



REGOLAMENTO ATTIVITA' ESORDIENTI FIDAL TORINO 2019 ATLETICA A COLORI

Il programma tecnico delle attività promozionali delle categorie esordienti A B e C (in particolar modo B e C), prevede che i bambini partecipino ad attività molteplici e variegate quali: velocità, ostacoli, salto in lungo, salto in alto, lanci, marcia, staffette a navetta differenziate, percorsi estensivi, ecc. Al fine di stimolarli con proposte sempre nuove ed evitare i cosiddetti "tempi morti", ci preme dare alcune indicazioni metodologiche di massima per le diverse fasce di età:

m. 50 piani esordienti A (con partenza in piedi)

m. 40 piani esordienti B/C (con partenza in piedi)

m. 50 ostacoli esordienti A (con partenza in piedi) (5 hs da cm. 50 distanze:12,00-7,00-7,00-7,00-7,00-10,00)

m. 40 ostacoli esordienti B (con partenza in piedi) (5 hs da cm. 50 distanze:10,00-7,00-7,00-7,00-10,00)

m. 200 per esordienti A e B

marcia m.1000

salto in alto (fettuccia elastica al posto dell'asta vera e propria)

salto in lungo (con battuta libera, creare se possibile, una zona di battuta di 1 m. x 1 m. delimitata con scotch bianco e gesso, distante dalla buca da m. 0,50)

salto triplo (simulazione dei tre appoggi del salto triplo con tre cerchi messi in successione)

lancio del Vortex

lancio del disco

lancio di precisione della pallina

lancio del giavellottino

staffette 4x50 - 5x80 (le staffette 4x50 e 5x80 devono essere disputate in corsia rispettivamente con partenza dai m. 200 e dai m. 400)

m. 600/800 Esordienti A (per la gara di cross/strada)

m.400 esordienti B/C (per la gara di cross/strada)

- Per gli esordienti C è comunque possibile effettuare non solo il percorso ma anche le altre attività sulla pista organizzate in modo semplificato ma divertente. Largo alla fantasia, devono divertirsi.
- Nel caso in cui la partecipazione di esordienti di categoria C sia particolarmente numerosa, si suggerisce di predisporre più percorsi (magari disposti in parallelo) e differenziati. Ad esempio, un percorso che preveda anche un lancio od un salto di precisione o entrambi, un altro con alcuni palloncini da toccare saltando, ostacoli alti e bassi da passare sopra e sotto, un piccolo tunnel formato da altri ostacolini e/o cerchi, ecc. , ovvero tutto ciò che potrà suggerire la fantasia agli istruttori presenti.

- Il percorso estensivo per le categorie B e C (anche più di uno), potrà essere realizzato su di una distanza un po' più lunga, prevedendo capovolte sui materassi del salto in alto, passaggi di ostacoli, salto in sabbia con l'asta, lanci. Anche in questi casi, si raccomanda la massima inventiva.
- Le staffette a navetta potranno disputarsi anch'esse in parallelo e con modalità differenti.
- Le staffette 8x50 dovranno coinvolgere tutti i bambini, quindi, nel caso in cui le società non potessero schierare 8 partecipanti, organizzeranno una staffetta mista tra esordienti di diverso sesso o colore sociale.
- Le gare superiori ai m. 200 dovranno essere disputate con partenza "alla corda"

Per quanto riguarda la disposizione del campo e delle aree gare: lasciamo alla società organizzatrice dell'evento libera autonomia. Le aree dei lanci e dei salti dovranno essere preparate in modo tale da poter creare delle zone, dei settori per poter assegnare al ragazzo un punteggio con la metodologia del bollino di colore differente e corrispondente alla zona raggiunta con il salto o con il lancio. (Un esempio per il salto in lungo: battuta libera come indicato sopra, sul lato della buca i cartellini colorati con i 4 colori della valutazione, posti a distanze differenti, in progressione, ad individuare la zona di atterraggio per poter assegnare al bambino).

Le classifiche saranno solo indicative, con il sistema dei cartellini con i bollini colorati, già utilizzato nelle passate stagioni (generalmente 4 colori/bollini rosso-giallo-verde-blu). Per segnare la "valutazione" occorrerà un semplice pennarello dei colori sopra indicati. Il cartellino pre-stampato verrà fornito alle società direttamente dal comitato provinciale.

Il costo di partecipazione alla manifestazione denominata "Atletica a Colori" è di 1 €. la somma deve essere versata all'atto della conferma iscrizione da parte della società il giorno stesso della manifestazione.

Le quote raccolte e l'elenco dei partecipanti vanno consegnate al Rappresentante Provinciale FIDAL che sarà presente alla manifestazione.

Si invitano gli istruttori delle società a collaborare sul campo gara con i tecnici della società ospitante la manifestazione, e di portare con sé (nel caso in cui siano disponibili) uno o più vortex, palline da tennis, palloni leggeri (si possono appendere per toccarli in elevazione), palle di gomma con maniglia (per i lanci) e tutto ciò che può essere utile per realizzare percorsi vari e divertenti.

calendario delle riunioni esordienti 2019 :

INDOOR : Sabato 23 Marzo- località **Cantalupa;**

PISTA : Sabato 13 Aprile - località **Settimo Torinese;**

PISTA : Domenica 5 Maggio – località **Chivasso**

PISTA : Sabato 25 Maggio – località **d.d.**

CROSS : Sabato 8 giugno - località **Torino** – (Piazza d'Armi)

Altre eventuali date saranno stabilite nel prosieguo della stagione.

Al termine della manifestazione la società organizzatrice dovrà inviare al Comitato Provinciale Fidal l'elenco dei partecipanti per l'aggiornamento della classifica finale.

Alla premiazione di fine anno verranno premiati gli esordienti che avranno preso parte ad almeno **tre** delle cinque manifestazioni in calendario e verrà dato un riconoscimento alle società che avranno ospitato la manifestazione.

I referenti del Comitato Provinciale FIDAL di Torino (Letizia ROLFO e Francesco ELIFANI) saranno a vostra disposizione per eventuali problematiche o chiarimenti.

Comitato Fidal Torino

Il Presidente

Sebastiano SPINA