

## Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- communiquent aux participant-e-s des règles de comportement claires dans le stade d'athlétisme: traverser la piste d'athlétisme comme on traverse une route, c'est-à-dire en regardant à droite et à gauche avant; laisser la priorité aux lanceuses et aux lanceurs sur la pelouse; en principe, laisser la piste 1 libre pour les courses;
- sont conscients de leurs responsabilités et supervisent les participant-e-s en conséquence en tenant compte de leur niveau de développement;
- respectent les autres groupes qui s'entraînent en même temps et s'assurent que les règles de comportement ont été clairement formulées;
- font en sorte que les infrastructures d'athlétisme ne sont pas utilisées simultanément par plusieurs groupes, notamment dans les disciplines de lancer, où la sécurité des autres participant-e-s doit être garantie.

## Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et moniteurs J+S

- vérifient que les participant-e-s portent des chaussures et des vêtements adéquats (notamment en cas de pluie, de froid ou de grosse chaleur);
- invitent les personnes qui souffrent de déficience visuelle à porter des lentilles ou des lunettes adaptées au sport;
- prévoient des pauses (apports énergétiques et liquidiens) suffisantes;
- s'assurent que les participant-e-s – notamment les enfants – se protègent correctement de la chaleur ainsi que du rayonnement solaire (chapeau, lunettes de soleil, crème solaire et boissons);
- préparent les participant-e-s à l'effort par le biais d'un échauffement adéquat;
- veillent à adapter l'intensité d'entraînement à l'âge et au niveau des participant-e-s, notamment lorsqu'ils recommencent à pratiquer l'athlétisme après une pause (p. ex. suite à une blessure ou à une maladie);

- effectuent un entraînement de base intensif avec les participant-e-s pour les préparer aux charges de l'athlétisme;
- choisissent des formes d'organisation sûres qui conviennent aux disciplines et s'assurent que les règles sont respectées après avoir été clairement communiquées;
- évitent, lors de port de chaussures à pointes, les formes d'entraînement avec risque de contact ou de collision (en raison des blessures);
- veillent à ce que le matériel soit en parfait état et adapté au niveau des participant-e-s;
- veillent, au saut à la perche notamment, à ce que l'infrastructure soit correctement montée;
- veillent, au saut à la perche, à ce que tous les participant-e-s adoptent un comportement adéquat (par exemple, ne jamais lâcher la perche au moment du saut);
- veillent, dans les disciplines de saut, à garantir des surfaces de réception sûres et suffisamment grandes;
- veillent, dans les formes de course, à garantir des zones de dégagement suffisantes;
- utilisent, dans les disciplines de lancer, les dispositifs de protection prévus et vérifient leur état; ils coordonnent également le retour des engins de lancer;
- font attention, dans les disciplines du lancer du disque et du marteau, aux lanceuses et aux lanceurs gauche-droite et se positionnent en conséquence.

