

COVID-19 Return to Athletics Procedures

Dear OCS Parents/Guardians and Athletes,

Athletics and co-curricular activities are an important part of the school experience for many of our Orange County Schools (OCS) students and their families. The [North Carolina High School Athletic Association \(NCHSAA\) released guidelines](#) about returning to athletics this school year.

In order to reopen safely, we plan to phase-in these activities slowly and carefully, beginning with high school sports. A decision on middle school sports will be made later. We continue to plan on the schedule below as being the start date of our return to athletics, pending approval by the Orange County Board of Education during the October 12th board meeting. However, this date is subject to change if necessary to ensure public health and safety and/or to comply with newly issued guidance or requirements from applicable local, state, and federal agencies. Our athletic directors, athletic trainers, and coaches have been working hard to ensure each high school has the necessary supplies/equipment needed and that athletic personnel are trained to follow the recently released NCHSAA guidelines.

Sport	First Optional Workout	First Practice
Injury Rehab or Physical Therapy (by appointment)	10/14/2020	N/A
Cross Country	10/14/2020	11/4/2020
Volleyball	10/14/2020	11/4/2020
Swim & Diving	TBD	11/23/2020
Basketball	11/9/2020	12/7/2020
Cheer	11/9/2020	12/7/2020
Soccer (Men's)	12/14/2020	1/11/2021
Lacrosse	12/14/2020	1/11/2021
Football	1/4/2021	2/8/2021
Golf (M&W)	2/1/2021	3/1/2021
Tennis (Men's)	2/1/2021	3/1/2021
Soccer (Women's)	2/1/2021	3/1/2021
Softball	2/1/2021	3/1/2021
Baseball	3/8/2021	4/12/2020
Tennis (Women's)	3/8/2021	4/12/2020
Track & Field	3/8/2021	4/12/2020
Wrestling	3/8/2021	4/12/2020

In addition, all participants in high school sports must adhere to the following guidelines. Failure to do so could result in being barred from continued participation with the team during workouts or other disciplinary consequences.

- Each athlete must have a valid [physical](#) (please click the link to read updated guidelines), [family medical history form](#), and new concussion form ([English/Spanish](#)) for the 20-21 school year on file at the school.
- On the first day that an athlete attends a workout session or practice, they must submit the [NCHSAA Initial Screening Form](#). Athletes will not be allowed to participate until this form is submitted.
- Each athlete will also be required to have a [consent to participate/waiver](#) form signed by their parent or guardian. Athletes will not be allowed to participate until this form is submitted.
- If an athlete has previously been tested for COVID-19, they must submit one of the following applicable forms: [Return to Play Form - After a NEGATIVE test](#) or [Return to Play Form - After a POSITIVE test](#)



- OCS strongly recommends that coaches, staff, and athletes who are considered vulnerable populations during this pandemic, consult with their primary care physician (not urgent care or emergency room) about participating in athletics.
 - Vulnerable individuals are defined as, but not limited to: people age 65 years and older and others with serious underlying health conditions, including high blood pressure, chronic lung disease, diabetes, obesity, asthma, and those whose immune system may be compromised by treatment such as by chemotherapy for cancer, certain medication for rheumatoid arthritis and other conditions requiring immune suppression.
- Athletes must bring their own clearly labeled or identifiable water bottle to each workout. Athletes who do not bring a water bottle will not be allowed to participate and will not be provided a water bottle from the school.
- While on campus, coaches, athletes, staff, and parents are required to follow [Orange County's Mandate on Cloth Face Coverings, Governor's Executive Order 147, and DHHS requirements](#). This includes while waiting to be screened, waiting for a workout to begin, waiting for transportation, and any time other than while actively participating in workout sessions.
- Each participant (coaches, staff, athletes) will be screened for symptoms every day upon arrival at campus. Participants whose temperature is 100.0° or above, or who are showing other symptoms of illness will not be allowed to participate.
- The athlete's mode of transportation may not leave campus until they have passed screening. Athletes who do not pass screening will be required to leave campus immediately.
- Participants should arrive no more than 15 minutes before their scheduled workout time and must leave campus immediately when their sessions have finished.
- Athletes must come dressed and ready to participate with a filled water bottle. Locker rooms will remain closed until OCS returns to Plan B Hybrid School Model.
- Students will not be allowed to drink from water faucets. One staff member will be designated to fill water bottles.
- Water bottles must not be shared between players or participants. Towels, clothing and other personal items must not be shared.
- Participants and staff will be asked to wash their hands frequently throughout workouts. Additional handwashing stations and hand sanitizer will be provided.
- Personal equipment, including water bottles, towels, clothing, and other items, must be taken home and cleaned between practices. If used, school equipment will be cleaned and sanitized daily by school personnel.
- Participants must maintain six feet of distance from others at all times, including during workouts and while waiting for screening and transportation home. Handshakes, high-fives, and other physical contact will not be allowed.
- Gatherings in indoor and outdoor venues/areas are limited to the restrictions in place by the State of North Carolina or Orange County. This includes students, coaches, athletic trainers and any other personnel.
- To limit gathering sizes, participants will be assigned to a smaller group of students (pods) and must remain with their group at all times during the workouts. Students will only be permitted to work out with one pod. Once assigned to a pod, they will not be allowed to at any time participate with another pod.
- Spectators will not be allowed. Parents who wish to wait on their child to finish, must wait inside their vehicles. If parents/guardians need to leave their cars for any reason, they must wear a mask while on campus and must be screened for symptoms and temperature prior to being allowed on school grounds. School buildings will be closed to all parents and other visitors.
- Activities will be scheduled before or after school hours, and incimate weather and lightning guidelines will be in effect.

If you have any questions or concerns specific to the procedures at each individual school, please contact the athletic director for each school Cedar Ridge: Andy Simmons (andy.simmons@orange.k12.nc.us) and Orange: Mike McCauley (michael.mccauley@orange.k12.nc.us)

More information and documents will be posted at www.orangecountyfirst.com under the Athletics department. Thank you for supporting OCS athletic programs.

Sincerely,

Jason Johnson
Executive Director of Student Support and School Improvement

Procedimientos del Regreso de Deportes COVID-19

Estimados padres/guardianes legales y deportistas de OCS:

Los deportes y las actividades extra-curriculares son una parte importante de la experiencia escolar para muchos de nuestros estudiantes de las Escuelas del Condado de Orange (OCS) y sus familias. [La Asociación Atlética de Escuelas Secundarias de Carolina del Norte \(NCHSAA, por sus siglas en inglés\) publicó guías](#) sobre el regreso a los deportes este año escolar.

Para reabrir de manera segura, planeamos incorporar estas actividades de manera lenta y cuidadosa, comenzando con los deportes de la escuela secundaria (grados 9° a 12°). Más adelante se tomará una decisión sobre los deportes de los grados 6° a 8° (Middle School). Seguimos planificando la fecha de inicio de nuestro regreso de deportes con el siguiente calendario, dependiendo de la aprobación de la Junta de Educación del Condado de Orange durante la reunión de la junta del 12 de octubre. Sin embargo, esta fecha está sujeta a cambios si es necesario para garantizar la salud y la seguridad pública y/o para cumplir con las reglas o los requisitos emitidos recientemente por las agencias locales, estatales y federales. Nuestros directores deportivos, entrenadores deportivos y técnicos han estado trabajando muy duro para garantizar que cada escuela secundaria tenga los suministros/materiales necesarios y que el personal deportivo esté capacitado para seguir las reglas recientemente publicadas de la NCHSAA.

Deporte	Primer Entrenamiento Opcional	Primer Practica
Rehabilitación de lesiones o fisioterapia (con cita previa)	10/14/2020	No Aplicable
Cross Country	10/14/2020	11/4/2020
Volleyball	10/14/2020	11/4/2020
Swim & Diving - Natación y Clavado	Por decidir	11/23/2020
Basketball	11/9/2020	12/7/2020
Cheer - Porrismo	11/9/2020	12/7/2020
Soccer (Men's) - Fútbol (Hombres)	12/14/2020	1/11/2021
Lacrosse	12/14/2020	1/11/2021
Football - Fútbol Americano	1/4/2021	2/8/2021
Golf (Hombres y Mujeres)	2/1/2021	3/1/2021
Tennis (Hombres)	2/1/2021	3/1/2021
Soccer (Mujeres)	2/1/2021	3/1/2021
Softball	2/1/2021	3/1/2021
Baseball	3/8/2021	4/12/2020
Tennis (Mujeres)	3/8/2021	4/12/2020
Track & Field	3/8/2021	4/12/2020
Wrestling	3/8/2021	4/12/2020

Además, todos los participantes de deportes de la escuela secundaria deben cumplir con las siguientes reglas. No seguir estas reglas podría resultar en que se le prohíba la participación continua en el equipo durante los entrenamientos u otras consecuencias disciplinarias.

- Cada atleta debe tener un [examen físico](#) válido (por favor dar clic en el enlace para leer las reglas actualizadas), una [forma de la historia médica familiar](#), y una nueva forma de conmovión cerebral ([Inglés/Español](#)) para el año escolar 20-21 que deben dar para el archivo de la escuela.
- En el primer día que el atleta asiste al entrenamiento o práctica, debe entregar el [formulario de evaluación inicial de la NCHSAA](#). No se permitirá la participación de los atletas hasta que se presente este formulario.
- Cada atleta también deberá tener un [consentimiento para participar/renuncia de culpa](#) firmado por sus padres o guardianes legales. No se permitirá la participación de los atletas hasta que se presente este formulario.



- Si un atleta ha sido examinado previamente de COVID-19, debe entregar uno de los siguientes formularios aplicables: [Formulario de Regreso al Juego - Después de una prueba NEGATIVA](#) o [Formulario de Regreso al Juego - Después de un examen POSITIVO](#)
- OCS recomienda fuertemente que los entrenadores, el personal y los atletas que se consideran poblaciones vulnerables durante esta pandemia, consulten con su médico de atención primaria (no el médico de atención urgente o sala de emergencias) sobre la participación en deportes.
 - Las personas vulnerables se definen como, pero no limitadas/entre otras: personas de 65 años o más y otras con afecciones de salud graves, que incluyen presión arterial alta, enfermedad pulmonar crónica, diabetes, obesidad, asma y aquellas cuyo sistema inmunológico puede verse comprometido por el tratamiento como la quimioterapia para el cáncer, ciertos medicamentos para la artritis reumatoide y otras afecciones que requieren inmunosupresión.
- Los atletas deben traer su propia botella de agua claramente etiquetada o identificable a cada entrenamiento. Los atletas que no traigan una botella de agua no podrán participar y no se les proporcionará una botella de agua de la escuela.
- Mientras estén en el campus, los entrenadores, los atletas, el personal y los padres deben cumplir con el [Mandato del Condado de Orange sobre Cubrebocas Faciales de Tela, la Orden Ejecutiva 147 del Gobernador y los requisitos del DHHS](#). Esto incluye mientras espera ser examinado, esperando a que comience un entrenamiento, esperando transporte y en cualquier momento que no sea mientras participa activamente en las sesiones de entrenamiento.
- Cada participante (entrenadores, personal, atletas) será examinado para detectar síntomas todos los días al llegar al campus. No se permitirá la participación de participantes cuya temperatura sea de 100.0 ° o más, o que presenten otros síntomas de enfermedad.
- El modo de transporte del atleta (quien haya traído al atleta al campus) no puede irse de la escuela hasta que haya pasado la evaluación. Los atletas que no pasen el examen deberán irse de la escuela de inmediato.
- Los participantes deben llegar no más de 15 minutos antes de la hora de entrenamiento programada y deben irse de la escuela inmediatamente cuando hayan terminado sus sesiones.
- Los atletas deben venir vestidos y listos para participar con una botella de agua llena. Los vestidores permanecerán cerrados hasta que OCS regrese al Modelo de Escuela Híbrida Plan B.
- No se permitirá a los estudiantes beber de las fuentes de agua. Se designará a un miembro del personal para llenar las botellas de agua.
- Las botellas de agua no deben compartirse entre jugadores o participantes. No se deben compartir toallas, ropa y otros artículos personales.
- Se pedirá a los participantes y al personal que se laven las manos con frecuencia durante los entrenamientos. Se proporcionarán estaciones de lavado de manos y desinfectante de manos adicionales.
- El equipo personal, incluidas botellas de agua, toallas, ropa y otros artículos, debe llevarse a casa y limpiarse entre prácticas. Si se usa, el equipo escolar será limpiado y desinfectado diariamente por el personal de la escuela.
- Los participantes deben mantener una distancia de seis pies de los demás en todo momento, incluso durante los entrenamientos y mientras esperan el examen y el transporte a casa. No se permitirán apretones de manos, chocar las manos y otro contacto físico.
- Las reuniones en lugares/áreas interiores y exteriores están limitadas a las restricciones establecidas por el estado de Carolina del Norte o el condado de Orange. Esto incluye estudiantes, técnicos, entrenadores deportivos y cualquier otro personal.
- Para limitar el tamaño de las reuniones, los participantes serán asignados a un grupo más pequeño de estudiantes (capsulas/pods) y deben permanecer con su grupo en todo momento durante los entrenamientos. A los estudiantes solo se les permitirá hacer ejercicio con su cápsula/grupo. Una vez asignados a un grupo, no se les permitirá participar en ningún momento con otro grupo.
- No se permitirán espectadores. Los padres que deseen esperar a que su hijo/a termine, deben esperar dentro de sus vehículos. Si los padres/guardianes legales necesitan dejar sus autos por cualquier motivo, deben usar su máscara mientras estén en el campus y deben ser examinados para detectar síntomas y temperatura antes de que se les permita entrar a la escuela. Los edificios escolares estarán cerrados para todos los padres y otros visitantes.
- Las actividades serán programadas antes o después del horario escolar, y se aplicarán las reglas establecidas para clima peligroso y de rayos.

Si tiene alguna pregunta o inquietud específica sobre los procedimientos en cada escuela individual, comuníquese con el director deportivo de cada escuela Cedar Ridge: Andy Simmons (andy.simmons@orange.k12.nc.us) y Orange: Mike McCauley (michael.mccauley@orange.k12.nc.us).

Se publicará más información y documentos en www.orangecountyfirst.com en el departamento de Atletismo. Gracias por apoyar los programas atléticos de OCS.

Sinceramente,

Jason Johnson
Director Ejecutivo de Apoyo Estudiantil y Mejoramiento Escolar