



# **PROGETTO GIUDICI AUSILIARI 2024**

a cura del Gruppo Giudici di Gara FIDAL

# INDICE

Contenuti del corso

## 01

### IL RUOLO E I REGOLAMENTI

Chi sono i Giudici  
di Gara e quali  
sono I nostri  
regolamenti

## 02

### LE DISCIPLINE E LO STADIO

Quali sono le  
discipline e in  
quale spazio si  
svolgono

## 03

### LE CORSE

Dalla velocità al  
mezzofondo

## 04

### I CONCORSI

Lanci – Peso,  
Martello, Disco e  
Giavellotto  
Salti in estensione  
– Lungo e Triplo  
Salti in elevazione  
– Alto e Asta

## 05

### I CONCORSI – CLASSIFICHE

Esercitazioni sulle  
classifiche dei  
Concorsi  
orizzontali e  
verticali

## 06

### ALTRI RUOLI E SERVIZI

Servizi generali, di  
ausilio alle giurie,  
organizzativi e di  
coordinamento

**I Concorsi**

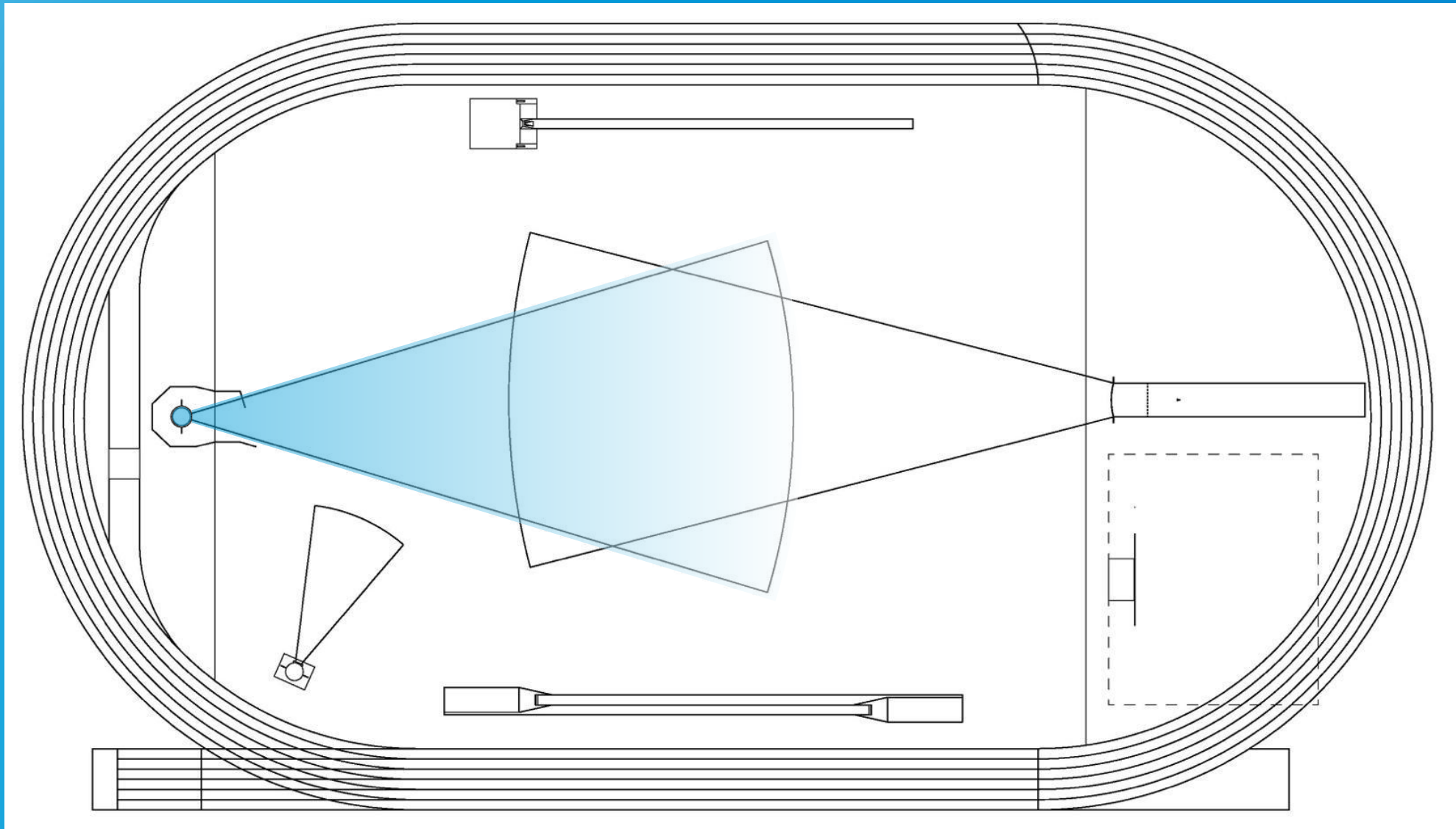
0

4

# I lanci *regole generali*

- ❑ Primi tre tentativi per tutti i partecipanti
- ❑ Ulteriori tre tentativi per i migliori atleti
  - Numero chiuso di atleti *generalmente 8*
  - Classifica provvisoria e inversione ordine
- ❑ Tempo per lo svolgimento della prova
- ❑ Segnalazione del punto di caduta più vicino al bordo interno della pedana
- ❑ Classifica in base alla miglior misura

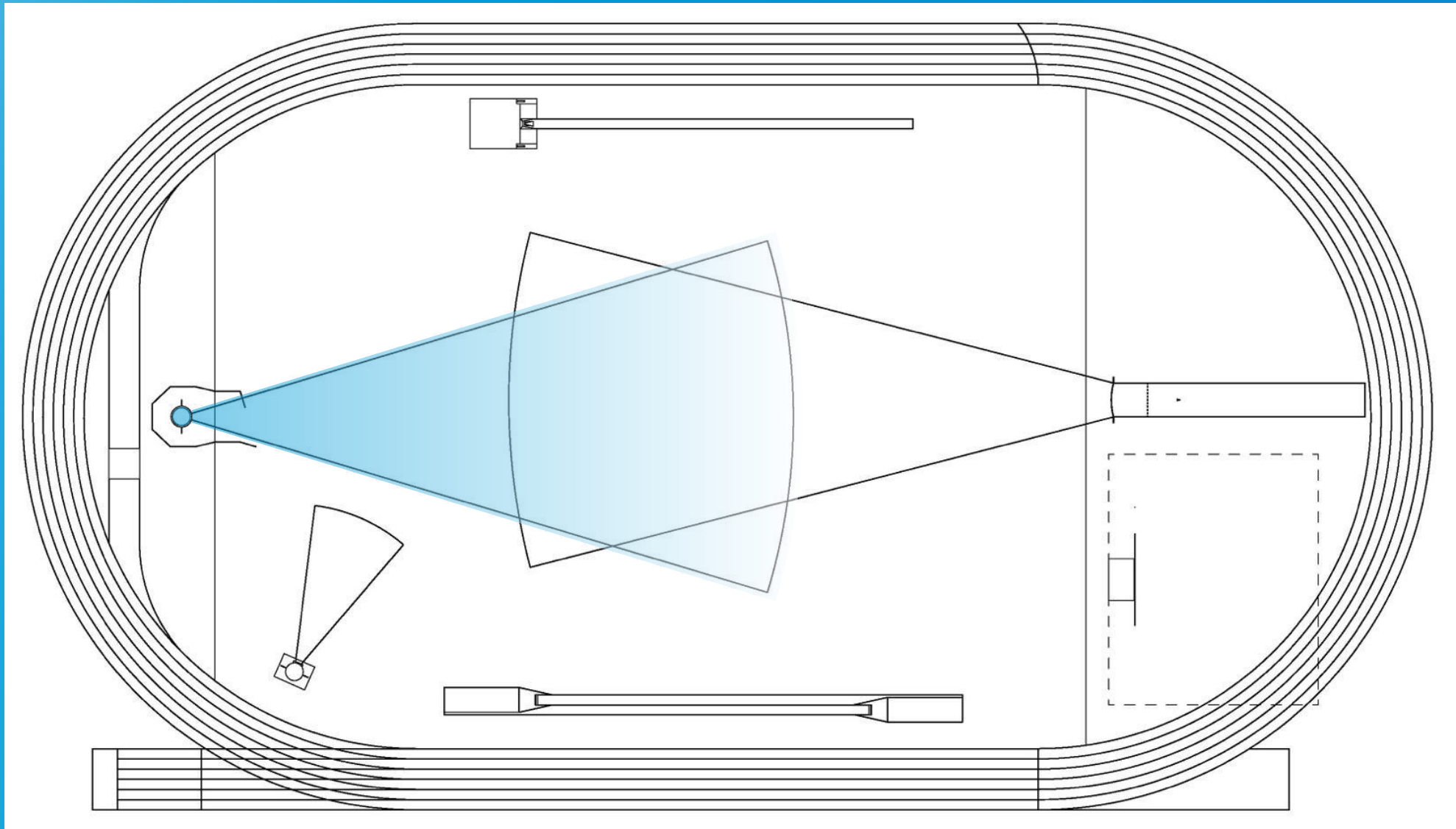
# I lanci *disco*





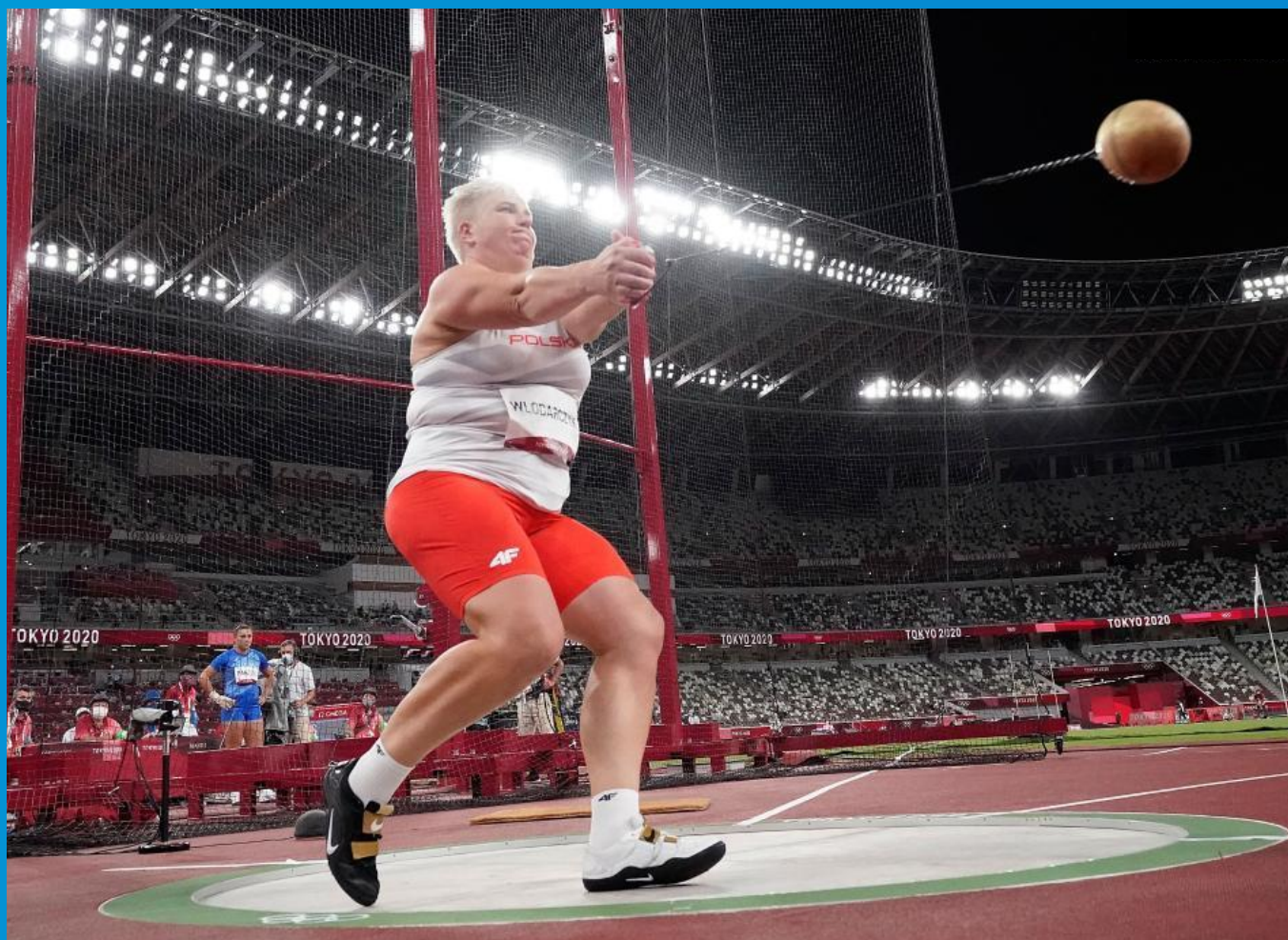
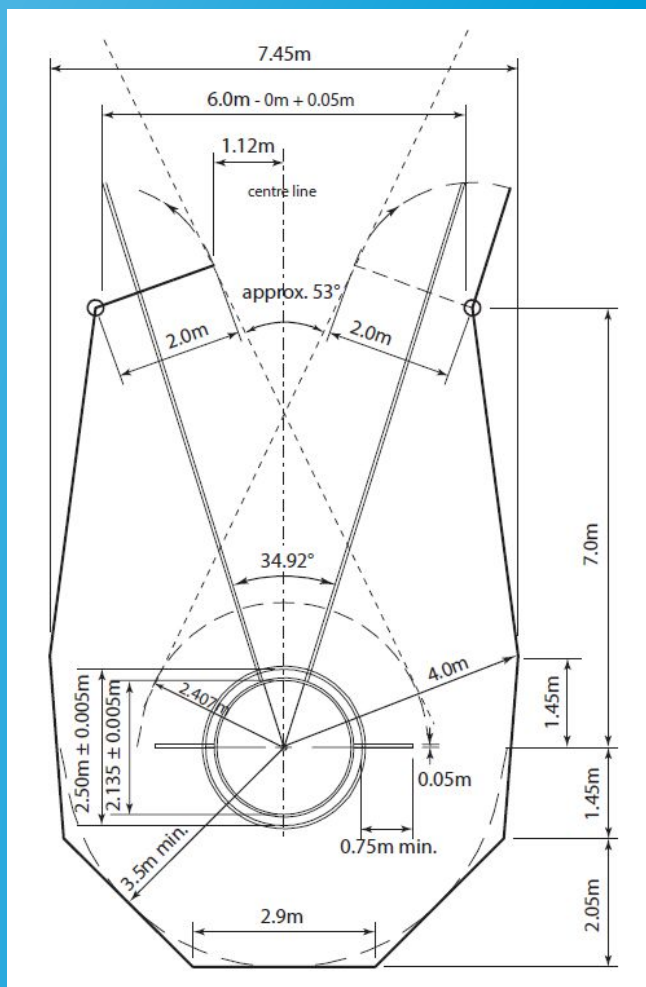


# I lanci *martello*



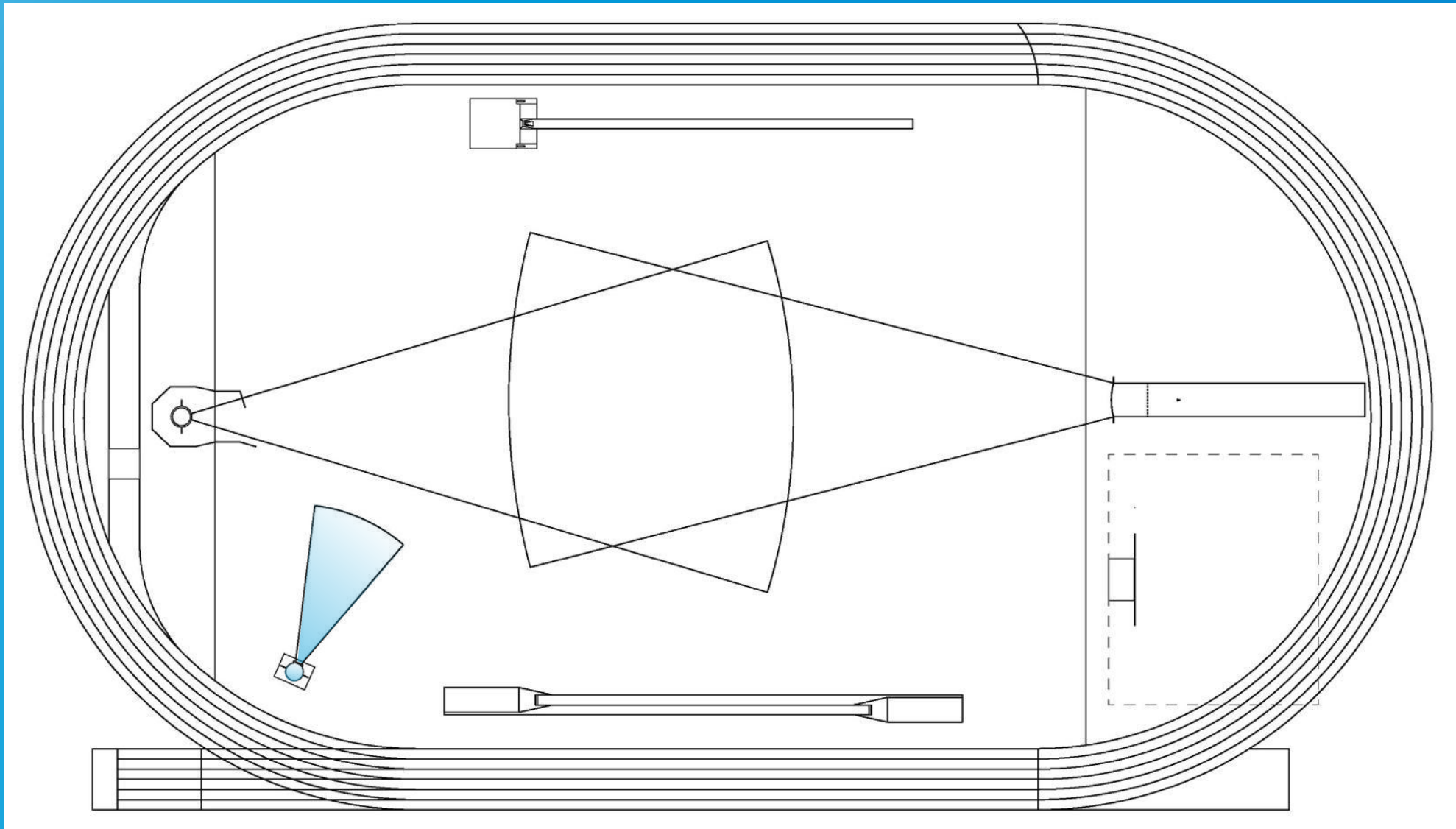


# I lanci *martello*



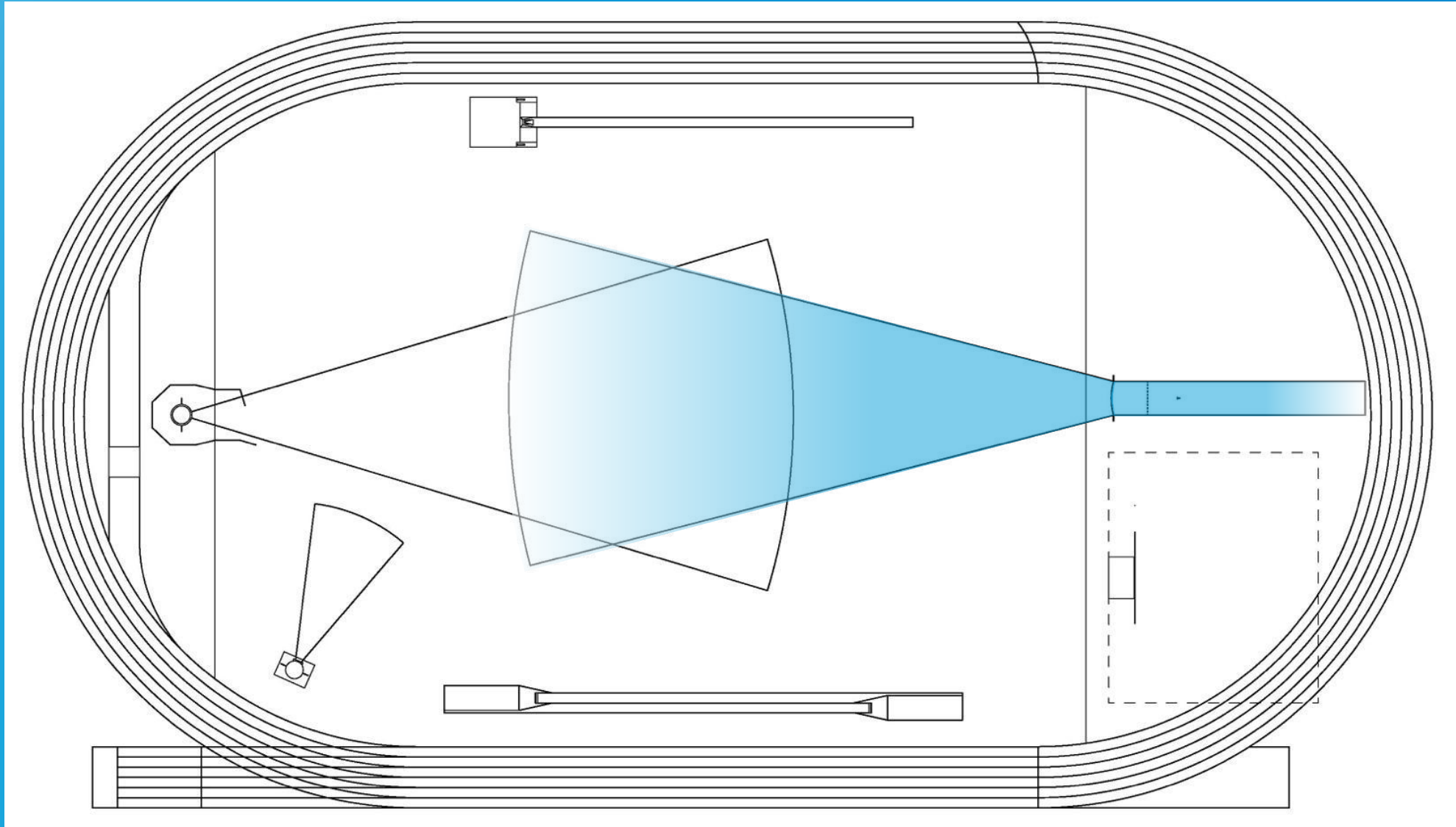


# I lanci *peso*



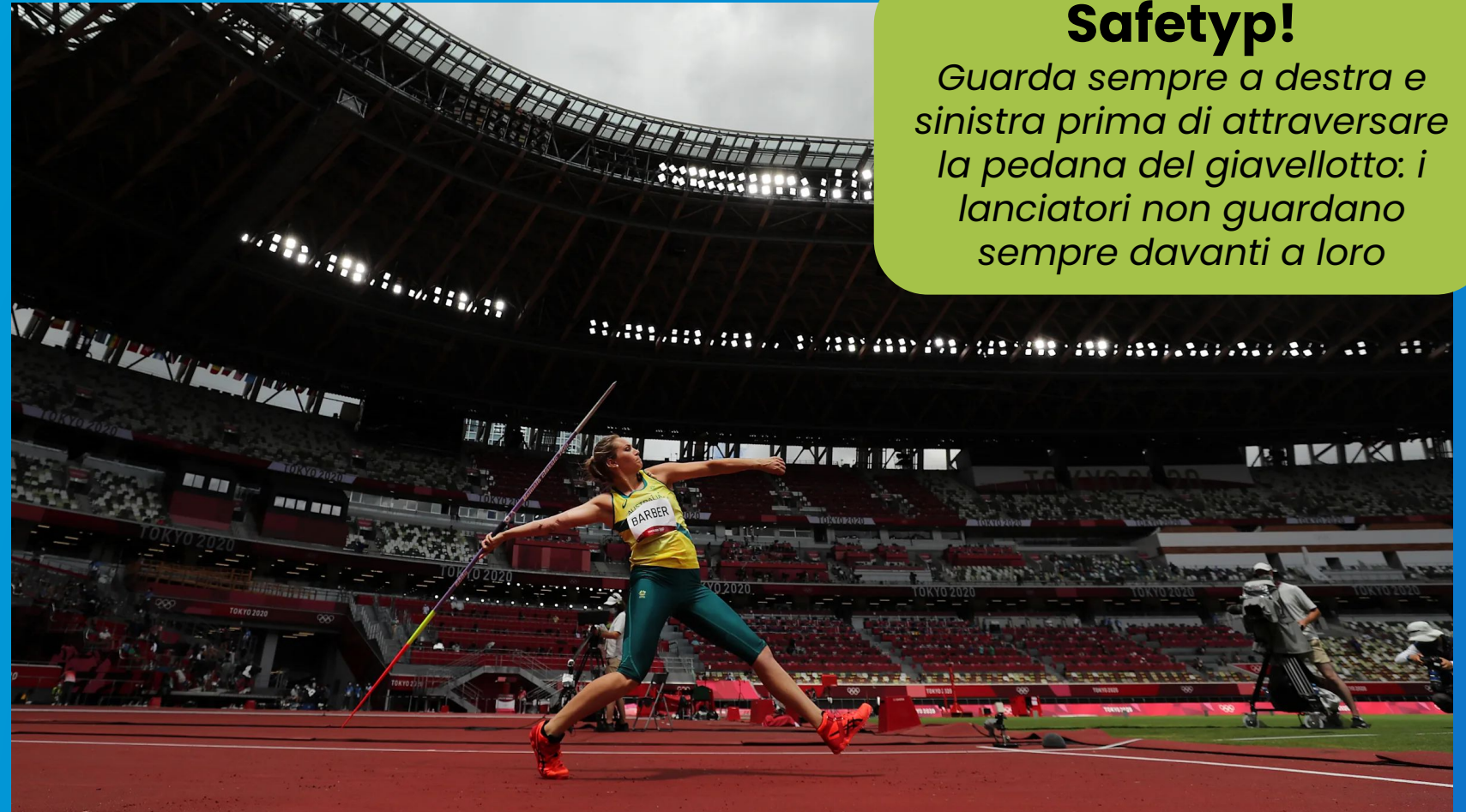
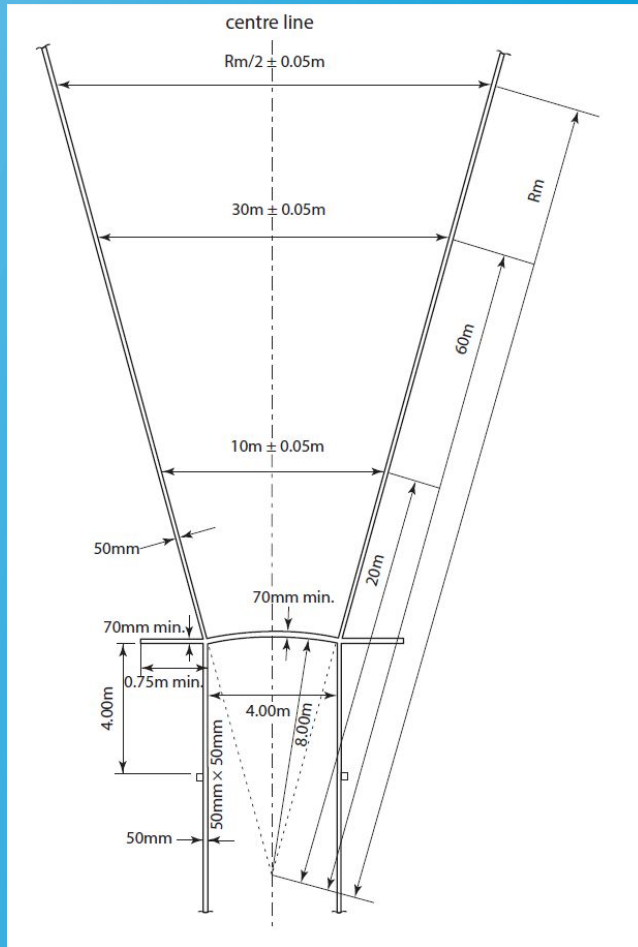


# I lanci *giavellotto*





# I lanci *giavellotto*



## **Safety!**

*Guarda sempre a destra e sinistra prima di attraversare la pedana del giavellotto: i lanciatori non guardano sempre davanti a loro*



# I lanci *regole generali – nulli*

- ❑ Contatto con il terreno all'esterno della pedana
- ❑ Uscita prima della caduta
- ❑ Uscita sulle linee di mezzeria o davanti ad esse
- ❑ Fuori settore *contatto con la linea*
- ❑ Getto del peso scorretto (collo o linea delle spalle)
- ❑ Caduta del giavellotto piatta o di coda

# I lanci *giuria*

- ❑ Arbitro
- ❑ Primo Giudice
- ❑ Segretario
- ❑ Addetti
- ❑ Misurazioni elettroniche (EDM o VDM)

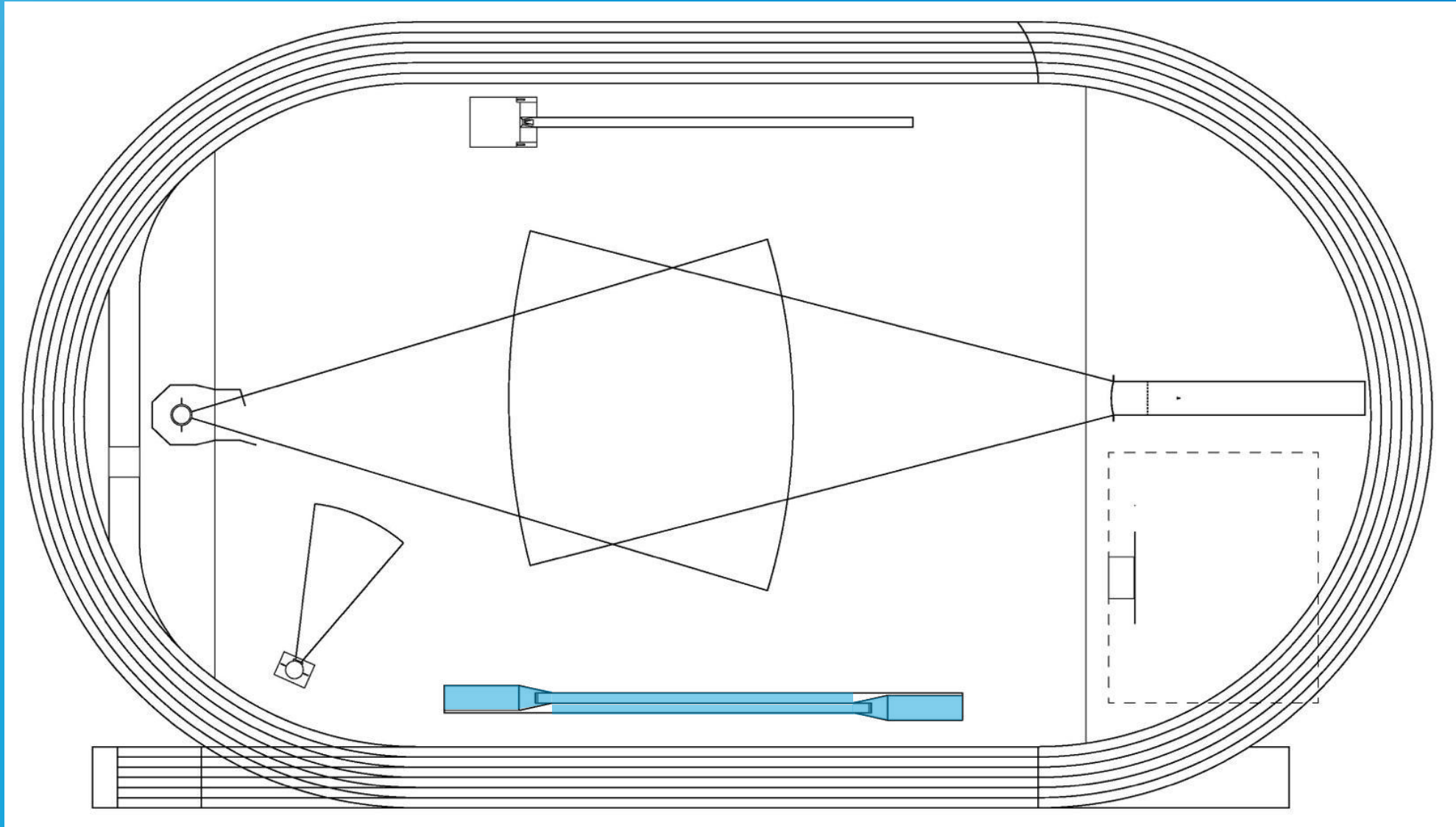
## **Safetyp!**

*Quando ti trovi una zona dello stadio interessata da un lancio, porta SEMPRE lo sguardo alla pedana: non solamente all'interno del settore di caduta, ma anche a diversi metri di distanza, e anche durante le fasi di riscaldamento, non solo in gara. Non ci piace mandare via i Giudici in ambulanza!*

# I salti *estensione* - regole generali

- ❑ Primi tre tentativi per tutti i partecipanti
- ❑ Ulteriori tre tentativi per i migliori atleti
  - Numero chiuso di atleti *generalmente 8*
  - Classifica provvisoria e inversione ordine
- ❑ Tempo per lo svolgimento della prova
- ❑ Segnalazione del punto di caduta più vicino alla linea di stacco
- ❑ Classifica in base alla miglior misura

# I salti *lungo e triplo*





# I salti *lungo* e *triplo*

- ❑ Linea di stacco *con o senza plastilina*
- ❑ Misurazione perpendicolare alla linea di stacco
- ❑ Misurazione della velocità del vento



## **Safetyp!**

*Guarda sempre a destra e sinistra prima di attraversare la pedana del Lungo o del Triplo, e occhio ai segnalini di rincorsa!*

# I salti *lungo e triplo*

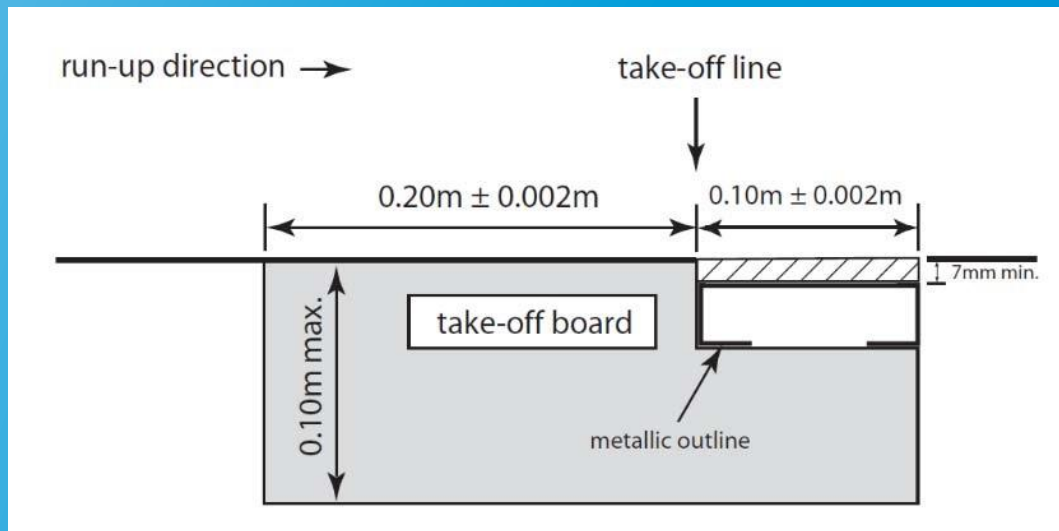


tavola di stacco senza plastilina

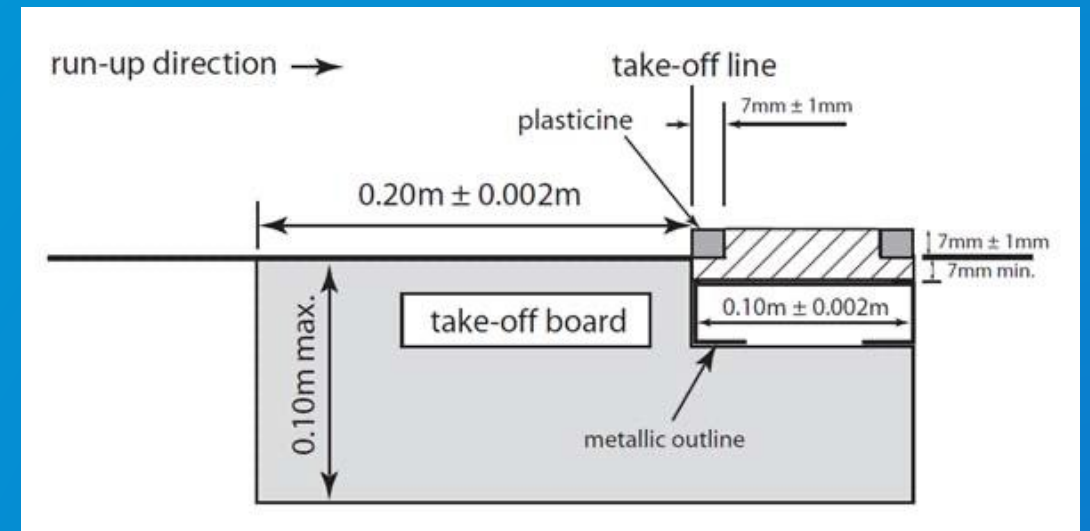


tavola di stacco con plastilina



# I salti *lungo e triplo*



stacco buono



stacco nullo

# I salti *triplo*

- ❑ **Balzo** atterraggio con piede di stacco
- ❑ **Passo** atterraggio con piede alternato
- ❑ **Salto** atterraggio nella zona di caduta

## **Safetyp!**

*Aspetta sempre l'ok del  
Giudice alle Misurazioni  
per togliere il segno  
dalla sabbia*





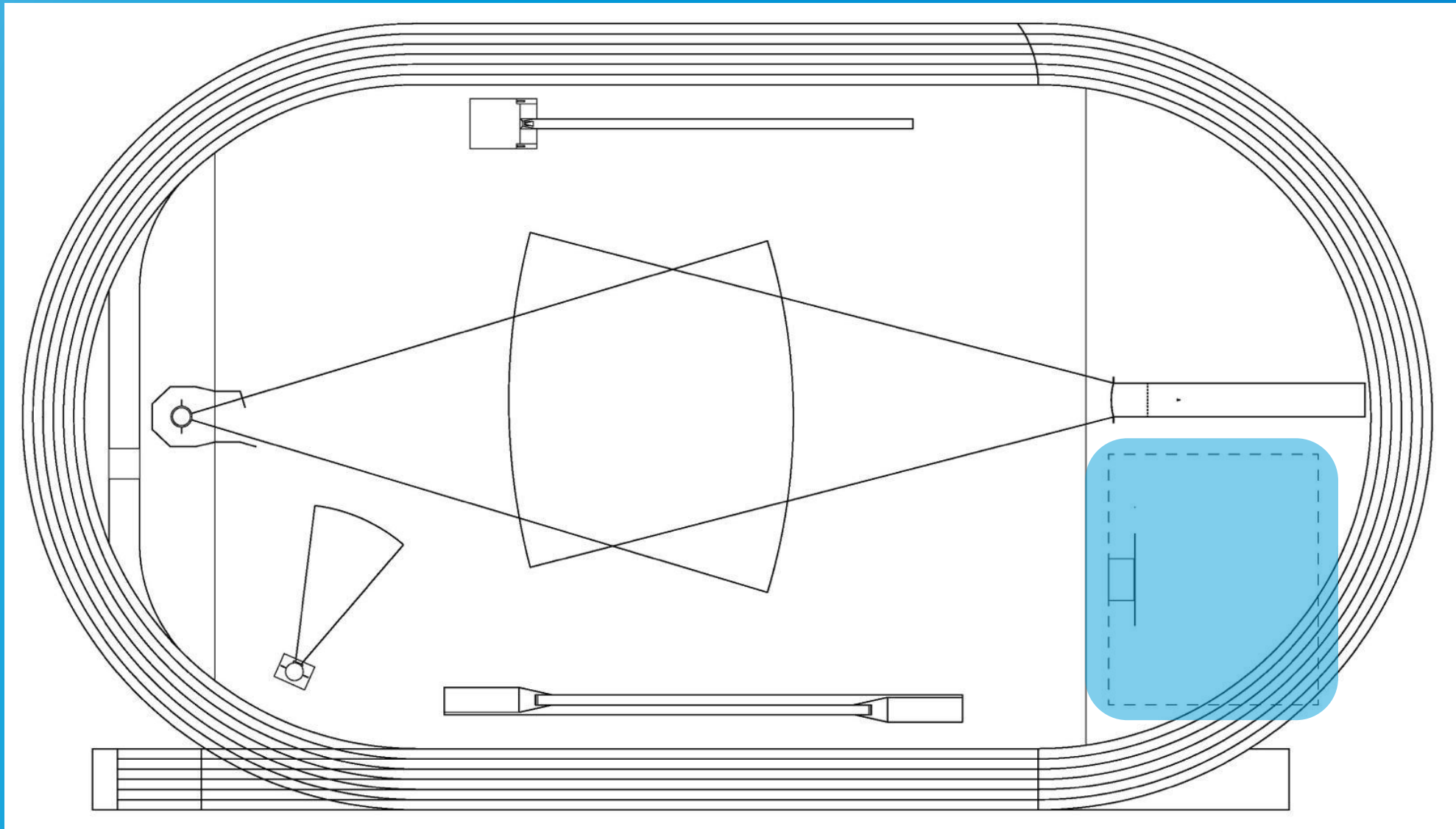
# I salti *lungo e triplo* - nulli

- ❑ Stacco successivo alla linea
- ❑ Stacco laterale alla linea
- ❑ Salto mortale
- ❑ Assenza di impronta (primo contatto fuori dalla zona di caduta)
- ❑ Contatto più vicino alla linea di stacco con l'esterno della zona di caduta durante l'atterraggio
- ❑ Uscita errata dalla zona di caduta

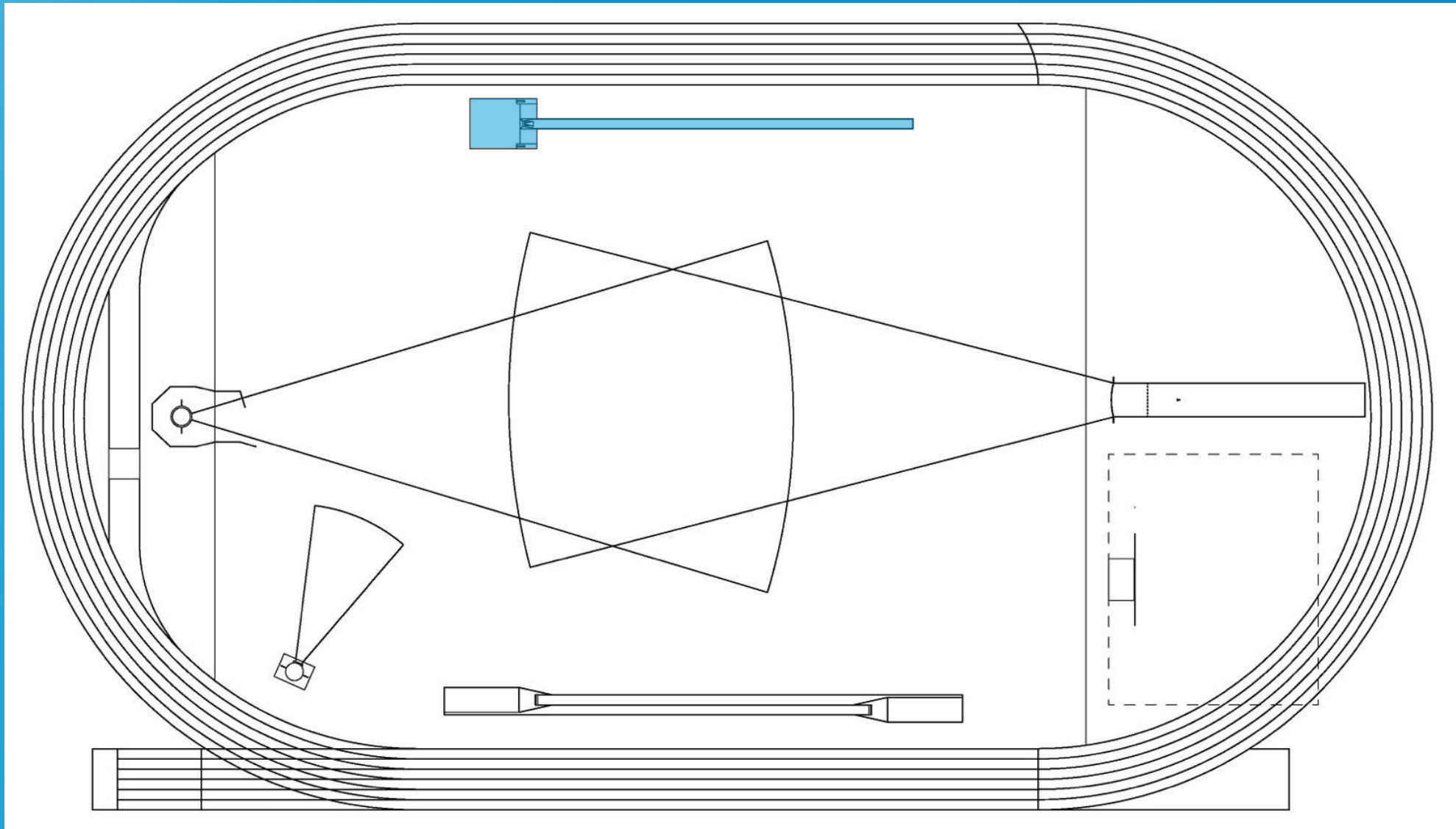
# I salti *elevazione* - regole generali

- ❑ Progressione di altezze crescenti
- ❑ Al massimo 3 prove per ogni altezza
- ❑ Gara ad eliminazione *3 falli consecutivi*
- ❑ Tempo per lo svolgimento della prova
- ❑ Classifica in base alla miglior misura, al numero dei tentativi e al numero complessivo di falli

# I salti *alto*



# I salti asta





# I salti *alto e asta*



salto in alto



salto con l'asta

# I salti *alto e asta* – confronto

## Salto in alto

- ❑ Ritti *fissi*
- ❑ Tempo *dalla chiamata*

## Salto con l'asta

- ❑ Ritti *mobili 0-80cm*
- ❑ Tempo *dalla sistemazione dei ritti*

# I salti *alto e asta* – nulli

## Salto in alto

- ❑ Abbattimento asticella
- ❑ Superamento della linea *senza salto*
- ❑ Stacco con due piedi

### **Safety!**

*Aspetta sempre l'ok del Primo Giudice prima di toccare l'asticella che oscilla senza essere caduta.*

## Salto con l'asta

- ❑ Abbattimento asticella
- ❑ Superamento della linea di zero
- ❑ Spostamento delle mani sull'asta
- ❑ Riposizionamento dell'asticella

# I salti *giuria*

- ❑ Arbitro
- ❑ Primo Giudice
- ❑ Segretario
- ❑ Addetti
- ❑ Misurazioni elettroniche (EDM o VDM)



## contatti e informazioni:

sito FIDAL – <https://www.fidal.it>

sito GGG FIDAL – [https://www.fidal.it/?id\\_sito=3](https://www.fidal.it/?id_sito=3)

Fiduciario Provinciale GGG [sigla provincia] – [fiduciarioggg.\[siglaprov\]@fidal.it](mailto:fiduciarioggg.[siglaprov]@fidal.it)

# Grazie per l'attenzione!