

# PROGETTO FORMAZIONE PERMANENTE

*11 – 19 – 25 maggio 2022*

Anna Ardizzoni – Niccolò Rettore



## **I CONCORSI**

**Regole, pedane, Giurie: dalla teoria alla pratica**



# CAP. I

I concorsi – Le Regole Generali



## La Parte 3 del RTI si divide in:

a. condizioni generali

b. salti in estensione

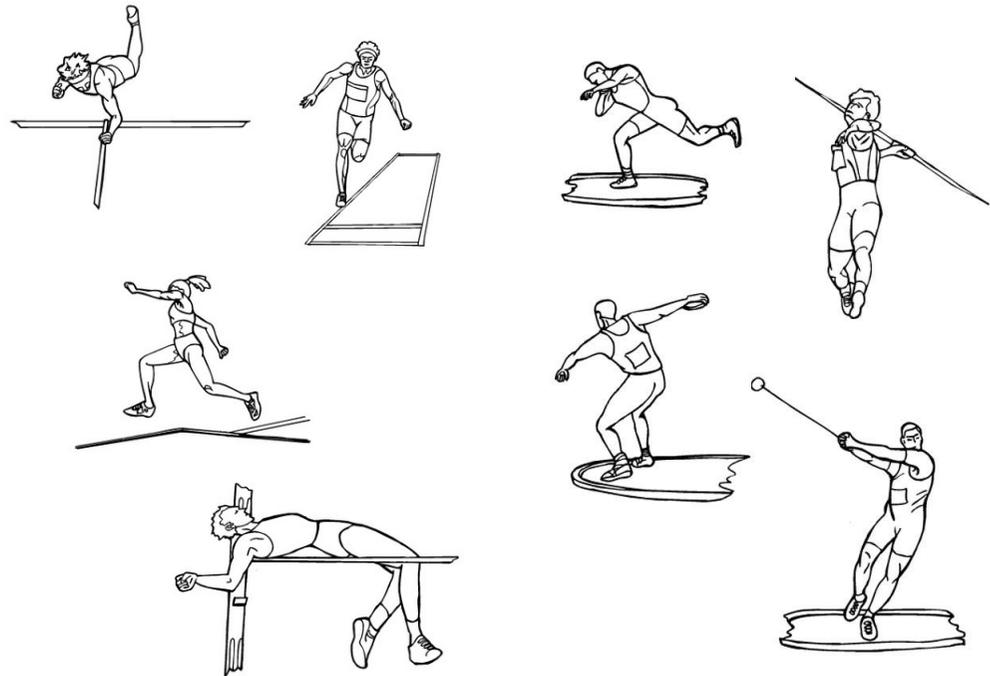
- salto in lungo
- salto triplo

c. salti in elevazione

- salto in alto
- salto con l'asta

d. lanci

- lancio del peso
- lancio del disco
- lancio del martello
- lancio del giavellotto



## TR 25 – CONDIZIONI GENERALI

### Per tutti i concorsi vale che...

**a. salti e lanci di prova**

- utilizzare tutto il tempo disponibile per far fare salti/lanci di prova (ad eccezione di richieste specifiche del DLT/DR)
- non c'è un numero minimo/massimo però assicurare per tutti almeno 2 prove

**b. lanci:** prove in ordine di sorteggio e sotto controllo dei Giudici

**c. segnali personali:** 2 nei salti in estensione ed elevazione e 1 nei lanci

**d. segnali:** forniti dall'organizzatore/nastro – gesso?

**e. indicatori:** nel salto con l'asta ogni 0,50m da 2,5m a 5m e poi ogni 1m fino ai 18m

**f. maniche a vento:** salti, lancio del disco e del giavellotto



### Per tutti i concorsi vale che...

a. **ordine di competizione:**

- previsto dal sorteggio
- variazione ordine delle prove

b. **numero di prove:** fino a 8 atleti vs più di 8 atleti – *atleti sub iudice?*

c. **completamento della prova:**

- salti in elevazione
- salti in estensione
- lanci



## TR 25 – CONDIZIONI GENERALI

### Per tutti i concorsi vale che...

- a. **riconsiderare** una decisione
- b. **variazione ordine** di lancio/salto – *sempre?*
- c. **prove sostitutive**
- d. **tempo concesso** per le prove – *bandiera gialla e tentativo di record*

#### Gare individuali

	<u>Alto</u>	<u>Asta</u>	<u>Altre</u>
Più di tre atleti (o per il primo tentativo in assoluto di ciascun atleta)	1	1	1
2 o 3 atleti	1.5	2	1
1 atleta	3	5	-
Prove consecutive	2	3	2

#### Prove Multiple

	<u>Alto</u>	<u>Asta</u>	<u>Altre</u>
Più di tre atleti (o per il primo tentativo in assoluto di ciascun atleta)	1	1	1
2 o 3 atleti	1.5	2	1
1 atleta	2	3	-
Prove consecutive	2	3	2



# CAP. II

I salti in elevazione



## TR 26 – I SALTI IN ELEVAZIONE

**Sia per il salto con l'asta che il salto in alto vale che...**

- a. rendere nota la **progressione** – *chi lo fa? quando?*
- b. **condotta di gara** di un atleta – *quando iniziare la gara? quando finisce la gara? il passo?*
- c. struttura della **progressione** – *incrementi?*
- d. misurazione delle **altezze** – *dove si misura? parallelismo?*
- e. **asticella** – *dimensioni? forma?*
- f. **piazzamenti e spareggio** – *parità? come si conduce lo spareggio?*
- g. **forze estranee**



## TR 26.9 – LO SPAREGGIO

### Lo spareggio... questo sconosciuto...

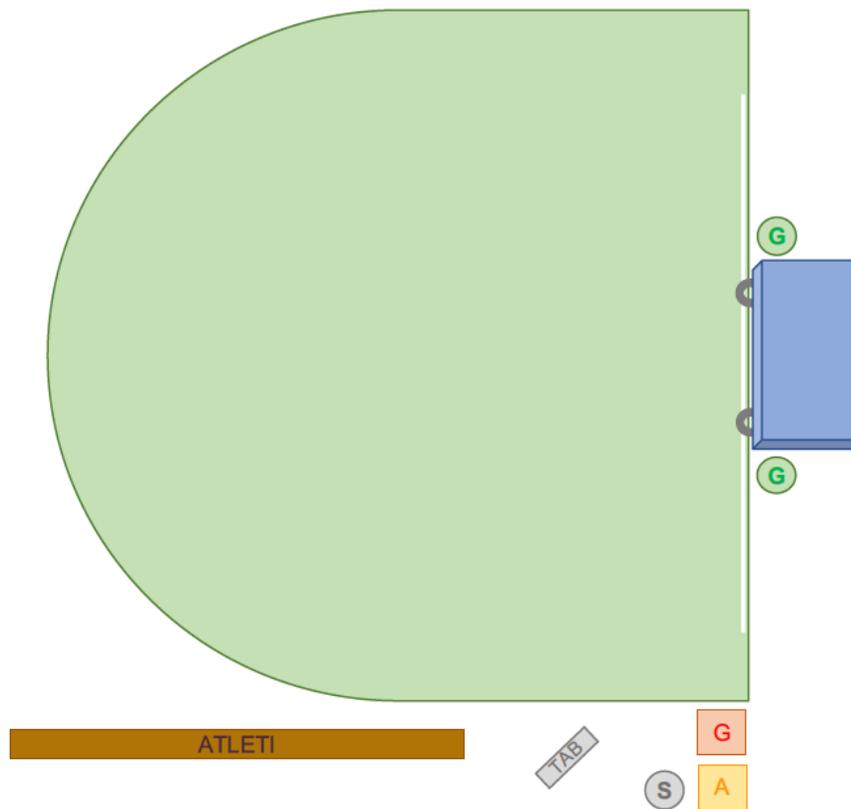
Altezze annunciate dal Primo Giudice all'inizio della gara: 1.75 – 1.80 – 1.84 – 1.88 – 1.91 – 1.94 – 1.97 – 1.99 etc.

Atleta	Altezze							Falli	Spareggio			Classifica
	1,75	1,80	1,84	1,88	1,91	1,94	1,97		1,91	1,89	1,91	
A	O	XO	O	XO	X-	XX		2	X	O	X	2
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	2	X	O	O	1
C	-	O	XO	XO	-	XXX		2	X	X		3
D	-	XO	XO	XO	XXX			3				4





# TR 27 – SALTO IN ALTO



## GIURIA DI SALTO IN ALTO

G = Giudici ai ritri

S = Segretario

G = Primo Giudice

A = Arbitro

## PEDANA DI SALTO IN ALTO

Larghezza: 16m al centro

Lunghezza: 15-25m

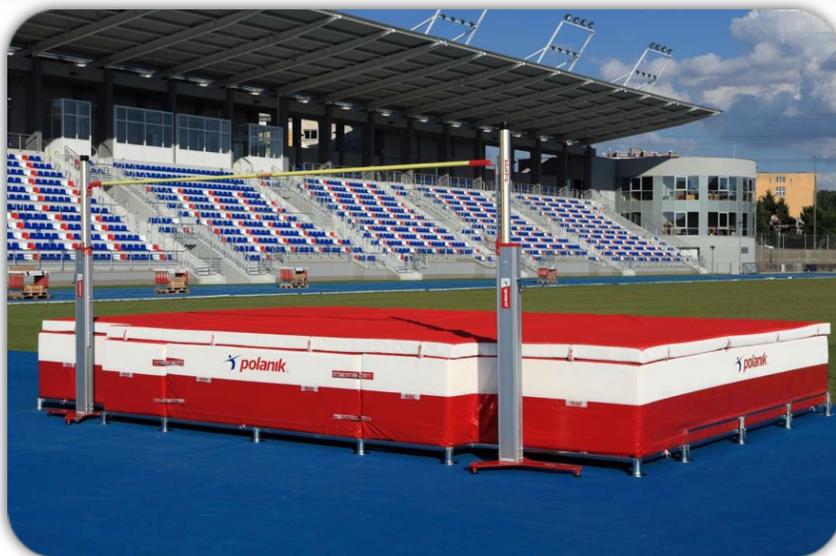
## ATTREZZATURA

Asticella: 3,98 - 4,02m

Materasso: 5x3x0,7m o 6x4x0,7m



## TR 27 – SALTO IN ALTO



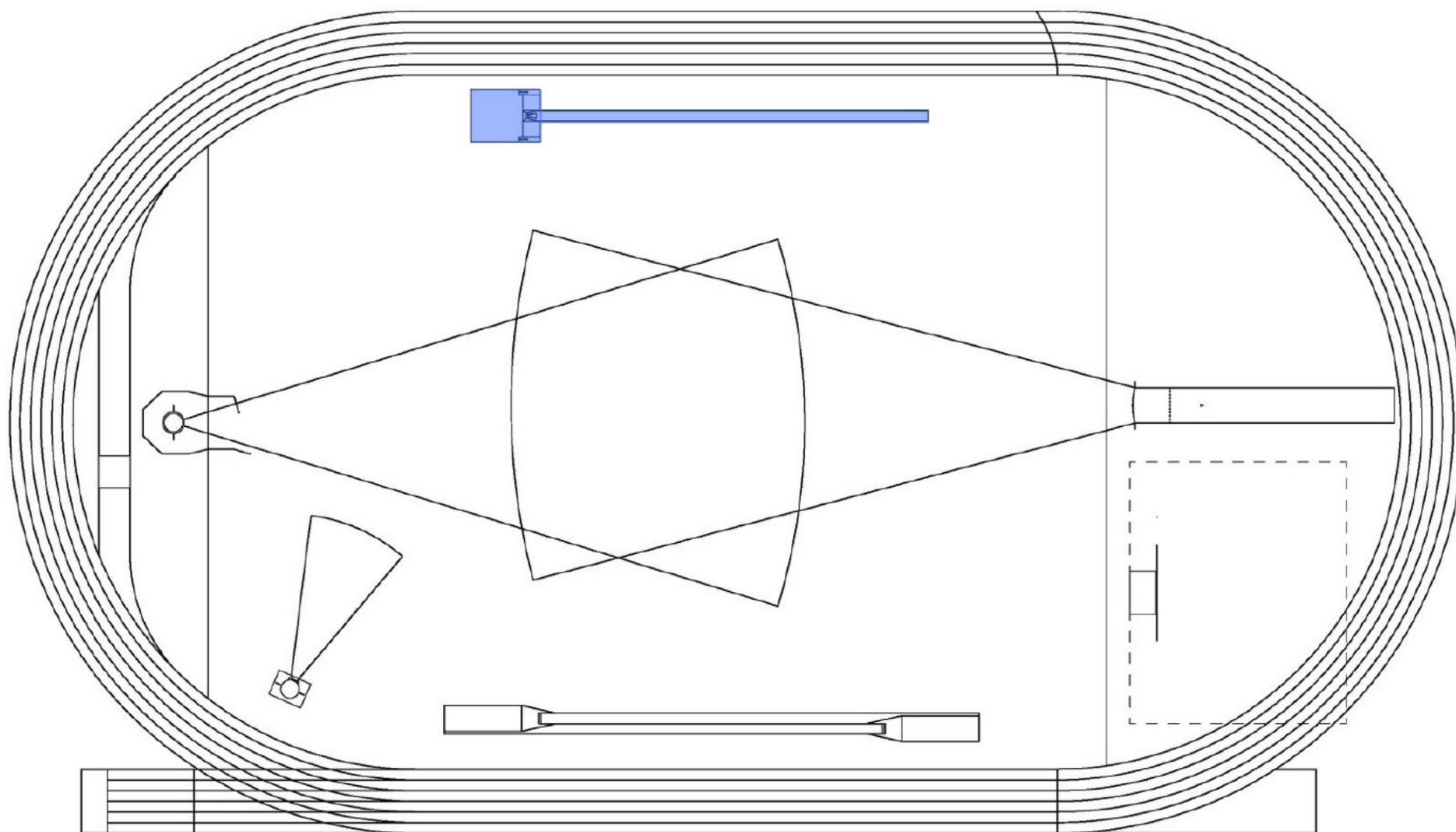
## TR 27 – SALTO IN ALTO

**Nel salto in alto una prova viene giudicata nulla se...**

- a. stacco a **due piedi**
- b. l'asticella cade a causa **dell'azione dell'atleta**
- c. l'atleta tocca una qualsiasi parte del materasso, i ritti, l'asticella senza superare l'asticella
- d. supera il piano verticale dell'asticella senza saltare – *linea bianca*



## TR 28 – SALTO CON L'ASTA



# TR 28 – SALTO CON L'ASTA

## GIURIA DI SALTO CON L'ASTA

G = Giudici ai ritti

S = Segretario

G = Primo Giudice

A = Arbitro

## PEDANA DI SALTO CON L'ASTA

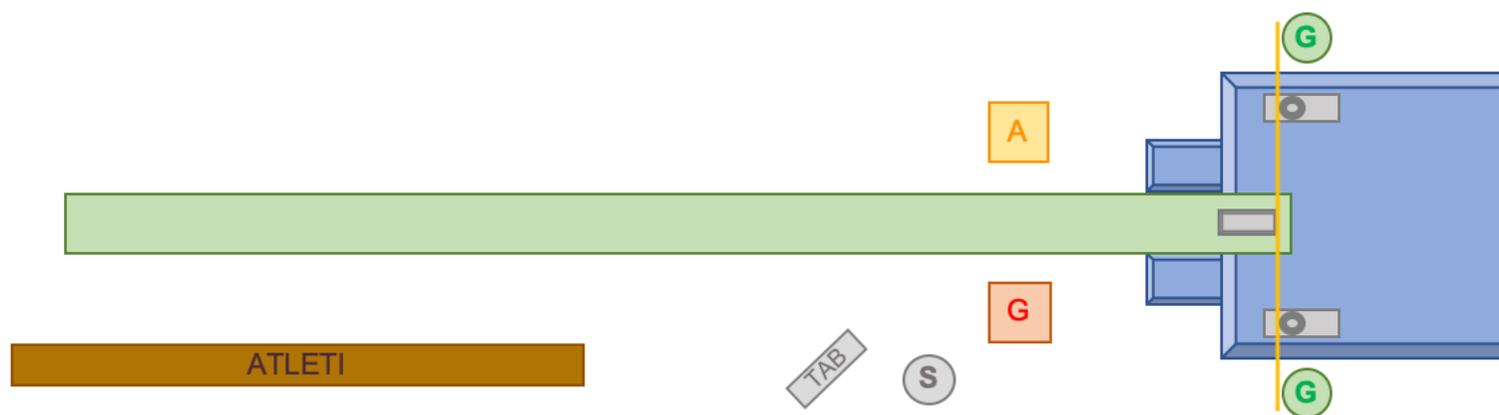
Larghezza: 1,22m

Lunghezza: 40-45m

## ATTREZZATURA

Asticella: 4,48 - 4,52m

Materasso: 5x5x0,8m o 6x6x0,8m



## TR 28 – SALTO CON L'ASTA



## TR 28 – SALTO CON L'ASTA



## TR 28 – SALTO CON L'ASTA

**Nel salto con l'asta una prova viene giudicata nulla se...**

- a. abbattimento asticella
- b. spostamento o riposizionamento asticella
- c. l'atleta tocca il materasso o il terreno
- d. effetto pertica
- e. l'asta non viene imbucata correttamente



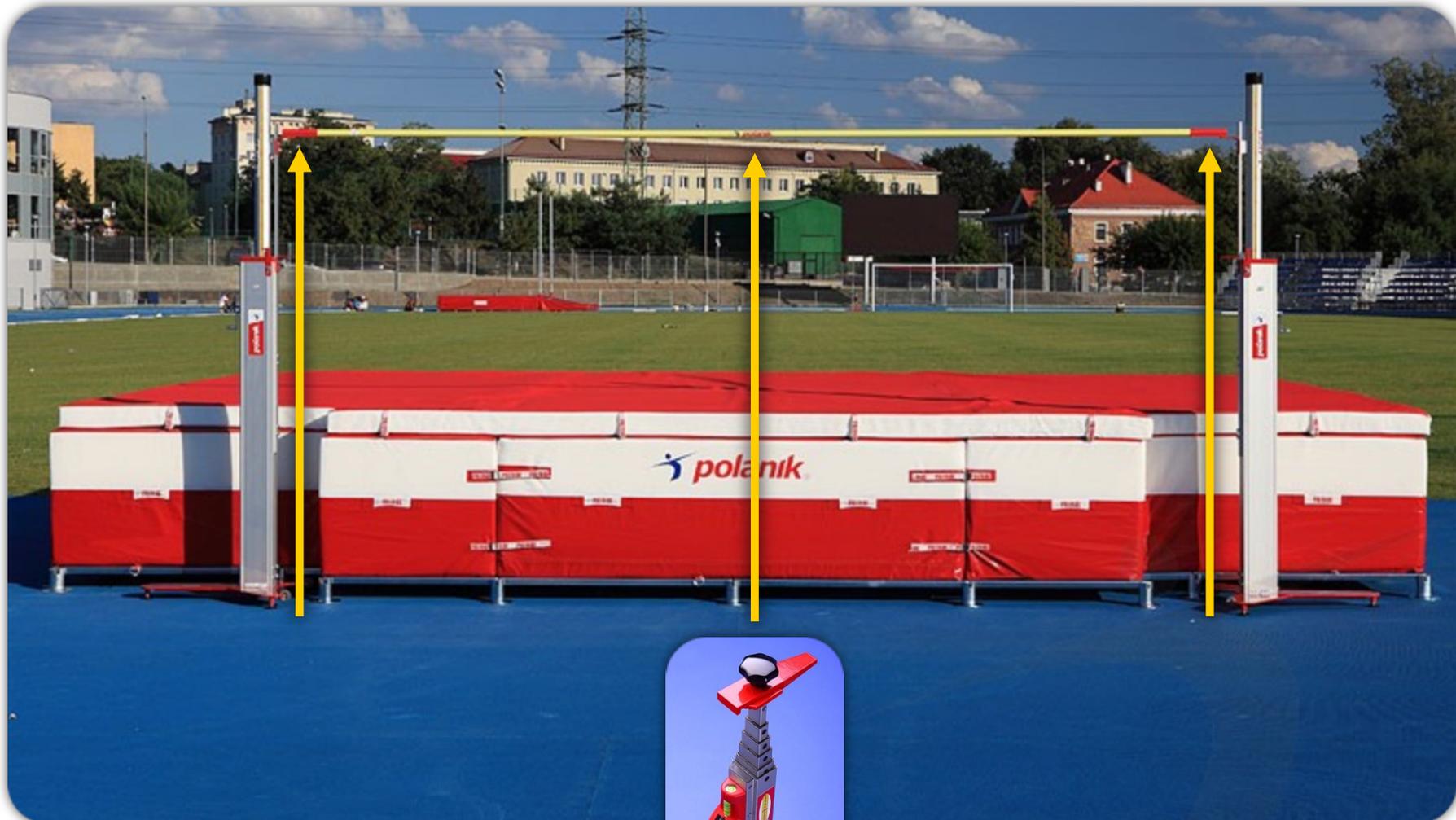
## TR 28 – SALTO CON L'ASTA

### Facciamo attenzione ad alcune cose...

- a. utilizzo sostanze su asta e mani
- b. utilizzo guanti
- c. asta attrezzo personale
- d. chi può toccare l'asta?
- e. distanza dei ritti



# LA MISURAZIONE DELL'ALTEZZA

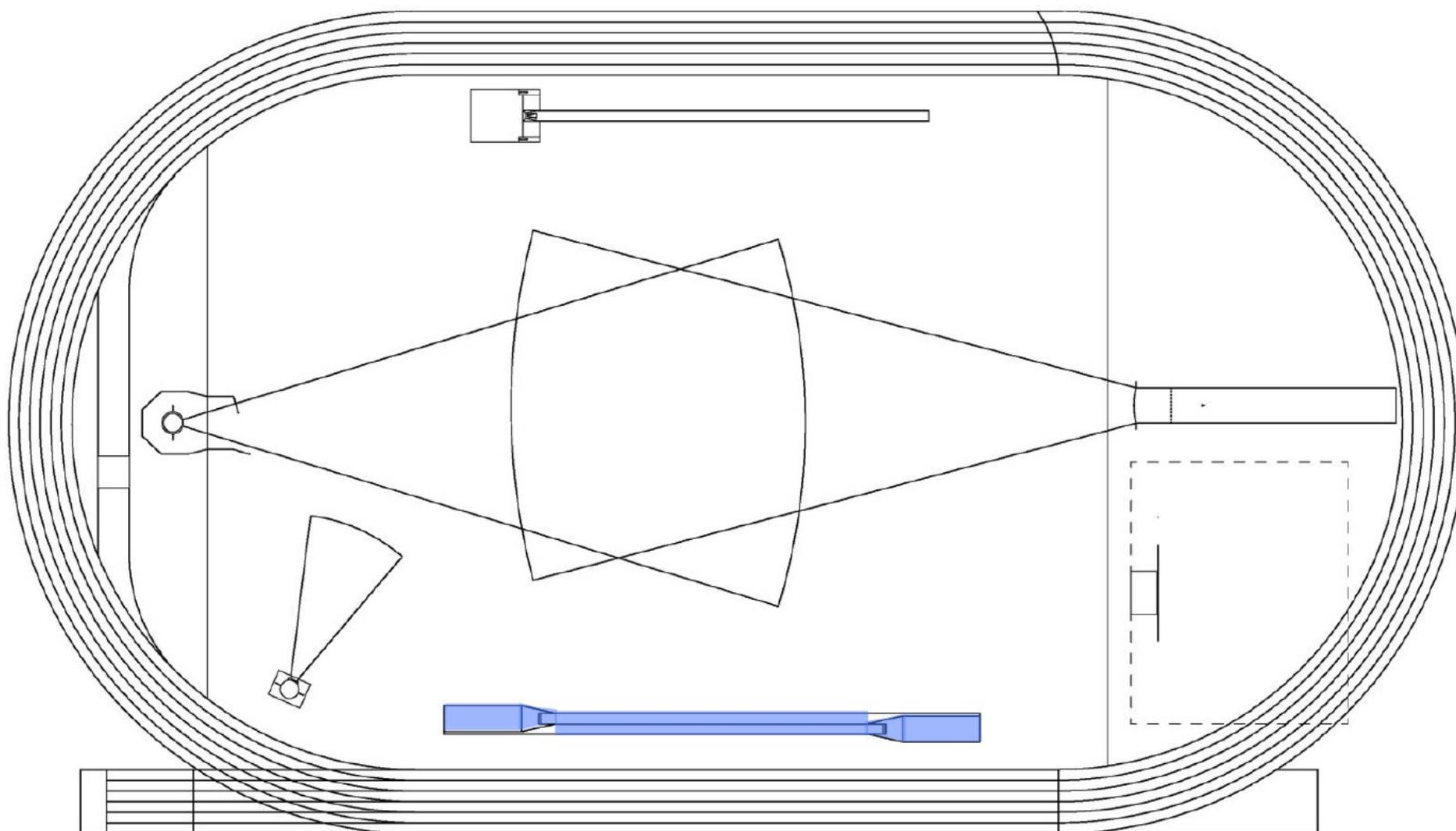


# CAP. III

I salti in estensione



## TR 29 – I SALTI IN ESTENSIONE



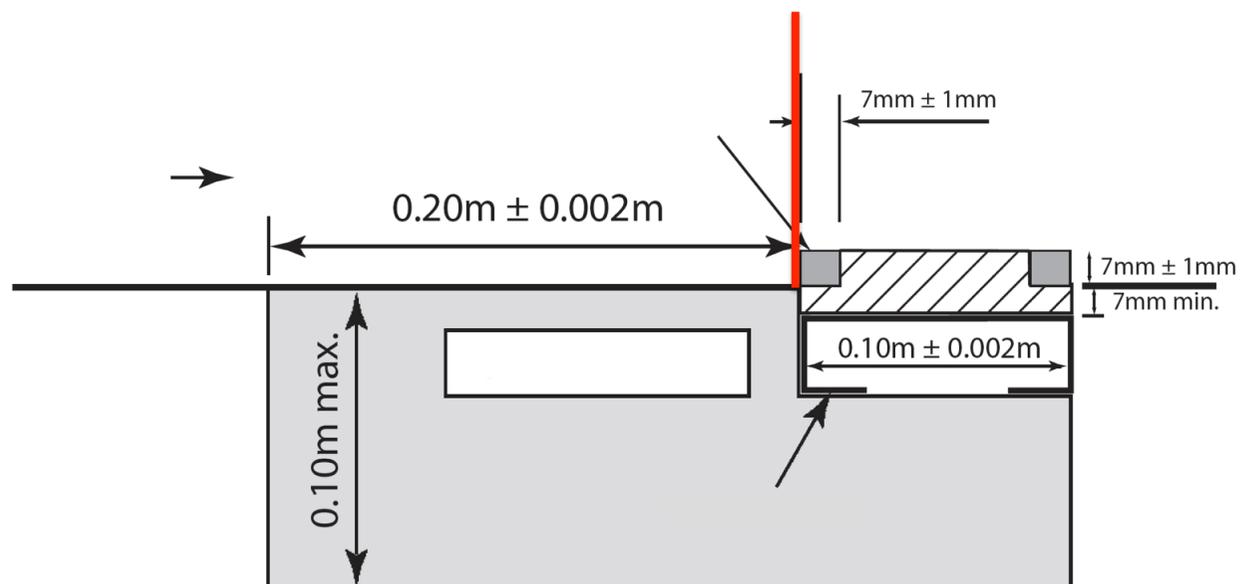
## TR 29 – I SALTI IN ESTENSIONE

**Per i salti in estensione valgono le seguenti regole generali...**

- a. pedana di rincorsa – *larghezza e lunghezza*
- b. tavola di stacco
- c. asse con plastilina – *colore e forma*
- d. zona di caduta – *larghezza e lunghezza*



## TR 29.3 – TAVOLA DI STACCO

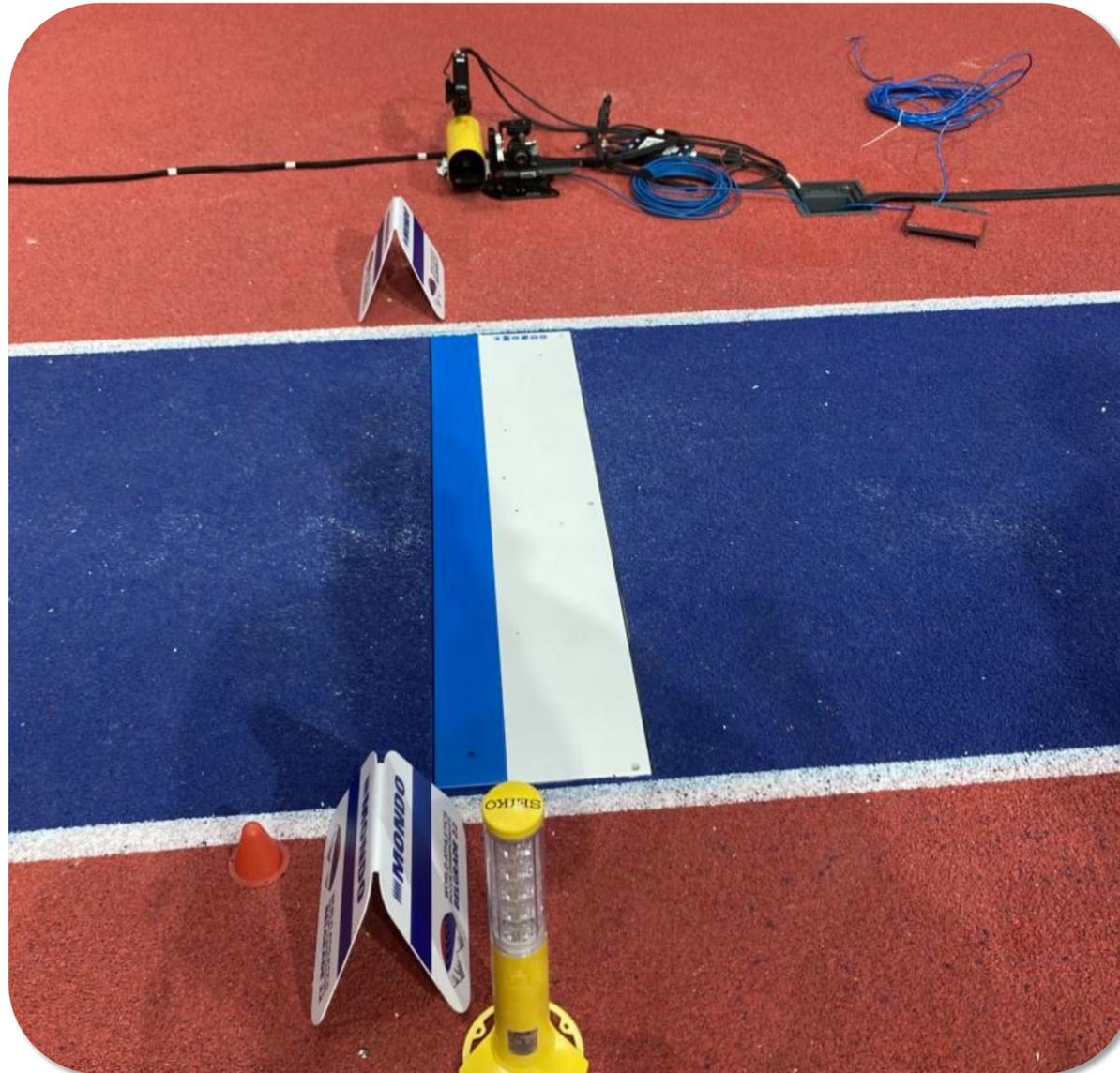


**Con il nuovo regolamento l'asse con la plastilina è notevolmente cambiata...**

- angolo di inclinazione
- non strettamente necessaria
- video assistenza per i Giudici



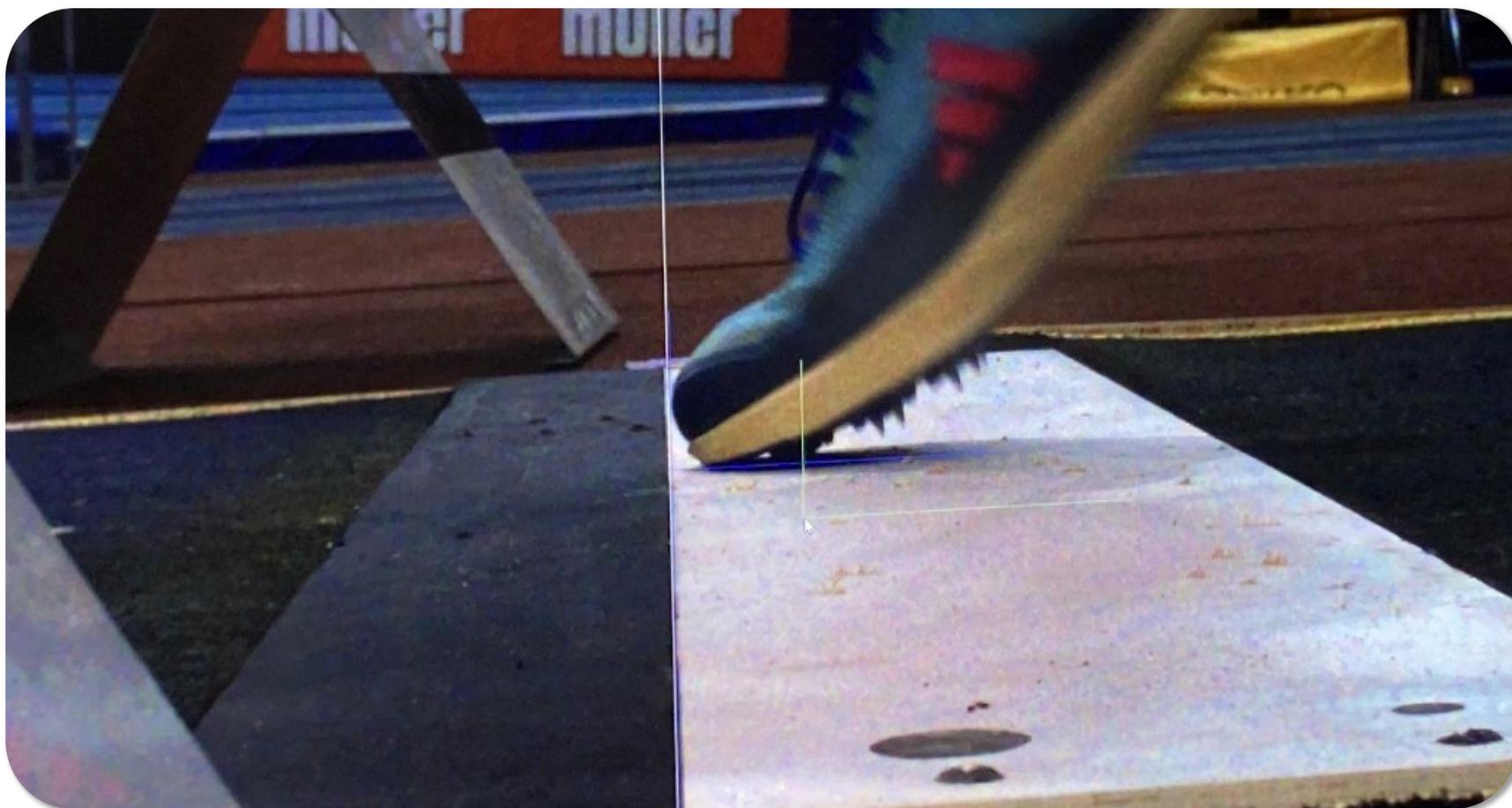
## TR 29.3 – TAVOLA DI STACCO



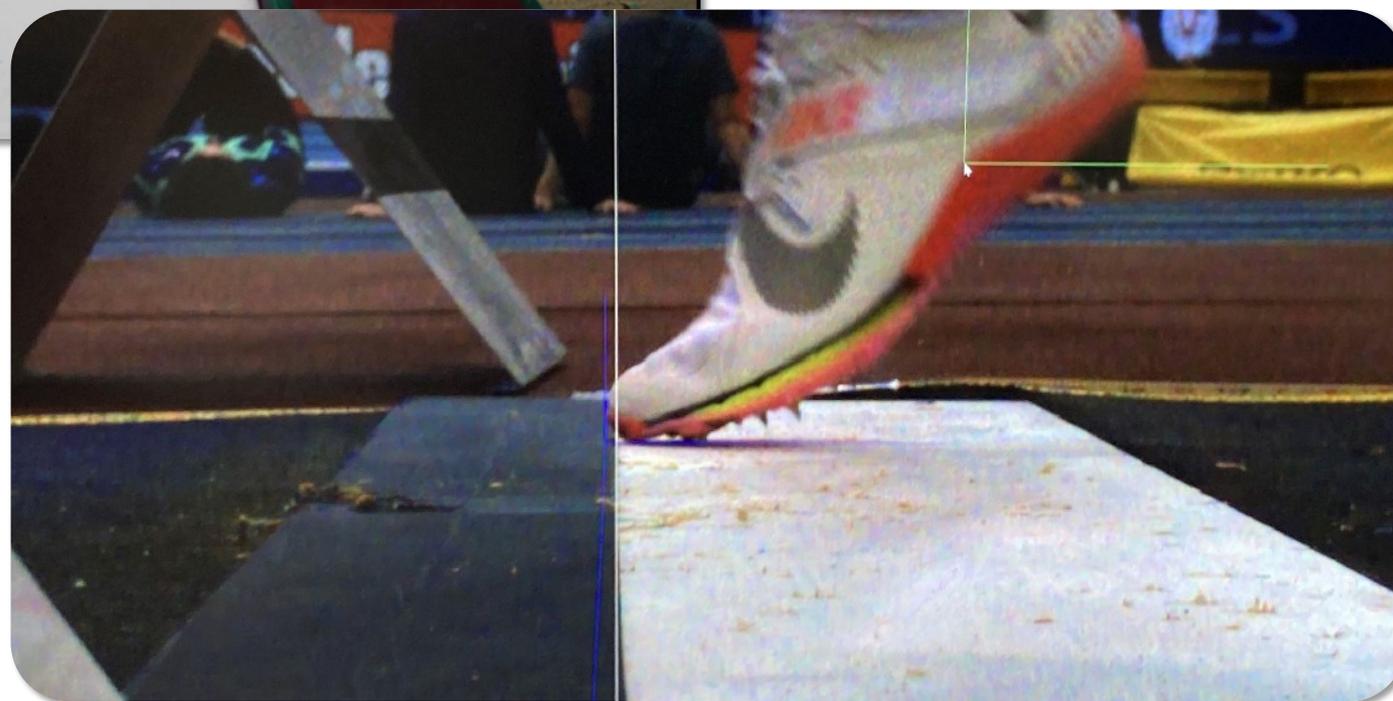
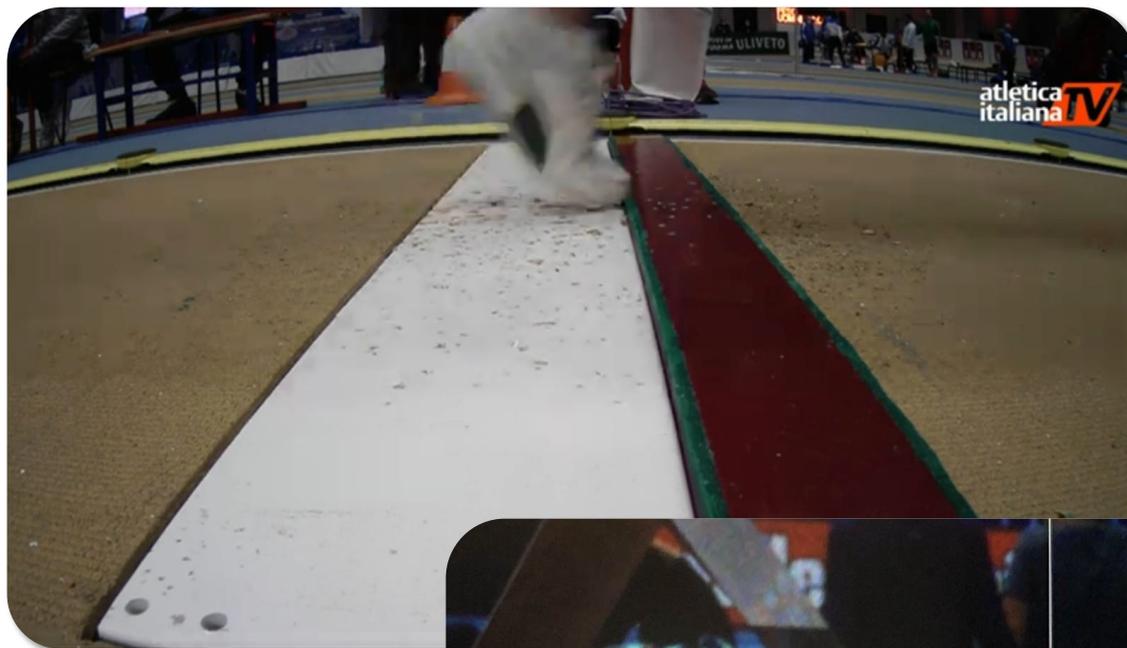
## VIDEO ASSISTENZA PER I NULLI



## VIDEO ASSISTENZA PER I NULLI



# VIDEO ASSISTENZA PER I NULLI



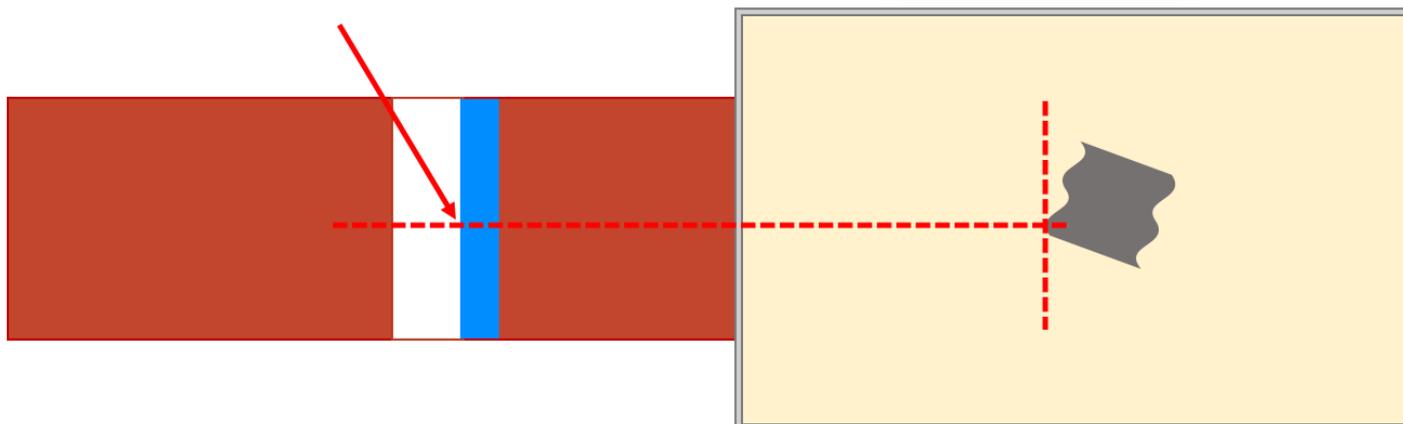
# UN PO' DI IMMAGINI...



## TR 29 – I SALTI IN ESTENSIONE

Per i salti in estensione valgono le seguenti regole generali...

- a. misurazione delle distanze – *anche quando è nullo?*
- b. misurazione del vento – *quando far partire la misurazione e per quanto?*



# TR 30 – SALTO IN LUNGO

## GIURIA DI SALTO IN LUNGO

**G** = Addetti

**S** = Segretario

**G** = Primo Giudice

**A** = Arbitro

## PEDANA DI SALTO IN LUNGO

Larghezza: 1,22m

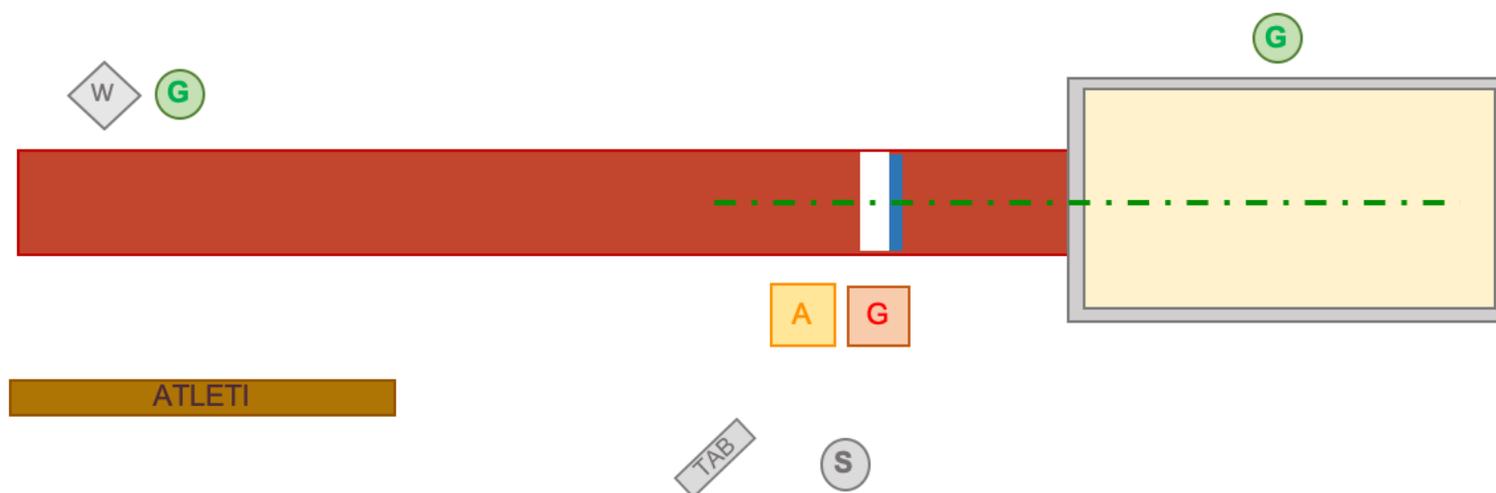
Lunghezza: 40-45m

Distanza stacco-pedana: 1-3m

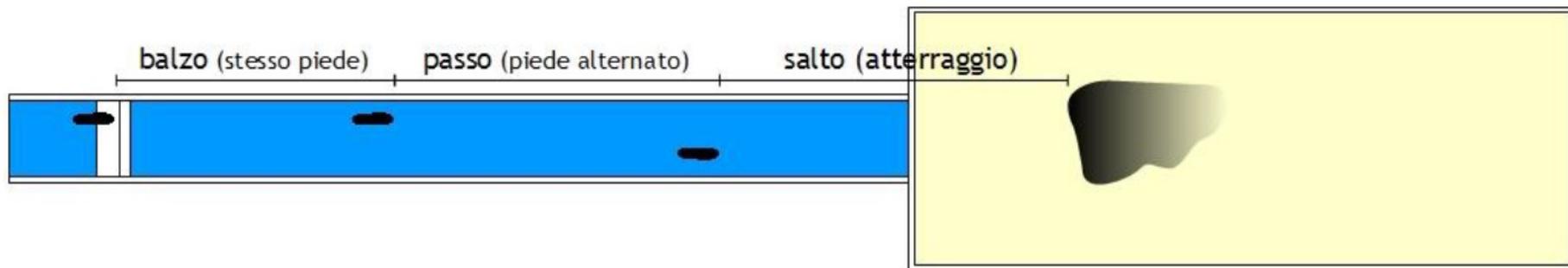
## ZONA DI CADUTA

Larghezza: 2,75-3,00m

Lunghezza: 10/11m



## TR 31 – SALTO TRIPLO



Non è nullo se, durante l'esecuzione, la gamba inerte tocca il terreno, con la sola accortezza che non deve fornire impulso all'azione di salto.



# TR 31 – SALTO TRIPLO

## GIURIA DI SALTO TRIPLO

G = Addetti

S = Segretario

G = Primo Giudice

A = Arbitro

## PEDANA DI SALTO TRIPLO

Larghezza: 1,22m

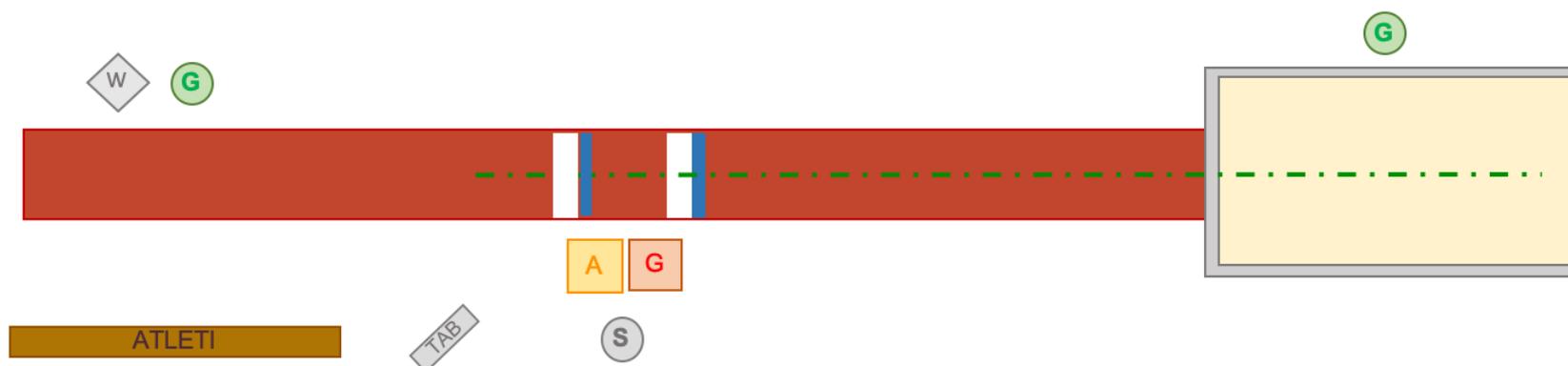
Lunghezza: 40-45m

Distanza stacco-pedana: 11-13m

## ZONA DI CADUTA

Larghezza: 2,75-3,00m

Lunghezza: 21m



# SALTI IN ESTENSIONE – NULLI

## È nullo se...

- ◆ supero il **piano verticale** del bordo iniziale della plastilina – *piede o scarpa*
- ◆ **stacco lateralmente** alla tavola – *no contatto*
- ◆ utilizzo **salto mortale**
- ◆ durante la fase di volo tocco la pedana, il terreno oltre la pedana o la zona esterna
- ◆ durante l'atterraggio tocco all'esterno della zona di caduta
- ◆ **uscita scorretta**



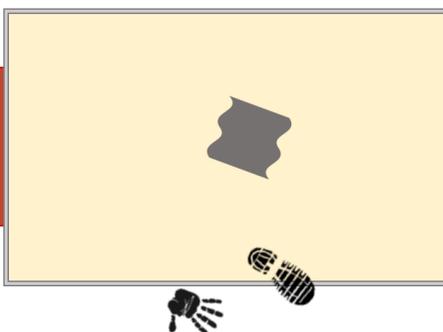
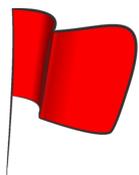
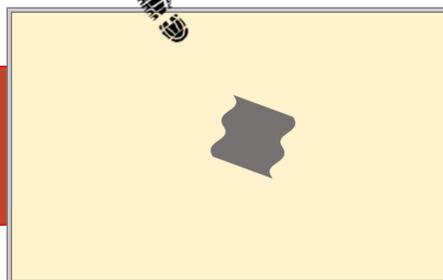
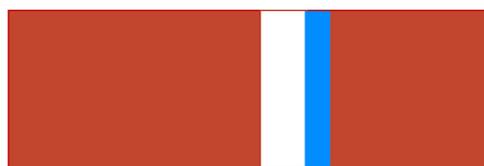
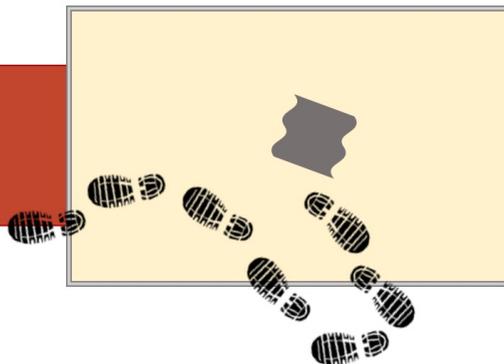
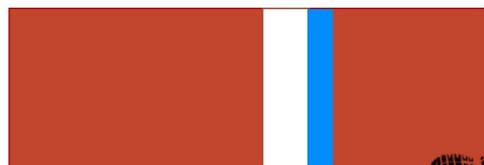
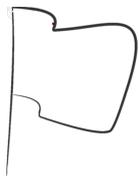
# SALTI IN ESTENSIONE – AZIONI CONSENTITE

## Non è nullo se...

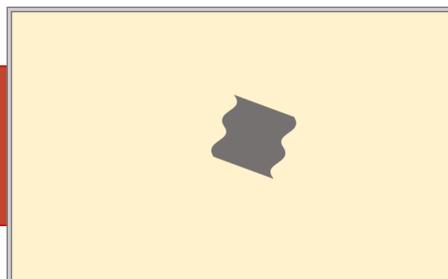
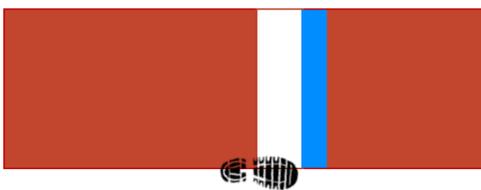
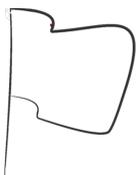
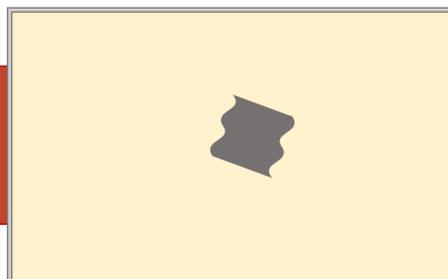
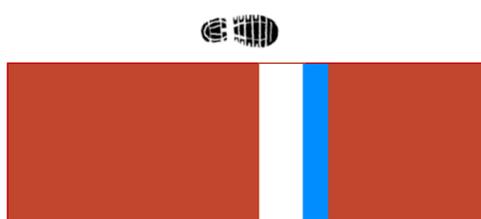
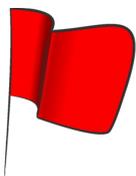
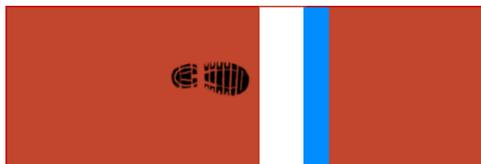
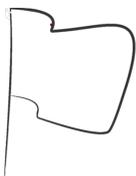
- a. corro fuori dalla pedana
- b. stacco prima della tavola
- c. stacco a lato della tavola – *con contatto*
- d. durante la fase di volo tocco la pedana, il terreno oltre la pedana o la zona esterna
- e. ritorno indietro sulla zona di caduta



# ALCUNI CASI DI USCITE...



# ALCUNI CASI DI STACCHI...



# CAP. IV

I lanci



## TR 32.1 – ATTREZZI UFFICIALI

In tutte le gare internazionali, gli attrezzi usati devono essere conformi alle specifiche della WA

<b>Attrezzi</b>	<b>Donne</b>	<b>Donne</b>	<b>Uomini</b>	<b>Uomini</b>	<b>Uomini</b>
	<b>U18</b>	<b>U20/Senior</b>	<b>U18</b>	<b>U20</b>	<b>Senior</b>
<b>Peso</b>	3,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
<b>Disco</b>	1,000kg	1,000 kg	1,500 kg	1,750 kg	2,000 kg
<b>Martello</b>	3,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
<b>Giavellotto</b>	500 g	600 g	700 g	800 g	800 g



## TR 32.2 e 32.3 – ATTREZZI UFFICIALI

Il Delegato tecnico può permettere agli atleti di usare attrezzi personali a patto che essi siano certificati secondo le norme WA.



Gli attrezzi saranno opportunamente controllati e marcati prima della competizione.



Gli attrezzi ammessi alla gara, una volta iniziata la competizione, potranno essere usati da tutti i concorrenti.

**NESSUNA** modifica può essere apportata agli attrezzi durante la competizione



### Non è consentito:

- a. unire con nastro adesivo due o più dita assieme, gli atleti però possono fasciare in modo continuo le dita singolarmente;
- b. usare espedienti di qualsiasi natura che aiutino il concorrente mentre affronta un lancio;
- c. l'uso di guanti. I guanti sono ammessi esclusivamente nella gara di lancio del martello e devono essere lisci sul palmo e sul dorso e devono avere le punte delle dita aperte;
- d. usare sostanze sulla pedana, o sulla suola delle scarpe in modo da aumentare l'attrito.



### Non viene invece considerata assistenza:

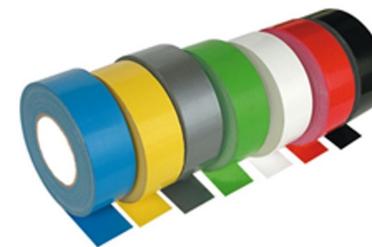
- a. se sulle mani o sui guanti (martello) viene fatto uso di sostanze che aiutano ad avere una maggiore presa
- b. l'uso di gesso o altri materiali simili sull'attrezzo
- c. l'uso di nastro sulle dita, basta che non sia in contrasto con la regola 32.4.I delle RT



## TR 25.3 – SEGNALINI

Nella pedana del giavellotto possono essere utilizzati al massimo due segnalini per atleta, o nastro adesivo.

Nelle pedane circolari l'atleta può usare un solo segnalino posto sul terreno dietro o adiacente alla pedana. Il posizionamento di questo segnalino è momentaneo, l'atleta lo posiziona prima della sua prova e lo rimuove immediatamente dopo.



## TR 25.2 – PROVE DI RISCALDAMENTO

Una volta che è iniziata la gara **gli atleti NON possono usare** per provare:

- Pedane
- Attrezzi
- Terreno all'esterno del settore



## SETTORE DI CADUTA E MISURAZIONE

Il **settore** deve essere in cenere, prato o altro materiale adatto sul quale l'attrezzo possa lasciare un'impronta, e deve essere delimitato da due linee bianche larghe 50mm.

La **misurazione** deve essere effettuata subito dopo ciascuna prova valida, o dopo un immediato reclamo verbale all'Arbitro. La misurazione va effettuata dalla più vicina impronta lasciata nel terreno quando l'attrezzo tocca per la prima volta il settore di caduta.

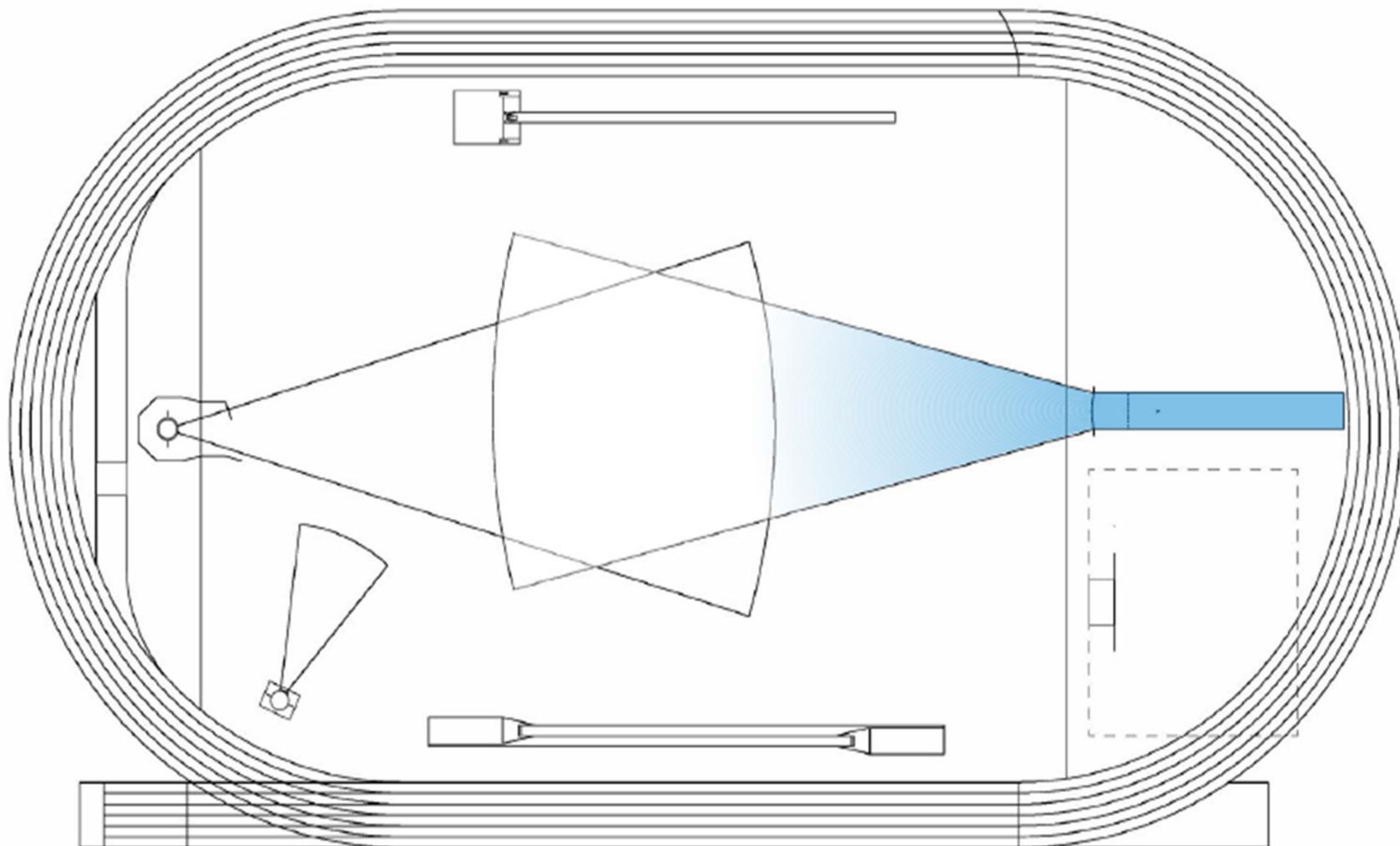
Ogni **prova valida** deve essere misurata qualunque sia la distanza, e deve essere registrata al centimetro intero immediatamente inferiore, se la distanza non è un centimetro intero.

Per **il peso, il disco e il martello** (testa) la misurazione va effettuata partendo dal bordo del cerchio metallico della pedana lungo una linea che passa per il centro della stessa.

Mentre per **il giavellotto** (testa o punta metallica) dal bordo interno dell'arco della pedana seguendo una linea retta che passa dal centro della pedana.



## TR 38 – LANCIO DEL GIAVELLOTTO



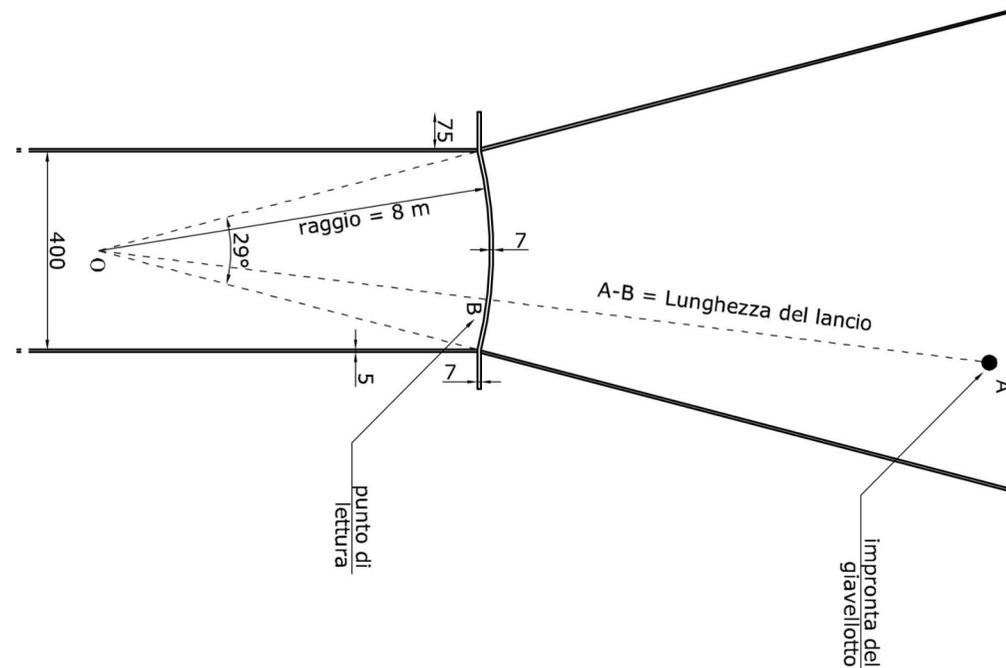
## TR 38 – LANCIO DEL GIAVELLOTTO

Il **giavelotto** deve essere lanciato da una pedana rettilinea

Il lancio viene considerato valido se la testa metallica tocca il terreno prima di ogni altra parte

Una volta che l'attrezzo ha toccato correttamente il terreno, l'atleta è considerato correttamente uscito dalla pedana quando:

- tocca una delle linee laterali
- supera la linea dei 4 m



## TR 38 – LANCIO DEL GIAVELLOTTO

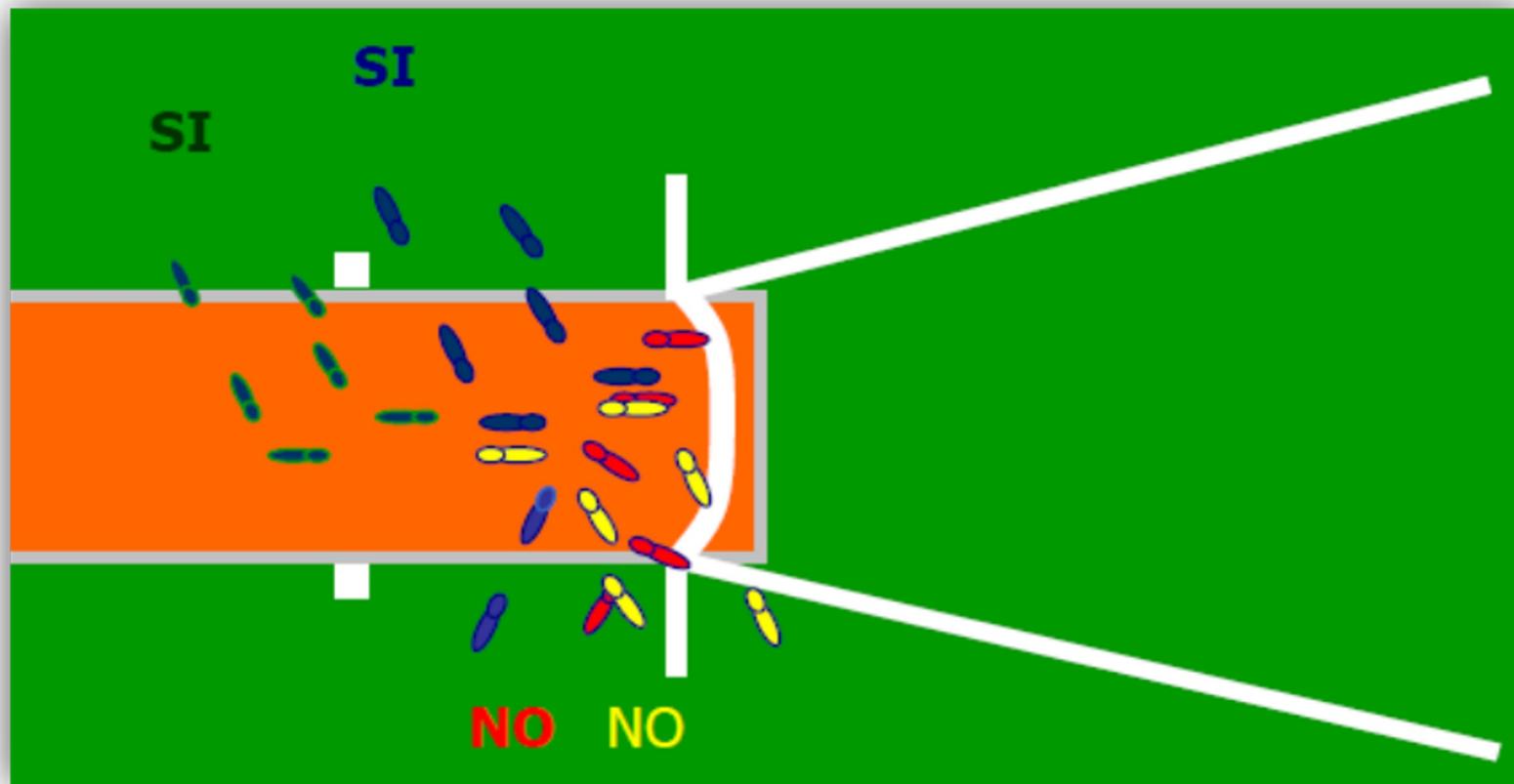
Un lancio deve essere **registrato come nullo** quando:

- a. l'atleta si libera dell'attrezzo in modo differente da quanto stabilito dalle regole tecniche
- b. dopo che l'atleta è entrato in pedana ed ha iniziato ad eseguire un lancio, tocca con qualsiasi parte del suo corpo il terreno al di fuori della pedana
- c. la testa del giavelotto nel primo contatto con il terreno tocca la linea del settore

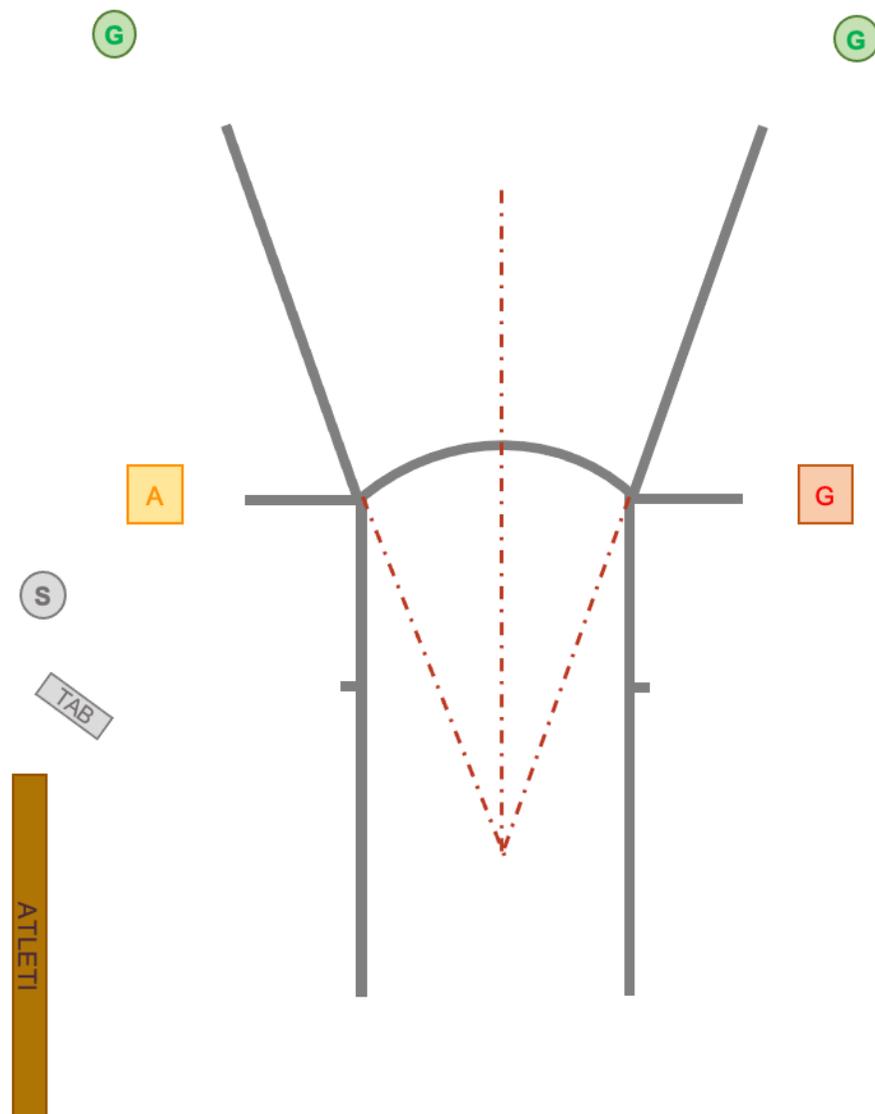


## LANCIO DEL GIAVELLOTTO – ESEMPI

È nullo anche se l'atleta lascia la pedana prima che l'attrezzo abbia toccato il terreno, o quando il concorrente lascia la pedana di rincorsa e il primo contatto con le linee parallele o con il terreno esterno alla pedana non è completamente dietro la linea bianca dell'arco.



# TR 32.9 – LANCIO DEL GIAVELLOTTO



## GIURIA DI GIAVELLOTTO

*G = Addetti*

*S = Segretario*

*G = Primo Giudice*

*A = Arbitro*

## PEDANA DI GIAVELLOTTO

*Larghezza: 4,00M*

*Lunghezza: 33,5 - 36,5m*

*Distanza indicatori laterali: 4,00m*

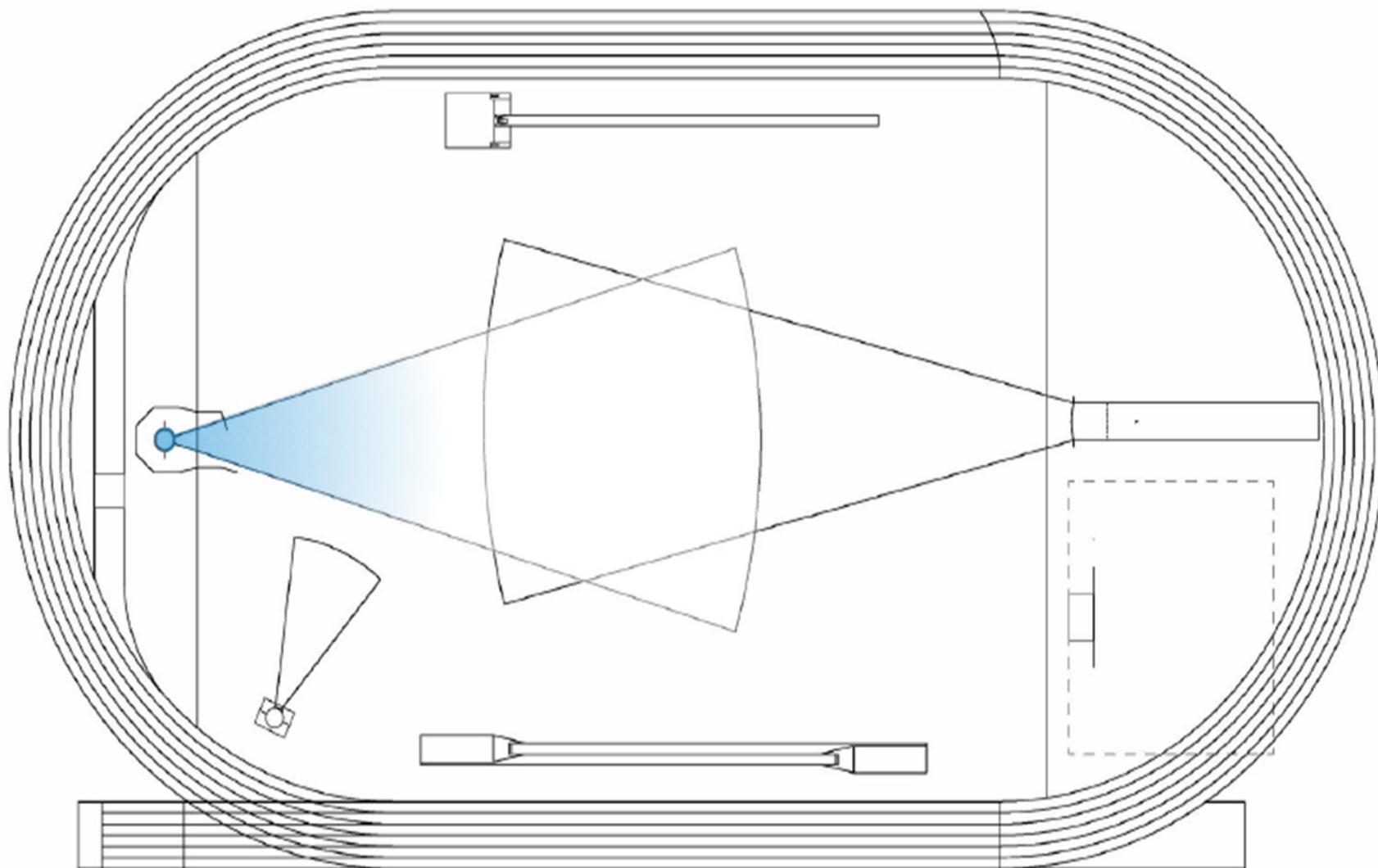
## ZONA DI CADUTA

*Angolo: 28,96°*

*Raggio circonferenza arco: 8,00m*



# TR 35.5 – DISCO / TR 37.7 – MARTELLO





## TR 35.5 – DISCO / TR 37.7 – MARTELLLO

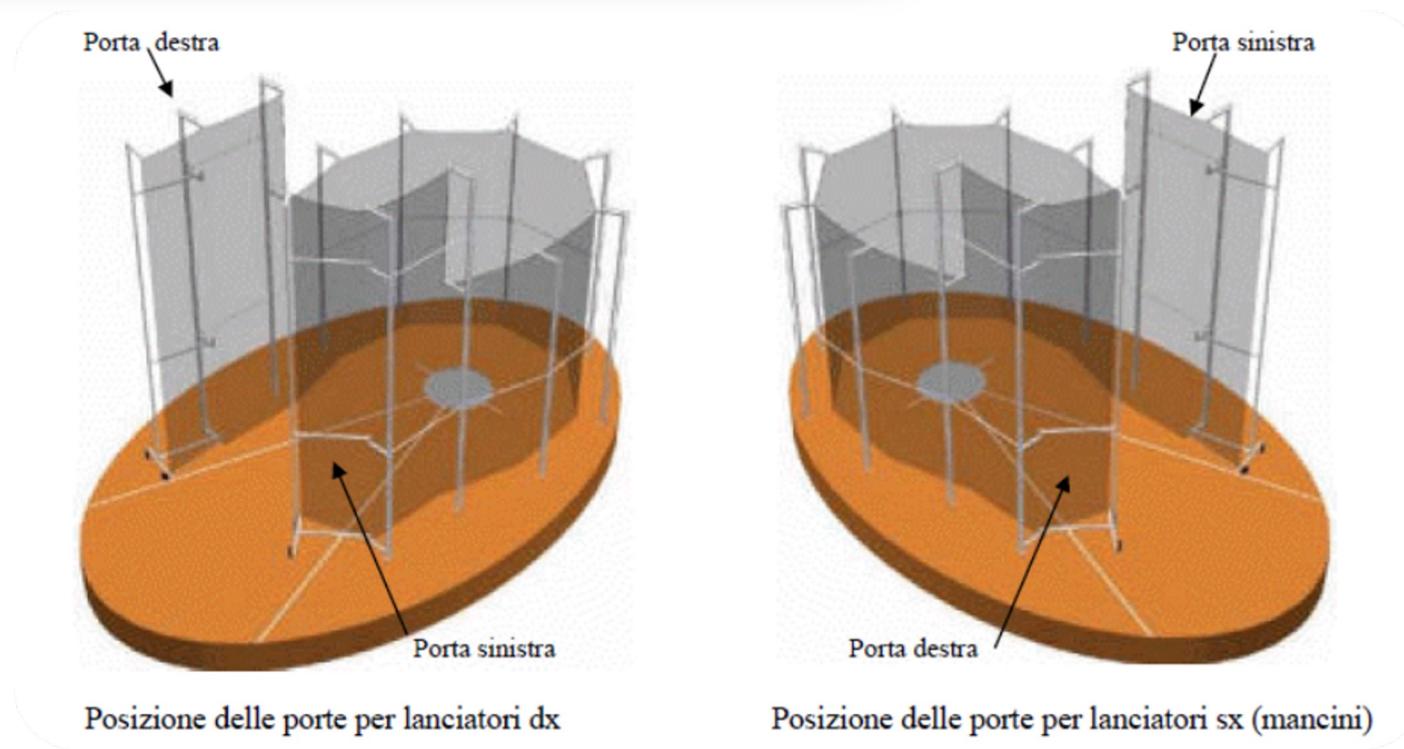


In ogni impianto, dovrebbe essere predisposta una **mappa della zona di pericolo**, da esporre presso lo stesso, che indichi la zona di pericolo relativa alla posizione di ciascuna gabbia di lancio considerando la sua configurazione e orientamento

Tutti i lanci del disco e del martello devono essere effettuati da una gabbia in modo da assicurare l'incolumità di tutti i soggetti presenti sul campo di gara.



## TR 35.5 – DISCO / TR 37.7 – MARTELLLO



La gabbia è dotata di **pannelli mobili**, che nel disco possono restare aperti e paralleli alle linee del settore o essere chiusi a seconda della mano di lancio degli atleti, mentre nel martello un pannello è aperto e uno è perpendicolare alle linee che delimitano il settore.



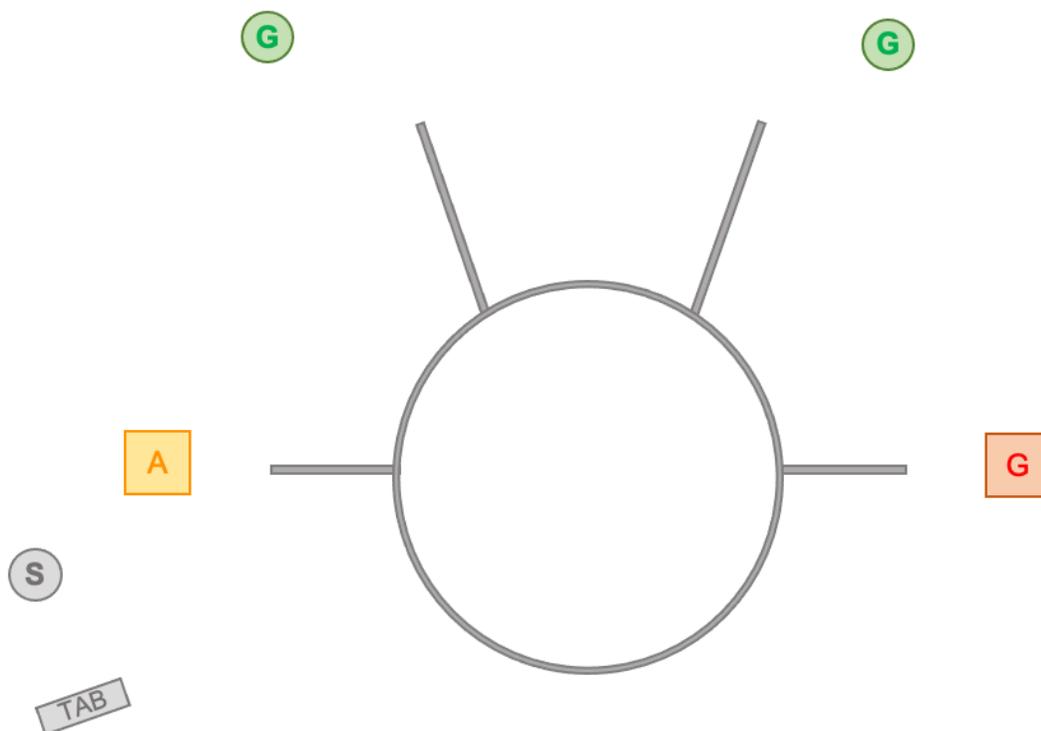
## TR 32.14 – MODIFICA NOTA

Nota (i): è considerato fallo se il disco o la testa del martello colpiscono la porta della gabbia **(la parte sinistra per gli atleti destrimani o la parte destra per gli atleti mancini** rivolgendosi verso il settore di caduta) dopo il lancio.

Nota (ii): Non è considerato fallo se il disco o qualsiasi parte del martello tocca la gabbia **(la parte destra per gli atleti destrimani o la parte sinistra per gli atleti mancini** rivolgendosi verso il settore di caduta) dopo il lancio, quindi atterra nel settore di caduta al di fuori dei limiti della gabbia, a condizione che non sia stata infranta alcuna altra Regola, compresa la Regola 32.10 RT.



# TR 35/37 – PEDANA DISCO E MARTELLO



## GIURIA PEDANA CIRCOLARE

*G = Addetti*

*S = Segretario*

*G = Primo Giudice*

*A = Arbitro*

## PEDANA

*Disco: diametro 2,50m*

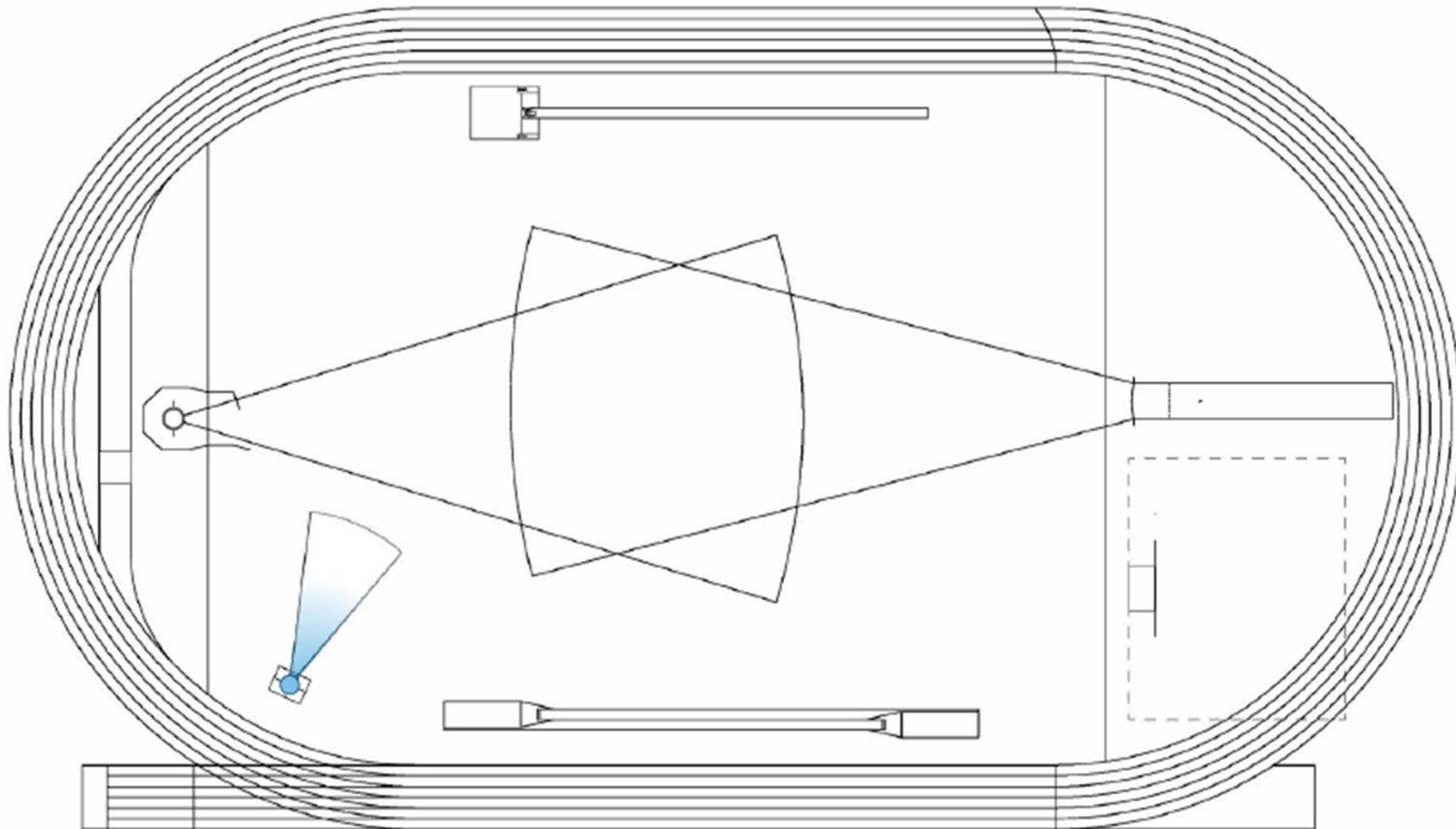
*Martello/Peso: diametro 2,135m*

## ZONA DI CADUTA

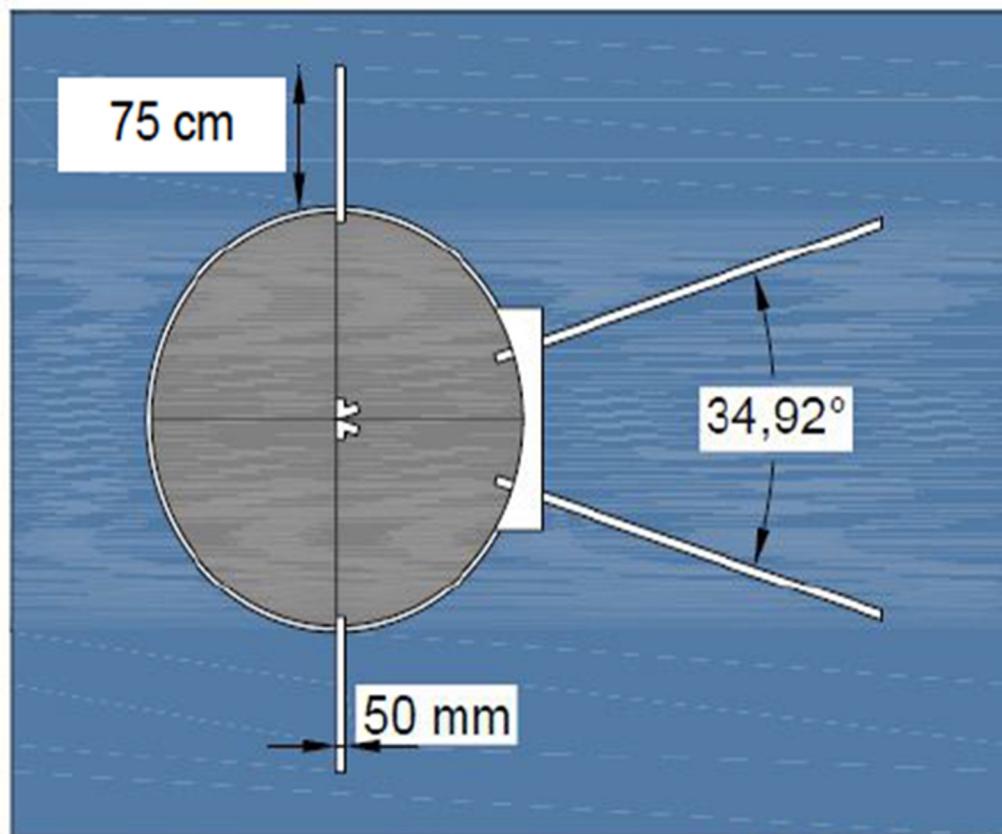
*Angolo: 32,96°*



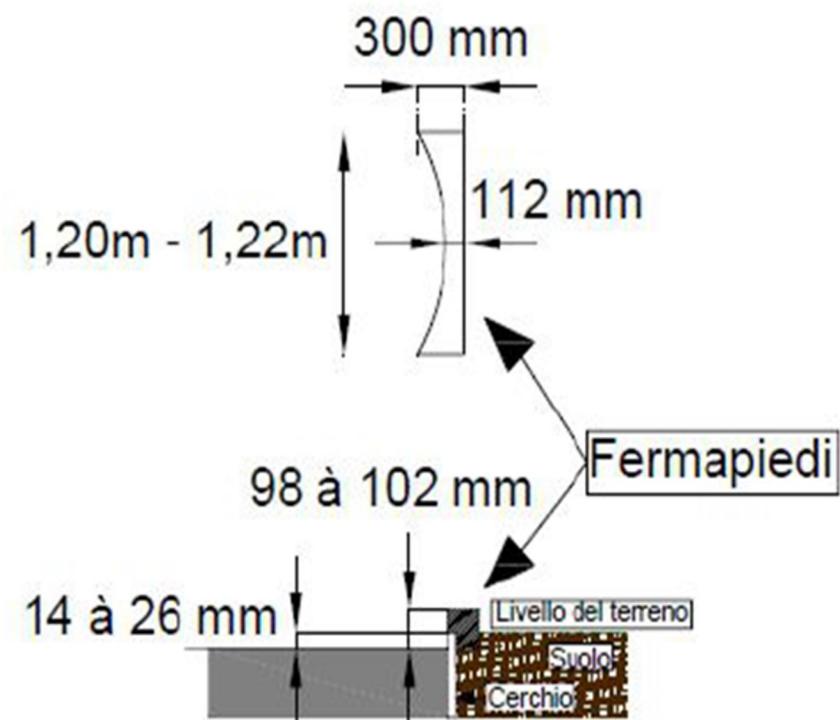
## TR 33 – LANCIO DEL PESO



# TR 33 – LANCIO DEL PESO



Diametro interno del cerchio = 2m135 (+/-5mm)

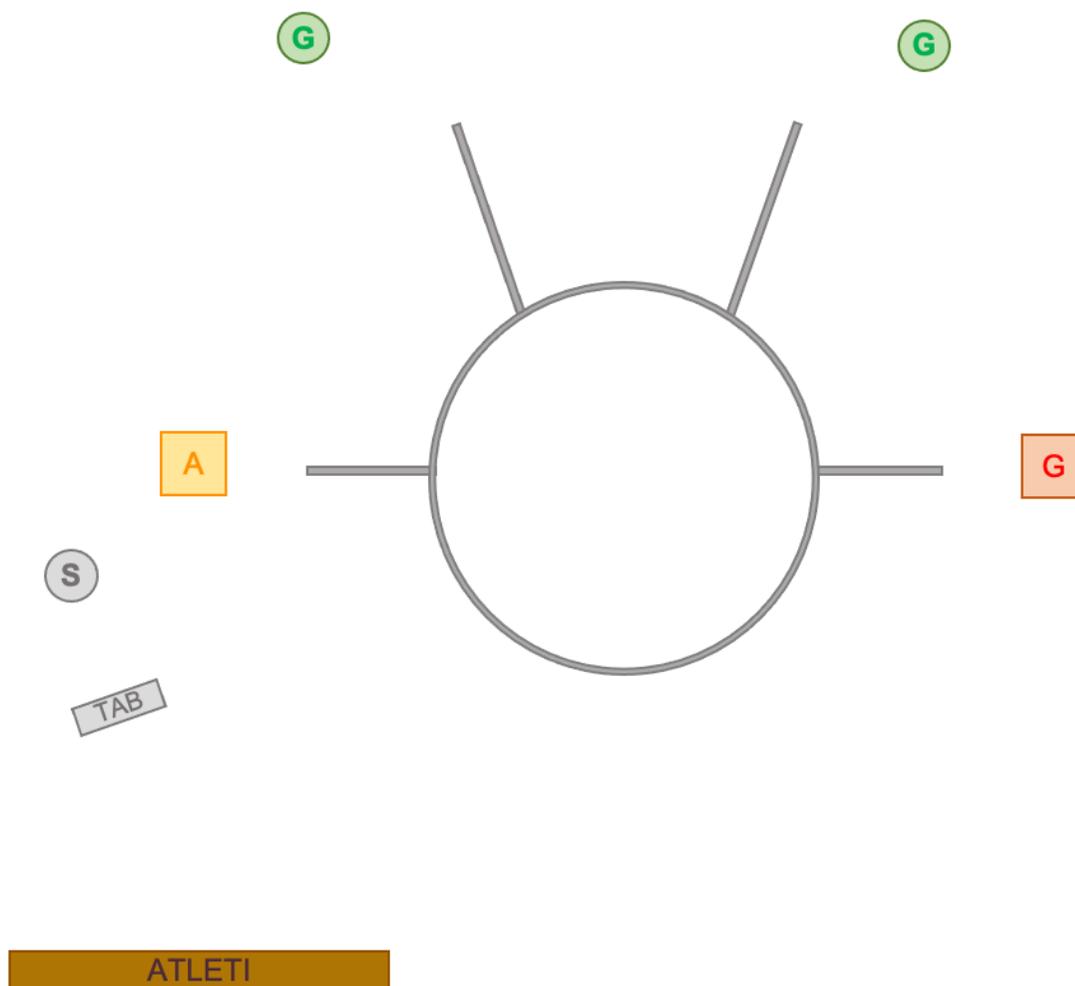


## TR 33 – LANCIO DEL PESO

Il peso deve essere lanciato dalla spalla con una sola mano e deve toccare o essere in stretta prossimità del collo o del mento durante l'azione di lancio. Il peso non deve mai essere portato dietro la linea delle spalle.



# TR 33 – LANCIO DEL PESO



## GIURIA PEDANA CIRCOLARE

*G = Addetti*

*S = Segretario*

*G = Primo Giudice*

*A = Arbitro*

## PEDANA

*Disco: diametro 2,50m*

*Martello/Peso: diametro 2,135m*

## ZONA DI CADUTA

*Angolo: 32,96°*



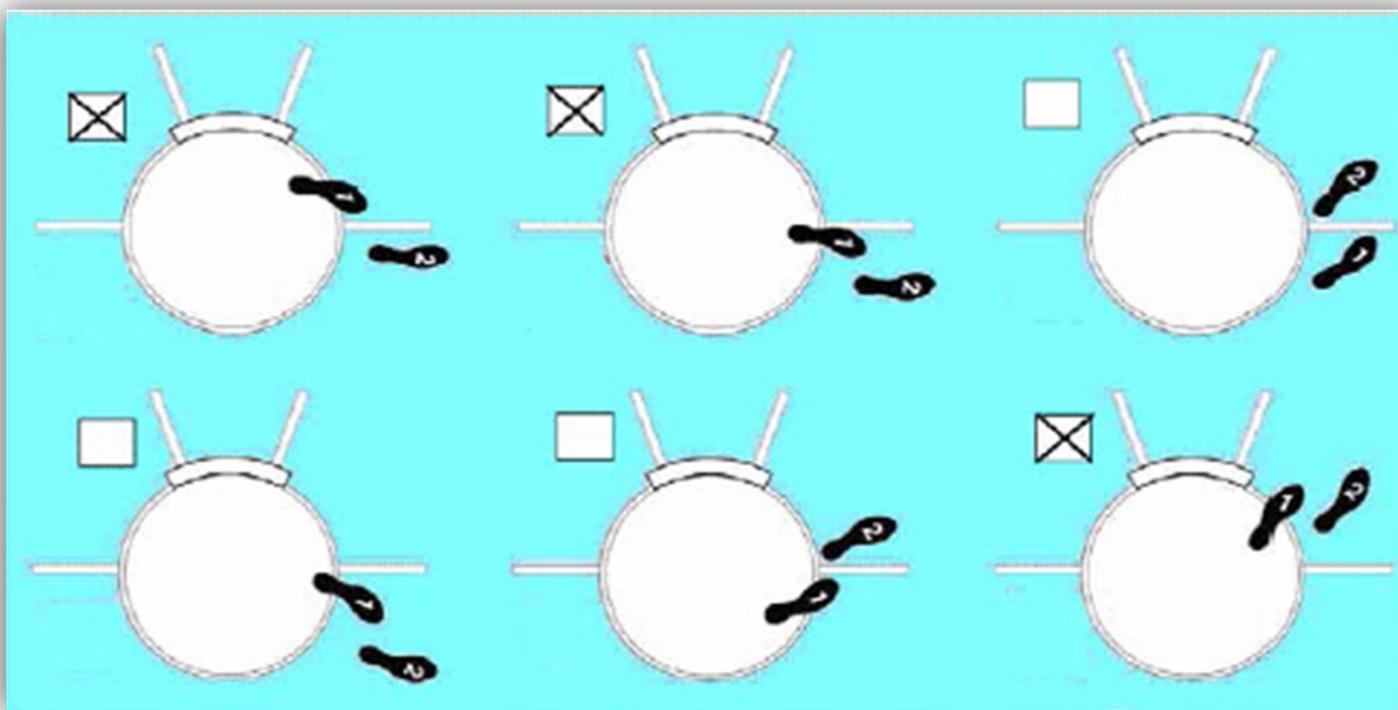
Un **lancio deve essere registrato come nullo** quando:

- a. l'atleta si libera dell'attrezzo in modo differente da quanto stabilito dalle regole tecniche
- b. dopo che l'atleta è entrato in pedana ed ha iniziato ad eseguire un lancio, tocca con qualsiasi parte del suo corpo il terreno al di fuori della pedana o la parte superiore del cerchio metallico (non esiste il nullo aereo)
- c. nel peso l'atleta tocca con qualsiasi parte del corpo il fermapiedi
- d. se il peso, la testa del martello e il disco nel primo contatto con il terreno tocca la linea del settore



## TR 33 – LANCIO DEL PESO

È nullo anche se l'atleta lascia la pedana prima che l'attrezzo abbia toccato il terreno o se, nella pedana circolare, il primo contatto con il terreno non è del tutto dietro alla linea bianca tracciata all'esterno della pedana.



## PROVE MULTIPLE E GARE INDOOR

Nelle gare di concorso delle **prove multiple** ogni atleta effettuerà solo 3 lanci.

Le regole che gli atleti devono rispettare sono le medesime di qualsiasi altro concorso.



Nelle **gare indoor** viene effettuato solo la gara del getto del peso.

La gara può essere effettuata da una pedana portatile, purché abbia le specifiche indicate dal regolamento tecnico internazionale.

Il settore di caduta sarà leggermente differente dai settori delle gare all'aperto, questo per permettere la sicurezza delle persone all'interno dell'impianto indoor.



Corso di Formazione per Giudici di Gara

# **PROGETTO FORMAZIONE PERMANENTE**

*11 – 19 – 25 maggio 2022*

Anna Ardizzoni – Niccolò Rettore

