



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

Il Programma del corso aspirante tecnico *

Direzione: Paolo Camossi F.T.R.

Coordinamento Moduli e Docenti: Francesco Comuzzo

Hotel Continental – Via Tricesimo, 73 - UDINE

Giovedì 5 luglio

Ore 17.00 registrazione dei partecipanti e consegna materiale

Ore 17.30 – 21.30

1° MODULO: AVVIAMENTO ALL'ATLETICA

(docenti: Paolo Camossi e prof.ssa Mara Nespolo)

1. Le specialità dell'Atletica Leggera, il campo, la pista, gli attrezzi e i record
2. Attività Giovanile: le distanze e gli attrezzi
3. Elementi di organizzazione sportiva e federale
4. Le capacità motorie e le motivazioni allo sport

Palaindoor O. Bernes – Via del Maglio 6 – PADERNO (UD)

Venerdì 6 luglio

Ore 17.30 – 21.30

2° MODULO: CORRI E MARCIA

(docente: prof.ssa Mara Nespolo)

1. Pratica: come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. Pratico/teorica: i fondamenti tecnici
3. Pratica: progressione didattica ed esercizi tecnici propedeutici
4. Pratico/teorica: osservare, misurare, valutare, correggere

Giovedì 12 luglio

Ore 17.30 – 21.30

3° MODULO: SALTA

(docente: prof.ssa Mara Nespolo)

1. Pratica: come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. Pratico/teorica: i fondamenti tecnici
3. Pratica: progressione didattica ed esercizi tecnici propedeutici
4. Pratico/teorica: osservare, misurare, valutare, correggere

Venerdì 13 luglio

Ore 17.30 – 21.30

4° MODULO: LANCIA

(docente: prof.ssa Mara Nespolo)

1. Pratica: come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. Pratico/teorica: i fondamenti tecnici
3. Pratica: progressione didattica ed esercizi tecnici propedeutici
4. Pratico/teorica: osservare, misurare, valutare, correggere

*** Il Corso si svolgerà in sede unica e con date ed orari da definire se le iscrizioni non supereranno le 45 persone**

**FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972
P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail cr.friulivg@fidal.it sito internet: www.fidalfvg.it**