

**የዲ.ሲ. የእግር ኳስ ትምህርት ቤቶች - የአትሌቲክስ መምሪያ (Department of Athletics)  
የኮሎምቢያ ዲስትሪክት (District of Columbia) በትምህርት-ቤቶች መካከል - የአትሌቲክ ማኅበር**

**ለአትሌቲክ ተሳትፎዎች የተሰጡ ስምምነት**

ለሚከተለው ትምህርት-ቤት ርዕሰ-መምህር/Principal: \_\_\_\_\_

የትምህርት ቤት ስም \_\_\_\_\_

የተማሪ መረጃ: \_\_\_\_\_

ስም፤ በልደት-ሰርተፊኬት (BIRTH CERTIFICATE) ላይ ልክ-እንደተጻፈው \_\_\_\_\_

ክፍል \_\_\_\_\_

**2023-2024**

የትውልድ ቀን \_\_\_\_\_ ልክ-በኦገስት (AUGUST) 1 ቀን 2023 ላይ ያለው-ዕድሜ \_\_\_\_\_ የትምህርት ዓመት \_\_\_\_\_

መኖሪያ: \_\_\_\_\_

የመንገድ አድራሻ \_\_\_\_\_

የወላጅ/አሳዳጊ - በቀደምትነት-የሚጠቀሙት ስልክ: \_\_\_\_\_ የወላጅ/የአሳዳጊ የኢሜል-አድራሻ: \_\_\_\_\_

**የተማሪ & የወላጅ/አሳዳጊ - የተሳትፎ ፈቃድ-መስጫ ቅጽ\***

ተማሪዬን፣ በትምህርት-ቤቶች መካከል በሚደረግ አትሌቲክስ እና ስፖርትስ ውስጥ እንዲሳተፍ ፈቃድ-በመስጠቴ እና ስምምነት-መስጫውን በማድረግ፤ የሚከተሉትን - መገንዘቤን እና ሙሉ-ለሙሉ ስምምነቴን-ሰጥቻለሁ፡

- **ሊያደርስ የሚችለው-አደጋ:** በአትሌቲክስ ውድድር ውስጥ መሳተፍ - በፈቃደኝነት-የሚደረግ መሆኑን የተረዳሁ እና እውቅና-የሰጠሁ፤ እና ይህም - ሽባ-መሆን (paralysis መሆን) ወይም ሞትን ጨምሮ፤ ከባድ-ጉዳትን ሊያስከትል እንደሚችል ተረድቻለሁ። በመሳሪያዎች ላይ የተደረጉ ማሻሻያዎች፣ የሕክምና እርዳታ እና አካላዊ-ሁኔታን ማስተካከል፤ እንዲሁም-በህግ ላይ በተደረጉ ለውጦች ምክንያት - እነዚህ አደጋዎች እንዲቀንሱ-ያደረገ ቢሆንም፤ ነገር-ግን ከአትሌቲክስ ይህን-መሰል ክስተቶች ሙሉ-ለሙሉ ማጥፋት እንደማይቻል ተገንዝቤአለሁ። በአትሌቲክ እንቅስቃሴው ውስጥ በእኔ የተማሪ-አትሌት ላይ ሊደርስ-የሚችል አደጋ እንዳለ እገምታለሁ።
- **በኃላፊነት-የማይጠየቅ/Hold Harmless:** በዚህ-ውስጥ የተካተተውን አደጋዎች ሙሉ-በሙሉ በመረዳት እና ተማሪው በDCPS በአትሌቲክ ፕሮግራሙ ውስጥ ተቀባይነት-ማግኘቱን እና በተማሪዬ ከዚህ-ተሳትፎ የተገኙ ጥቅማ-ጥቅሞችን ከግምት-ውስጥ በማስገባት፤ DCPS/DCIAAን፣ አባላቶቹን፣ ተቀጣሪ-ሠራተኞቹን፣ አሰልጣኞቹን፣ ወኪሎቹን፣ ኮንትራክተሮቹን እና/ወይም የበጎ-ፈቃድ ሠራተኞች/volunteersን - ከሁሉም ተጠያቂነት፣ አቤቱታ፣ በእርምጃው የሚመጡ ሁኔታዎች፣ ወይም ተማሪው በትምህርት-ቤቶች መካከል በሚደረጉ ስፖርትስ ውስጥ ሲሳተፍ በሚመጡ ጉዳዮች - ከተጠያቂነት ለመልቀቅ እና በኃላፊነት ላለመጠየቅ (hold harmless) ተስማምቻለሁ።
- **የአስቸኳይ-ጊዜ የሕክምና እርዳታ:** የአስቸኳይ-የአደጋ ሁኔታዎች በሚፈጠሩ ጊዜ፤ በአደጋው-አስቸኳይነት ምክንያት ወይም ስለአስቸኳይ የህክምና እንክብካቤ/ህክምናው ማስፈለግ ለእኔ ለማሳወቅ በቂ-ሙከራ ከተደረገ-በኋላ፤ እኔን ለማሳወቅ የማይቻልበት-ሁኔታ በሚኖር-ጊዜ፤ የአስቸኳይ የህክምና እንክብካቤ/ህክምና እንዲደረግ፣ ለ'DCIAA/DCPS/DCSAA' እና ለወኪሎቹ፣ ሠራተኞች፣ እና/ወይም ተቀጣሪ-ሠራተኞች - እኔን ወክለው እና ተማሪ- አትሌቱን ወክለው - ስምምነት-እንዲሰጡ፤ ስምምነቴን-ሰጥቻለሁ።

- **ቁጥጥር-የተደረገባቸው አደንዛኸ (Substance)/ዕፅ (Drug) አጠቃቀም:** ተማሪ-አትሌቱ፣ ለተወሰነ ሁኔታ ወይም ህመም ምክንያት በህክምና-የታዘዘለት ካልሆነ በስተቀር፤ ስቴሮይድስ (steroids)፣ ሕገ-ወጥ ዕጾችን፣ አልኮል-መጠጥን፣ ኢ-ሲጋራ (e-cigarettes)፣ vaping pens፣ ወይም ትንባሆ መጠቀም እንደሌለበት አረጋግጣለሁ።
- **ጉዳት-ማድረስ(Hazing)/ሚንጓጠጥ (Bullying):** ጉዳት-ማድረስ (hazing) እና ማንጓጠጥ (bullying)፤ በሁሉም-ጊዜ የተከለከሉ ናቸው። ጉዳት-ማድረስ (hazing) ተብሎ የሚከተተው፤ ማንኛውም የቡድን-አባላቶች በአዕምሮ ወይም አካላዊ አለመመቻቸት፣ ማዋረድ፣ ትንኮሳ-በማድረግ፣ ወይም በማዋረድ ተጋላጭ-ማድረግ ሲሆን፤ ማንጓጠጥ (bullying) የሚያካትተው፤ መጉዳት፣ ማስፈራራት ወይም ማስገደድን የያዘ-ነው። በDCPS አትሌቲክስ ፕሮግራም ውስጥ የተሰማሩ ሁሉም ተሳታፊዎች፣ አዎንታዊ-የሆነ በህልን የሚያበረታታ በህረደን ማሳየት ይጠበቅባቸዋል።

- **ብቁነት (Eligibility):** የተማሪ-አትሌቱ፣ ሁሉንም የተከተቱትን የብቁነት-መስፈርቶች፣ ነገር-ግን በእነዚህ ብቻ ሳይወሰን - ዕድሜ፣ መኖሪያ፣ በትምህርት-ቤት ተገኝቶ መማር (school attendance)፣ የቀለም-ትምህርት ክንውን እና አካላዊ-ምርመራ (physical examination) በማሟላት ላይ መስማማት-እንዳለበት ተስማምቻለሁ። የተማሪ-አትሌቱ፣ ከሁሉም የ'DCIAA/DCPS/DCSAA' ፖሊሲዎች እና ክንውኖችም-ጋር በሁሉም-ጊዜያዎች፣ በትምህርት-ቤቶች መካከል በሚደረጉ አትሌቲክስ ውስጥ እየተሳተፉ-ለመቆየት ብቁነታቸው እንዲቀጥል-ለማድረግ - ማክበር-አለባቸው። ከዚህም-በተጨማሪ፣ በትምህርት-ቤቶች መካከል የሚደረጉ አትሌቲክስ ውስጥ መሳተፍ የሚገኝ-ዕድል ሲሆን፣ እና በማንኛውም ጊዜ ውስጥ ተማሪው ብቁነቱን ካለሟል ወይም መስፈርቶቹን የማይከተል ከሆነ - ተማሪው ወዲያውኑ ከተሳትፎው ሊወገድ-እንደሚችል ተረድቻለሁ።

ከላይ-ስሙ ለተጠቀሰው ተማሪ - ትምህርት-ቤቱን/ቤቷን ወክሎ/ላ፣ in **በሁሉም የስፖርት/ALL SPORTS** ፕሮግራሞች ውስጥ - የሚሰጠውን (off-season, pre-season, in-season, እና post-season)፤ የቡድን ጉዞን ወደ አካባቢው ወይም ከከተማው-ውጪ ለሚደረጉ ጉዞ፤ ስምምነቱን ሰጥቻለሁ።

EXCEPTIONS (ምንም-ከሌለ/if none፣ እባካችሁ-'N/A' አስገቡ): \_\_\_\_\_

**የሚዲያ ስምምነት (MEDIA CONSENT)**

በአትሌቲክ ውድድሮች ውስጥ የሚሳተፉ ተማሪዎች፣ በፎተግራፍ ወይም ቪዲዮ-ቴፕ - በውድድሩ-ጊዜ ሊቀዱ-ይችሉ ይሆናል። ምንም-ዓይነት የማካካሻ ክፍያ (compensation) አብሮ-አይኖርም።

\_\_\_\_\_ እኔ፣ ለአቅሙ-አዳም ያልደረሰ (minor) ተማሪ-አትሌት ወላጅ/አሳዳጊ የሆንኩ ወይም፣ የ18 ዓመት-ዕድሜ ላይ የደረሰ ተማሪ-አትሌት፤ ከዚህ-በመቀጠል፣ ስሙ-እዚህ የተጠቀሰውን ተማሪ-አትሌትን፣ ለሚዲያ፣ የግብት-ማስታወቂያ/marketing፣ ወይም ለማስታወቂያ-ዓለማዎች ሆኖ ከDCPS አትሌቲክስ ፕሮግራም ጋር ባለው/ባለት ተሳትፎ-በሚያደርግበት ጊዜ፣ DCPS ወይም ወኪሉ(ሎቹ)፣ ቪዲዮ ቴፕ፣ ፎተግራፍ፣ እና የድምጽ-ቅጂ ሊያደርጉ እንደሚችሉ - **ተስማምቻለሁ/AGREE**። ይህም፣ በአንላይን ላይ ፖስት-ማድረግ፣ ፎቶ ማሳያዎች ላይ ማውጣት እና ሌላ የማስታወቂያ ዕድሎችን ሊያካትት-ይችላል።

\_\_\_\_\_ እኔ፣ ለአቅሙ-አዳም ያልደረሰ (minor) ተማሪ-አትሌት ወላጅ/አሳዳጊ የሆንኩ ወይም፣ የ18 ዓመት-ዕድሜ ላይ የደረሰ ተማሪ-አትሌት፤ ከዚህ-በመቀጠል፣ ስሙ-እዚህ የተጠቀሰውን ተማሪ-አትሌትን፣ ለሚዲያ፣ የግብት-ማስታወቂያ/marketing፣ ወይም ለማስታወቂያ-ዓለማዎች ሆኖ ከDCPS አትሌቲክስ ፕሮግራም ጋር ባለው/ባለት ተሳትፎ-በሚያደርግበት ጊዜ፣ AGREE ወይም ወኪሉ(ሎቹ)፣ ቪዲዮ ቴፕ፣ ፎተግራፍ፣ እና የድምጽ-ቅጂ ሊያደርጉ እንደሚችሉ - **አልተስማማሁም/DO NOT AGREE** እና ከዚህ-በመቀጠልም መውጫ (OPT-OUT) አድርጌአለሁ።

ማስታወሻ: ምንም የትምህርት ቤት፣ DCPS፣ ወይም የDCSAA ስም ወይም ሎጎ (logo) በማይጠቅስና በማያሳይ ሁኔታ ተቋራኝነት-በሌለው ሁኔታ እና በDCSAA ፖሊሲ መሠረት - DCPS/DCSAAን በማሳወቅ ለሚያደርጉት - ማንኛውም ተማሪው በንግድ/commercial ወይም በግብይት-ማከናወኛ/marketing ማረጋገጫ-የተሰጠበትን መብቱን - ይህ የሚዲያ ስምምነት የሚገድብ-አይሆንም። ለተጨማሪ-መረጃ፣ የ'DCSAA Handbook'ን ተመልከቱ።

**መግለጫ (STATEMENT):** በትምህርት-ቤቶች መካከል የሚደረጉ ፕሮግራሞች ውስጥ እና/ወይም ጉዞዎች ውስጥ ከመሳተፍ አስቀድሞ - ሁሉም ለአቅሙ-አዳም ያልደረሱ ተማሪዎች (minor students) ወላጆች/አሳዳጊዎች እና እነዚህ-መሰል ፕሮግራሞች እና/ወይም ጉዞዎች ውስጥ ለመካፈል የሚጠይቁ - 18 ዓመት-ዕድሜ የሆኑት ወይም ከዚያ-በላይ የሆኑ ተማሪዎች፤ ለመሳተፍ-እንዲችሉ ለማድረግ፣ ይህን ቅጽ

መፈረም-እንደሚያስፈልጋቸው ተረድቻለሁ። በተሰጠው-መረጃ ላይ ወደፊት ምንም-ዓይነት ለውጥ ቢኖር፤ ወዲያውኑ ወደ ተማሪው ትምህርት ቤት ለማሳወቅ ኃላፊነትን-ተቀብያለሁ። **ይህን ቅጽ በአጠቃላይ በጥንቃቄ-ያነበብኩት እና በዚህ-ውስጥ የያዘውን መረጃን መረዳቴን አረጋግጣለሁ። በተጨማሪም፤ የሰጠሁት-መረጃ፤ እስከማውቀው ድረስ እውነተኛ እና ትክክለኛ መሆኑን አረጋግጣለሁ።**

የወላጅ/አሳዳጊ ወይም-ደግሞ የተማሪ (18 ዓመት-ዕድሜ+) - የተፃፈ ስም

የወላጅ/አሳዳጊ ወይም-ደግሞ የተማሪ (18 ዓመት-ዕድሜ+) - ፊርማ

ቀን

ከተማሪው ጋር ያለ ዝምድና  
አማራጭ-የሆነ ቁጥር

የቤት/የስራ ስልክ-ቁጥር

የሞባይል ስልክ (Cell Phone) ወይም

( ) ተማሪው፤ በሕክምና ኢንሹራንስ ሽፋን-ያገኘ ነው

( ) ተማሪው፤ በሕክምና ኢንሹራንስ ሽፋን-ያገኘ አይደለም

\*DCPS= የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሕዝብ ትምህርት ቤቶች (District of Columbia Public Schools)

\*DCIAA= የኮሎምቢያ ዲስትሪክት (District of Columbia) በትምህርት ቤቶች መካከል የአትሌቲክ ማኅበር (District of Columbia Interscholastic Athletic Association)

\* DCSAA= የኮሎምቢያ ዲስትሪክት (District of Columbia) የስቴት የአትሌቲክ ማኅበር (District of Columbia State Athletic Association)

**የተማሪ-አትሌት የመረጃ-ስብስብ (Data) እና የአስቸኳይ-የአደጋ ጊዜ ሕክምና መረጃ**

ስም (የመጨረሻ/Last፣ የመጀመሪያ/First፣ የመሃከል-ስም ምዕፃረ-ቃል/MI) \_\_\_\_\_ PDCPS ተማሪ መታወቂያ (ID)# \_\_\_\_\_

መንገድ/Street \_\_\_\_\_ ከተማ \_\_\_\_\_ ስቴት \_\_\_\_\_ ዚፕ \_\_\_\_\_

ፆታ  ወንድ  ሴት  ከሁለቱም-ያለሆነ/Non-binary  የትውልድ ቀን \_\_\_\_\_ ክፍል \_\_\_\_\_

ትምህርት ቤት \_\_\_\_\_ የትምህርት ዓመት **2023-2024**

**በአስቸኳይ የአደጋ-ጊዜ ተጠሪ አድራሻ: እባካችሁ፣ ቢያንስ 2 (ሁለት) የሚገኙ-ሰዎችን አድራሻ አቅርቡ (\*ወላጅ/አሳዳጊ - እንደ በቀደምት-የሚገኙ ሆነው አድራሻቸው መዘርዘር-አለበት)**

ስም	ያለው-ዝምድና (Relationship)	የቤት ስልክ	የስራ ስልክ	የሞባይል ስልክ
	<b>ወላጅ/አሳዳጊ</b>			

የወላጅ/አሳዳጊ ኢሜል \_\_\_\_\_ በአስቸኳይ የአደጋ-ጊዜ ተጠሪ-የሆነው ሰው ኢሜል \_\_\_\_\_

**ኢንሹራንስ እና አከፋፈል/Billing**

ኢንሹራንስ ኩባንያ \_\_\_\_\_ የፖሊሲ ቁጥር/Policy # \_\_\_\_\_ የኢንሹራንስ ኩባንያው ስልክ \_\_\_\_\_

የፖሊሲው-በርሱ ስም የሆነው-ሰው (Policy Holder) ስም/ያላቸው-ዝምድና (Relationship) \_\_\_\_\_ አገልግሎት-በመስጠት የሚቆይበት ቀን \_\_\_\_\_

**የተማሪ-አትሌቱ፣ ማንኛውም የሚከተሉት ሁኔታዎች አሉት (የሚመለከተው ላይ ሁሉ፣ ምልክት ያድርጉ?)**

- አኒሚካ/Anemia  አስም/Asthma: የመድኃኒት ስም \_\_\_\_\_ ጊዜው-የሚያበቃበት/Expiration ቀን \_\_\_\_\_  ሲክል ሴል/Sickle Cell / የሲክል ሴል/Sickle Cell መለያ-ባህሪ
- ስኳር-በሽታ/Diabetes  የሚጥል-በሽታ/Epilepsy  የደም-ግፊት/High Blood Pressure  ከዚህ-ቀደም የነበረ በጭንቅላት ላይ የደረሰ ግጭጥ/Previous Concussion/የጭንቅላት ጉዳት/Head Injury፣ መልሳችሁ አዎን/yes ከሆነ፣ ቀኑ መቼ ነበር? \_\_\_\_\_
- አለርጂ/Allergies \_\_\_\_\_ 'Epi-Pen' ተጠቅመዋል  አዎን/Yes፣ ግለጹ ቀን \_\_\_\_\_  የለም/No

ሌላ \_\_\_\_\_ ተማሪ-አትሌቱ ኮንታክትስ/contacts ወይም መነጽር ያደርጋል?  ኮንታክትስ/Contacts  መነጽር/Glasses  አይመለከተውም (N/A)

በመጨረሻ የቲታንስ ቡስተር/tetanus booster የተወሰደበት ቀን? ወር/ዓመት-ምህረት \_\_\_\_\_

በአሁኑ-ጊዜ ጥቅም ላይ እየዋለ ያለው ሌላ መድኃኒቶችን ዘርዝሩ፣ በሃኪም-ትዕዛዝ የተሰጠ (prescribed) እና ከመድኃኒት-ቤት ከመደርደሪያ-የተገዙን ጨምሮ: \_\_\_\_\_

በትምህርት-ቤቶች መካከል የአትሌቲክ ዝግጅት-ላይ፣ ጉዞ፣ ወይም የልምምድ ክፍለ-ጊዜ ላይ በሚሳተፉ-ጊዜ፣ ተማሪ-አትሌቱ የህክምና-እርዳታ ማግኘት-ያለበት ሆኖ በሚገኝበት-ጊዜ፣ እኔ፣ ከዚህ በመቀጠል - የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሕዝብ ትምህርት ቤቶች (District of Columbia Public Schools) የጤና እንክብካቤ ሰጪዎች እና የእነሱ ወኪሎች (አሰልጣኞች/coaches፣ የአትሌቲክ ዳይሬክተሮች፣ ቡድን/የጫዋታ (team/game) ሐኪሞች እና የአስቸኳይ የአደጋ-ጊዜ የሕክምና ቴክኒሻንዎች (emergency medical technicians (EMTs) - ለተማሪ-አትሌቱ የሕክምና እንክብካቤ እንዲሰጡ እና/ወይም ተገቢ የሆነ የሕክምና አገልግሎቶችን ማግኘት-እንዲችሉ፣ ፈቅጃለሁ። ከዚህም-በተጨማሪ፣ ከዚህ-በላይ የተመደቡት የአስቸኳይ የአደጋ-ጊዜ ተጠሪዎችን - PDCPS ሠራተኞች ማግኘት ካልቻሉ፣ ልጄን ወደ ሆስፒታል፣ የአስቸኳይ ጊዜ እንክብካቤ ማዕከል፣ ወይም ለሕክምና-አገልግሎት ለመስጠት መገኘት ወደሚችል ሐኪም እንዲላክ፣ ለDCPS የጤና እንክብካቤ-ሰጪዎች እና ለወኪሎቻቸው - ስምምነቴን ሰጥቻለሁ። የአስቸኳይ-የአደጋ ሁኔታዎች በሚፈጠሩ ጊዜ፣ በአደጋው-አስቸኳይነት ምክንያት ወይም ስለአስቸኳይ የህክምና እንክብካቤ/ህክምናው ማስፈለግ ለእኔ ለማሳወቅ በቁ-ሙከራ ከተደረገ-በኋላ፣ እኔን ለማሳወቅ የማይቻልበት-ሁኔታ በሚኖር-ጊዜ፣ የአስቸኳይ የህክምና እንክብካቤ/ህክምና እንዲደረግ፣ ለ'DCIAA/DCPS/DCSAA' እና ለወኪሎቹ፣ ሠራተኞች፣ እና/ወይም ተቀጣሪ-ሠራተኞች - እኔን

ወክለው እና ልጄን ወክለው ስምምነት-እንዲሰጡ፤ ስምምነቴን-ሰጥቻለሁ። ተማሪ-አትሌቱ በስፖርት ለመሳተፍ-እንዲችል፣ ይህ የተፈረመ ቅጽ እንደሚያስፈልግ ተረድቻለሁ።

ፊርማ \_\_\_\_\_  
(ወላጅ/አሳዳጊ ወይም ቢያንስ 18 ዓመት ዕድሜ የሆነው ተማሪ)

ቀን \_\_\_\_\_

**ለቢሮ-ውስጥ ጥቅም-ብቻ የሚውል/For Office Use Only:**  
Date of DC Universal Health Certificate (Physical) \_\_\_\_\_ AT/SC Initials: \_\_\_\_\_



**በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (CONCUSSION) እና ድንገተኛ-የሆነ የልብ-ምት መቋረጥ (CARDIAC ARREST) - መረጃ-ማግኛ እና ስምምነት-መስጫ ቅጽ ለወላጆች/አሳዳጊዎች እና ተማሪ-አትሌቶች**

**በጭንቅላት-ላይ ስለሚደርስ መናጋት (CONCUSSION)፣ መረጃ**

**‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ ምንድነው?**

በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)፣ አንጎሉ በተለመደ-ሁኔታ የሚያከናውንበትን-መንገድ የሚቀይር፣ በአንጎል ላይ የሚደርስ አሰቃቂ የጉዳት-ዓይነት ነው። በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion) - የሚመጣው፣ በእራስ-ላይ ወይም በአካል-ላይ - በመጋጨት፣ በምት፣ ወይም በመወዝወዝ፣ ጭንቅላት/head ወይም አንጎል - ወደፊትና-ወደኋላ በፍጥነት እንዲነቃነቅ በማድረግ የሚፈጠር-ነው። “መታ-ማድረግ/ding”፣ “getting your bell rung”ም ቢሆን-እንኳን፣ ወይም-ደግሞ በጭንቅላት-ላይ ቀላል-ያለ ግጭት ወይም ምት የሚመስልም ቢሆን-እንኳን፣ አደገኛ-ሊሆን ይችላል።

**በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion) የሚያሳየው-ምልክት እና የሕመም-ምልክቶች ምንድናቸው?**

በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion) ምልክቶች እና የሕመም-ምልክቶች - ልክ አደጋው ከደረሰ በኋላ ሊታይ እንደሚችል ወይም ከአደጋው-በኋላ እስከ-በርካታ ቀናት ሊታይ የማይችል ወይም የማይስተዋል ሊሆን ይችላል። በጭንቅላት/head ወይም አካል ላይ፣ መጋጨት፣ ምት፣ ወይም መወዝወዝ ከደረሰ በኋላ፣ አትሌቱ አንድ-ወይም ከዚያ-በላይ ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ የሕመም-ምልክቶች እንዳሉ ሪፖርት ካደረገ፣ እርሷ/እርሱ - ጉዳቱ በደረሰበት-ቀን ላይ ከጨዋታ-ውጪ ሆኖ መቆየት አለባት/አለበት። ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ ላይ ግምገማ-ከማድረግ ልምድ-ካለው የጤና-እንክብካቤ ባለሙያተኛ - ፈቃድ-ካገኘ ብቻ አትሌቱ ወደጨዋታ መመለስ-አለበት።

**ታውቁ-ኖሯል?**

- አብዛኛዎቹ - ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ እራስ-መሣት (loss of consciousness) ሳይኖር፣ የሚከሰት-ነው።
- በሕይወታቸው በሆነ-ጊዜ ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ ደርሶባቸው የነበሩ አትሌቶች፣ ሌላ ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ - ደርሶባቸው የመጎዳት ዕድላቸው-ከፍተኛ ነው።
- ከአዋቂ-ሰዎች ይልቅ፣ ታዳጊ-ልጆች እና ወጣቶች - ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ ሊደርስባቸው-የሚችል እና ከደረሰባቸው አደጋ ለማገገምም ረጅም-ጊዜ ይወስድባቸዋል።

<p><b>በአትሌቱ ሪፖርት የተደረጉ ምልክቶች:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• እራስ-ምታት ወይም በጭንቅላት ውስጥ “ግፊት/pressure”</li> <li>• ማቅለሽለሽ ወይም ማስመለስ</li> <li>• ሚዛን-የመጠበቅ ችግር ወይም መፍዘዝ</li> <li>• ሁለት-ሆኖ የሚታይ ወይም ብዥ-ያለ - ዕይታ</li> <li>• ብርሃንን-ለመመልከት አስጨናቂ-ስሜት መፈጠር/Sensitivity to light</li> <li>• ድምፅን-ለመስማት አስጨናቂ-ስሜት መፈጠር/Sensitivity to noise</li> <li>• የቀርፋፋነት፣ ጭጋጋማነት፣ ደብዛዝ ወይም ፈዛዛነት ስሜት-መኖር</li> </ul>	<p><b>በአወጣጥ-ወራተኛ ምልክታት-የተደረገባቸው ምልክቶች:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• የደንገጠ ወይም የደንዘዘ መስሎ-መታየት</li> <li>• ስለሚሰራው ስራ/assignment ወይም የመጫወቻ ቦታ/position ግራ-መጋባት</li> <li>• የተሰጠውን ትዕዛዝ መርሃት</li> <li>• ስለ ጨዋታው፣ ውጤት-ማስገኘት፣ ወይም ተቃራኒ-ተጨማሪ እርግጠኛ አለመሆን</li> <li>• እየተንቀራፈፈ መንቀሳቀስ</li> <li>• ጥያቄዎችን በቀስታ መመለስ</li> <li>• እራስን-መሳት (ለአጭር-ጊዜም ቢሆን እንኳን)</li> <li>• ጊዜያዊ-ስሜት (mood)፣ ባህሪ፣ ወይም የማንነት መቀያየርን ማሳየት</li> </ul>
---	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• ትኩረት-መስጠት ወይም በማስታወስ ላይ ችግሮች መኖር</li> <li>• ግራ-መጋባት</li> <li>• ምንም ዓይነት “ትክክል-የመሆን ስሜት” አለመሰማት፣ ወይም “የመደበት-ስሜት” መኖር</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ከመመታት ወይም ከመውደቅ በፊት የነበሩ-ሁኔታዎችን አለማስታወስ</li> <li>• ከመመታት ወይም ከመውደቅ በኋላ የነበሩ-ሁኔታዎችን አለማስታወስ</li> </ul>
<p align="center"><b>“መላውን ሲዝን (WHOLE SEASON) ካለመጨወት-ይልቅ፤ አንድ-ጨዋታ አለመጨወት ይሻላል።”</b></p>	

**የ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ - አደገኛ ምልክቶች**

በማይዘወተር-ሁኔታ፣ አልፎ-አልፎ፤ የ‘በጭንቅላት-መናጋት (concussion)’ በደረሰበት ሰው ላይ፣ አደገኛ-የሆነ የደም-መርጋት (blood clot) በጭንቅላት-ውስጥ ሊከሰት-የሚችልበት ሁኔታ ሊፈጠር-የሚችል እና አንጎልን ከራስ-ቅል/skull ጋር ያለውን-ቦታ ሊያጨናንቅበት ይችላል-ይሆናል። በጭንቅላት/head ወይም በአካል ላይ፣ መጋጨት፣ ምት፣ ወይም መወዝወዝ ከደረሰ በኋላ፣ አትሌቱ ወዲያውኑ የሕክምና ትኩረት እንዲያገኝ-መደረግ አለበት፤ እርሷ/እርሷ የሚከተሉትን ማንኛውንም አደገኛ ምልክቶችን ሊያሳይ-ይችላሉ፡

- አንደኛው-የዓይን ብሌን ከሌላው በልጡ-ሲገኝ
- እንቅልፍ-እንቅልፍ የማለት-ስሜት ወይም ለመንቃት-አለመቻል
- እየተባባሰ የሚመጣ የራስ-ምታት
- ደካማ-መሆን፣ የመደንዘዝ-ስሜት፣ ወይም የማቀናጀት-ችሎታ መቀነስ
- ተደጋጋሚ-የሆነ፣ ማስመለስ ወይም ማቅለሽለሽ
- የምላስ-መተሳሰር ዓይነት አነጋግር (Slurred speech)
- መንቀጥቀጥ ወይም ድንገተኛ-የሆነ መውደቅና መንቀጥቀጥ (Convulsions or seizures)
- ሰዎችን ወይም ቦታዎችን ለይቶ አለማወቅ
- መጠኑ-በሰፊ ሁኔታ ግራ-መጋባት፣ እረፍት-አልባ፣ ወይም መንፈሱ-የሚረበሽ - መሆን
- ያልተለመደ-ዓይነት ባህሪ መኖር
- እራስን-መሣት (ለአጭር-ጊዜ የሆነ እራስን-መሳት ቢሆን-እንኳን፣ ትኩረት ሊወሰድበት ይገባል)

**አትሌታችሁ፣ በ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ የደረሰበት ከመሰለችሁ - ምን ማድረግ አለባችሁ?**

1. አትሌቱ፣ በ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ የደረሰበት-መሆኑን ከተጠራጠራችሁ፤ አትሌቱን ከጨዋታ አስወጡት እና የሕክምና ትኩረት እንዲደረግለት አድርጉ። የጉዳቱን ከፍተኛነት እናንተ-እራሳችሁ ወሳኝ-ለመሆን አትሞክሩ። የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች፣ በ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ን በመገምገም ልምድ-ያለው፤ እርሷ/እርሱ ከህመም-ምልክቶች ነፃ የሆኑ እና ወደ ጨዋታ-መመለስ እንደሚችሉ እስከሚያያቸው-ድረስ፤ ጉዳቱ-በደረሰበት ቀን-ላይ አትሌቱ፣ ከጨዋታ-ውጪ መሆን አለበት።
2. በ‘በጭንቅላት-ላይ ከደረሰ-መናጋት (concussion)’ በቶሎ-ማገገምን እንዲረዳ፤ ዕረፍት-ማድረግ ቁልፍ መንገድ-ነው። በርካታ ትኩረትን የሚጠይቅ የአካል-እንቅስቃሴ ማድረግ ወይም እንቅስቃሴዎች ውስጥ መሳተፍ፤ እንደ - በኮምፒውተር ላይ በመስራት ማጥናት፣ እና የቪዲዮ-ጨዋታዎች (video games)ን መጨወት ያሉት፤ ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)’ የሕመም-ምልክቶች እንደገና-እንዲመጡ ወይም እንዲባባሱ ሊያደርጉ-ይችላሉ። በጭንቅላት-ላይ መናጋት (concussion) ከደረሰ-በኋላ፤ ወደ ስፖርት እና ትምህርት ቤት መመለስ - በጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች በጥንቃቄ ከሚደረግ ቁጥጥር እና ክትትል ጋር፣ ቀስ-በቀስ የሚካሄድ ሂደት መሆን አለበት።
3. አስታውሱ፡ ‘በጭንቅላት-ላይ የሚደርሱ መናጋቶች (Concussions)’ በተለያዩ-ሁኔታ በሰዎች ላይ ተጽዕኖ ያደርሳሉ። አብዛኛዎቹ አትሌቶች - በ‘በጭንቅላት-ላይ ከሚደርስ መናጋት (concussion)’ በቶሎ እና ሙሉ-ለሙሉ መዳን-ሲችሉ፤ አንዳንዶች

ደግሞ የህመም-ምልክቶች ለቀናቶች ወይም-ደግሞ ለሳምንታት-ሳይቀር ይቆይባቸዋል። በጣም ከፍተኛ-አደጋ የደረሰበት በ'ጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)' - ለውራቶች ወይም ከዚያ-በላይ ይቆያል።

**ያሏቸውን የህመም-ምልክቶች አትሌቱ ሪፖርት ማድረግ ለምን-ያስፈልጋል?**

አትሌቱ - በ'ጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)' ካጋጠመው - አንጎሉ/ሷ እስከሚድን ጊዜ-ያስፈልገዋል። የአትሌቱ አንጎል ገና እየዳነ-ባለበት ጊዜ ውስጥ፤ እርሷ/እርሱ ሌላ በ'ጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)' ሊያጋጥማቸው የሚችልበት ዕድል- ከፍተኛ ነው። በድጋሚ የደረሰ 'የጭንቅላት መናጋቶች (concussions)' - ለመዳን የሚወስደውን ጊዜ ሊያራዝመው-ይችላል። በማይዘወተር-ሁኔታ፣ አልፎ-አልፎ፤ በታዳጊ-አትሌቶች ላይ በድጋሚ የደረሰ 'የጭንቅላት መናጋቶች (concussions)' ሲከሰቱ፣ የአንጎል ማበጥን ወይም ቋሚ የሆነ ጉዳትን በአንጎላቸው ላይ ሊያደርስ-ይችላል። ለሞት-የሚያደርሱም ሊሆኑ-ይችላሉ።

**የጭንቅላት-ጉዳት እንዳለ በሚጠረጠር-ጊዜ ምን ይሆናል?**

FD.C. ኮድ/Code § 7-2871.02ን በተከተለ-ሁኔታ በአትሌቲክ እንቅስቃሴ ወቅት የጭንቅላት መናጋት (concussion)ን ገጥሞት-የተቋቋመ መሆኑ የተጠረጠረ አትሌት፣ በአትሌቲክ እንቅስቃሴ ውስጥ ከሚደረጉ አካላዊ ተሳትፎ ወዲያውኑ መወገድ-ያለበት እና፣ ፈቃድ-ባለው ወይም ሰርቲፊኬት የሆነ የጤና እንክብካቤ ሰጪ ግምገማ ካልተደረገለት/ላት በስተቀር፣ እና ወደ አካላዊ ተሳትፎ ለመመለስ የጽሁፍ ነፃ- መሆናቸው የሚያረጋግጥ (clearance) ካላገኙ-በስተቀር፣ ሊመለሱ-አይችሉም። ስለ በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussions) ተጨማሪ መረጃዎች፤ ወደ 'CDC Heads Up to School Sports Parent Information Page' ገጽ፣ በመጎብኘት መገኘት-ይችላል (<https://www.cdc.gov/headsup/highschoolsports/parents.html>)።

**ለ'ጭንቅላት-ላይ ለሚደርስ መናጋት (CONCUSSIONS)'፣ የ'SWAY'፣ መረጃ (PHS የተማሪ-አትሌቶች ብቻ)**

የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሕዝብ ትምህርት ቤቶች (District of Columbia Public Schools) የአትሌቲክስ ፕሮግራም - በአሁኑ-ጊዜ፣ በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion)ን የሚቆጣጠር - 'Sway'፣ የሚባል ሰፍትዌር (software)ን - በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion) ላይ የሚደርስ ምልክቶችን ለመለየት እንዲረዳው ይጠቀማል።

**ሚዛን (Balance):** 'ስዌ (Sway)'፣ በውስጥ-የተተክለ የእንቅስቃሴ-መጠንን የሚለካ (built-in motion sensors)ን፣ በማንኛውም የሞባይል ዲቫይስ ወይም ታብሌት ውስጥ የሚገኝን - የስዌ (sway) አቋሚዊ መጠንን-ለመለካት፣ ይጠቀማል። ዲቫይስን በደረት-ላይ በሚጫኑት-ጊዜ፣ የእንቅስቃሴ ትንታኔ ሰጪ የሆነ አልጎሪዝም (motion analysis algorithm)፣ ያለውን ቋሚነት አስልቶ፣ የህክምና ባለሙያዎች፣ በርቀት (virtually) አቀማመጥ ውስጥ የሕክምና-ደረጃ ሚዛን ላይ ምርመራ-ለማድረግ ይደርሳቸዋል።

**መንገድ-ብና ማስተዋል:** ከሚዛን - በተጨማሪ፣ 'ስዌ (Sway)' - በጭንቅላት-ግጭት የሚደርስ ጉዳት ቁጥጥር ላይ፣ በሚከተሉት-ላይ ቁልፍ-የሆነ መለኪያዎችን ይሰበስባል:

- የማስታወስ-ችሎታ (Memory)
- የምላሽ-እርምጃ መስጫ ጊዜ (Reaction Time)
- ስሜታዊ-ግፊትን መቆጣጠር (Impulse Control)
- የፍተሻ-ጊዜ (Inspection Time)

**የመነሻ ምርመራ (Baseline Testing):**

- የመነሻ መለኪያ የሚሆነው፣ በስፖርት ክፍለ-ጊዜ እና/ወይም መድረሱ-ከታወቀ የጭንቅላት-ግጭት (concussion) ከዳኑ በኋላ - በየሁለት-ዓመቱ መወሰድ ያስፈልገዋል።

የመነሻ ምርመራ-ፈተና አሰጣጥ (Baseline testing)፣ በከፍተኛ-ደረጃ ትምህርት ቤት ተማሪዎች ጋር ብቻ የሚጠናቀቅ-ይሆናል። ስለ እኛ በጭንቅላት-ላይ የሚደርስ መናጋት (concussion) ቁጥጥር ፕሮቶኮሎች - ማንኛውም ጥያቄዎች ወይም ስጋቶች ካሏችሁ፤ የ'DCIAA Lead Athletic Trainer' የሆኑት፣ ዶ/ር ጃሚል ዋትሰን (Dr. Jamila L. Watson) DAT, LAT, ATC፣ በJamila.Watson@k12.dc.gov ማነጋገር፣ ወይም የተማሪዎን ትምህርት ቤት የአትሌቲክ አሰልጣኝን፣ እባካችሁን አነጋግሩ።



**በጭንቅላት-ላይ የሚደረስ መናጋት (CONCUSSION) ን በተመለከተ-የቀረቡ መጠይቆች**

- ተማሪ-አትሌቱ፣ ከዚህ-ቀደም በጭንቅላት ላይ የደረሰ መናጋት (concussion) ገጥሞት-የተቋቋሙ-ነው \_\_\_ አዎን/Yes \_\_\_ የለም/No
- የተቋቋሟቸው የጭንቅላት-ላይ ጉዳዮች (concussions) - አጠቅላይ ቁጥር \_\_\_\_\_
- የ'ጭንቅላት-መናጋቶች (concussion)'ን የተቋቋሙባቸው ቀን (ናቶች) \_\_\_\_\_
- ተማሪ-አትሌቱ፣ ከዚህ-ቀደም በ'SWAY concussion' ላይ ምርመራ-ተደጎለት ያውቃልን? \_\_\_ አዎን/Yes \_\_\_ የለም/No \_\_\_ እርግጠኛ-አለመሆን/Unsure
  - መልሳችሁ አዎን/yes ከሆነ፤ መቼ \_\_\_\_\_

**ድንገተኛ-የሆነ የልብ-ምት መቋረጥ (SUDDEN CARDIAC ARREST (SCA) መረጃ**

**ትርጓሜ (Definition):** ድንገተኛ-የሆነ የልብ-ምት መቋረጥ (Sudden Cardiac Arrest (SCA)፣ ልብ በድንገት እና ባልተጠበቀ-ጊዜ መምታቱን በሚያቆም-ጊዜ ለሞት-አደጋ ሊዳርግ-ይችላል። ይህ ከገጠሙ፤ ደም ወደ አንጎል እና ወደ ሌላ አስፈላጊ የሆኑ የሰውነት-ክፍሎች (organs) መረጨቱ-ያቆማል።

'SCA' የሕክምና የአስቸኳይ-አደጋ ሁኔታ ነው። በተማሪ-አትሌቶች ላይ 'SCA' የመግጠሙ-ሁኔታ እምብዛም-አይደለም፤ ነገር-ግን በሚሳተፉበት አካላዊ-እንቅስቃሴ ምክንያት - አትሌት-ካልሆነ ተማሪ ጋር ሲነፃፀር፣ አትሌት-የሆነ ተማሪ ከፍ-ያለ የአደጋ-መጠን አላቸው።

**መንስኤዎች/Causes:** የልብ-ምት መቋረጥ (cardiac arrest) ዋናው-ምክንያት፤ 'ventricular fibrillation' ወይም 'ventricular tachycardia' በሆነ እና፤ እነዚህም የአርትሚኦስ (arrhythmias) ወይም መደበኛ-ያለሆነ የልብ-ምትናቸው። አደጋ-ሊያመጡ የሚችሉ ምክንያቶች ሆነው የተካተቱት፤ ቀድሞ-የነበረ የልብ-ምት መቋረጥ (prior cardiac arrest)፣ ኮሮናሪ የልብ ህመም (coronary heart disease)፣ የልብ ቫልቭ ሕመም (heart valve disease)፣ ከልብ-ሕመም ጋር መወለድ (congenital heart defects)፣ እና በጄኔቲክስ ሊከሰት የሚችል አርትሚኦስ (arrhythmias caused by genetics)። ሆኖም-ግን፤ የልብ-ምት መቋረጥ (cardiac arrest) የሚደርስባቸው ግማሾቹ-የሚሆኑት ሰዎች፣ የልብ-ችግር እንዳላቸው እንኳን የሚውቁ-ናቸው። ሌላ የ'SCA' ምክንያት-ሆነው የተካተቱት፤ በልብ ክፍሎቹ ላይ ጠባሳ-መፈጠር (scarring of the heart tissue)፣ ጠንካራ-የሆነ የልብ ጡንቻ/thickened heart muscle (cardiomyopathy)፣ የልብ መድኅኒቶች/heart medications፣ ኤሌክትሪካዊ ያልተለመዱ-ነገሮች መፈጠር/electrical abnormalities፣ የልብ ስር ላይ ያልተለመዱ-ነገሮች መፈጠር/blood vessel abnormalities፣ እና የመዝናኛ ፅዕን መጠቀም/ recreational drug use። በልጆች-ላይ - የልብ-ምት መቋረጥ (cardiac arrest) ሊከሰት-የሚችለው በመታነቅ/choking ወይም በመስመጥ/drowning ምክንያት፣ የመተንፈስ-መቋረጥ (respiratory arrest) ከተከሰተ-በኋላ (መተንፈስ-በሚያቆምበት ጊዜ) - ነው።

**እርምጃ-ሳይወስዱ የመቆየት አደጋ/Risk of Inaction:** እነዚህን የሕመም ምልክቶች ችል-ማለት እና ጨዋታውን እየተጨዋቱ መቀጠል፤ አስከፊ-አደጋን ሊያመጣ የሚችል እና ድንገተኛ የልብ-ምት መቋረጥ ሞት (sudden cardiac death (SCD)ን ሊያስከትል-ይችላል። እነዚህ የሕመም ምልክቶች ላይ ትኩረት መስጠት እና ጊዜውን-የጠበቀ ተገቢ የህክምና እንክብካቤን ለማግኘት-መጠየቅ፤ አስጊ-ከሆነ እና ወደሞት ሊያደርስ ከሚችል አደጋ መከላከል-ይቻላል።

<p><b>የማስጠንቀቂያ ምልክቶች/የ'SCA' የሕመም-ምልክቶች</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• በድንገት-መውደቅ እና እራስን-መሣት (ፊንት-ማድረግ/pass out)፤</li> <li>• አለመተንፈስ ወይም አተነፋፈሪቸው ትክክል-አለመሆን፤ ወይም አየር-ለማግኘት በጣም-መተንፈስ (gasping for air)፤</li> <li>• ለጩኸት ወይም ከባድ-ለሆነ ንቅናቄ (shaking) ምላሽ-አለመስጠት፤ እና/ወይም</li> <li>• የልብ-ምት/pulse አለመኖር</li> </ul>	<p><b>ለ'SCA' የሚደረግ የአስቸኳይ-ጊዜ ምላሽ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ወዲያው-እርምጃ መውሰድ (በሕይወት-የቆየት ዕድልን-ለመጨመር፤ ጊዜ/time በጣም ወሳኝነት-አለው)</li> <li>• 'SCA'ን ማወቅ</li> <li>• ወዲያው-911 መደወል</li> <li>• 'CPR' ማካሄድ</li> <li>• 'Automatic External Defibrillator (AED)'ን መጠቀም</li> </ul>
---	---

በዚህ-ሰነድ/document ውስጥ ጥቅም-ላይ የዋለው መረጃ፣ ከአሜሪካ የልብ ማኅበር (American Heart Association) (<https://www.heart.org/en/health-topics/cardiac-arrest>)፤ እና ከብሔራዊ የጤና ተቋም (National Institute of Health) (<https://www.nhlbi.nih.gov/health/cardiac-arrest> እና <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9674198/>) ተገኝቶ-የነበረ ነው። የበለጠ-መረጃን ለማግኘት፣ እነዚህ ገጾች ጎብኙ።

በዚህ ቅጽ ላይ በመፈረም፤ ከላይ-የተጠቀሰውን ስለ ጭንቅላይ ላይ የሚደርስ መናጋቶች (concussions) እና 'SCA' መረጃዎቹን ያነበብነው እና፣ ይዘቶቹን በሙሉ የተረዳነው እንደሆነ እናሳውቃለን። ጥያቄዎችን እንድንጠይቅ ዕድል-ተሰጥቶን የነበረ እና፣ ሁሉም ጥያቄዎች ለእኔ አጥጋቢ-በሆነ ሁኔታ ተመልሶልኛል። በ'ስዌ የጭንቅላት-መናጋት ቁጥጥር ፕሮግራም (SWAY Concussion Management Program)' ውስጥ - (ለከፍተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ተማሪ-አትሌቶች ብቻ) - በትምህርት ቤቶች መካከል በሚደረግ የተማሪ-አትሌት ተሳትፎ ውስጥ - ተማሪ-አትሌቱ እንዲሳተፍ፣ ተስማምተናል። የተማሪ-አትሌቱን የህመም ምልክቶች - ወደ አሰልጣኛቸው፣ አስተዳደሮች፣ እና/ወይም የጤና እንክብካቤ-ሰጪዎች ሪፖርት ለማድረግ ኃላፊነት-እንዳለብን ተረድተናል። ተማሪ-አትሌቱ ወደ ጨዋታ የመመለስ ፕሮቶኮል በDCPS እንዲፈቀድለት ለማድረግ፤ ከመመለሱ በፊት ባለው የ24 ሰዓት ወቅት-ውስጥ፣ ምንም የህመም-ምልክቶች የሌለው መሆን እንዳለበትም ተረድተናል። ይህ የተፈረመበት ቅጽ፤ በትምህርት-ቤቶች መካከል ለሚደረጉ ስፖርቶች ተሳትፎ አስፈላጊ-እንደሆነም በተጨማሪ-ተረድተናል።

የስፖርት(ቶች) ፍላጎት

የወላጅ/አሳዳጊ፣ የተፃፈ ስም

የወላጅ/አሳዳጊ ፊርማ

(ወይም የተማሪ-ፊርማ፣ ተማሪው 18-ዓመት ወይም ከዚያ-በላይ ከሆነ)

ቀን