



APPENDIX H

INFORMACION PARA PADRES Y FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO

DIRECTRICES DE PISTA / ENTRENAMIENTO DE DISTANCIA FUERA DEL CAMPUS

Como en todos los deportes y atletismo, los métodos de entrenamiento de atletas para eventos especializados cambian constantemente.

Particularmente en la carrera a distancia, la investigación ha demostrado que un atleta debe correr de 5 a 15 millas por día para competir y producir actuaciones de campeonato. Para ejecutar este tipo de entrenamientos no solo se necesita resistencia física, sino también concentración mental, por lo tanto, el aburrimiento del entrenamiento en una pista ovalada es abrumador y en realidad reduce el rendimiento.

Los entrenadores del Distrito Escolar de Shawnee Mission, escuelas intermedias/actividades de edificios de secundarias / directores de atletismo y el director de atletismo del distrito sienten que la seguridad de su hijo o hija es de suma importancia y, por lo tanto, sienten que es necesario explicar las reglas de entrenamiento de carrera de distancia **fuera del campus**.

- A. Los corredores de distancia pueden optar por correr en las aceras que son paralelas a las vías principales, pero **bajo ninguna circunstancia** se les permite a los atletas correr **en calles** de tránsito moderado o pesado.
- B. Los atletas pueden correr en caminos rurales o calles con patrones de tráfico muy leves.
- C. El atleta puede elegir la opción de completar su entrenamiento en las instalaciones de la escuela.
- D. El entrenador principal de cross country y el entrenador principal de pista tienen **la responsabilidad de explicar y hacer cumplir todas las reglas de funcionamiento fuera del campus**.
- E. Si un atleta elige correr fuera del campus, se le indicará que obedezca todas las señales de tránsito y peatonales. El entrenador hará todo lo posible para supervisar a los atletas en vehículo o corriendo con ellos. Los atletas correrán en grupos y no se les permitirá correr solos. **El entrenador debe explicar a los atletas todas las reglas anteriores**.

Esta información es un esfuerzo para comunicarse con los padres y los atletas y para explicar las precauciones que se tomarán en el distrito escolar para proteger a los atletas.

Su firma confirma el hecho de que usted y su hijo / hija han leído las opciones anteriores y pueden decidir las áreas para correr con más restricciones para su hijo o hija.

Fecha

Nombre del Atleta (letra de molde)

Firma del Atleta

Fecha

Nombre del Padre/Tutor (letra de molde)

Firma del Padre/Tutor