



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

EDUFI

Escuela de
Educación Física
y Deportes



ESCUELAS DEPORTIVAS
Y RECREATIVAS

Normas Generales de las Escuelas Deportivas y Recreativas para la Salud

Disposiciones Generales

El objetivo de este documento es establecer un conjunto de normas para ofrecer, de la mejor manera posible, los diferentes servicios brindados durante las Escuelas de Deportivas y Recreativas para la Salud que imparte la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica. Estas normas establecen las obligaciones y los derechos que tienen las personas participantes y la coordinación del proyecto como parte de la comunidad involucrada en los cursos.

La coordinación de las Escuelas de Deportivas y Recreativas para la Salud establece los siguientes criterios generales que regirán durante la participación en los cursos y en la permanencia en las Instalaciones Deportivas de la Universidad de Costa Rica. Por medio de éstos se busca una convivencia respetuosa entre la población menor de edad participante, padres de familia (o persona encargada), docentes y personal administrativo, para el logro de los objetivos propuestos.

Al estar matriculados en las Escuelas Deportivas y Recreativas, todos los participantes se comprometerán a cumplir con los lineamientos y las disposiciones establecidas en este documento. En el caso de las personas participantes menores de edad, el padre, madre o persona encargada debe velar para que cada participante cumpla con las normas.

En el documento siguiente se entiende por participante a todo niño, niña, adolescente, adulto y adulto mayor matriculado en cualquiera de los cursos que se imparten en las Escuelas Deportivas y Recreativas para la Salud. En el caso de las personas participantes menores de edad, el padre, la madre o la persona encargada debe informar al menor de estas disposiciones y velar por su cumplimiento. La coordinación se refiere a la(s) persona(s) responsable(s), nombrada(s) como encargada(s) del proyecto por la Escuela de Educación Física y Deportes.

Objetivo de las Escuelas Deportivas y Recreativas

Contribuir con un estilo saludable de vida y el desarrollo integral de las poblaciones infantil, juvenil y adulta mediante la participación y la promoción de actividades deportivas y recreativas.

Proceso de Matrícula

Cada persona debe ser matriculada en el curso respectivo, según su edad. Los cursos y las actividades por realizarse pueden variar año a año, según disposición de la coordinación.

Las Escuelas Deportivas y Recreativas se realizan durante el mes de enero. La matrícula en ellas se efectúa en los primeros días de diciembre. La fecha, la hora y el lugar exactos se informarán con anterioridad, por medio de los procesos de divulgación empleados por la coordinación. El proceso incluye llenar una boleta con la información solicitada del participante y pagar el costo de la matrícula. En el caso de participantes menores de edad, la boleta debe ser completada por el padre, la madre o la persona encargada.

La matrícula posterior a esta fecha dependerá de la disponibilidad de cupo en el combo respectivo. El cupo de los grupos puede oscilar entre un mínimo de 10 (diez) y un máximo de 25 (veinticinco) o 30 (treinta) participantes, según el grupo. Si un combo se cierra por falta de cupo, los participantes matriculados en él serán incorporados en el combo de edad más cercana.

La distribución de grupos se realiza según la edad de los participantes. Además de los grupos para menores de edad, se ofrece un combo de padres, madres o personas encargadas.



Bach. En la Enseñanza de la Educación Física
Bach. En Ciencias del Movimiento Humano
Sede Rodrigo Facio 2011-2018



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

EDUFI

Escuela de
Educación Física
y Deportes



ESCUELAS DEPORTIVAS
Y RECREATIVAS

Costo de las Escuelas de Verano

El costo de las Escuelas Deportivas y Recreativas es por participante y puede variar año a año, según las disposiciones de la coordinación. En el caso de matricular dos más participantes provenientes del mismo núcleo familiar (familia en primer grado: hermanos) se realizará un 10% de descuento sobre el monto total.

En el caso de familiares en segundo grado (primos), se realizará un descuento del 15% sobre el total, cuando se matriculen cinco participantes como mínimo (la matrícula del grupo debe realizarse en el mismo momento).

La matrícula que se realizara posterior a la fecha de inicio de los cursos (según disponibilidad de cupos), se efectuará un ajuste de costo según el tiempo de participación. Este ajuste se realizará por semana de participación –no por día–; es decir, si asiste un día de una semana, se debe pagar la semana completa.

El grupo de padres se ofrecerá al papá, a la mamá o a la persona encargada mayor de edad que matricule como mínimo a un participante. Este combo se brindará de manera gratuita.

La forma de pago se indicará con anterioridad a la matrícula, en conjunto con la información general de las Escuelas Deportivas y Recreativas para la Salud. Este trámite y el de reembolso, de ser necesario, se realizarán según indicaciones de la FundaciónUCR.

Asistencia

Mientras el participante se encuentre en óptimas condiciones de salud, se sugiere que la asistencia a los cursos sea lo más regular posible. Si el participante presenta síntomas marcados de resfriado o alguna enfermedad, se recomienda no traerlo al curso para evitar contagiar a otros participantes.

Hora de llegada y hora de salida

1. Las Escuelas Deportivas y Recreativas para enero del 2018 serán del lunes 15 de enero al viernes 26 de enero de 2018.
2. El horario de actividades de las Escuelas Deportivas y Recreativas será de 8 a.m. a 11:30 a.m., de lunes a viernes.
3. En el primer día de las Escuelas Deportivas y Recreativas, la coordinación realizará un recibimiento para presentar a los instructores encargados de los diferentes grupos. La actividad de bienvenida se efectuará en el gimnasio de 8:00 a.m. a 8:20 a.m.
4. ***Durante el curso, a la hora de llegada, de las 7:45 a.m. y hasta las 8:10 a.m., se recibirá a los participantes de los combos en la entrada a los gimnasios. A partir de las 8:10 a.m., cada padre o persona encargada debe responsabilizarse por acompañar a su hijo o hija a la instalación respectiva, según el combo matriculado, e indicar al instructor la llegada del participante.***
5. A la hora de salida, cada persona adulta debe recoger al participante a las 11:30 a.m. en la entrada a los gimnasios.
6. La persona encargada debe reportarse con el instructor para que éste le entregue al participante. Al menos que se haya indicado que el participante puede retirarse solo.
7. Cada instructor tiene en su lista el nombre de la(s) persona(s) autorizada(s) para recoger al participante (según lo indicado en la boleta de inscripción). Si una persona que no está en la lista viene a recoger a un participante, con antelación, se debe comunicar a la coordinación de las escuelas, por medio de una autorización escrita o de manera personal.



Bach. En la Enseñanza de la Educación Física
Bach. En Ciencias del Movimiento Humano
Sede Rodrigo Facio 2011-2018



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

EDUFI

Escuela de
Educación Física
y Deportes



ESCUELAS DEPORTIVAS
Y RECREATIVAS

8. Si el participante tiene autorización para retirarse solo de la instalación, se debe notificar de ello en la boleta de inscripción.
9. En el momento de la matrícula, se brindará un cronograma para informar acerca del lugar y la hora donde se ubicará cada grupo, y se brindará un croquis de las Instalaciones Deportivas y Recreativas de la UCR.

Merienda

1. Todos los días, los participantes tendrán un tiempo supervisado para refrigerio.
2. Los participantes deben traer de sus casas un bolso con un refrigerio, según conveniencia del padre, la madre o la persona encargada.
3. Se recomienda que la merienda incluya un jugo, galleta o emparedado, fruta o yogurt.
4. A su vez, se recomienda que el jugo no sea en envase tetrabrik, para que se pueda guardar alguna cantidad para tomar, en otro momento, sin que se derrame en el bolso.

Indumentaria

1. Las Escuelas Deportivas y Recreativas buscan promover un estilo de vida físicamente activo y saludable, por lo que la mayoría de las actividades implican movimiento. Por ello se solicita que los participantes asistan con indumentaria cómoda para ejecutar dichas actividades:
 - a. Zapatos cómodos, cerrados y de fácil amarre, preferiblemente estilo tenis.
 - b. Se recomienda el uso de medias o calcetines.
 - c. Pantalón o pantaloneta, preferiblemente deportiva (sin adornos metálicos), y camiseta (T-Shirt) con mangas que permitan movimiento.
 - d. Para los cursos que incluyen trabajo con pinturas en los combos 1 y 2, se debe enviar un delantal con el nombre del participante.
 - e. Se recomienda utilizar bloqueador solar, gorra y repelente, para los días que incluyen actividades al aire libre.

Artículos de valor

1. Para evitar el extravío o daño de artículos electrónicos o de valor, se recomienda que los participantes no se presenten a los cursos con material innecesario. Por lo que se solicita no traer juguetes, artículos electrónicos (celular, Ipod o artefactos similares) u otros artículos de valor.
2. Durante la hora de los cursos no se permite el uso de artículos electrónicos de ningún tipo. El participante que posea teléfono celular debe mantenerlo guardado en su bolso o maletín (no en las bolsas del pantalón) y utilizarlo sólo en caso de emergencia o durante los recesos, con el permiso de su instructor.
3. Si el participante es sorprendido utilizando alguno de estos artefactos, el instructor le solicitará de forma verbal que lo guarde en su bolso.
4. Cada participante será responsable de todas sus pertenencias.
5. La coordinación no se hace responsable en caso de daño o extravío de objetos.



Bach. En la Enseñanza de la Educación Física
Bach. En Ciencias del Movimiento Humano
Sede Rodrigo Facio 2011-2018



Disciplina

Con el fin de mantener un ambiente apropiado para el desarrollo de las actividades físicas y recreativas de las Escuelas Deportivas y Recreativas, y facilitar el desarrollo integral de las personas participantes, se debe mostraren todo momento una conducta acorde con los lineamientos establecidos por la Universidad de Costa Rica y la coordinación de las Escuelas Deportivas y Recreativas para la Salud:

1. *Uso de instalaciones y material:*

- a. Se considera una falta disciplinaria dañar de forma intencionada el equipo deportivo, mobiliario, infraestructura de la institución, dañar la pintura o pintar rótulos en los edificios universitarios, sustraer bienes institucionales o personales, realizar actos de vandalismo o incitarlos durante el desarrollo de las actividades.
- b. El participante hará uso del material y de las instalaciones bajo supervisión e indicaciones de los instructores; procurará mantener el orden, el aseo y la integridad de las instalaciones y brindará el uso adecuado del material en todo momento. En caso de daño intencional a material, equipo o instalaciones, el participante o sus representantes legales deberán cubrir el costo de las reparaciones o reposiciones respectivas.
- c. El material utilizado en las clases es propiedad de la Universidad de Costa Rica, por lo que no se puede sacar de las Instalaciones de la Institución.

2. Actos indebidos y uso de vocabulario

- a. Se considera falta disciplinaria la agresión física o verbal contra cualquier compañero o instructor, mostrar conductas sexuales inadecuadas, el uso de vocabulario vulgar o un trato irrespetuoso a cualquier persona durante el desarrollo de las actividades.
- b. El trato entre compañeros y con los instructores debe realizarse en un ambiente de cordialidad, amabilidad, comprensión y colaboración. En todo momento debe utilizarse un vocabulario adecuado y de respeto hacia los demás.

3. *Objetos indebidos:*

- a. Se considera falta disciplinaria portar armas, explosivos y otros objetos potencialmente peligrosos para las personas, divulgación de material contrario a la moral pública, consumir o portar cualquier tipo de drogas dentro de la Institución durante las actividades de las Escuelas Deportivas y Recreativas.

Cuando un participante muestre actitudes o conductas consideradas faltas disciplinarias por esta coordinación, según lo mencionado en este reglamento en el apartado de disciplina, el instructor elevará el caso a la coordinación, la cual valorará con base en criterios institucionales, la magnitud de la falta disciplinaria y su consecuencia inmediata, la cual abarcaría la exclusión definitiva al curso de verano.

Ingreso a las Instalaciones Deportivas de la UCR

Por medidas de seguridad, establecidas por la Universidad de Costa Rica, el lugar de entrada y salida de las Instalaciones Deportivas está regulado por medio de una aguja. Para ingresar a las Instalaciones durante el periodo de Escuelas Deportivas y Recreativas, la coordinación tramitará un permiso con la Oficina de Seguridad y Tránsito de





UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

EDUFI

Escuela de
Educación Física
y Deportes



ESCUELAS DEPORTIVAS
Y RECREATIVAS

la UCR para el ingreso de los padres, las madres o personas encargadas durante la entrada y la salida de los cursos.

La coordinación realizará el trámite respectivo para facilitar el ingreso y la salida a las instalaciones deportivas a padres, madres y personas encargadas. Sin embargo, la regulación del ingreso y salida queda sujeto a disposición de la Oficina de Seguridad y Tránsito de la UCR. La coordinación no se hace responsable del ingreso o la salida de las instalaciones por parte del padre, la madre o la persona encargada fuera de este horario, si la aguja se encuentra en posición horizontal.

Muchas gracias por su comprensión

Judith Jiménez Díaz
Coordinadora

Escuelas Deportivas y Recreativas para la Salud



Bach. En la Enseñanza de la Educación Física
Bach. En Ciencias del Movimiento Humano
Sede Rodrigo Facio 2011-2018