

DEL LAGO ACADEMY CAMPUS OF APPLIED SCIENCE

ATHLETIC HANDBOOK



GO FIREBIRDS!

The philosophy of Del Lago Academy athletics is to develop scholar athletes with character and leadership through competitive sports. Del Lago Academy's physical education and athletic curriculum reflects the school's mission and core values - Preparing Future Scholars, Innovators and World Citizens. We teach scholars the benefits of physical activity while promoting character, sportsmanship, and school spirit. Del Lago Academy strives to instill leadership skills and an appreciation for the value of teamwork in all scholars. Excellence is a goal in the classroom and in the athletic arena.

DEL LAGO ACADEMY PLANTEL DE CIENCIA PRACTICA

MANUAL ATLÉTICO



GO FIREBIRDS!

La filosofía de Del Lago Academy es una de desarrollar alumnos atléticos con carácter y liderazgo a través de los deportes competitivos. La educación física y currículo atlético de Del Lago Academy reflejan la misión y valores fundamentales de la escuela – Preparar Alumnos, Innovadores, y Ciudadanos del Mundo. Les enseñamos a los alumnos los beneficios del ejercicio mientras promovemos desarrollar carácter, fomentar buena conducta deportiva, y espíritu escolar. Luchamos para inculcarles a los alumnos las capacidades de liderazgo y valorar el trabajo en equipo. La excelencia es una meta en la cancha, además que en la clase.

Del Lago Academy Athletic Department

Participation in the athletic program is a privilege that is extended to all Del Lago Academy scholars who are eligible under the regulations set forth by the California Interscholastic Federation (CIF), the Escondido Union High School District, and Del Lago Academy. As representatives of Del Lago Academy, scholar athletes are expected to adhere to the five pillars of our school – Welcome, Choice Words, Do No Harm, Never Too Late to Learn, and Be the Best.

We strongly believe that athletics help scholars to develop character and leadership skills that will assist in their academic and career readiness. Through their participation in athletics, scholars will learn teamwork, sportsmanship, responsibility, confidence, and other life-long skills.

At Del Lago Academy academics are highly valued. Scholar athletes are required to maintain passing grades in all of their classes. In order to support our athletes in their pursuit of academic excellence, after-school tutorials are offered before practice as well as on some Saturdays.

Del Lago Academy is a member of the California Interscholastic Federation (CIF), San Diego Section and competes in the Coastal Conference.

Sports Offered at DLA:

Fall

Girls/Boys Cross Country
Girls Volleyball

Winter

Boys Basketball
Girls Basketball
Boys Soccer
Girls Soccer

Spring

Boys Volleyball
Boys Lacrosse
Girls Lacrosse

Contact Information

Principal:	Ruth Hellams (rhellams@euhsd.org)
Assistant Principal:	Cory Gregory (cgregory@euhsd.org)
Athletic Director:	Karin Helenschmidt (khelenschmidt@euhsd.org)
Athletic Secretary:	Lora Garduno (lgarduno@euhsd.org)
Athletic Trainer:	Laurel Harris (lharris@euhsd.org)

Or call Del Lago Academy if you are unsure where to direct your message (760) 291-2500.

Assurance of Non-Discrimination

Escondido Union High School District prohibits discrimination, harassment, intimidation, and bullying based on actual or perceived ancestry, age, color, disability, gender, gender identity, gender expression, nationality, race or ethnicity, religion, sex, sexual orientation, pregnancy, marital or parental status or association with a person or group with one or more of these actual or perceived characteristics. (EUHSD BP 0410, BP/AR 5145.3, BP/AR 4030, BP 5131.2) (Addendum 1)

Departamento Atlético de Del Lago Academy

Participación en el programa atlético es un privilegio para todos los alumnos de Del Lago Academy quienes son elegibles bajo las reglas establecidas por el Federación Interescolar de California(CIF), el Distrito Escolar de la Unión de Preparatorias de Escondido, y Del Lago Academy. Como representantes de Del Lago Academy, esperamos que los atletas adhieran a los cinco pilares de la escuela – Bienvenidos, Palabras Prudentes, No Hacer Daño, Nunca es Demasiado Tarde Para Aprender, y Se el Mejor.

Creemos firmemente en los deportes para desarrollar carácter y capacidades de liderazgo que apoyaran a los alumnos en lo académico y la carrera. A través de su participación en deportes, los alumnos aprenderán sobre trabajar en equipo, buena conducta deportiva, responsabilidad, responsabilidad, confianza, y otras habilidades que les servirán a lo largo de sus vidas.

En Del Lago Academy valoramos altamente las académicas. Requerimos que alumnos atletas mantengan calificaciones aprobatorias en todas sus clases. Con el objetivo de lograr excelencia académica, apoyamos a nuestros atletas con proveer tutoría después de la escuela y antes de la practica, además de algunos sábados.

Del Lago Academy es un miembro de la Federación Interescolar de California(CIF), Sección San Diego y compite en la Jornada Costal (Coastal Conference).

Deportes ofrecidos en DLA:

Otoño

Mujeres/Campo a Través
Mujeres/Voleibol

Invierno

Hombres/Baloncesto
Mujeres/Baloncesto
Hombres/Futbol
Mujeres/Futbol

Primavera

Hombres/Voleibol
Hombres/Lacrosse
Mujeres/Lacrosse

Información de contacto:

Directora:	Ruth Hellams (rhellams@euhsd.org)
Subdirector:	Cory Gregory (cgregory@euhsd.org)
Director Atlético:	Karin Helenschmidt (khelenschmidt@euhsd.org)
Secretaria Atlética:	Lora Garduno (lgarduno@euhsd.org)
Entrenadora Atlética:	Laurel Harris (lharris@euhsd.org)

O llame a Del Lago Academy si no esta seguro donde dirigir su mensaje (760) 291-2500.

Seguro en contra de la Discriminación

El Distrito Escolar de la Unión de Preparatorias de Escondido prohíbe la discriminación, el acoso, la intimidación y el acoso basados en ascendencia real o percibida, edad, color, discapacidad, género, identidad de género, género, nacionalidad, raza u origen étnico, religión, sexo, orientación sexual, embarazo, estado civil o parental o asociación con una persona o grupo con una o más de estas características reales o percibidas.

Participation

Try-Out

- All Athletes must be academically eligible for practice before they can try out for a team (No more than 2 classes with NM's).
- Before an athlete can try-out they must complete the Athletic Clearance Packet. This is available during school registration in July. The rest of the year it is available in the office. The completed packet is good for the entire school year.
- Athletes may also obtain a sports physical from their own doctor. Physicals must be dated after July 1 of the current year.
- The Athletic Clearance Packet and the Sports Physical must be verified by the DLA Athletic Secretary or the Athletic Trainer prior to trying out for a team.
- Each Athlete will be given a minimum of three try-outs.
- Athletes who play more than one school sport must be officially released from the previous sport before trying out for the next sport. For example, if an athlete is competing in the finals for cross country, they may not try out for soccer or basketball until their cross country season is officially over. Coaches will allow the athlete to tryout at a later date.

Eligibility

CIF Eligibility

DLA will adhere to the Constitution and Bylaws of CIF San Diego section (Green Book). These requirements include but are not limited to:

- If an athlete attains his/her 19th birthday prior to June 15th of the current year, shall not be allowed to participate or practice on any CIF team.
- Incomplete grades are considered failing grades for determining scholastic eligibility until such time as the incomplete grade is changed in accordance with a written school district policy and a passing grade is substituted for the incomplete grade.
- Student Athletes must attend and be passing at least two classes to be eligible for athletic participation. Further, student athletes must pass at least 2/3 of their classes for each grading period. If an athlete is taking two classes, then they must pass both classes. If an athlete is taking three classes, then they must pass at least two of the courses. If the athlete is taking four classes, then they must pass at least three of the courses. Incompletes are counted as F's until they are changed to a letter grade.
- An athlete cannot compete on any "outside" team in that sport from the date of the first scrimmage until the season is over.
- Participation in school athletics takes precedence over all other outside athletic activities. This includes club teams.
- Transfer Students: Must have written approval from the CIF San Diego Section

DLA Eligibility

Academics are the priority! Scholar athletes are responsible for understanding the unique DLA grading policy. It is the responsibility of the scholar to keep track of their grades and to clear their NM's as soon as possible.

- Eligibility will be determined at the end of every grading period.

Participación

Prueba de selección

- Atletas deben ser elegibles académicamente antes de poder asistir a la prueba de selección para un equipo. (No mas de 2 clases con NMs).
- Antes de poder asistir a la prueba de selección, el atleta debe completar el Athletic Clearance Packet. Este paquete es disponible durante la registración en julio. El resto del año es disponible en la oficina. Con solo completar el paquete una vez les sirve para todo el año escolar.
- Atletas deben obtener un examen físico de su propio medico. El examen físico debe tener fecha posterior del 1 de julio del mismo año.
- Deben ser verificados el Athletic Clearance Packet y Examen Físico por la Secretaria Atlética o Entrenadora Atlética antes de la prueba de selección.
- Se le permitirá tres pruebas de selección a cada atleta.
- Atletas quienes juegan mas de un deporte deben ser oficialmente despedido del deporte anterior antes de poder participar en la prueba de selección para el próximo deporte. Por ejemplo, si el atleta esta compitiendo en las finales de Campo a Traves, no pueden participar en futbol o baloncesto hasta que haya terminado la temporada oficialmente. El entrenador les dará permiso para participar en la prueba de selección de fecha posterior.

Elegibilidad

Elegibilidad CIF

DLA adherirá a la Constitución y Estatutos de CIF Sección San Diego (Green Book). Los requisitos incluyen, pero no son limitados a:

- No se permitirá la participación o practica en ningún equipo CIF del atleta quien cumpla los 19 años antes del 15 de junio del mismo año.
- Se consideran la calificación incompleta como calificación reprobada en el caso de determinar la elegibilidad académica del atleta, o hasta que la calificación incompleta sea cambiada conforme a la póliza escrita del distrito escolar y una calificación aprobada sea intercambiada por la reprobada.
- Es requisito que alumnos atletas asistan y aprueben por lo menos dos clases para ser elegibles para participación atlética. Aun mas, alumnos atletas deben aprobar por lo menos 2/3 de sus clases al terminar cada termino de calificaciones. Si el alumno toma dos clases, debe aprobar las dos. Si el alumno toma tres clases, debe aprobar dos de las clases. Si el alumno toma cuatro clases, debe aprobar tres de las clases. Calificaciones incompletas son evaluados como F's hasta que sean cambiadas a una calificación de letra.
- Atletas no pueden competir en el mismo deporte en un equipo de otra liga deportiva que no sea del distrito escolar desde la fecha del primer partido hasta que se termine la temporada.
- Participación en los deportes escolares tienen prioridad sobre todas otras actividades deportivas. Esto incluye los deportes de club.
- Alumnos Transferidos: Deben tener aprobación escrita de la Sección San Diego, CIF.

Elegibilidad DLA

¡Las académicas son la prioridad! Estudiantes atletas son responsables por entender la póliza única de DLA. Es la responsabilidad de los alumnos de estar al tanto de sus calificaciones y corregir sus NMs lo mas pronto posible.

- La elegibilidad será determinada al fin de cada termino de calificaciones.

- Eligibility will be determined by using both the current grading period and the previous grading period. An athlete may not have 2 consecutive NM's in the same class.
- Eligibility reports will only be run once a week.

DLA athletes must adhere to the following eligibility requirements:

- During one 6-week grading period an athlete is considered on probation if they have one class with a NM. They may practice and play in competitions.
- During one 6-week grading period, if an athlete has 2 or more classes with NM's they are ineligible for (games including) travel and may only participate in practices.
- If an athlete has a NM in the same class for two consecutive grading periods, the athlete is ineligible for games (including travel) and practices until one of the NM's is cleared.
- If an athlete has 3 or more classes with NM's they are ineligible and may be removed from the team.

Procedure for becoming eligible:

- The athlete has a NM in one (or more) of their classes at the end of a grading period.
- Athlete must consult with the teacher to understand the procedure for clearing their NM. This may include additional prep work before the competency can be retaken.
- Athlete must make an appointment with the teacher to retake the needed competency(ies).
- Scholar must identify themselves as an athlete so the teacher can fill out a grade change form. This is mandatory.
- Athlete must give the teacher sufficient time to grade the work.
- The athlete may then check eligibility with the Athletic Director, Mrs. Helenschmidt (Room C118), only on Thursdays. This can be done during nutrition, lunch, X-block (with teacher permission) or after school.
- If the athlete is eligible, Mrs. Helenschmidt will print and sign a "cleared" form for the athlete to give to their coach.

Concussion Protocol

Del Lago Academy and the Escondido Union High School district follow the CIF protocol when an athlete is showing signs of a concussion. CIF states "A student-athlete who is suspected of sustaining a concussion or head injury in a practice or game shall be removed from competition at that time for the remainder of the day. A student-athlete who has been removed from play may not return to play until the athlete is evaluated by a licensed health care provider trained in education and management of concussion and receives written clearance to return to play from that health care provider."

ESCONDIDO UNION HIGH SCHOOL DISTRICT (2018/2019)

A concussion is a head injury and all brain injuries are serious. They are caused by a bump, blow, or jolt to the ear, or by a blow to another part of the body with the force transmitted to the head. They can range from mild to severe and can disrupt the way the brain normally works. Even though most concussions are mild, all concussions are potentially serious and may result in complication including prolonged brain damage and death if not recognized and managed properly. In other words, even a "ding" or a bump on the head can be serious. You can't see a concussion and most sports concussions occur without the loss of consciousness. Signs and symptoms of a concussion may show up right after the injury, and can take hours or days to fully

- Elegibilidad será determinada por tomar en consideración el termino actualizado y el previo. Atletas no podrán tener 2 NMs consecutivas en la misma clase.
- Reportes de elegibilidad solo serán actualizadas una vez a la semana.

Atletas de DLA tendrán que adherir con los siguientes requisitos de elegibilidad:

- Los atletas serán considerados periodo de prueba si es que durante un periodo de 6 semanas tienen una clase con NM. Se les permite practicar y jugar en competencias.
- Los atletas serán considerados inelegible (incluyendo partidos) para viajar si es que durante un periodo de 6 semanas tienen dos clases con NM. Se les permite participar en las practicas.
- Los atletas serán considerados inelegible (incluyendo partidos) para viajar y participar en practicas si es que tienen un NM en la misma clase durante dos periodos de 6 semanas consecutivas.
- Los atletas serán considerados inelegibles para participar en deportes y podrán ser eliminados del equipo si acumulan 3 o mas clases con NM.

Proceso para llegar a ser inelegible:

- El atleta tiene un NM en una (o mas) de sus clases al final del periodo de calificaciones.
- El atleta debe de consultar con su maestro para asegurar que entiende el proceso para corregir el NM. Talvez tendrá que completar trabajo adicional antes de repetir la competencia.
- El atleta debe programar una cita con el maestro para repetir las competencia(s).
- Los atletas se deben identificarse como atleta al maestro para que llenen la forma de cambio de calificación. Es mandatorio.
- Los atletas deben darles bastante tiempo para calificar sus tareas.
- Luego pueden fijares en su elegibilidad con la Directora Atlética, Sra. Helenschmidt (Salón C118) – solo los jueves. Podrán cumplir esto durante nutrición, almuerzo, X-block (con permiso del maestro), o después de la escuela.
- La Sra. Helenschmidt les imprimirá y firmará una forma de “resuelto” para su entrenador.

Protocolo de Contusión

Del Lago Academy y el Distrito Escolar de la Unión de Preparatorias de Escondido siguen el protocolo de CIF cuando un atleta enseña los síntomas de una contusión cerebral. Aun CIF “Un atleta a quien se le sospeche haber sostenido una contusión cerebral, durante practica o partido, será eliminado de la competición el resto del día. El atleta no podrá volver a jugar hasta que sea evaluado por un proveedor licenciado de salud con la especialidad de educación y manejo de contusiones. Se requiere autorización escrita de un médico para que regrese.”

Distrito Escolar de la Unión de Preparatorias de Escondido (2018/2019)

Una contusión cerebral es una herida al cerebro y todas las heridas involucrando el cerebro son graves. Son causadas por un toque, golpe, o sacudida en la oreja, o por un golpe en otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Pueden variar de ligero a grave y pueden alterar la forma en que el cerebro normalmente funciona. A pesar de que la mayoría de las contusiones cerebrales son ligeros, todas las contusiones cerebrales son potencialmente graves y pueden ocasionar complicaciones, que incluyen daño cerebral prolongado y la muerte, si no se reconocen y se manejan adecuadamente. En otras palabras, incluso un "toque" o un golpe a la cabeza puede ser grave. No se puede ver físicamente una contusión cerebral y la mayoría de las contusiones cerebrales deportivas ocurren sin la pérdida de la conciencia.

appear. If your child reports any symptoms of a concussion, or if you notice the symptoms or signs of a concussion yourself, seek medical attention right away.

Signs and symptoms of a concussion may include one or more of the following:

Headaches Amnesia
Pressure in the head Slurred speech
Nausea and vomiting Fatigue or low energy
Neck pain Loss of consciousness
Balance problems or dizziness Nervousness or anxiety
Blurred, double, or fuzzy vision Irritability
Sensitivity to light or noise Ringing in the ears
Feeling sluggish or slow Confusion
Feeling foggy or groggy Concentration or memory problems
Drowsiness Change in sleep pattern
Sadness/More emotional Repeating the same comment/question
Seizures/convulsions Shows behavior or personality changes

What can happen if my child keeps on playing with a concussion or returns to school?
Athletes with the signs and symptoms of a concussion should be removed from play immediately. Continuing to play with the signs and symptoms of a concussion leaves the young athlete especially vulnerable to greater injury. There is an increased risk of significant damage from a concussion for a period of time after that concussion occurs, particularly if they athlete suffers another concussion before completely recovering from the first one. This can lead to prolonged recovery, or even severe brain swelling (second impact syndrome) with devastating and even fatal consequences. It is well known that adolescent or teenage athletes will often under report symptoms of injuries. Concussions are no different. As a result, education of administrators, coaches, parents and students is the key for student-athlete safety.

If you think your child has suffered a concussion
Pursuant to Education Code Section 49475, any athlete even suspected of suffering a concussion shall be immediately removed from the athletic activity for the remainder of the day. No athlete may return to activity after an apparent head injury or concussion, regardless of how mild it seems or how quickly symptoms clear, without medical clearance from a licensed health care provider. If the licensed health care provider determines that the athlete sustained a concussion or a head injury, the athlete shall also complete a graduated return-to-play protocol of no less than seven days in duration under the supervision of a licensed health care provider.

You should also inform your child's coach if you think that your child may have a concussion. Remember it's better to miss one game than miss the whole season. When in doubt, the athlete sits out.

For current and up-to-date information on concussions you can go to:
www.cdc.gov/concussionsinyouthsports.com

Athletic Department Communication Guidelines

COMMUNICATION PARENTS AND PLAYERS CAN EXPECT FROM THE COACH:

- Philosophy of coach

Los signos y síntomas de una contusión cerebral pueden aparecer inmediatamente después de la lesión, y pueden tardar horas o días en aparecer por completo. Si su hijo presenta cualquier síntoma de una contusión cerebral o si nota los síntomas o signos de una conmoción cerebral usted mismo, busque atención médica de inmediato.

Dolores de cabeza Amnesia
Presión en la cabeza Discurso fluido
Náuseas y vómitos Fatiga o poca energía
Dolor de cuello Pérdida de conocimiento
Problemas de equilibrio o mareos Nerviosismo o ansiedad
Visión borrosa, doble o difusa Irritabilidad
Sensibilidad a la luz o al ruido Zumbido en los oídos
Sentirse lento o lento Confusión
Sentirse empañado o aturdido Concentración o problemas de memoria
Modorro Cambio de en el patrón de sueño
Tristeza / Más emocional Repitiendo el mismo comentario / pregunta
Convulsiones / convulsiones Muestra cambios de conducta o personalidad

¿Que podría pasar si mi hijo/a sigue jugando con una contusión o regresa a la escuela?

Los atletas con los signos y síntomas de una contusión cerebral deben retirarse del juego inmediatamente. Seguir jugando con los signos y síntomas de una contusión cerebral deja especialmente vulnerable al atleta joven a una lesión mayor. Durante un período de tiempo después de que se produzca la contusión cerebral existe un mayor riesgo de daño significativo, especialmente si el atleta sufre otra conmoción cerebral antes de recuperarse por completo de la primera. Esto puede prestar a una recuperación prolongada, o incluso a una inflamación cerebral grave (síndrome de segundo impacto) con consecuencias devastadoras e incluso fatales. Es bien sabido que los atletas jóvenes o adolescentes no reportan los síntomas de las lesiones. Las contusiones cerebrales aún no son diferentes. Como resultado, la educación de los administradores, entrenadores, padres y estudiantes es la clave para la seguridad de los estudiantes atletas.

Si usted cree que su hijo/a a/e sufrido una contusión

Conforme con la Sección 49475 del Código de Educación, cualquier atleta, incluso sospechoso de sufrir una conmoción cerebral, será inmediatamente retirado de la actividad deportiva por el resto del día. Ningún atleta puede volver a la actividad después de una lesión aparente en la cabeza o una contusión cerebral, independientemente de lo ligero que parezca o de la rapidez con que desaparezcan los síntomas, sin autorización médica de un proveedor de atención médica autorizado. Si el proveedor licenciado de salud autorizado determina que el atleta sufrió una contusión cerebral o una lesión en la cabeza, el atleta también deberá completar un protocolo gradual de retorno al juego de no menos de siete días de duración bajo la supervisión de un proveedor de atención médica autorizado.

También debe informar al entrenador de su hijo si cree que su hijo puede tener una contusión cerebral. Recuerde que es mejor perder un juego que perder toda la temporada. En caso de duda, el atleta no juega.

Para información actualizada sobre contusiones cerebrales, visite:
www.cdc.gov/concussionsinyouthsports.com

- Expectations of both individual athlete and team, including academics
- Location and times of all practices and games
- CIF, District, DLA and Team rules
- Athletes role on team
- Requirements to earn a varsity letter

COMMUNICATION THAT COACHES CAN EXPECT FROM PLAYERS:

- Notification of possible ineligibility due to academics
- Notification of tutorial attendance
- Upcoming absences and/or tardiness
- Notification of injuries
- Any team problems or issues

COMMUNICATION THAT COACHES CAN EXPECT FROM PARENTS:

- Concerns expressed directly to coaches
- Specific questions about philosophy or expectations
- Notification of any injuries or illness
- Any absences prior to practices or games
- Any changes in transportation to and from the game

APPROPRIATE CONCERNS TO DISCUSS WITH COACHES:

- Treatment of your child (mentally or physically)
- Ways to help your child improve
- Concerns about your child's behavior
- Failure to meet coaching responsibilities listed in philosophy statement

INAPPROPRIATE CONCERNS TO DISCUSS WITH COACHES:

- Playing time
- Team strategy
- Play calling
- Another student athlete

We believe that the DLA coaches make the best decisions for the team. In order to build strength and unity coaches must consider the entire team and not just a single member. Sometimes this can be hard when your athlete is not playing as much as you would like. As noted in the above lists, certain concerns should be discussed with the coach. Other decisions like the examples on the list of, "Inappropriate Concerns" must be left to the discretion of the coach.

If you have a concern to discuss with the coach, please follow this procedure:

- Call or email the coach to set up an appointment.
- Please do not attempt to confront a coach before or after a contest. This can be an emotional time for the player, the parent and the coach. Confrontations of this nature do not promote positive resolutions.

If a satisfactory resolution between parent and coach does not take place after the initial communication:

- Contact the Athletic Director, Karin Helenschmidt, at 760-291-2500 and leave a detailed message.
- The Athletic Director will set up a meeting with the parent, athlete, and coach if needed.

Sistema de Comunicación del Departamento Atlético

COMUNICACIONES QUE PADRES Y ATLETAS PUEDEN ESPERAR DEL ENTRENADOR:

- Filosofía del entrenador
- Expectativas tanto del atleta individual como del equipo, incluso las académicas
- Ubicación y horarios de todas las prácticas y juegos
- Reglas de CIF, Distrito, DLA, y equipo
- Papel de los atletas en el equipo
- Requisitos para ganar una "varsity letter"

COMUNICACIÓN QUE LOS ENTRENADORES PUEDEN ESPERAR DE LOS ATLETAS:

- Notificación de posible inelegibilidad debido a las académicas
- Notificación de asistencia tutorial
- Próximas ausencias y / o tardanzas
- Notificación de lesiones
- Cualquier problema o problema del equipo

COMUNICACIÓN QUE LOS ENTRENADORES PUEDEN ESPERAR DE LOS PADRES:

- Reportar preocupaciones directamente a los entrenadores
- Preguntas específicas sobre filosofía o expectativas
- Notificación de cualquier lesión o enfermedad
- Cualquier ausencia antes de las prácticas o juegos
- Cualquier cambio en el transporte hacia y desde el juego

PREOCUPACIONES APROPIADAS PARA DISCUTIR CON LOS ENTRENADORES:

- Tratamiento de su hijo/a (mental o físicamente)
- Formas de ayudar a su hijo/a mejorar
- Preocupaciones sobre el comportamiento de su hijo/a
- Fallar en las responsabilidades enumeradas en la declaración de filosofía

PREOCUPACIONES INAPROPIADAS PARA DISCUTIR CON ENTRENADORES:

- Tiempo en la cancha
- Estrategia del equipo
- Dirigiendo las jugadas
- Otro estudiante atleta

Creemos que los entrenadores de DLA toman las mejores decisiones para el equipo. Para construir fuerza y unidad, los entrenadores deben considerar a todo el equipo y no solo a un solo miembro. A veces, esto puede ser difícil cuando su atleta no juega tanto como le gustaría. Como se menciona en las listas anteriores, ciertas preocupaciones se deben discutir con el entrenador. Otras decisiones como los ejemplos en la lista de "Preocupaciones Inapropiadas" deben dejarse a la discreción del entrenador.

Si tiene una preocupación para discutir con el entrenador, siga este procedimiento:

- Llame o envíe un correo electrónico al entrenador para programar una cita.
- Por favor, no intente confrontar a un entrenador antes o después de un juego. Este puede ser un momento emotivo para el jugador, el padre y el entrenador. Confrontaciones de esta naturaleza no promueven resoluciones positivas.

- The Athletic Director will attempt to mediate a resolution. It is our intention to do our best in resolving any situations between athletes, parents, and coaches. For this to happen, all of the parties involved must be willing to work together to find the best possible solution.

Conduct

We expect all Del Lago Academy scholars to adhere to school, district and CIF rules. These rules are to be followed during all practices and competitions.

DLA Scholars adhere to the following pillars:

- Welcome – Coaches, athletes and their families are expected to welcome opposing teams in a professional manner.
- Choice Words – Coaches, athletes and their families are expected to use choice words during home and away competitions. Profanity will not be tolerated.
- Never Too Late to Learn – Everyone involved in sports is learning something – how to be a team mate, a better player, a better coach, or even a better spectator. Please keep in mind that this is not a professional level program and all athletes and coaches are learning.
- Do No Harm – Coaches, Athletes and their families are expected to treat all facilities with respect, regardless of home or away competitions. This includes the busses.
- Be the Best – Every athlete and coach is expected to be the best both during competitions and during practices.

Del Lago Academy Athletic Policies

Practice Rules

- Practices may not start earlier than 4:30. This allows athletes to attend tutorial before practice.
- All athletes are responsible for knowing their academic status and eligibility.
- If an athlete is absent from school all day they will not be allowed to practice or play in any competition on that day.
- Athletes are not allowed in the locker room unattended.
- All athletes must keep their shirts on during practice.

Transportation

- All athletes will travel to away contests using EUHSD authorized vehicles.
- All athletes will follow the rules provided by the EUHSD transportation department.
- Students are not allowed to drive themselves to any competitions.
- If there is an extenuating circumstance in which a parent/guardian must drive the athlete to an away contest, the parent/guardian and athlete must complete and Alternative Transportation Form at least 48 hours in advance of the away competition. This form is available in the office and turned into Mrs. Garduno.
- In order for parents/guardians drive athletes other than their own, they must complete the appropriate paper work with our office administrator.
- UNDER NO CIRCUMSTANCES MAY ATHLETES TRANSPORT OTHER ATHLETES.

Varsity Letter

- In order for an athlete to qualify for a varsity letter they must be eligible for at least 50% of the season.
- Athletes must meet the requirements stated by the coach.

Si no se resuelve satisfactoriamente entre el padre y el entrenador después de la comunicación inicial:

- Comuníquese con la Directora Atlética, Karin Helenschmidt, al 760-291-2500 y deje un mensaje detallado.
- El Director Atlético establecerá una reunión con el padre, el atleta y el entrenador si es necesario.
- El Director Atlético intentará mediar una resolución. Es nuestra intención hacer nuestro mejor esfuerzo para resolver cualquier situación entre atletas, padres y entrenadores. Para que esto suceda, todas las partes involucradas deben estar dispuestas a trabajar juntas para encontrar la mejor solución posible.

Conducta

Esperamos que todos los estudiantes de la Academia Del Lago se adhieran a las reglas de la escuela, el distrito y CIF. Estas reglas se deben seguir durante todas las prácticas y competiciones.

Los alumnos de DLA se adhieren a los siguientes pilares:

- Bienvenida: se espera que los entrenadores, los atletas, y sus familias reciban a los equipos contrarios de manera profesional.
- Palabras Prudentes: se espera que los entrenadores, los atletas y sus familias usen palabras prudentes durante las competencias, en casa, y fuera de casa. La blasfemia no será tolerada.
- Nunca es demasiado tarde para aprender: todas las personas involucradas en el deporte aprenden algo: cómo ser un compañero de equipo, un mejor jugador, un mejor entrenador o incluso un mejor espectador. Tenga en cuenta que este no es un programa de nivel profesional y todos los atletas y entrenadores están aprendiendo.
- No hacer daño: los entrenadores, los atletas, y sus familias deben tratar a todas las instalaciones con respeto, independientemente de las competencias, en casa, o fuera de casa. Esto incluye los autobuses.
- Sé el mejor: se espera que todos los atletas y entrenadores sean los mejores durante las competencias y durante las prácticas.

Pólizas Atléticas de Del Lago Academy

Reglas de práctica

- Las prácticas no pueden comenzar antes de las 4:30. Esto permite a los atletas asistir a tutoría antes de la práctica.
- Todos los atletas son responsables de conocer su estado académico y elegibilidad.
- Si un atleta está ausente de la escuela todo el día, no se le permitirá practicar o jugar en ninguna competencia en ese día.
- Los atletas no están permitidos en el vestuario sin supervisión.
- Todos los atletas deben mantener sus camisetas puestas durante la práctica.

Transporte

- Todos los atletas viajarán a concursos fuera del plantel usando vehículos autorizados por EUHSD.
- Todos los atletas seguirán las reglas provistas por el departamento de transporte de EUHSD.
- Los estudiantes no pueden conducir a sí mismos a cualquier competencia.

- Only players may receive varsity letters. Managers, score keepers or other team support members may not receive a varsity letter.

Uniforms

- Uniforms must be kept in good playing condition.
- Uniforms will be checked out and in by each coach.
- When checking in the uniform at the end of the season it must be clean.
- Players will not receive their varsity letters until the uniform has been returned.

Title IX Compliance

Under the law, students shall receive fair and equitable opportunity to participate in all academic opportunities, including athletics. Below we have outlined your rights, the Compliance Officer for the Escondido Union High School District and the process to file a complaint. If you have any questions or concerns, please contact our Compliance Officer:

Compliance Officer

Dr. Olga West, Assistant Superintendent of Human Resources
Equity and Title IX Compliance Officer
302 N. Midway Dr.
Escondido, CA 92027
(760) 291-3281
owest@euhsd.org

Your rights under the law:

- You have the right to fair and equitable treatment and you shall not be discriminated against based on your sex.
- You have the right to be provided with an equitable opportunity to participate in all academic extracurricular activities, including athletics.
- You have the right to inquire of the athletic director of your school as to the athletic opportunities offered by the school.
- You have the right to receive equitable treatment and benefits in the provision of all of the following:
 1. Equipment and supplies.
 2. Scheduling of games and practices.
 3. Transportation.
 4. Access to tutoring.
 5. Coaching.
 6. Practice and competitive facilities.
 7. Medical and training facilities and services.
 8. Publicity.
- You have the right to have access to a gender equity coordinator to answer questions regarding gender equity laws.
- You have the right to contact the State Department of Education to access information on gender equity laws.
- You have the right to file a confidential discrimination complaint with the United States Office of Civil Rights or the State Department of Education if you believe you have been

- Si existe una circunstancia atenuante en la cual un padre / tutor debe conducir al atleta a un concurso fuera de la escuela, el padre / tutor y el atleta deben completar el Formulario de Transporte Alternativo al menos 48 horas antes de la competencia fuera del plantel. Este formulario está disponible en la oficina y se entrega la Sra. Garduno.
- Para que los padres / tutores manejen atletas que no sean los suyos, deben completar las formas apropiadas en la oficina.
- **BAJO NINGUNA CIRCUNSTANCIA PUEDEN LOS ATLETAS TRANSPORTAR A OTROS ATLETAS.**

Varsity Letter

- Para que un atleta califique para una “varsity letter,” debe ser elegible para al menos el 50% de la temporada.
- Los atletas deben cumplir con los requisitos establecidos por el entrenador.
- Solo los jugadores pueden recibir “varsity letter.” Los gerentes, los encargados del puntaje, u otros miembros de apoyo del equipo no pueden recibir una “varsity letter.”

Uniformes

- Los uniformes deben mantenerse en buenas condiciones.
- Los uniformes serán revisados por cada entrenador.
- Debe estar limpio al regresar el uniforme al final de la temporada.
- Los jugadores no recibirán sus “varsity letter” hasta que el uniforme haya sido devuelto.

Cumplimiento de Título IX

Bajo la ley, estudiantes recibirán oportunidades justas y equivalentes de participar en todas las oportunidades académicas, incluidas las de atletismo. A continuación, detallamos sus derechos, el Oficial de Cumplimiento para el Distrito Escolar de la Unión de Preparatorias de Escondido y el proceso para presentar una queja. Si tiene alguna pregunta o inquietud, contáctese con nuestro Oficial de Cumplimiento:

Compliance Officer

Dr. Olga West, Assistant Superintendent of Human Resources

Equity and Title IX Compliance Officer

302 N. Midway Dr.

Escondido, CA 92027

(760) 291-3281

owest@euhsd.org

Sus derechos bajo la ley:

- Usted tiene derecho a un trato justo y equitativo y no deberá ser discriminado en función de su sexo.
- Usted tiene derecho a recibir una oportunidad equitativa para participar en todas las actividades académicas extracurriculares, incluidas las de atletismo.
- Tiene derecho a preguntar al director deportivo de su escuela sobre las oportunidades atléticas que ofrece la escuela.
- Usted tiene derecho a recibir un trato y beneficios equitativos en la provisión de todo lo siguiente:
 1. Equipos y suministros.
 2. Programación de juegos y prácticas.
 3. Transporte.

- discriminated against or if you believe you have received unequal treatment on the basis of your sex.
- You have the right to pursue civil remedies if you have been discriminated against.
- You have the right to be protected against retaliation if you file a discrimination complaint.

For Additional Information, please visit the California Department of Education, Office of Equal Employment Opportunity:

<https://www.cde.ca.gov/re/di/eo/genequitytitleix.as>

Filing a Complaint

For complaints regarding Title IX, you may complete a Uniform Complaint using the links below:

- [UCP English](#)
- [UCP Complaint Form in English](#)
- [UCP Spanish](#)
- [UCP Complaint Form in Spanish](#)

In addition, the United States Department of Education, Office of Civil Rights has additional information on their website. A complaint must ordinarily be filed within 180 days of the last act of discrimination. If your complaint involves matters that occurred longer ago than this and you are requesting a waiver, you will be asked to show good cause why you did not file your complaint within the 180-day period. You may also contact the Office of Civil Rights at 800-421-3481 or ocr@ed.gov.

United States Department of Education – [Office of Civil Rights](#)

1. Acceso a tutoría.
 2. Entrenamiento.
 3. Práctica e instalaciones competitivas.
 4. Instalaciones y servicios médicos y de capacitación.
 5. Publicidad.
- Usted tiene derecho a tener acceso a un coordinador de equidad de género para responder a preguntas sobre las leyes de equidad de género.
 - Usted tiene derecho a comunicarse con el Departamento de Educación del Estado para acceder a la información sobre las leyes de equidad de género.
 - Tiene derecho a presentar una queja confidencial de discriminación ante la Oficina de Derechos Civiles de los Estados Unidos o el Departamento de Educación del Estado si cree que ha sido discriminado o si cree que ha recibido un trato injusto en función de su sexo.

Para información adicional, por favor visite el Departamento de Educación del Estado de California, Oficina de Empleo Equitativo:

<https://www.cde.ca.gov/re/di/eo/genequitytitleix.as>

Presentando una Queja

Para quejas con respecto al Título IX, puede completar una Queja Uniforme usando los enlaces a continuación:

- [UCP English](#)
- [UCP Complaint Form in English](#)
- [UCP Español](#)
- [Forma para Queja UCP en Español](#)

Además, el Departamento de Educación de los Estados Unidos, Oficina de Derechos Civiles tiene información adicional en su sitio web. Por lo general, una queja se debe presentar dentro de los 180 días posteriores al último acto de discriminación. Si su reclamo involucra asuntos que ocurrieron hace más tiempo que esto y está solicitando una exención, se le pedirá que demuestre una buena razón por la cual no presentó su reclamo dentro del período de 180 días. También puede comunicarse con la Oficina de Derechos Civiles al 800-421-3481 o al correo electrónico @ed.gov.

Departamento de Educación de los Estados Unidos – [Oficina de Derechos Civiles](#)

Parent/Athlete Signature Page

By signing below, both parent and athlete acknowledge that they have read and understood the contents and agreements outlined in Del Lago Academy's Athletic Handbook. The Athletic Handbook is given to both the parent and athlete on an annual basis and covers all the sports played for the school year.

Athlete Printed Name

Athlete Signature

Date

Parent/Guardian Printed Name

Parent/Guardian Signature

Date

The signature page must be submitted with the Athletic Clearance Package and will be kept on file for the school year.

Página de Firmas de Padre/Atleta

Al firmar a continuación, tanto el padre como el atleta reconocen que han leído y entendido los contenidos y acuerdos delineados en el Manual Atlético de Del Lago Academy. El Manual de atletismo se entrega anualmente al padre y al atleta y cubre todos los deportes durante el año escolar.

Nombre del Atleta

Firma del Atleta

Fecha

Nombre del Padre/Tutor

Firma del Padre/Tutor

Fecha

La página de firmas debe enviarse junto con el paquete de atletismo y se mantendrá archivada durante el año escolar.