

# Pautas Para Volver a Jugar

Los protocolos descritos en este documento son recomendaciones para su liga y sus clubes a considerar. Estas recomendaciones se basan en la información que nos proporcionaron US Youth Soccer, CDC, el Estado de California y expertos locales en salud. La forma en que el juego se "vuelve a abrir" es una decisión local tomada por cada Liga y Club sujeta a las directivas del gobierno estatal y local. Le instamos a que revise las recomendaciones que le hemos proporcionado y que adapte los pasos para que se ajusten a sus circunstancias respectivas, al tiempo que sigue las directivas del Estado de California y sus directores de salud locales. Lo siguiente debe aplicarse independientemente del paso Volver al juego:

- Los padres y sus familias deben tomar la temperatura de sus jugadores en casa antes de participar. Cualquier persona con una temperatura superior a 100.4 grados debe quedarse en casa y no se le debe permitir participar por un mínimo de 14 días.
- Al llegar al campo, los entrenadores o el personal deben preguntar a cada jugador si están experimentando señal o síntomas de COVID-19. Si el jugador tiene alguna señal o síntomas de COVID-19, deben enviarse a casa y recibir instrucciones de comunicarse con su proveedor de atención médica lo antes posible.
- Evite los "choques de manos", los apretones de manos u otros tipos de contacto físico.
- Los entrenadores pueden dar la bienvenida a cada jugador cuando entran al campo, pero no deben hacer contacto físico con el jugador y deben mantenerse a un mínimo de 6 pies de distancia cuando saludan a los jugadores.
- Los entrenadores deben usar cubiertas faciales adecuadas durante las sesiones de entrenamiento.
- Los no participantes que asistan a la sesión de capacitación deberán usar cubiertas faciales apropiadas y seguir el distanciamiento social.
- Haga que jóvenes y adultos se laven las manos o usen desinfectante para manos antes de participar, directamente después de la participación y con frecuencia durante la actividad juvenil.
- El manejo de todos los elementos de entrenamiento, es decir, conos, discos, banderas, objetivos, etc., debe limitarse solo a los entrenadores.
- Asigne una "estación" para que cada jugador coloque su equipo y bolsa, y cada jugador debe regresar a su "estación" durante los descansos.
- En todos los pasos, los balones de fútbol deben desinfectarse antes y después de cada sesión.
- En todos los pasos, nadie debe compartir botellas / recipientes de agua, toallas o equipo personal. Esto incluye, pero no se limita a espinilleras, cinta adhesiva, cintas para el pelo, jersey / uniforme. Los pinnies / baberos deben lavarse antes y después de cada día de entrenamiento, práctica o partido.
- No hay espectadores en la práctica / eventos durante los Pasos 1-2; los padres deben observar la práctica desde sus autos. Los espectadores en los eventos durante los Pasos 3-4 deberían mantener un distanciamiento social apropiado.

- Cree vías claras dentro y fuera del complejo para que los jugadores no entren en contacto al entrar o salir de la instalación.
- Las barandas y otras superficies que se tocan con frecuencia también deben limpiarse y desinfectarse al menos diariamente. Tenga disponibles desinfectantes para manos y toallitas desinfectantes.
- Si hay gradas permanentes disponibles para los espectadores, los clubes deben mostrar carteles en las gradas o cerca de ellas para recordarles a los espectadores que deben mantenerse a 6 pies de distancia de los miembros que no son familiares.
- Las ligas / clubes deben publicar letreros recordatorios en todas las instalaciones donde sea posible para recordar a todos los jugadores, entrenadores y espectadores que mantengan el distanciamiento social.
- Si es posible, asigne personas que estén físicamente presentes para monitorear los campos y las instalaciones para pedir cortés pero firmemente a cualquier grupo de padres o jugadores que se dispersen y mantengan un distanciamiento apropiado.
- Establecer zonas designadas para dejar y recoger, y los padres deben dejar y recoger a sus jugadores juveniles en el área de la zona.
- Si un jugador juvenil necesita supervisión mientras espera ser recogido, los adultos deben mantener el distanciamiento social.
- No hay política de congregación para jugadores o padres en estacionamientos, en zonas de entrega, en áreas de entrada / salida de las instalaciones, o antes o después de la sesión de entrenamiento.

## Pautas básicas de seguridad – Para todos los pasos

Estas pautas recomendadas están destinadas a abordar el Retorno al juego por la suspensión de actividades causadas por COVID-19. Este enfoque por pasos para Return To Play es proporcionar una dirección clara y un entendimiento para que los entrenadores, jugadores, familias y comunidades participen de manera segura en el fútbol juvenil. Estos pasos están diseñados para permitir a los jugadores reanudar algunas actividades al aire libre de manera segura. La forma en que el juego se "vuelve a abrir" es una decisión local tomada por cada Liga y Club sujeta a las directivas del gobierno estatal y local. Le instamos a que revise las recomendaciones que hemos proporcionado y que adapte los pasos para que se ajusten a sus circunstancias respectivas, al tiempo que sigue las directivas del Estado de California y sus directores de salud locales. Antes de comenzar a jugar, las ligas y los clubes deben introducir el entrenamiento y las prácticas de una manera que proporcione un ambiente seguro, no solo en relación con COVID-19, sino también con el prolongado despido que han tenido los atletas. **NOTA:** Si bien los CDC recomiendan seis (6) pies para el distanciamiento social, debido a la naturaleza de la actividad física en el deporte, la distancia de distancia social aumenta a diez (10) pies.

### PASO 1: (Bajo riesgo - Entrenamiento sin contacto - 12 o menos participantes)

- Entrenamiento en persona por un mínimo de 14 días. antes de pasar al Paso 2.
- Solo actividades sin contacto - condicionamiento / desarrollo de habilidades
- Máximo 2 entrenadores / personal permitido por medio campo durante las prácticas
- No más de 11 jugadores presentes a la hora programada; solo 1 entrenamiento sesión por medio campo
- No hay dos campos adyacentes para ser utilizados en Mismo tiempo
- Observe el distanciamiento social apropiado para jugadores y entrenador en todo momento
- Los jugadores permanecen separados 10 'dentro / fuera del campo
- Sin contacto físico durante el entrenamiento
- No compartir agua o equipo incluyendo balones de fútbol
- Los jugadores y el entrenador deben desinfectar a todos engranaje entre cada sesión de entrenamiento
- \* Solo el entrenador debe manejar conos

### PASO 2: (Riesgo medio - Retorno a la actividad - Tamaño del grupo de 30 o menos)

- Entrenamiento en persona por un mínimo de 14 días. antes de pasar al Paso 3
- Máximo 2 entrenadores / personal permitido por medio campo durante las prácticas
- No más de 30 participantes. presente a la hora programada; solo 1 sesión de entrenamiento por medio campo
- Observe el distanciamiento social apropiado para jugadores y entrenador en todo momento
- Sin contacto físico durante el entrenamiento
- Sin amontonamientos, apretones de manos, abrazos, altos 5s
- Los participantes permanecen separados 6 'fuera del campo
- No compartir agua o equipo
- Todos los balones de fútbol deben desinfectarse. antes y después de la práctica
- Los balones de fútbol se pueden compartir pero no tocado con las manos (excepto GK con guantes)

- No se permiten espectadores (padres permanecer en vehículos; en riesgo quedarse en casa)
- Los entrenadores / entrenadores deben usar máscaras
- Los jugadores deben usar cobertura facial o enmascarar cuando no se entrena activamente

**PASO 3: (Riesgo medio-alto - Entrenamiento en equipo - Juego de práctica o práctica controlada - Algún contacto físico)**

- Reanudación del entrenamiento completo del equipo y introducción de prácticas y practices juegos
- Máximo 2 entrenadores / personal permitido por medio campo durante las prácticas
- Solo se permiten 2 entrenadores y gerentes para juego de práctica o práctica por equipo por medio campo
- Solo contacto físico necesario para formación; debe ser limitado
- No compartir agua o equipo
- Todos los balones de fútbol deben desinfectarse. antes y después de la práctica
- Los balones de fútbol se pueden compartir pero no tocado con las manos (excepto GK con guantes)
- Limite las discusiones grupales cercanas
- Sin amontonamientos, apretones de manos, abrazos, altos 5s
- Los participantes permanecen separados 6 'fuera del campo
- Espectadores limitados con máscaras permitidas con un adecuado distanciamiento social; Sin contacto con jugadores o equipos
- Aconsejar a los espectadores en riesgo que se queden en casa.

**PASO 4: (Alto riesgo - Retorno completo al juego con reanudación del juego de la liga)**

- Sin limitación de participantes por campo.
- No hay restricciones en la sesión de entrenamiento
- El contacto físico debe ser minimizado
- Limite las discusiones grupales cercanas
- Sin amontonamientos, apretones de manos, abrazos, altos 5s
- Los participantes permanecen separados 6 'fuera del campo
- No compartir agua o equipo
- Balones de fútbol excluidos, compartidos pero no tocado (excepto GK con guantes)
- Solo el entrenador debe manejar conos
- Todos los balones de fútbol deben desinfectarse. antes y después de la práctica, y al medio tiempo de partidos
- Se permiten espectadores pero mantienen distanciamiento físico y sin contacto con jugadores; espaciar tanto como sea posible
- Los espectadores en riesgo toman precauciones
- Observa el juego desde otra posición puntos donde sea posible
- \* Recomienda no viajar fuera del estado

# Responsabilidades de volver a jugar

Estas pautas están destinadas a abordar el Retorno al juego por la suspensión de actividades causadas por COVID-19. Las pautas descritas en este documento son recomendaciones para su liga y sus clubes para permitir a los jugadores reanudar y participar en algunas actividades al aire libre de manera segura. Estas recomendaciones se basan en la información que nos proporcionaron US Youth Soccer, CDC, el Estado de California y expertos locales en salud. Cómo el juego se "vuelve a abrir" es una decisión local tomada por cada Liga y Club sujeto a las directivas del gobierno estatal y local. Le instamos a que revise las recomendaciones que le hemos brindado y siga las directivas del Estado de California y sus directores de salud locales.

## JUGADOR

- Siga todas las pautas de Regreso al juego
- Tómese la temperatura diariamente y especialmente antes de actividades con otros
- Lávese bien las manos antes y después de todas las actividades
- Trae y usa desinfectante para manos contigo a cada entrenamiento
- Use una máscara o máscara facial antes e inmediatamente después de todo el entrenamiento
- Asegurar todo el equipo (pelota, tacos, espinilla guardias, pinnie) se desinfecta antes y después de cualquier actividad
- No comparte agua, comida o equipo
- Respeta y practica el distanciamiento social, como se requiere en estas pautas
- Coloque bolsas de equipo, etc. al menos 6 pies de distancia
- \* Sin choques de manos, abrazos o abrazos celebraciones grupales

## PADRE

- Asegúrese de que su jugador esté sano; Verifique la temperatura de su hijo antes para asistir a cualquier actividad
- Notifique a su club / entrenador si su jugador se enferma por cualquier motivo
- No compartir el viaje de jugadores a menos que sea la misma familia
- No hay espectadores en el entrenamiento / práctica en Pasos 1 y 2; los padres deben observar de sus autos
- Los espectadores y los padres deben mantener distanciamiento social adecuado en los pasos 3 y 4
- Cuando entrenes, usa una máscara si fuera de tu auto
- Asegúrese de lavar la ropa del jugador después de cada actividad
- Asegurar todo el equipo (pelota, tacos, espinilleras, pinnie) se desinfecta antes para y después de cualquier actividad
- Proporcione a su jugador individual desinfectante en cada entrenamiento
- Adherirse a todo distanciamiento social pautas
- Asegúrese de que su jugador tenga suficiente agua

## ENTRENADOR

- Siga todas las pautas de Regreso al juego
- Pregunte cómo se sienten los jugadores; enviar ellos a casa si no se sienten bien
- Asegúrese de que todos los jugadores tengan sus propios equipo individual (pelota, agua, espinilleras, pinnie, etc.)
- Asegurar que las actividades brinden la adecuada distanciamiento social por estado y local pautas de salud
- El entrenador es la única persona que maneja equipo comunal (conos, discos); no solicite asistencia parental
- Los chalecos o pinnies de Scrimmage no son recomendado a menos que puedan ser emitido individualmente a cada jugador para su propia ropa y cuidado
- Use una máscara o máscara facial cuando no entrenando activamente; mantener social distanciamiento de los jugadores
- Diviértete y mantente positivo – jugadores y los padres esperan que te quedes tranquilo, solidario y afectuoso en esto hora

## LIGA / CLUB

- Distribuir y publicar Volver a jugar pautas para todos los miembros
- Proporcionar espacio de campo adecuado para social distanciamiento aplicable a varias etapas
- Establecer un lugar designado para dejar y recoger zona para cada campo o estacionamiento
- Entrena y educa a todo el personal de tu liga y las pautas y protocolos del club para Volver a jugar
- Tener un plan de acción en caso de un prueba positiva para COVID-19
- Trabajar con la salud pública para notificar a los adultos. líderes, jóvenes y sus familias si el liga o club aprende un participante o líder adulto ha desarrollado COVID-19 y puede haber sido infeccioso para otros mientras está en actividad
- Mantener la confidencialidad del participante con respecto al estado de salud
- Documentar pasos razonables y prudentes tomado y completado para mantener a los jugadores, entrenadores, personal y espectadores tan seguros como razonablemente posible
- Prepárate para cerrar y detenerte operaciones