes represent themselves, their team, Chelsea High School, and the city of Chelsea.

Chelsea High School's athletic department's goal is to support coaches in teaching student-athletes the importance of teamwork, respect, commitment, hard work, discipline, and sportsmanship. Winning is the goal, but not at the expense of these core values. Developing these values will support student-athletes throughout all aspects of life during and after their time at Chelsea High School.

All students at Chelsea High School are encouraged to try-out for an athletic team. Being a member of the athletic program is a privilege earned by those who are academically eligible and cleared physically. Being a student-athlete gives the opportunity for development physically, mentally, emotionally, and socially.

Chelsea High School athletic department adheres to all rules and regulations set by the Massachusetts Interscholastic Athletic Association (MIAA).

Chelsea High School is a member of the MIAA and is therefore governed by MIAA rules and regulations. Under MIAA guidelines local school districts are allowed to set their own rules and regulations as long as those rules and regulations are at least as restrictive as those stipulated by the MIAA. The MIAA also organizes and establishes the guidelines for all post-season tournaments. All schools throughout the Commonwealth are required to govern themselves under the rules of the MIAA. Participation in CHS athletics is a privilege that comes with responsibilities. Students must meet personal and academic standards in order to participate. Athletics at Chelsea High School are open to all students who meet and maintain the standards of academic eligibility, are good citizens, and meet basic physical health qualifications. Athletes are expected to exhibit the highest level of conduct both on and off the field and to show respect for everyone they come in contact with at Chelsea High School: coaches and school staff, teammates, game officials, opponents, and spectators. Facilities and school-issued equipment must also be respected.

Misión y Visión del Departamento de Atletismo de la Escuela Superior de Chelsea

El programa atlético de la Escuela Superior de Chelsea es en primer lugar una extensión del aula. Los estudiantes atletas se comprometen no sólo a mejorar sus habilidades atléticas, sino que también se comprometen en mantenerse a un nivel más alto en el ámbito académico. Además, se requiere que los estudiantes atletas actúen como miembros positivos de la comunidad. Los estudiantes atletas de la Escuela Superior de Chelsea se representan a sí mismos, a su equipo, a la Escuela Superior de Chelsea y a la ciudad de Chelsea.

La meta del departamento atlético de la Escuela Superior de Chelsea es apoyar a los entrenadores en la enseñanza a los estudiantes deportistas de la importancia del trabajo en equipo, el respeto, el compromiso, el trabajo duro, la disciplina y la deportividad. Ganar es la meta, pero no a expensas de estos valores fundamentales. El desarrollo de estos valores apoyará a los estudiantes atletas en todos los aspectos de la vida durante y después de su tiempo en la Escuela Superior de Chelsea.

Se exhorta a todos los estudiantes en la Escuela Superior de Chelsea a probar para un equipo atlético. Ser miembro del programa atlético es un privilegio ganado por aquellos que son académicamente elegibles y aprobados físicamente. Ser un estudiante-atleta da la oportunidad para el desarrollo físico, mental, emocional y social.

El departamento atlético de la Escuela Superior de Chelsea se adhiere a todas las reglas y regulaciones establecidas por la Asociación Interscholástica Atlética de Massachusetts (MIAA).

La Escuela Superior de Chelsea es miembro de la MIAA y por lo tanto se rige por las normas y reglamentos de la MIAA. Bajo las pautas de MIAA, los distritos escolares locales pueden establecer sus propias reglas y regulaciones siempre y cuando esas reglas y regulaciones sean al menos tan restrictivas como las estipuladas por el MIAA. El MIAA también organiza y establece las pautas para todos los torneos de postemporada. Todas las escuelas de todo el Commonwealth están obligadas a gobernarse bajo las reglas de la MIAA. La participación en el atletismo de la CHS es un privilegio que viene con responsabilidades. Los estudiantes deben cumplir con los estándares personales y académicos para poder participar. El atletismo en la Escuela Superior de Chelsea está abierto a todos los estudiantes que cumplan y mantengan los estándares de elegibilidad académica, sean buenos ciudadanos y cumplan con los requisitos básicos de salud física. Se espera que los atletas exhiban el más alto nivel de conducta tanto dentro como fuera del campo y para mostrar respeto a todos los que entran en contacto con la Escuela Superior de Chelsea: entrenadores y el personal escolar, compañeros de equipo, oficiales de juego, oponentes y espectadores. También se deben respetar las instalaciones y el equipo escolar.

Chelsea High School Athletic Department

Athletic Eligibility Requirements

*Athletics at Chelsea High School are an extension of the high school's educational program.
All programs are designed to foster the continued development of the student's abilities.*

1. A student must abide by the rules of the Athletic Department regarding practice and training and abide by the specific requirements of the coach of the sport in which he or she is participating.
2. To maintain athletic eligibility, a student must not be failing more than any one course at the conclusion of each marking quarter. The final grades and athletic eligibility rules for the previous academic year determine eligibility for fall sports. Students who lose their eligibility for this reason have the right to appeal to the principal to cite extenuating circumstances that may have resulted in the failed class. Students have the right to appeal the principal's decision to the superintendent.
3. For athletes who lose their eligibility, daily tutoring will be available after school through the Chelsea After School Program (iBlock, REACH, TRiO). Attendance at these tutoring sessions is mandatory to be eligible to return to play as well as participate with the team in practices and meetings.
4. In order to practice or compete with a Chelsea High School team, a student must be present in school on the day of the practice or competition. For practice and competition on non-school days, the student must have been present on the last regular school day scheduled.
5. If a student-athlete is tardy, detention must be served prior to participating that day. Any student-athlete with five unserved detentions will lose the privilege of being a member of an athletic team at Chelsea High School for the rest of the academic quarter.
6. No student who is suspended (including in-house suspension) or involved in a serious disciplinary infraction may represent Chelsea High School until approved by the principal/designee.
7. Each student must provide his/her coach with a permission slip signed by the student's parent/guardian approving the student's participation on the team.
8. In addition to school rules, a student must meet the eligibility requirements and follow the rules of the MIAA.
9. In case of unusual circumstances, a meeting will be held between the principal/designee and athletic director to determine eligibility.

Students lose their eligibility to participate if they:

- are absent on the day of an event or meeting or on a Friday before a weekend event or meeting,
- are suspended or involved in a serious disciplinary infraction,
- fail more than one course in the previous marking period (unless appeal approved to the principal/designee).

Students who lose their eligibility have the right to appeal to the principal to cite extenuating circumstances that may have resulted in the failed class. Students have the right to appeal the principal's decision to the superintendent.

Departamento de Atletismo Escuela Superior de Chelsea

Requisitos de Elegibilidad Atlética

*El atletismo en la Escuela Superior de Chelsea es una extensión del programa educativo de la escuela secundaria.
Todos los programas están diseñados para fomentar el desarrollo continuo de las habilidades del estudiante.*

1. Un estudiante debe cumplir con las reglas del Departamento de Atletismo con respecto a la práctica y la formación y cumplir con los requisitos específicos del entrenador del deporte en el que él o ella participa.
2. Para mantener la elegibilidad atlética, un estudiante no debe fallar más que cualquier curso en la conclusión de cada trimestre marcado. Las calificaciones finales y las reglas de elegibilidad atlética para el año académico anterior determinan la elegibilidad para los deportes de otoño. Los estudiantes que pierden su elegibilidad por esta razón tienen el derecho de apelar al director para citar circunstancias atenuantes que pueden haber resultado en la clase fallida. Los estudiantes tienen el derecho de apelar la decisión del director al superintendente de la escuela.
3. Para los atletas que pierden su elegibilidad, tutoría diaria estará disponible después de la escuela a través del Programa Después de Escuela de Chelsea. (¡Block, REACH, TRIO). La asistencia a estas sesiones de tutoría es obligatoria para ser elegible para volver a jugar, así como participar con el equipo en las prácticas y reuniones.
4. Para practicar o competir con un equipo de la Escuela Superior de Chelsea, un estudiante debe estar presente en la escuela el día de la práctica o la competencia. Para la práctica y la competencia en días no escolares, el estudiante debe haber estado presente el último día escolar regular programado.
5. Si un estudiante atlético llega tarde a la detención se debe realizar antes de participar ese día. Cualquier estudiante atleta con cinco detenciones sin servicio perderá el privilegio de ser miembro de un equipo atlético en la Escuela Superior de Chelsea por el resto del trimestre académico.
6. Ningún estudiante suspendido (incluyendo suspensión interna) o involucrado en una infracción disciplinaria seria puede representar a la Escuela Superior de Chelsea hasta que sea aprobado por el director / o su designado.
7. Cada estudiante debe proporcionarle a su entrenador una hoja de permiso firmada por el padre / guardián del estudiante aprobando la participación del estudiante en el equipo.
8. Además de las reglas de la escuela, el estudiante debe cumplir con los requisitos de elegibilidad y seguir las reglas de la MIAA.
9. En caso de circunstancias inusuales, se realizará una reunión entre el director / designado y el director atlético para determinar la elegibilidad.

Los estudiantes pierden su elegibilidad para participar si:

- están ausentes el día de un evento o reunión o un viernes antes de un evento de fin de semana o reunión,
- son suspendidos o involucrados en una grave infracción disciplinaria,
- fallan en cualquier curso en el período de marcado anterior (a menos que sea aprobado por apelación al director /o a su designado

Los estudiantes que pierden su elegibilidad tienen el derecho de apelar al director para citar circunstancias atenuantes que pueden haber resultado en la clase fallida. Los estudiantes tienen el derecho de apelar la decisión del director al superintendente.

Chelsea High School Athletic Department Student-Athlete Contract

Eligibility

- Students who receive more than one failing mark for a quarter on their report card in any class, will be placed on academic plan for the period of the following marking quarter, during which they may not participate in any game or game-like activities.
- Students with more than two failing marks are not eligible for participation
- The fall eligibility will be determined by the **final grades** received the previous school year.
- Summer school make-up of failing grades will make a student eligible for participation in fall athletics.
- Eligibility takes effect on the first day of school and days on which report cards are issued to the students.
- Any student absent from school on the day of a schedule meeting, game, practice, or activity or absent the day prior to a weekend in which a contest or activity is schedule, will not be allowed to participate.

Code of Conduct

All Chelsea High School student-athletes are expected to conduct themselves at all times in a manner which will bring credit upon themselves, their family, their school, and their community. In conjunction with stabled school policy, the following rules will be adhered to be all Chelsea High School student-athletes:

1. All members are responsible for the equipment issued to them and will be assessed for the replacement cost of any item not returned promptly upon completion of the season (including uniforms, warm-ups etc.)
2. All student-athletes should be themselves familiar with the MIAA Rule 96 (Bonafide Team Rule) and abide by all of its provisions:
A bona fide member of the school team is a student who is consistently present for, and actively participates in, all high school team practices and competitions. Bona fide members of a school team are precluded from missing a high school practice or competition in order to participate in a non school activity/event in any sport recognized by the MIAA. Any student who violates this standard twice becomes ineligible for the MIAA tournament(s) in that sport for that season. (See also Rule 45, for additional regular season consequence.)
3. Student-Athletes traveling to away contests shall be properly attired as designated by their respective coaches and must use the transportation provided by the school department. Any exceptions must be approved by the Athletic Director prior to travel.
4. Any student-athlete absent (excused or unexcused) from school on the day of a scheduled game or practice or absent the day prior to a weekend will not be allowed to participate in any schedule game or practice on that day or weekend. If a student-athlete is absent on the day before a vacation, the student will be eligible to participate during the week of vacation.
5. Student-Athletes will not be dismissed on the day of a game. Any exception will be handled by the Athletic Director.

The following offenses against a coach's regulations will result in action taken at the discretion of the individual coach. This action may range from a warning to immediate suspension from the team depending on the severity of the offense:

- A) Tardiness or absence without prior notification to the coach
- B) Use of profanity
- C) Disrespect toward game officials
- D) Use of tobacco or smokeless tobacco

The following will result in immediate suspension for the remainder of the sport's season:

- A) Theft
- B) Any violation of MIAA Rule 96 (listed above with #2)
- C) Any other violations or actions unbecoming of a Chelsea High School student-athlete which are not specifically covered by the Code of Conduct will be dealt with at the discretion of the individual coach in conjunction with Chelsea High School policies.

All Chelsea High School student-athletes must comply with the rules and regulations of the Massachusetts Interscholastic Athletic Association. However, school rules may supersede MIAA regulations. Failure to comply with these rules will result in disciplinary action, which may include exclusion from school programs

1. You are not eligible to play a sport if:
 - A) You do not abide by the MIAA Loyalty to High School Team Bona Fide Rule
A Bonafide team member of a school team is a student who is regularly present for and actively participates in all team practices and competitions. Bonafide members of a school team are precluded from missing a high school practice or competition in order to practice or compete with an out-of-school team or club. Any student who violates this standard is ineligible for 25% of the season. Any student who violates this standard a second time is ineligible for an additional 25% of the season. Repeated violations are grounds for removal from the team. Students who violate this rule are also ineligible to participate in any MIAA sanctioned tournaments.
Talk to your coach if you participate or plan to participate in a sport other than the one designated during the season
 - B) You are out of a game for fighting or flagrant unsportsmanlike conduct, you are not eligible, in this instance, to play in the next game. This includes, but is not limited to, the use of threatening, abusive or obscene language. If it is the second time during the same season, then you are disqualified from further participation in that sports season for one full year.
 - C) You physically assault an official; you are ineligible in all sports for one full calendar year.
 - D) In the judgment of a game official, you willfully, flagrantly or maliciously attempt to injure an opponent; you will immediately be excluded from participation in all sports for one full calendar year.
 - E) You are not taking at least 2 major courses per semester or the equivalent.
 - F) You do not have a current sports physical on file with the school nurse/athletic trainer.
All students must pass a physical examination within 13 months of the start of each season. Students who meet these criteria at the start of the season will remain eligible for that season. Physical examinations must be performed by a registered Physician, Physicians Assistant, or Nurse Practitioner.
2. Any student who receives more than one F in any school quarter (including E's and incompletes which have not been made up within two weeks) is ineligible to compete in any sport for the duration of the quarter. Students placed on academic probation at the close of the fourth quarter are ineligible for the fall quarter of the following school year – unless made up in summer school.
3. All student-athletes must strictly comply with the policies of Chelsea High School regarding student behavior and school attendance. In addition, the following policies must be followed very closely:
 - A) Permission to be absent from a practice, meeting, or game for reasons other than illness or appointment, family emergency, legal obligation, religious observance, or pre-arranged field trips or college visit, must be obtained from the coach prior to the absence. (In school suspension and out-of-school suspension are considered unexcused absences.)
 - B) Two unexcused absences from practice/meetings may result in suspension for the remainder of the sports season.
 - C) **ATTENDANCE & PARTICIPATION:** A student-athlete who is absent from a class may not participate in extracurricular activities on the day of the absence, unless the principal or dean approves participation in advance. A student who misses more than one-third of a class period will be considered absent from class.
Academic responsibilities take priority over athletic participation.
A student-athlete who is not healthy enough to attend classes during the school day or cannot attend school in a timely fashion is not considered to be fit to participate in sports.
4. All student-athletes are expected to return on the team bus after an away contest. The only exception would be for an athlete to leave the place of contest with his/her guardian with prior permission. After an away contest, the bus will return directly to the school, with no drop-off in between.
5. **Registration Fee:** To be issued a uniform, student must pay the \$25 registration fee. Any individual student-athlete who does not turn in issued school equipment (uniforms, etc.) at the prescribed time after their season has completed, will be billed for "lost equipment". The individual will not be allowed to compete in another season sport activity until the bill has been paid in full or equipment is returned and his/her grades will not be issued – including diploma. It is the sole responsibility of each student-athlete to keep track of his/her issued equipment. Also, let it be understood that for any senior to graduate, all or any school bills must be paid in full to Chelsea High School.

6. **Students may only play one sport during each season.**

Fall season may not begin before the MIAA-set guideline. The fall season must end with the completion of the regular season schedule except for teams or individuals completing their participation in MIAA tournament. Winter season will begin on the first Monday after Thanksgiving and conclude on the last scheduled competition unless a team qualifies for post-season MIAA tournaments. Spring season begins on the third Monday in March and concludes with the last scheduled competition unless teams qualify for post-season MIAA tournaments

7. **Alcohol/Drugs/Tobacco**

From the earliest fall practice date, to the conclusion of the academic year or final athletic event (whichever is latest), a student shall not, regardless of the quantity, use, consume, possess, buy/sell, or give away any beverage containing alcohol; any tobacco product(including e-cigarettes, VAP pens and all similar devices); marijuana (including synthetic); steroids; or any controlled substance. This policy includes products such as “NA or near beer”. It is not a violation for a student to be in possession of a legally defined drug specifically prescribed for the student’s own use by his/her doctor.

First Violation – student shall lose eligibility for the next consecutive interscholastic contests (regular season and tournament) totaling 25% of all interscholastic contests in that sport.

Second and Subsequent Violations - student shall lose eligibility for the next consecutive interscholastic contests (regular season and tournament) totaling 60% of all interscholastic contests in that sport.

[Refer to the MIAA Handbook for complete details of rule]

8. **Taunting will not be tolerated.** Taunting includes any actions or comments by coaches, players, or spectators, which are intended to bait, anger, embarrass, ridicule or demean others, whether or not the deeds or words are vulgar or racist. Included is conduct that berates, needles, intimidates, or threatens based on race, gender, ethnic origin or background, and conduct that attacks religious beliefs, size, economic status, speech, family, special needs, or personal characteristics. The MIAA specifies that in all sports, officials are to consider taunting a flagrant unsportsmanlike offense that disqualifies the offending bench personnel or contestant from that contest/day of competition. In addition, the offender shall be subject to existing MIAA disqualification rules. At MIAA contest sites and tournament venues, appropriate officials may in their discretion give spectators one warning for taunting as defined above. Thereafter, spectators who taunt players, coaches, game officials, or other spectators are subject to ejection. This can be verbal, physical, or by means of social-media.

9. **Hazing will not be tolerated.** Athletes found responsible for hazing or leading initiation activities; for failing to report such hazing and initiation activities of which they have knowledge; or for retaliating in any way against any other student who reports such hazing or initiation activities, are subject to removal from participation on their team for a period up to and including the duration of their time at Chelsea High School. This penalty is in addition to any and all student discipline which is imposed in accordance with the hazing policy and applies regardless of whether the hazing or initiation activities occurred in connection with athletic programs or, instead, in any other context regulated by the hazing policy.

10. **Bullying will not be tolerated.** Athletes found responsible for bullying, cyberbullying or retaliation; for failing to report such bullying or cyberbullying; or for retaliating in any way against any other student who reports such bullying or cyberbullying, are subject to removal from participation on their team for a period up to and including the duration of their time at Chelsea High School. This penalty is in addition to any and all student discipline, which is imposed in accordance with the bullying/cyberbullying policy and applies regardless of whether the bullying/cyberbullying/retaliation occurred in connection with athletic programs or, instead, in any other context regulated by the bullying/cyberbullying policy.

11. **Locker Room Use for LGBTQ Students.** Per the Department of Justice, schools must permit transgender students to access the restrooms, locker rooms, and other such facilities consistent with their gender identities. Transgender students are not required to use single-stall facilities but are available in the athletic office. Others’ discomfort does not justify excluding transgender students from the facilities corresponding with their gender identities. Single-stalls are accessible to all students, including those uncomfortable with being in the same facility as a transgender student. Transgender students may not be forced to use such facilities, though nothing precludes transgender (or any other) students from accessing them.

12. In order to be a member of a Chelsea High School athletic team, you must conduct yourself in a responsible manner at all times. You must abide by the policies and conditions described in the Chelsea High School Student-Athlete Handbook, and adhere to team rules and decisions made by the coach, athletic director, as well as teachers, support staff, and administration.

Departamento de Atletismo Escuela Superior de Chelsea

Contrato del Estudiante-Atleta

Elegibilidad

- Los estudiantes que reciban más de una nota de error en un trimestre en su boleta de calificaciones en cualquier clase, serán colocados en el plan académico durante el período del siguiente trimestre de calificación, durante el cual no podrán participar en ningún juego o actividades parecidas a un juego.
- Los estudiantes con más de dos marcas deficientes no son elegibles para participar
- La elegibilidad de otoño será determinada por las **calificaciones finales** recibidas el año escolar anterior.
- La escuela de verano recupera las calificaciones reprobadoras y hará que un estudiante sea elegible para participar en el atletismo de otoño.
- La elegibilidad tiene efecto el primer día de escuela y en los días en que se emiten boletas de calificaciones a los estudiantes.
- Cualquier estudiante ausente de la escuela el día de la reunión del programa, juego, práctica o actividad o ausente el día antes de un fin de semana en el cual una competencia o actividad es programada, no se le permitirá participar.

Código de Conducta

Se espera que todos los estudiantes atletas de la Escuela Superior de Chelsea se comporten en todo momento de una manera que traiga crédito a sí mismos, a su familia, a su escuela y a su comunidad. Conjuntamente con la política de la escuela establecida, se seguirán las siguientes reglas a todos los estudiantes atletas de la Escuela Superior de Chelsea:

1. Todos los miembros son responsables por el equipo que se les ha entregado y serán evaluados por el costo de reemplazo de cualquier artículo que no se devuelva inmediatamente después de terminar la temporada (incluyendo uniformes, calentamientos, etc.)
2. Todos los estudiantes atletas deben estar familiarizados con la Regla 96 del MIAA (Regla de Equipo de Bonafide) y cumplir con todas sus disposiciones:
Un miembro de buena fe del equipo escolar es un estudiante que está constantemente presente y participa activamente en todas las prácticas y competencias del equipo de la escuela secundaria. A los miembros de buena fe de un equipo escolar se les impide faltar a una práctica o competencia de la escuela secundaria para participar en una actividad o evento no escolar en cualquier deporte reconocido por el MIAA. Cualquier estudiante que viole este estándar dos veces se convierte en inelegible para el torneo (s) MIAA en ese deporte para esa temporada. (Véase también la Regla 45, para consecuencias adicionales en la temporada regular.)
3. Los Estudiantes-Atletas que viajen a competencias deben estar vestidos apropiadamente según lo designado por sus respectivos entrenadores y deben usar el transporte proporcionado por el departamento escolar. Cualquier excepción debe ser aprobada por el Director Atlético antes de viajar.
4. Cualquier estudiante atleta ausente (excusado o sin excusa) de la escuela el día de un juego programado o práctica o ausente el día antes de un fin de semana no se le permitirá participar en ningún juego o práctica en ese día o fin de semana. Si un estudiante-atleta está ausente el día antes de las vacaciones, el estudiante será elegible para participar durante la semana de vacaciones
5. Estudiantes-Atletas no serán despedidos el día de un juego. Cualquier excepción será manejada por el director atlético. Los siguientes delitos contra las regulaciones de un entrenador resultarán en acción tomada a discreción del entrenador individual.

Esta acción puede variar de una advertencia a la suspensión inmediata del equipo dependiendo de la severidad de la ofensa:

- A) Tardanza o ausencia sin notificación previa al entrenador
- B) Uso de blasfemias
- C) Falta de respeto hacia los oficiales del juego
- D) Uso de tabaco o tabaco sin humo

Lo siguiente resultará en suspensión inmediata para el resto de la temporada del deporte:

- A) Robo
- B) Cualquier violación de la Regla 96 del MIAA (mencionada arriba con # 2)
- C) Cualquier otra violación o acción impropia de un estudiante-atleta de la Escuela Superior de Chelsea que no esté específicamente cubierto por el Código de Conducta será tratada a discreción del entrenador individual junto con las políticas de la Escuela Secundaria de Chelsea.

Todos los estudiantes-atletas de la Escuela Superior de Chelsea deben cumplir con las reglas y regulaciones de la Asociación Interscholástica de Atletismo de Massachusetts. Sin embargo, las reglas escolares pueden reemplazar las regulaciones de MIAA. El incumplimiento de estas reglas resultará en acción disciplinaria, que puede incluir la exclusión de los programas escolares

1. Usted no es elegible para jugar un deporte si:
 - A) Usted no cumple con la Lealtad de MIAA a la Regla Bona Fide de la Escuela Superior de Chelsea
Un miembro de equipo de Bonafide de un equipo de la escuela es un estudiante que está regularmente presente y participa activamente en todas las prácticas de equipo y competencias. Los miembros genuinos de un equipo de la escuela están excluidos de faltar a una práctica de escuela secundaria o competencia con el fin de practicar o competir con un equipo fuera de la escuela o club. Cualquier estudiante que viola esta norma no es elegible para el 25% de la temporada. Cualquier estudiante que viola esta norma por segunda vez no es elegible para un 25% adicional de la temporada. Las violaciones repetidas son motivos para la remoción del equipo. Los estudiantes que violen esta regla también no son elegibles para participar en cualquier torneo sancionado por MIAA. Hable con su entrenador si participa o planea participar en un deporte distinto al designado durante la temporada
 - B) Estás fuera de juego por peleas o conductas antideportivas escandalosas, no eres elegible, en este caso, para jugar en el siguiente juego. Esto incluye, pero no se limita a, el uso de lenguaje amenazante, abusivo u obsceno. Si es la segunda vez durante la misma temporada, entonces usted está descalificado de una mayor participación en esa temporada deportiva durante un año completo.
 - C) Usted ataca físicamente a un funcionario; Usted no es elegible en todos los deportes por un año completo.
 - D) In the judgment of a game official, you willfully, flagrantly or maliciously attempt to injure an opponent; you will immediately be excluded from participation in all sports for one full calendar year. En el uso de un juego oficial, intencionalmente, de forma flagrante o maliciosa intenta lesionar a un oponente; Usted será inmediatamente excluido de la participación en todos los deportes por un año completo.
 - E) Usted no está tomando al menos 2 cursos principales por semestre o su equivalente.
 - F) Usted no tiene un físico actual de deporte en el archivo con la enfermera de la escuela / entrenador atlético. Todos los estudiantes deben pasar un examen físico dentro de los 13 meses del inicio de cada temporada. Los estudiantes que cumplan estos criterios al comienzo de la temporada seguirán siendo elegibles para esa temporada. Los exámenes físicos deben ser realizados por un médico registrado, un auxiliar médico o una enfermera practicante.
2. Cualquier estudiante que reciba más de una (F) en cualquier trimestre escolar (incluyendo (E's) e incompletos que no hayan sido compensados dentro de dos semanas) no es elegible para competir en ningún deporte durante el trimestre. Los estudiantes colocados en probatoria académica al cierre del cuarto trimestre no son elegibles para el trimestre de otoño del siguiente año escolar, a menos que sean compensados en la escuela de verano.
3. Todos los estudiantes atletas deben cumplir estrictamente con las políticas de la Escuela Superior de Chelsea con respecto al comportamiento del estudiante y la asistencia a la escuela. Además, las siguientes políticas deben ser seguidas muy de cerca:
 - A) El permiso para ausentarse de una práctica, reunión o juego por razones distintas a la enfermedad o la cita, la emergencia familiar, la obligación legal, la observancia religiosa, o excursiones preescolares o visita a la universidad deben ser obtenidos del entrenador antes de la ausencia. (En la suspensión escolar y la suspensión fuera de la escuela se consideran ausencias injustificadas.)
 - B) Dos ausencias injustificadas de la práctica / reuniones pueden resultar en suspensión para el resto de la temporada deportiva.
 - C) ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN: Un estudiante atleta ausente de una clase no puede participar en actividades extracurriculares el día de la ausencia, a menos que el director o decano apruebe la participación con anticipación. Un estudiante que pierda más de un tercio de un período de clase se considerará ausente de la clase.
Las responsabilidades académicas tienen prioridad sobre la participación atlética.
Un estudiante atleta que no es lo suficientemente saludable para asistir a clases durante el día escolar o no puede asistir a la escuela de manera oportuna no se considera que es apto para participar en deportes.
4. Se espera que todos los estudiantes atletas regresen en el autobús del equipo después de una competencia de distancia. La única excepción sería que un atleta salga del lugar de la competencia con su tutor con permiso previo. Después de una competencia de distancia, el autobús regresará directamente a la escuela, sin intermediación.
5. **Cuota de Inscripción:** Para recibir un uniforme, el estudiante debe pagar la cuota de inscripción de \$25. Cualquier estudiante-atleta que no entregue equipo escolar (uniformes, etc.) en el tiempo prescrito después de que su temporada haya terminado, será facturado por "equipo perdido". No se permitirá que el individuo compita en otra actividad deportiva hasta que la factura haya sido pagada en su totalidad o el equipo sea devuelto y sus calificaciones no serán emitidas - incluyendo diploma. Es responsabilidad exclusiva de cada alumno-deportista de mantener el registro de su equipo. También, se debe entender que para cualquier estudiante del último año para graduarse, todas o cualquier facturas escolares deben ser pagadas en su totalidad a la Escuela Superior de Chelsea.

6. **Los estudiantes sólo pueden jugar un deporte durante cada temporada.** La temporada de otoño no puede comenzar antes de la guía establecida por el MIAA. La temporada de otoño debe terminar con la finalización del calendario de la temporada regular, excepto para los equipos o individuos que completen su participación en el torneo MIAA. La temporada de invierno comenzará el primer lunes después del Día de Acción de Gracias y concluirá en la última competencia programada a menos que un equipo califique para los torneos de MIAA después de la temporada. La temporada de primavera comienza el tercer lunes en marzo y concluye con la última competencia programada a menos que los equipos califiquen para los torneos MIAA de postemporada.
7. **Alcohol / Drogas / Tabaco**

Desde la fecha más temprana de la práctica de otoño, hasta la conclusión del año académico o evento atlético final (lo que sea más reciente), el estudiante no deberá, independientemente de la cantidad, usar, consumir, poseer, comprar / vender o regalar cualquier bebida que contenga alcohol; Cualquier producto de tabaco (incluyendo cigarrillos electrónicos, bolígrafos VAP y todos los dispositivos similares); Marihuana (incluyendo sintético); Esteroides; O cualquier sustancia controlada. Esta política incluye productos como "NA o cerca de cerveza". No es una violación para un estudiante estar en posesión de un medicamento legalmente definido específicamente recetado para el propio uso del estudiante por su médico.

Primera Violación - el estudiante perderá la elegibilidad para las siguientes competencias interescolares consecutivas (temporada regular y torneo) que suman el 25% de todas las competencias interescolares en ese deporte.

Segunda y Subsecuentes Violaciones - el estudiante perderá elegibilidad para las siguientes competencias interescolares consecutivas (temporada regular y torneo) que suman el 60% de todas las competencias interescolares en ese deporte. [Refiérase al Manual de MIAA para detalles completos de la regla]
8. **La burla no será tolerada.** La burla incluye cualquier acción o comentario de los entrenadores, jugadores o espectadores, que están destinados a atormentar, enojar, avergonzar, ridiculizar o degradar a los demás, independientemente de que los hechos o las palabras sean vulgares o racistas. Incluye la conducta que reprende, aguda, intimidada o amenaza basado en raza, género, origen étnico o antecedentes, y conducta que ataca las creencias religiosas, el tamaño, el estatus económico, el habla, la familia, las necesidades especiales o las características personales. El MIAA especifica que en todos los deportes, los oficiales deben considerar burlarse de una ofensa flagrante no deportiva que descalifica al personal del banquillo ofensivo o competidor de esa competencia / día de competición. Además, el delincuente estará sujeto a las reglas existentes de descalificación de MIAA. En los sitios de competencia de MIAA y los lugares de los torneos, los funcionarios apropiados pueden a su discreción dar a los espectadores una advertencia por burla como se define arriba. A partir de entonces, los espectadores que provocan los jugadores, entrenadores, oficiales de juego u otros espectadores están sujetos a expulsión. Esto puede ser verbal, físico, o por medio de medios sociales.
9. **No se tolerará la obstrucción, novatadas,** Los atletas que se encuentren responsables de las actividades de iniciación o de novatadas; por no informar de tales actividades de obstrucción y de iniciación de las que tengan conocimiento; o para tomar represalias en cualquier forma contra cualquier otro estudiante que reporte tales actividades de obstrucción, novatadas o iniciación, están sujetos a la remoción de la participación en su equipo por un período de hasta e incluyendo la duración de su tiempo en la Escuela Secundaria de Chelsea. Esta penalidad es adicional a cualquier disciplina estudiantil que se imponga de acuerdo con la política de novatadas y se aplica independientemente de si las actividades de novatadas o iniciación ocurrieron en relación con programas atléticos o, en cambio, en cualquier otro contexto regulado por la política de novatadas
10. **La intimidación no será tolerada.** Los Atletas que se encuentren responsables de intimidación, intimidación o represalias; Por no reportar tal intimidación o intimidación cibernética; O por tomar represalias de cualquier manera contra cualquier otro estudiante que reporte tal intimidación o intimidación cibernética, están sujetos a la remoción de la participación en su equipo durante un período hasta e incluyendo la duración de su tiempo en la Escuela Superior de Chelsea. Esta penalidad es adicional a cualquier disciplina estudiantil que se imponga de acuerdo con la política de intimidación / o intimidación cibernética y se aplica independientemente de si el acoso / acoso cibernético / represalias ocurrido en conexión con programas atléticos o, en cambio, en cualquier otro contexto regulado por la política de Intimidación / Intimidación cibernética.
11. **Uso del Salón de Vestuario para Estudiantes LGBTQ.** Según el Departamento de Justicia, las escuelas pueden permitir a los estudiantes transgéneros a acceder a los baños, salón de vestuarios y otras instalaciones de acuerdo con sus identidades de género. Los estudiantes transgéneros no están obligados a usar las instalaciones de un solo puesto, pero están disponibles en la oficina atlética. El malestar de otros no justifica la exclusión de estudiantes transgéneros de las instalaciones que corresponden a sus identidades de género. Los puestos individuales son accesibles para todos los estudiantes, incluyendo a los que no se sienten cómodos con estar en la misma facilidad que los estudiantes transgéneros (o cualquier otro) de acceder a ellos.
12. Para ser miembro de un equipo atlético de la Escuela Superior de Chelsea, usted debe comportarse de una manera responsable siempre. Debe cumplir con las políticas y condiciones descritas en el Manual del Estudiante-Aleta de la Escuela Superior de Chelsea y cumplir con las reglas del equipo y las decisiones tomadas por el entrenador, director atlético, maestros, personal de apoyo y administración.

CONCUSSION Information Sheet



This sheet has information to help protect your children or teens from concussion or other serious brain injury. Use this information at your children's or teens' games and practices to learn how to spot a concussion and what to do if a concussion occurs.

What Is a Concussion?

A concussion is a type of traumatic brain injury—or TBI—caused by a bump, blow, or jolt to the head or by a hit to the body that causes the head and brain to move quickly back and forth. This fast movement can cause the brain to bounce around or twist in the skull, creating chemical changes in the brain and sometimes stretching and damaging the brain cells.

How Can I Help Keep My Children or Teens Safe?

Sports are a great way for children and teens to stay healthy and can help them do well in school. To help lower your children's or teens' chances of getting a concussion or other serious brain injury, you should:

- Help create a culture of safety for the team.
 - › Work with their coach to teach ways to lower the chances of getting a concussion.
 - › Talk with your children or teens about concussion and ask if they have concerns about reporting a concussion. Talk with them about their concerns; emphasize the importance of reporting concussions and taking time to recover from one.
 - › Ensure that they follow their coach's rules for safety and the rules of the sport.
 - › Tell your children or teens that you expect them to practice good sportsmanship at all times.
- When appropriate for the sport or activity, teach your children or teens that they must wear a helmet to lower the chances of the most serious types of brain or head injury. However, there is no "concussion-proof" helmet. So, even with a helmet, it is important for children and teens to avoid hits to the head.



Plan ahead. What do you want your child or teen to know about concussion?

How Can I Spot a Possible Concussion?

Children and teens who show or report one or more of the signs and symptoms listed below—or simply say they just "don't feel right" after a bump, blow, or jolt to the head or body—may have a concussion or other serious brain injury.

Signs Observed by Parents or Coaches

- Appears dazed or stunned.
- Forgets an instruction, is confused about an assignment or position, or is unsure of the game, score, or opponent.
- Moves clumsily.
- Answers questions slowly.
- Loses consciousness (*even briefly*).
- Shows mood, behavior, or personality changes.
- Can't recall events *prior to or after* a hit or fall.

Symptoms Reported by Children and Teens

- Headache or "pressure" in head.
- Nausea or vomiting.
- Balance problems or dizziness, or double or blurry vision.
- Bothered by light or noise.
- Feeling sluggish, hazy, foggy, or groggy.
- Confusion, or concentration or memory problems.
- Just not "feeling right," or "feeling down."

Talk with your children and teens about concussion. Tell them to report their concussion symptoms to you and their coach right away. Some children and teens think concussions aren't serious or worry that if they report a concussion they will lose their position on the team or look weak. Be sure to remind them that *it's better to miss one game than the whole season.*

To learn more, go to www.cdc.gov/HEADSUP



Centers for Disease
Control and Prevention
National Center for Injury
Prevention and Control

Concussions affect each child and teen differently. While most children and teens with a concussion feel better within a couple of weeks, some will have symptoms for months or longer. Talk with your children's or teens' health care provider if their concussion symptoms do not go away or if they get worse after they return to their regular activities.



What Are Some More Serious Danger Signs to Look Out For?

In rare cases, a dangerous collection of blood (hematoma) may form on the brain after a bump, blow, or jolt to the head or body and can squeeze the brain against the skull. Call 9-1-1 or take your child or teen to the emergency department right away if, after a bump, blow, or jolt to the head or body, he or she has one or more of these danger signs:

- One pupil larger than the other.
- Drowsiness or inability to wake up.
- A headache that gets worse and does not go away.
- Slurred speech, weakness, numbness, or decreased coordination.
- Repeated vomiting or nausea, convulsions or seizures (shaking or twitching).
- Unusual behavior, increased confusion, restlessness, or agitation.
- Loss of consciousness (passed out/knocked out). Even a brief loss of consciousness should be taken seriously.

Children and teens who continue to play while having concussion symptoms or who return to play too soon—while the brain is still healing—have a greater chance of getting another concussion. A repeat concussion that occurs while the brain is still healing from the first injury can be very serious and can affect a child or teen for a lifetime. It can even be fatal.

Revised 5/2015

What Should I Do If My Child or Teen Has a Possible Concussion?

As a parent, if you think your child or teen may have a concussion, you should:

1. Remove your child or teen from play.
2. Keep your child or teen out of play the day of the injury. Your child or teen should be seen by a health care provider and only return to play with permission from a health care provider who is experienced in evaluating for concussion.
3. Ask your child's or teen's health care provider for written instructions on helping your child or teen return to school. You can give the instructions to your child's or teen's school nurse and teacher(s) and return-to-play instructions to the coach and/or athletic trainer.

Do not try to judge the severity of the injury yourself. Only a health care provider should assess a child or teen for a possible concussion. Concussion signs and symptoms often show up soon after the injury. But you may not know how serious the concussion is at first, and some symptoms may not show up for hours or days.

The brain needs time to heal after a concussion. A child's or teen's return to school and sports should be a gradual process that is carefully managed and monitored by a health care provider.



To learn more, go to www.cdc.gov/HEADSUP

You can also download the CDC *HEADS UP* app to get concussion information at your fingertips. Just scan the QR code pictured at left with your smartphone.

Discuss the risks of concussion and other serious brain injury with your child or teen and have each person sign below.

Detach the section below and keep this information sheet to use at your children's or teens' games and practices to help protect them from concussion or other serious brain injury.

I learned about concussion and talked with my parent or coach about what to do if I have a concussion or other serious brain injury.

Athlete Name Printed: _____ Date: _____

Athlete Signature: _____

I have read this fact sheet for parents on concussion with my child or teen and talked about what to do if they have a concussion or other serious brain injury.

Parent or Legal Guardian Name Printed: _____ Date: _____

Parent or Legal Guardian Signature: _____

Hoja informativa sobre la **CONMOCIÓN CEREBRAL**

Esta hoja contiene información que ayuda a proteger a sus hijos o adolescentes de una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave. Use esta información en los juegos y las prácticas de sus hijos o adolescentes para aprender a identificar una conmoción cerebral y saber qué hacer en caso de que ocurra.



¿Qué es una conmoción cerebral?

Una conmoción cerebral es un tipo de lesión cerebral traumática o TBI (por sus siglas en inglés) causada por un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o por un golpe en el cuerpo que hace que la cabeza y el cerebro se muevan rápida y repentinamente hacia adelante y hacia atrás. Este movimiento rápido puede hacer que el cerebro rebote o gire dentro del cráneo y provoque cambios químicos en el cerebro, y a veces hace que las células cerebrales se estiren y se dañen.

¿Cómo puedo mantener a mis hijos o adolescentes seguros?

Los deportes son una buena manera para que los niños y adolescentes se mantengan saludables y los ayudan a que les vaya bien en la escuela. Para reducir las probabilidades de que sus hijos o adolescentes sufran una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave, usted debe:

- Ayudar a crear una cultura de seguridad para el equipo.
 - › Junto con el entrenador enseñe maneras de disminuir las probabilidades de sufrir una conmoción cerebral.
 - › Hable con sus hijos o adolescentes sobre las conmociones cerebrales y pregúnteles si les preocupa tener que notificar una conmoción cerebral. Hable sobre las preocupaciones que tengan y déjeles saber que es la responsabilidad de ellos, y que está bien, notificar una conmoción cerebral y tomarse el tiempo necesario para recuperarse.
 - › Asegúrese de que sigan las reglas de seguridad del entrenador y las reglas del deporte.
 - › Explíqueles a sus hijos o adolescentes que espera que mantengan el espíritu deportivo en todo momento.
- Enseñarles que deben usar un casco para disminuir la probabilidad de sufrir los tipos de lesiones cerebrales o de la cabeza más graves, si es adecuado para el deporte o la actividad que practiquen. Sin embargo, no existe un casco que sea a prueba de conmociones cerebrales, por lo tanto, hasta con un casco es importante que los niños y adolescentes eviten los golpes en la cabeza.



Planifique. ¿Qué le gustaría que su hijo o adolescente supiera sobre las conmociones cerebrales?

¿Cómo puedo indentificar una posible conmoción cerebral?

Los niños y adolescentes que muestran o notifican uno o más signos y síntomas enumerados a continuación, o simplemente dicen que no se “sienten del todo bien” después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o el cuerpo, podrían tener una comoción cerebral u otra lesión cerebral grave.

Signos observados por padres o entrenadores

- Parece estar aturdido o desorientado.
- Se olvida de una instrucción, está confundido sobre su deber o posición, o no está seguro del juego, puntaje o de quién es su oponente.
- Se mueve con torpeza.
- Responde a las preguntas con lentitud.
- Pierde el conocimiento (aunque sea por poco tiempo).
- Muestra cambios de ánimo, comportamiento o personalidad.
- No puede recordar eventos antes o *después* de un golpe o una caída.

Síntomas reportados por niños y adolescentes

- Dolor de cabeza o “presión” en la cabeza.
- Náuseas o vómitos.
- Problemas de equilibrio o mareo, o visión borrosa o doble.
- Sensibilidad a la luz o al ruido.
- Se siente débil, desorientado, aturdido o grogui.
- Confusión o problemas de concentración o memoria.
- No se siente “del todo bien” o no tiene “ganas de hacer nada”.

Hable con sus hijos y adolescentes sobre las conmociones cerebrales. Pídales que notifiquen los síntomas de conmoción cerebral de inmediato tanto a usted como al entrenador. Algunos niños y adolescentes piensan que las comociones cerebrales no son graves, mientras que a otros les preocupa perder su puesto en el equipo o ser vistos como débiles si notifican una comoción cerebral. Asegúrese de recordarles que *es mejor perder un juego que toda la temporada*.

Para obtener más información, visite
<http://www.cdc.gov/headsup/youthsports/index-esp.html>.



Centers for Disease
Control and Prevention
National Center for Injury
Prevention and Control

Las conmociones cerebrales afectan a cada niño y adolescente de manera diferente. Aunque la mayoría de los niños y adolescentes se sienten mejor a las pocas semanas, algunos tendrán síntomas por meses o aún más. Hable con el proveedor de atención médica de sus hijos o adolescentes si los síntomas de conmoción cerebral no desaparecen o empeoran después de que regresan a sus actividades normales.



¿Cuáles son algunos signos de peligro más graves a los que debo prestar atención?

En raras ocasiones, después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o en el cuerpo puede acumularse sangre (hematoma) de forma peligrosa en el cerebro y ejercer presión contra el cráneo. Llame al 9-1-1 o lleve a su hijo o adolescente a la sala de urgencias de inmediato si después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o el cuerpo, presenta uno o más de estos signos de riesgo:

- Una pupila más grande que la otra.
- Mareo o no puede despertarse.
- Dolor de cabeza persistente y que además empeora.
- Dificultad de dicción, debilidad, entumecimiento o menor coordinación.
- Náuseas o vómitos, convulsiones o ataques (temblores o espasmos) periódicos.
- Comportamiento inusual, mayor confusión, inquietud o nerviosismo.
- Pérdida del conocimiento (desmayado o inconsciente). Incluso una breve pérdida del conocimiento debe considerarse como algo serio.

Los niños y adolescentes que continúan jugando cuando tienen síntomas de conmoción cerebral o que regresan a jugar muy pronto, mientras el cerebro todavía se está curando, tienen mayor probabilidad de sufrir otra conmoción cerebral. Una conmoción cerebral repetida que ocurre mientras el cerebro todavía se está curando de la primera lesión puede ser muy grave y puede afectar al niño o adolescente de por vida; y hasta podría ser mortal.

Revisado en junio de 2015

Converse con su hijo o adolescente sobre los riesgos de una conmoción cerebral y otras lesiones cerebrales graves y haga que cada persona firme lo siguiente.

Separe la sección de abajo y mantenga esta hoja informativa para usarla en los juegos y las prácticas de sus hijos o adolescentes con el fin de protegerlos de las conmociones cerebrales u otras lesiones cerebrales graves.

Aprendí sobre las conmociones cerebrales y hablé con uno de mis padres o mi entrenador sobre lo que debo hacer si sufro una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave.

Nombre del atleta: _____ Fecha: _____

Firma del atleta: _____

He leído esta hoja informativa para padres sobre conmoción cerebral con mi hijo o adolescente y hablamos sobre lo que debe hacer si tiene una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave.

Nombre del padre o tutor legal: _____ Fecha: _____

Firma del padre o tutor legal: _____

¿Qué debo hacer si creo que mi hijo o adolescente ha sufrido una conmoción cerebral?

Como padre, si usted cree que su hijo o adolescente puede tener una conmoción cerebral, usted debe:

1. Retirarlo del juego.
2. No permitir que su hijo o adolescente regrese a jugar el día de la lesión. Su hijo o adolescente debe ver a un proveedor de atención médica y solo podrá regresar a jugar con el permiso de un profesional médico con experiencia en la evaluación de conmociones cerebrales.
3. Pedirle al proveedor de atención médica de su hijo o adolescente que le dé instrucciones por escrito sobre cómo ayudarlo a que regrese a la escuela. Usted puede darle indicaciones a la enfermera de la escuela y a los maestros e instrucciones al instructor o entrenador deportivo sobre cómo su hijo o adolescente puede regresar al juego.

Trate de no juzgar la gravedad de la lesión. Solo un proveedor de atención médica debe evaluar a un niño o adolescente de una posible conmoción cerebral. Los signos y síntomas de las conmociones cerebrales por lo general aparecen al poco tiempo de que ocurre la lesión. Sin embargo, al principio no sabrá qué tan grave es la conmoción cerebral y es posible que algunos síntomas no aparezcan por varias horas o días.

Después de una conmoción cerebral, el cerebro necesita tiempo para curarse. El regreso de un niño o adolescente a la escuela y a los deportes debe ser un proceso gradual dirigido y monitorizado cuidadosamente por un proveedor de atención médica.

Para obtener más información, visite <http://www.cdc.gov/headsup/youthsports/index-esp.html>.

OPIOID MISUSE PREVENTION FOR STUDENT ATHLETES

Massachusetts is in the midst of an opioid epidemic. Athletes in particular, due to their risk of injury and the resulting pain, may be at risk for misusing prescription opioids.

Which medications are prescription opioids?

→ Prescription opioids are narcotic pain medications that are prescribed for people with moderate to severe pain. They include Vicodin, OxyContin, Oxycodone, Percocet, Fentanyl, Opana, and codeine.

What should parents or guardians do if prescription pain medication is recommended for the injured athlete?

- Talk openly with the health care provider about the need for prescription pain medicine. Make sure to ask about possible risks and side effects, alternatives that may exist, precautions, and proper use of the medication.
- If anyone in the family has had problems with prescription drugs, alcohol, or any other drugs, share this information with the doctor.
- Be sure that the athlete takes the medication only as prescribed and uses only the minimal amount for the shortest period needed for effective relief.
- Keep control of the medication bottle, and supervise the athlete when he or she is taking the medication. Do not allow the athlete to self-administer. Count the pills or keep track of the level of medicine in the bottle on a regular basis.
- Keep the medication at home, if possible. If the athlete needs to take medication during the school day, the school (by law) must approve its use. Talk with school staff about proper supervision, and follow the necessary protocols.
- Remind the athlete that prescription medication is only good for the person it is prescribed for and that it could seriously hurt others.
- Be sure that the athlete takes the medication no longer than necessary.

How should prescription medications be stored?

- Don't keep prescription medicine in the medicine cabinet. Secure it in a place that only the parents know about. Ideally, keep all medicines, both prescription and over-the-counter, in a locked cabinet or other secure place that children and teens cannot access.
- Tell relatives, especially in homes that children and teens may visit, to lock up their medicines or keep them in a safe place.
- Talk to the parents of your teenager's friends, and encourage them to secure their prescriptions as well.

Injury Management: A Key Component of Prescription Opioid Misuse Prevention **If a student athlete is injured:**

- Ice can be used to reduce soreness and inflammation. If symptoms persist, contact a physician, especially if there is a lack of full-joint motion.
- Check with a health care provider to see if over-the-counter nonsteroidal anti-inflammatory medications are needed. As with all medications, always follow the directions on the label and any instructions from a health care provider.
- Opioids for pain should be considered only by a physician and only when other approaches have not provided relief.
- Fractures, sprains, and broken bones need plenty of rest to heal properly. The athlete should see an orthopedic specialist, who can evaluate and manage the healing process.
- The athlete's parents or guardians and coach should discuss together how the injury will impact the student's ability to play. If an injury will sideline the athlete, the parents or guardians and coach should consider creating a return-to-play plan together.

How should unused opioid medication be disposed of?

- Local Prescription Dropboxes Located at:
 - (1) 19 Park Street, Chelsea
 - (2) 400 Revere Beach Pkwy, Revere
 - (3) 45 Elm Street, Everett
 - (4) 69 Paris Street, East Boston

PREVENCIÓN DEL MAL USO DE OPIOIDES PARA ESTUDIANTES ATLETAS

Massachusetts está en medio de una epidemia de opiáceos. Estudiantes atletas en particular, debido al riesgo de lesión y el dolor resultante, pueden estar en riesgo para mal uso de opioides prescritos.

¿Qué medicamentos son opioides recetados?

- Opioides recetados son medicamentos narcóticos para el dolor que se prescriben a personas con dolor moderado a intenso. Incluyen Vicodin, OxyContin, Oxycodona, Percocet, Fentanyl, Opana, y Codeína.

¿Qué deben hacer los padres o guardianes si se recomiendan medicamentos recetados para el atleta lesionado?

- Hablar abiertamente con el proveedor de servicios de salud de la necesidad de medicamentos recetados para el dolor. Asegúrese de preguntar sobre los posibles riesgos y efectos secundarios, alternativas que pueden existir, precauciones, y uso apropiado de la medicación.
- Si alguien en la familia ha tenido problemas con medicamentos recetados, alcohol, o o cualquier otra droga, comparta esta información con el doctor.
- Asegúrese de que el atleta tome la medicación solo según lo prescrito y use solo la cantidad mínima por el tiempo corto que es necesario para un alivio efectivo.
- Mantenga el control de la botella de medicación, y supervise al atleta cuando él o ella está tomando la medicación. No permita que el atleta se autoadministre. Cuente las pastillas o realice un seguimiento del nivel de medicamento en la botella regularmente.
- Guarde el medicamento en casa, si es posible. Si el atleta necesita tomar medicamentos durante el día escolar, la escuela (por ley) debe aprobar su uso. Hable con el personal de la escuela sobre supervisión apropiada, y sigue los protocolos necesarios.
- Recuerde al atleta que la medicación recetada solo es buena para la persona a quien se le recetó y que podría dañar seriamente a otros.
- Asegúrese de que el atleta no tome el medicamento por más tiempo de lo necesario.

¿Cómo se deben guardar los medicamentos recetados?

- No guarde los medicamentos recetados en el botiquín. Asegúrelo en un lugar que solo los padres conocerán. Idealmente, mantenga todos los medicamentos, tanto con receta como sin receta, en un gabinete cerrado o otro lugar seguro que los niños y adolescentes no puedan alcanzar.
- Digale a familiares, especialmente los de hogares dónde niños o jóvenes pueden visitar , que guarden sus medicamentos en un lugar seguro, o con llave.
- Hable con los padres de los amigos de su adolescente, y motívalos a asegurar sus recetas también.

Manejo de lesiones: Un componente clave de la prevención del uso indebido de opiáceos recetados

Si un estudiante atleta se lesiona:

- El hielo se puede utilizar para reducir el dolor y la inflamación. si los síntomas persisten, contacte a un doctor, especialmente si hay una falta de movimiento completo de la articulación
- Verifique con un proveedor de servicios de salud para ver si medicamentos (comprados no recetados) no esteroideo pero antiinflamatorios son necesarios. Como con todos los medicamentos, siempre sigue las instrucciones de el envase y cualquier instrucción de un proveedor de servicios de salud.
- Los opioides para el dolor solo deben ser considerados por un médico y solo cuando otros métodos no han proporcionado alivio.
- Fracturas, esguinces y huesos rotos necesitan mucho descanso para sanar adecuadamente. El atleta debería ver a un especialista en ortopedia, quién puede evaluar y gestionar el proceso de curación.
- Los padres o tutores del atleta y el entrenador deben discutir juntos cómo la lesión afectará la capacidad del alumno para jugar. Si una lesión dejará de lado al atleta, los padres o guardians y el entrenador deberían considerar crear juntos un plan de regreso al juego.

¿Cómo deberían desecharse los medicamentos opioides que no se han utilizado?

- Buzones Locales de Recetas Ubicados en:
 - (1) 19 Park Street, Chelsea
 - (2) 400 Revere Beach Pkwy, Revere
 - (3) 45 Elm Street Everett
 - (4) 69 Paris Street, East Boston

Chelsea High School Athletic Department

Athletic Participation Requirements

All forms must be completed by the student-athlete and his/her guardian and returned to respective coach prior to day one of practice. Any student that does not have all of these forms will be ineligible to participate. If you have any further questions, please contact the athletic director, Amanda Alpert at 617-466-5015 or alperta@chelseaschools.com

- **Student Participation Parental Consent** - included in packet
 - **Medical Questionnaire** – included in packet
 - **Pre-Participation Head Injury/Concussion Reporting Form** – included in packet
 - **Copy of Recent Physical**
 - A current physical is a physical that has been completed within the previous **13 months**
 - Please contact the athletic department or coach for exact dates.
 - **Registration Fee** (\$25/season)
 - **Coach/Parent Meeting** – Date to be determined
-

Departamento de Atletismo de la Escuela Superior de Chelsea

Requisitos para la Participación Deportiva

Todos los formularios deben ser completados por el estudiante atleta y su tutor y devueltos al respectivo entrenador antes del primer día de la práctica. Cualquier estudiante que no tenga todos estos formularios no será elegible para participar. Si tiene más preguntas, comuníquese con la directora atlética, Amanda Alpert al 617-466-5015 o al correo electrónico; alperta@chelseaschools.com

- **El Consentimiento Parental de la Participación Estudiantil** – incluido en el paquete
- **Cuestionario Médico** - incluido en el paquete
- **Formulario de Informe de Lesión/Traumatismo en la Cabeza Antes** - incluido en el paquete
- **Copia Reciente del Examen Físico**
 - Un físico actual es un físico que se ha completado dentro de los **13 meses** anteriores
 - Por favor, póngase en contacto con el departamento de atletismo o el entrenador para las fechas exactas.
- **Cuota de inscripción** (\$ 25 / temporada)
- **Reunión de Entrenadores / Padres** – Fecha para ser determinada

Chelsea High School Athletic Department Student-Athlete Contract

As a Chelsea High School Student-Athlete, you must agree to:

1. Attend on time, all practices, meetings, and team functions
2. Exert efforts to improve at all times
3. Never belittle nor criticize team members or opponents
4. Not question the authority of your coach
5. Exercise appropriate conduct in the school
6. Display good sportsmanship at all times
7. Work to maintain maximum academic standings
8. Refrain from use of tobacco (cigarettes, cigars, hookah, e-vapor, smokeless), alcohol, and drugs
9. Demonstrate a winning a productive attitude

Participation on any athletic team is a privilege. The privilege of participation will be determined by the administration, the athletic director, and coaches based upon academic performance and acceptable behavior both at school and in the community.

**Please remove the following pages and return to coach, athletic trainer, or athletic director.
Keep the prior pages for your records.**

Departamento de Atletismo Escuela Superior de Chelsea Contrato Estudiante-Atleta

Como un Estudiante-Atleta de la Escuela Superior de Chelsea, usted debe aceptar:

1. Asistir a tiempo, a todas las prácticas, reuniones y funciones de equipo.
2. Ejercer esfuerzos para mejorar en todo momento
3. Nunca menospreciar ni criticar a los miembros del equipo u oponentes
4. No cuestionar la autoridad de su entrenador
5. Ejercer conducta apropiada en la escuela
6. Mostrar buen espíritu deportivo en todo momento
7. Trabajar para mantener el máximo nivel académico
8. Abstenerse de usar tabaco (cigarrillos, cigarros, hookah, e-vapor, sin humo), alcohol y drogas
9. Demostrar una actitud productiva ganadora

La participación en cualquier equipo atlético es un privilegio. El privilegio de participación será determinado por la administración, el director atlético y los entrenadores basados en el desempeño académico y un comportamiento aceptable tanto en la escuela como en la comunidad.

**Remueve las siguientes páginas y regréselas al entrenador, entrenador atlético o director atlético.
Guarde las páginas anteriores para sus registros.**

Chelsea High School Athletic Department Sports Medical Questionnaire

Name of Student: _____

Date of Exam: _____

EXPLAIN "YES" ANSWERS BELOW. CIRCLE QUESTIONS YOU DON'T KNOW THE ANSWERS TO.

- | | YES | NO | | YES | NO |
|--|--------------------------|--------------------------|---|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. Have you had a medical illness or injury since your last check up or sports physical? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 30. Do you use any special protective or corrective equipment or devices that aren't usually used for your sport or position (for example, knee brace, special neck roll, foot orthotics, retainer on your teeth, hearing aid)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Have you ever been hospitalized overnight? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 31. Have you had any problems with your eyes or vision? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Have you ever had surgery? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 32. Do you wear glasses, contacts, or protective eyewear? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Do you have a missing or diseased paired organ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 33. Have you ever had a sprain, strain, or swelling after injury? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Are you currently taking any prescription or nonprescription (over-the-counter) medications or pills or using an inhaler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 34. Have you broken or fractured any bones or dislocated any joints? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Have you ever taken any supplements or vitamins to help you gain or lose weight or improve your performance? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 35. Have you had any other problems with pain or swelling in muscles, tendons, bones, or joints? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Do you have any allergies (for example, to pollen, medicine, food, or stinging insects)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>If yes, check appropriate box and explain below:</i> | | |
| 8. Have you ever had a rash or hives develop during or after exercise? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Head | <input type="checkbox"/> Elbow | <input type="checkbox"/> Hip |
| 9. Have you ever passed out during or after exercise? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Neck | <input type="checkbox"/> Forearm | <input type="checkbox"/> Thigh |
| 10. Have you ever been dizzy during or after exercise? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Back | <input type="checkbox"/> Wrist | <input type="checkbox"/> Knee |
| 11. Have you ever had chest pain during or after exercise? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Chest | <input type="checkbox"/> Hand | <input type="checkbox"/> Shin/Calf |
| 12. Do you get tired more quickly than your friends do during exercise? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Shoulder | <input type="checkbox"/> Finger | <input type="checkbox"/> Ankle |
| 13. Have you ever had racing of your heart or skipped heartbeat? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Upper Arm | <input type="checkbox"/> Foot | |
| 14. Have you had high blood pressure or high cholesterol? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 36. Do you want to weigh more or less than you do now? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. Have you ever been told you have a heart murmur? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 37. Do you lose weight regularly to meet weight requirements for your sport? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Has any family member or relative died of heart problems or of sudden death before age 50? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 38. Do you feel stressed out? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. Have you had a severe viral infection (for example, myocarditis or mononucleosis) within the last month? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 39. Record the dates of your most recent immunizations (shots) for: | | |
| 18. Has a physician ever denied or restricted your participation in sports for any heart problems? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Tetanus _____ Measles _____ | | |
| 19. Do you have any current skin problems (for example, itching, rashes, acne, warts, fungus, or blisters)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Hepatitis B _____ Chickenpox _____ | | |
| 20. Have you ever had a head injury or concussion? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FEMALES ONLY: | | |
| 21. Have you ever been knocked out, become unconscious, or lost your memory? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 40. When was your first menstrual period? _____ | | |
| 22. Have you ever had a seizure? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 41. When was your most recent menstrual period? _____ | | |
| 23. Do you have frequent or severe headaches? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 42. How much time do you usually have from the start of one period to the start of another? _____ | | |
| 24. Have you ever had numbness or tingling in your arms, hands, legs, or feet? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 43. How many periods have you had in the last year? _____ | | |
| 25. Have you ever had a stinger, burner, or pinched nerve? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 44. What was the longest time between periods in the last year? _____ | | |
| 26. Have you ever become ill from exercising in the heat? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Explain "Yes" answers here:</i> _____ | | |
| 27. Do you cough, wheeze, or have trouble breathing during or after activity? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ | | |
| 28. Do you have asthma? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ | | |
| 29. Do you have seasonal allergies that require medical treatment? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ | | |

I HEREBY STATE THAT TO THE BEST OF MY KNOWLEDGE, MY ANSWERS TO THE ABOVE QUESTIONS ARE COMPLETE AND CORRECT.

Signature of Athlete/Date _____

Signature of Parent-Guardian/Date _____

Return to Coach, Athletic Trainer, or Athletic Director

Chelsea High School Athletic Department Cuestionario Medico Para Deportes

Nombre del Estudiante: _____ Fecha del Examen: _____

Explique las respuestas "SI" a continuación. HAGA UN CÍRCULO A LAS PREGUNTAS QUE NO SABES LAS RESPUESTAS.

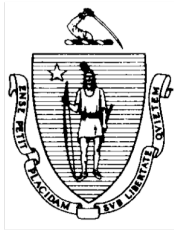
- | | |
|---|--|
| <p>1. ¿Ha tenido una enfermedad o herida desde el último chequeo o examen físico para deportes? 1. S N</p> <p>2. Alguna vez ha sido hospitalizado por una noche? 2. S N</p> <p>3. ¿Alguna vez ha tenido una cirugía? 3. S N</p> <p>4. ¿Está tomando cualquier medicamento recetado o de venta libre (over-the-counter) medicamentos o píldoras o usa un inhalador? 4. S N</p> <p>5. ¿Alguna vez has tomado suplementos o vitaminas para ayudarle a ganar o perder peso o mejorar su rendimiento? 5. S N</p> <p>6. ¿Tiene alguna alergia (por ejemplo, al polen, la medicina, la alimentación, o picaduras de insectos)? 6. S N</p> <p>7. ¿Alguna vez ha tenido un sarpullido o urticaria desarrollar durante o después del ejercicio? 7. S N</p> <p>8. ¿Alguna vez se ha desmayado durante o después del ejercicio? 8. S N</p> <p>9. ¿Alguna vez se ha sentido mareado durante o después del ejercicio? 9. S N</p> <p>10. ¿Alguna vez has tenido dolor en el pecho durante o después del ejercicio? 10. S N</p> <p>11. ¿Te cansas más rápido que sus amigos durante el ejercicio? 11. S N</p> <p>12. ¿Alguna vez has tenido el corazón acelerado o latidos bricados? 12. S N</p> <p>13. ¿Ha tenido presión alta o colesterol alto? 13. S N</p> <p>14. ¿Le han dicho alguna vez que tiene un soplo cardíaco? 14. S N</p> <p>15. Cualquier miembro de la familia o pariente murió de problemas cardíacos o muerte súbita antes de los 50 años? 15. S N</p> <p>16. ¿Ha tenido una infección viral grave (por ejemplo, miocarditis o mononucleosis) en el último mes? 16. S N</p> <p>17. Un médico jamás ha negado o restringido su participación en los deportes para cualquier problema del corazón? 17. S N</p> <p>18. ¿Tiene problemas actuales en la piel (por ejemplo, picor, erupciones cutáneas, acné, verrugas, hongos o ampollas)? 18. S N</p> <p>19. ¿Ha tenido una herida en la cabeza o concusión? 19. S N</p> <p>20. Alguna vez ha sido noqueado, pérdida de conocimiento, o perdido su memoria? 20. S N</p> <p>21. ¿Alguna vez ha tenido una convulsión? 21. S N</p> <p>22. ¿Tiene dolores de cabeza frecuentes o severos? 22. S N</p> <p>23. ¿Alguna vez has tenido entumecimiento u hormigueo en los brazos, manos, piernas, o pies? 23. S N</p> <p>24. ¿Alguna vez has tenido un aguijón, ardor, o nervio pellizcado? 24. S N</p> | <p>25. ¿Alguna vez se ha enfermado por hacer ejercicio en el calor? 25. S N</p> <p>26. ¿Tose, resolla, o tiene problemas para respirar durante o después de la actividad? 26. S N</p> <p>27. ¿Tiene asma? 27. S N</p> <p>28. ¿Tiene alergias temporal que requieren tratamiento médico? 28. S N</p> <p>29. ¿Usted utiliza algún equipo de protección o correctivas especiales o dispositivos que no se utilizan por lo general para la práctica deportiva o la posición (por ejemplo, rodillera, rollo de cuello especial, aparatos ortopédicos, retención en los dientes, prótesis de oído)? 29. S N</p> <p>30. ¿Ha tenido algún problema con los ojos o la vista? 30. S N</p> <p>31. ¿Usa anteojos, contactos o gafas protectoras? 31. S N</p> <p>32. ¿Alguna vez has tenido una torcedura, distensión o hinchazón después de una herida? 32. S N</p> <p>33. Ha roto o fracturado algún hueso o dislocación de las articulaciones? 33. S N</p> <p>34. ¿Ha tenido algún otro problema con dolor o hinchazón en los músculos, los tendones, los huesos o juntas? 34. S N</p> <p style="text-align: center;"><i>En caso afirmativo, marque la casilla correspondiente y explicar a continuación:</i></p> <p style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> Cabeza <input type="checkbox"/> Codo <input type="checkbox"/> Cadera <input type="checkbox"/> Cuello
 <input type="checkbox"/> Antebrazo <input type="checkbox"/> Muslo <input type="checkbox"/> Espalda <input type="checkbox"/> Mano
 <input type="checkbox"/> Muñeca <input type="checkbox"/> Rodilla <input type="checkbox"/> Pecho <input type="checkbox"/> Dedo
 <input type="checkbox"/> Espinilla/Pantorilla <input type="checkbox"/> Hombro <input type="checkbox"/> Pie
 <input type="checkbox"/> Tobillo <input type="checkbox"/> Brazo </p> <p>35. ¿Quieres llegar a pesar más o menos lo que hace ahora? 35. S N</p> <p>36. ¿Pierdes peso regularmente para cumplir con los requisitos de peso para su deporte? 36. S N</p> <p>37. ¿Se siente estresado? 37. S N</p> <p>38. Anote las fechas de sus vacunas más recientes (vacunas) para:
 Tétanos _____ Sarampión _____
 Hepatitis B _____ Varicela _____</p> <p>SÓLO PARA MUJERES:</p> <p>39. ¿Cuándo fue su primer período menstrual? _____</p> <p>40. ¿Cuándo fue su período menstrual más reciente? _____</p> <p>41. ¿Cuánto tiempo hay, a lo general, desde el inicio de un período y el comienzo de otro? _____</p> <p>42. ¿Cuántos periodos ha tenido en el último año? _____</p> <p>43. ¿Cuál fue el tiempo más largo entre períodos en el año pasado? _____</p> <p>Explique respuestas "SI" aquí:

 _____</p> |
|---|--|

POR LA PRESENTE DECLARO QUE A LO MEJOR DE MI CONOCIMIENTO, MIS RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS ANTERIORES SON COMPLETAS Y CORRECTAS.

Firma del Atleta / Fecha _____ Firma del Padre o Guardian / Fecha _____

Regresar a Entrenador, Entrenador Atlético, o Director Atlético



The Commonwealth of Massachusetts
 Executive Office of Health and Human Services
 Department of Public Health
 250 Washington Street, Boston, MA 02108-4619

CHARLES D. BAKER
 Governor

KARYN E. POLITO
 Lieutenant Governor

MARYLOU SUDDERS
 Secretary

MONICA BHAREL, MD, MPH
 Commissioner

**PRE-PARTICIPATION HEAD
 INJURY/CONCUSSION REPORTING FORM
 FOR EXTRACURRICULAR ACTIVITIES**

This form should be completed by the student's parent(s) or legal guardian(s). It must be submitted to the Athletic Director, or official designated by the school, *prior* to the start of each season a student plans to participate in an extracurricular athletic activity.

Student's Name	Sex	Date of Birth	Grade
School		Sport(s)	
Home Address			Telephone

Has student ever experienced a traumatic head injury (a blow to the head)? Yes _____ No _____

If yes, when? Dates (month/year): _____

Has student ever received medical attention for a head injury? Yes _____ No _____

If yes, when? Dates (month/year): _____

If yes, please describe the circumstances:

Was student diagnosed with a concussion? Yes _____ No _____

If yes, when? Dates (month/year): _____

Duration of Symptoms (such as *headache, difficulty concentrating, fatigue*) for most recent concussion: _____

Parent/Guardian:
 Name: _____ Signature/Date _____
 (Please print)

Student Athlete:
 Signature/Date _____

Return to Coach, Athletic Trainer, or Athletic Director



The Commonwealth of Massachusetts
 Oficina Ejecutiva de Salud y Servicios Humanos
 Departamento de Salud Pública
 250 Washington Street, Boston, MA 02108-4619

CHARLES D. BAKER
 Gobernador

KARYEN E. POLITO
 Vicegobernadora

MARYLOU SUDDERS
 Secretaria

MONICA BHAREL, MD, Inspectora
 de MPH

**FORMULARIO DE INFORME DE LESIÓN/TRAUMATISMO EN
 LA CABEZA ANTES DE PARTICIPAR EN
 ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES**

Este formulario debe ser completado por el padre, la madre o el tutor legal del alumno. Debe entregarse al Director de Deportes o al funcionario designado por la escuela, *antes* del inicio de cada temporada en que un alumno planea participar en una actividad deportiva extracurricular.

Nombre del alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Grado
Escuela		Deporte(s)	
Dirección residencial			Teléfono

¿El alumno alguna vez sufrió una lesión traumática en la cabeza (un golpe en la cabeza)?

Sí _____ No _____

En caso afirmativo, ¿cuándo? Fechas (mes/año): _____

¿El alumno alguna vez ha recibido atención médica por una lesión en la cabeza? Sí _____ No _____

En caso afirmativo, ¿cuándo? Fechas (mes/año): _____

En caso afirmativo, describa las circunstancias:

¿Al alumno se le diagnosticó un traumatismo? Sí _____ No _____

En caso afirmativo, ¿cuándo? Fechas (mes/año): _____

Duración de los síntomas (como *dolor de cabeza, dificultad para concentrarse, fatiga*) del traumatismo más reciente:

Padre/Madre/Tutor

Nombre: _____ Firma/Fecha _____
 (en letra de imprenta)

Alumno deportista:

Firma/Fecha _____

Regresar a Entrenador, Entrenador Atlético, o Director Atlético

**Chelsea High School Athletic Department
Student Participation Parental Consent**

Please Mark: Completed paperwork & participated in a sport this school year - please complete this sheet only
 First season of participation this school year – complete all necessary paperwork – including physical

Student Name: _____ ID# _____ Date: _____

Sport: _____

Guardian #1: _____ Guardian #2: _____

Best Contact Guardian #1: _____ Best Contact Guardian #2: _____

Emergency Contact

Name: _____ Relationship to Student: _____

Home Phone: _____ Cell: _____ Work Number: _____

Medical Questionnaire & Physical Exam

I hereby state to the best of my knowledge, my answers to the sports medical questionnaire are complete and correct and submitted to my child's school nurse along with a current (13 months) physical examination document. I give permission for my child to participate in Chelsea High School Athletics. Chelsea High School and its athletic trainers and associated medical personnel have permission to seek necessary emergency medical treatment for my child during his/her participation in conditioning, practices, play, and play competitions in any and all above-checked athletics teams, activities, and programs. Additionally, I give permission for Boston University Medical Staff to complete a physical exam for my child for the purpose of completing a pre-participation physical exam. Guardian Initial _____ Student Initial _____

Hold Harmless Agreement & Emergency/Injury Treatment or Care

I acknowledge that there are many inherent RISKS of INJURY involved in participating in athletic events. In acknowledging these RISKS (including, but not limited to injuries to vital joints, ligaments, tendons, organs, muscles, bones, as well as head injuries, neck and spinal injuries, partial paralysis, brain damage, and even death) and in consideration of the opportunity for my child to participate in the above listed sport(s), I agree to hold Chelsea Public Schools collectively and individually, its employees, agents, representatives, medical personnel, coaches, and volunteers, including managers and athletic trainers, harmless from any and all liability, actions, causes of actions, debts, claims, or demands of any kind and nature whatsoever (including attorney fees) which may arise by or in connection with my child's participation. The terms hereof shall serve as a release and assumption of risk for my heirs, estate, executor, administrators, assignees, and for all members of my family. If needed, I hereby authorize dispensation of medication by non-nursing personnel as provided by my child's medical provider. Guardian Initial _____ Student Initial _____

Concussion Awareness

I understand that Massachusetts State Laws requires guardians of participating student athletes in Chelsea Public School athletic program to participate in SPORT/HEAD INJURIES and CONCUSSION AWARENESS (online or through written materials) training. I have completed the necessary "Pre-Participation Head Injury/Concussion Reporting Form" Guardian Initial _____ Student Initial _____

Permission to Leave Chelsea High School

I give permission for my child to leave school grounds of Chelsea High School for trips approved and authorized by the Principal or Athletic Director. I am aware my child will be accompanied by a coach approved by the Principal/Athletic Director. Transportation includes: School Bus, Public Transportation, passenger van (used in accordance with MA General Laws Chapter 90, Section 7D. A teacher, coach, or other authorized Chelsea School Department employee will operate the van) or other means of safe transportation. Guardian Initial _____ Student Initial _____

By my signature I agree to all of the above information, confirm all information provided is accurate, and have read all the rules associated with the privilege of being a Chelsea High School Student-Athlete:

Guardian Signature: _____ Date: _____

Student-Athlete Signature: _____ Date: _____

Return to Coach, Athletic Trainer, or Athletic Director

**Departamento de Atletismo Escuela Superior de Chelsea
Participación Estudiantil Consentimiento Parental**

Nombre del Estudiante: _____ ID# _____ Fecha: _____

Deporte: _____

Guardián #1: _____ Guardián #2: _____

Mejor Contacto Guardián #1: _____ Mejor Contacto Guardián #2: _____

Contacto de Emergencia

Nombre: _____ Relación al Estudiante: _____

Teléfono del Hogar: _____ Celular: _____ Número del Trabajo: _____

Cuestionario Médico y Examen Físico

Por la presente, declaro a mi entender de mis conocimientos que mis respuestas al cuestionario médico deportivo están completas y correctas y suministradas a la enfermera de la escuela de mi hijo/a junto con un documento de examen físico actual (13 meses). Yo doy permiso para que mi hijo/a participe en el Atletismo de la Escuela Superior de Chelsea. La Escuela Superior de Chelsea y sus entrenadores atléticos y personal médico asociado tienen permiso para buscar el tratamiento médico de emergencia necesario para mi hijo/a durante su participación en condicionamiento, prácticas, juego y competencias de juego en cualquiera de los equipos de atletismo, actividades y programas. Además, doy permiso para que el Personal Médico de la Universidad de Boston complete un examen físico para mi hijo/a con el propósito de completar un examen físico de pre-participación. Inicial del Guardián _____ Inicial del Estudiante _____

Mantenga Acuerdo Inofensivo y Tratamiento o Cuidado de Emergencia / Lesión

Reconozco que hay muchos RIESGOS inherentes de LESIONES involucrados en participar en eventos atléticos. Al reconocer estos RIESGOS (incluyendo, pero no limitado a, lesiones de articulaciones vitales, ligamentos, tendones, órganos, músculos, huesos, así como lesiones en la cabeza, lesiones en el cuello, y la columna vertebral, parálisis parcial, daño cerebral e incluso la muerte) y teniendo en cuenta la oportunidad de que mi hijo (a) participe en el (los) deporte (s) arriba mencionado (s), estoy de acuerdo en mantener a las Escuelas Públicas de Chelsea colectiva e individualmente, sus empleados, agentes, representantes, personal médico, entrenadores y voluntarios de toda responsabilidad, acciones, causas de acciones, deudas, reclamaciones o demandas de cualquier tipo y naturaleza (incluyendo honorarios de abogados) que puedan surgir por o en relación con la participación de mi hijo/a. Los términos del presente documento servirán como liberación y asunción de riesgo para mis herederos, sucesores, ejecutores, administradores, cesionarios y para todos los miembros de mi familia. Si es necesario, por la presente autorizo la dispensación de la medicación por parte del personal no-enfermera según lo proporcionado por el proveedor médico de mi hijo/a. Inicial del Guardián _____ Inicial del Estudiante _____

Conciencia de la Concusión (Conmoción Cerebral)

Entiendo que las Leyes Estatales de Massachusetts requieren que los guardianes de los atletas participantes en el programa atlético de la Escuela Pública de Chelsea participen en el entrenamiento de LESIONES DEPORTIVAS / CABEZA Y CONCIENCIA DE LA CONCUSION (en línea o por medio de materiales escritos) Inicial del Guardián _____ Inicial del Estudiante _____

Permiso para Salir de la Escuela Superior de Chelsea

Yo doy permiso para que mi hijo / a salga de los predios escolares de la Escuela Superior de Chelsea para excursiones aprobadas y autorizadas por el director o el director atlético. Soy consciente de que mi hijo/a estará acompañado por un entrenador aprobado por el Director / Director de Atletismo. El transporte incluye: Autobús Escolar, Transporte Público, furgoneta de pasajeros (utilizado de acuerdo con las Leyes Generales de la MA Capítulo 90, Sección 7D) Un maestro, entrenador u otro empleado autorizado del Departamento Escolar de Chelsea manejará la camioneta) u otros medios de transporte seguro. Inicial del Guardián _____ Inicial del Estudiante _____

Por mi firma acepto toda la información anterior, confirmo que toda la información proporcionada es exacta, y he leído todas las reglas asociadas con el privilegio de ser un Estudiante-Aleta de la Escuela Superior de Chelsea:

Firma del Guardián: _____ Fecha: _____

Firma del Estudiante-Aleta: _____ Fecha: _____

Regresar a Entrenador, Entrenador Atlético, o Director Atlético