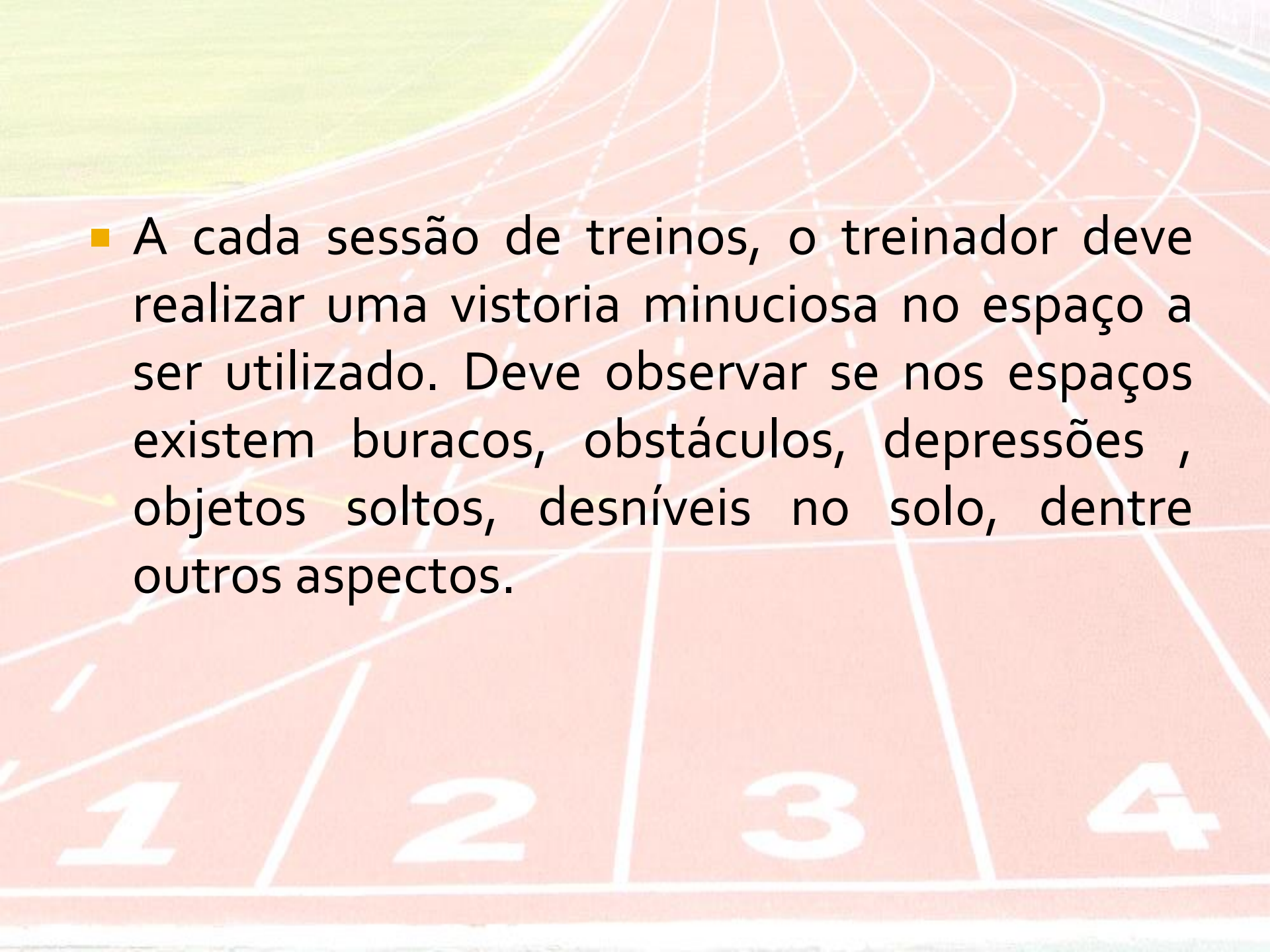
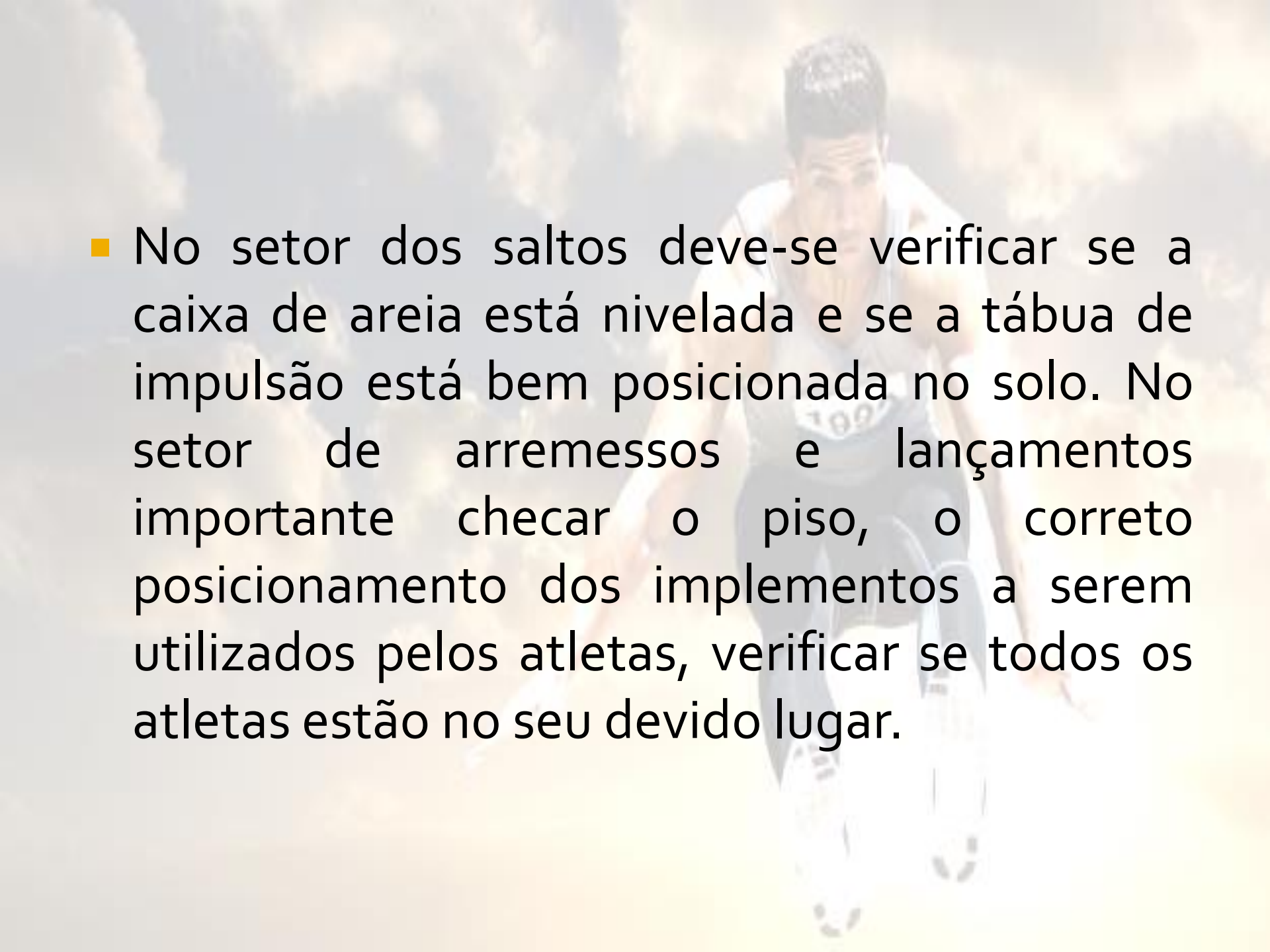


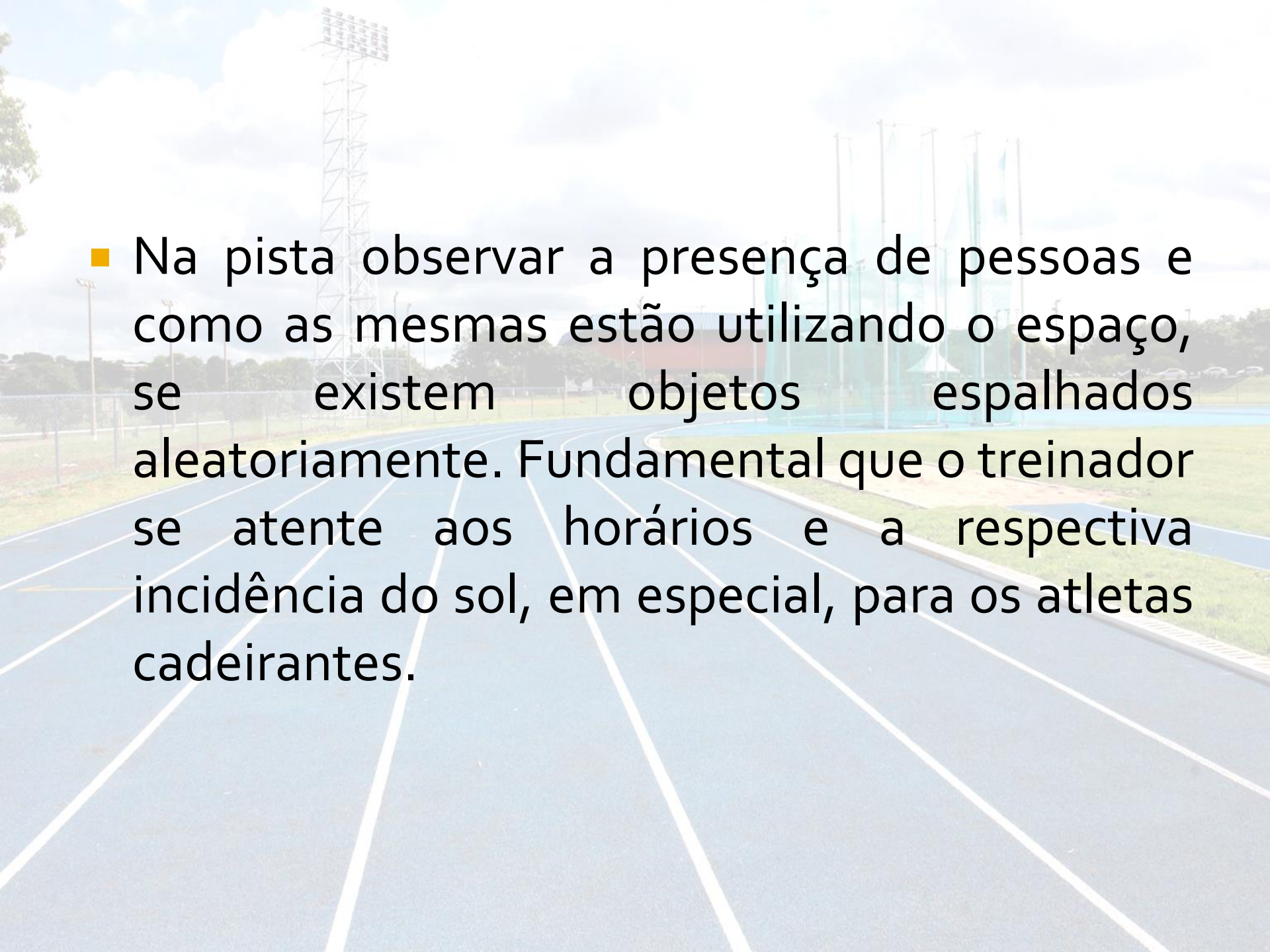
Segurança para uma prática com qualidade

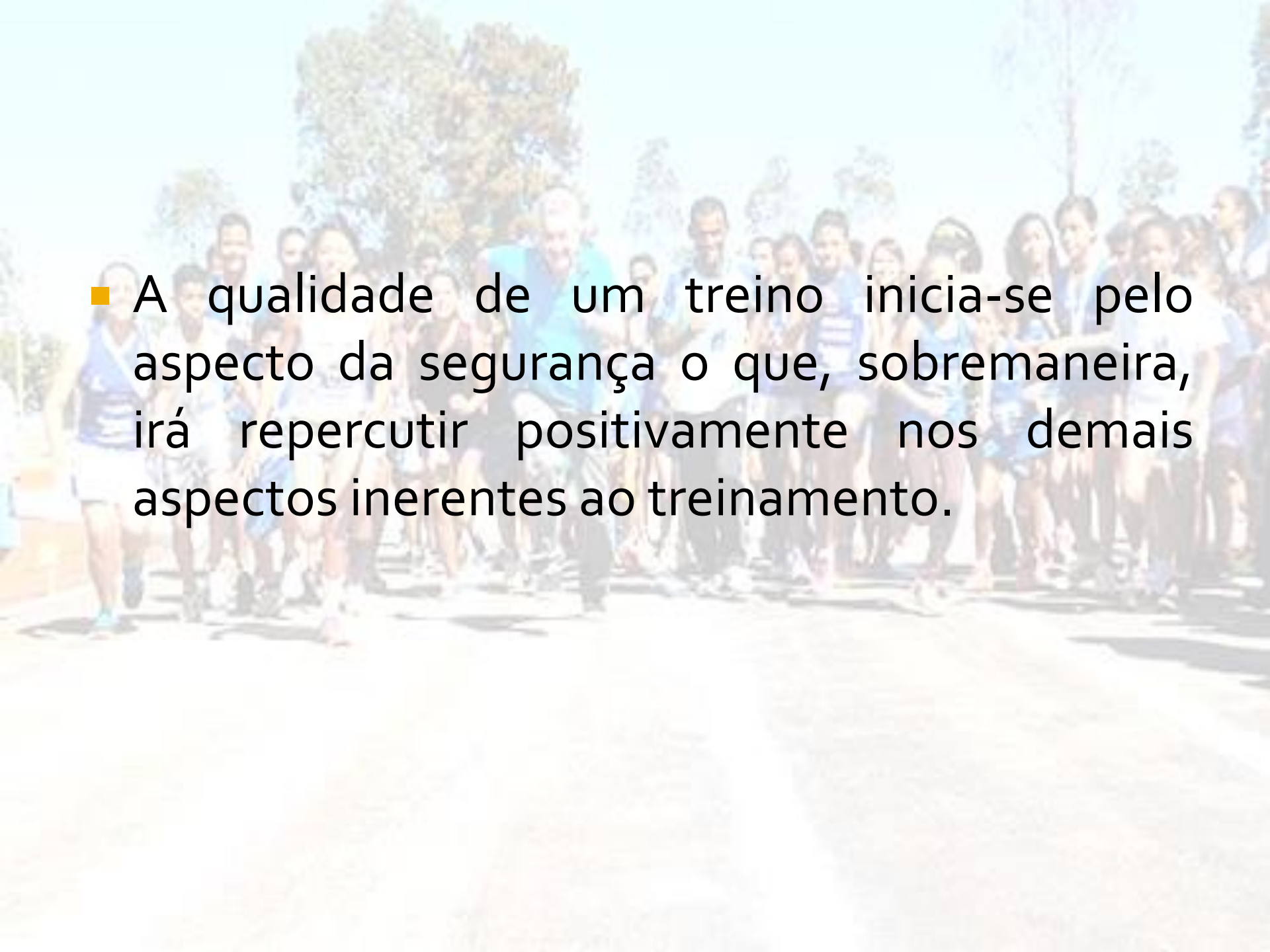
- A prática do atletismo requer, por parte do treinador, alguns cuidados e procedimentos que podem fazer a diferença no desenvolvimento dos trabalhos planejados. Para cada tipo de deficiência exige-se um procedimento de segurança e cuidado ser tomado.

- Para que as ações de treinos e competições aconteçam de forma eficaz, o treinador deve observar se no ambiente as condições de segurança estão presentes. Qualquer descuido pode ser prejudicial ao atleta podendo gerar um desconforto no ambiente de trabalho. Sem dúvidas, o aspecto segurança precede as demais condições necessárias ao bom andamento dos treinos.

- 
- A cada sessão de treinos, o treinador deve realizar uma vistoria minuciosa no espaço a ser utilizado. Deve observar se nos espaços existem buracos, obstáculos, depressões , objetos soltos, desníveis no solo, dentre outros aspectos.

- 
- No setor dos saltos deve-se verificar se a caixa de areia está nivelada e se a tábua de impulsão está bem posicionada no solo. No setor de arremessos e lançamentos importante checar o piso, o correto posicionamento dos implementos a serem utilizados pelos atletas, verificar se todos os atletas estão no seu devido lugar.

- 
- Na pista observar a presença de pessoas e como as mesmas estão utilizando o espaço, se existem objetos espalhados aleatoriamente. Fundamental que o treinador se atente aos horários e a respectiva incidência do sol, em especial, para os atletas cadeirantes.

- 
- A qualidade de um treino inicia-se pelo aspecto da segurança o que, sobremaneira, irá repercutir positivamente nos demais aspectos inerentes ao treinamento.