



# **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

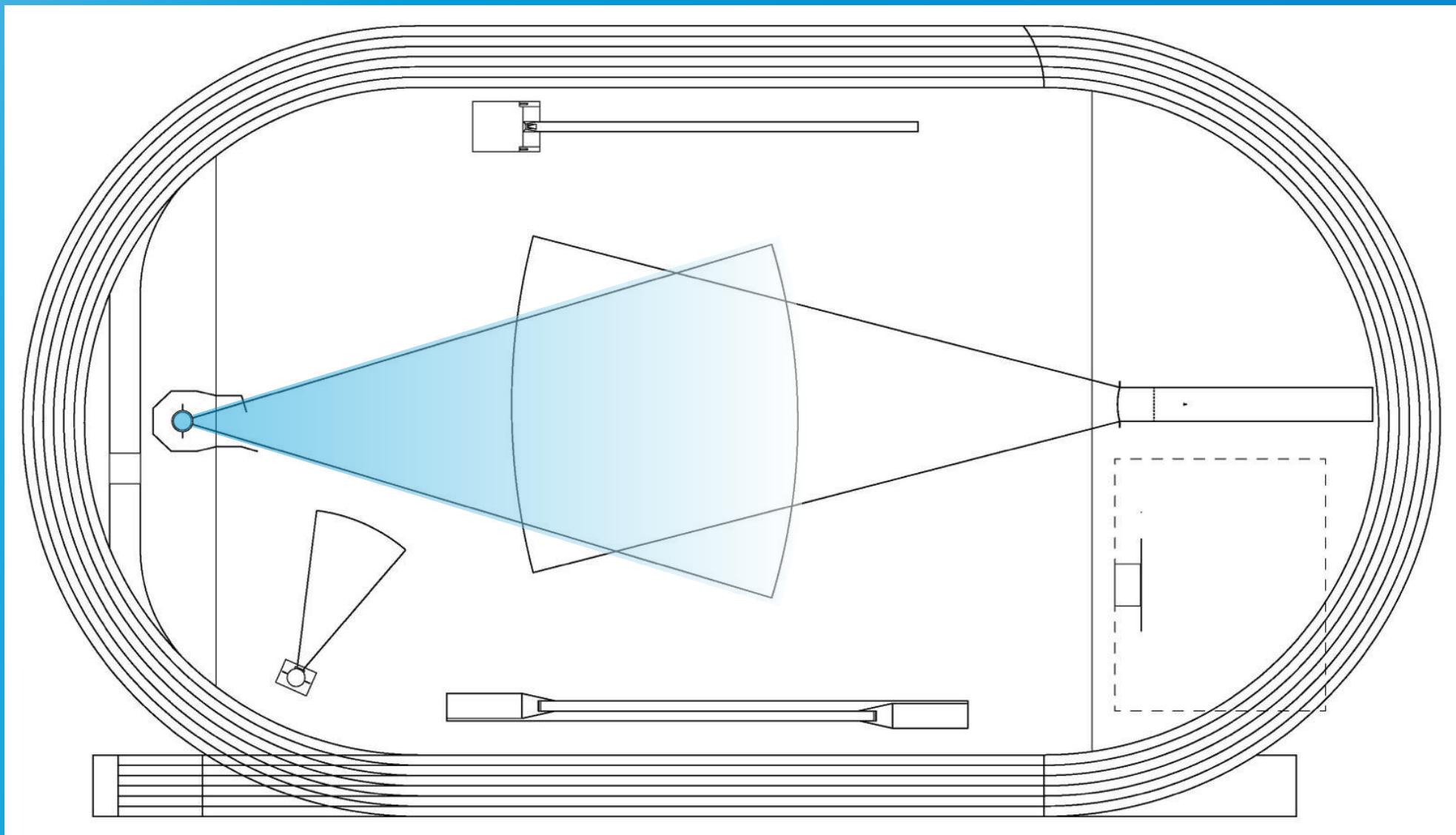
# I Concorsi



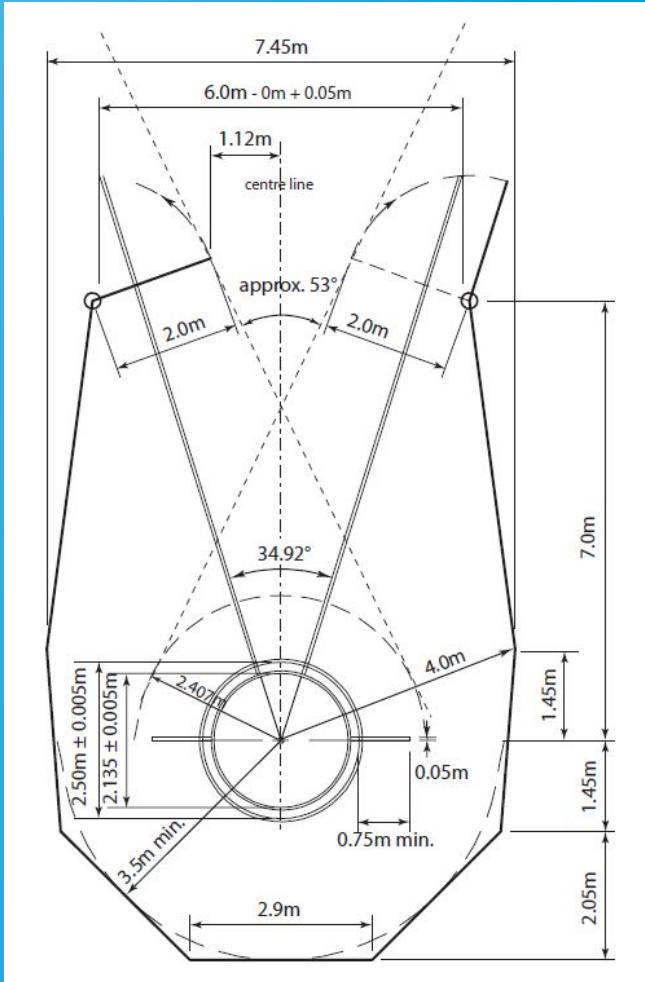
# I lanci *regole generali*

- 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

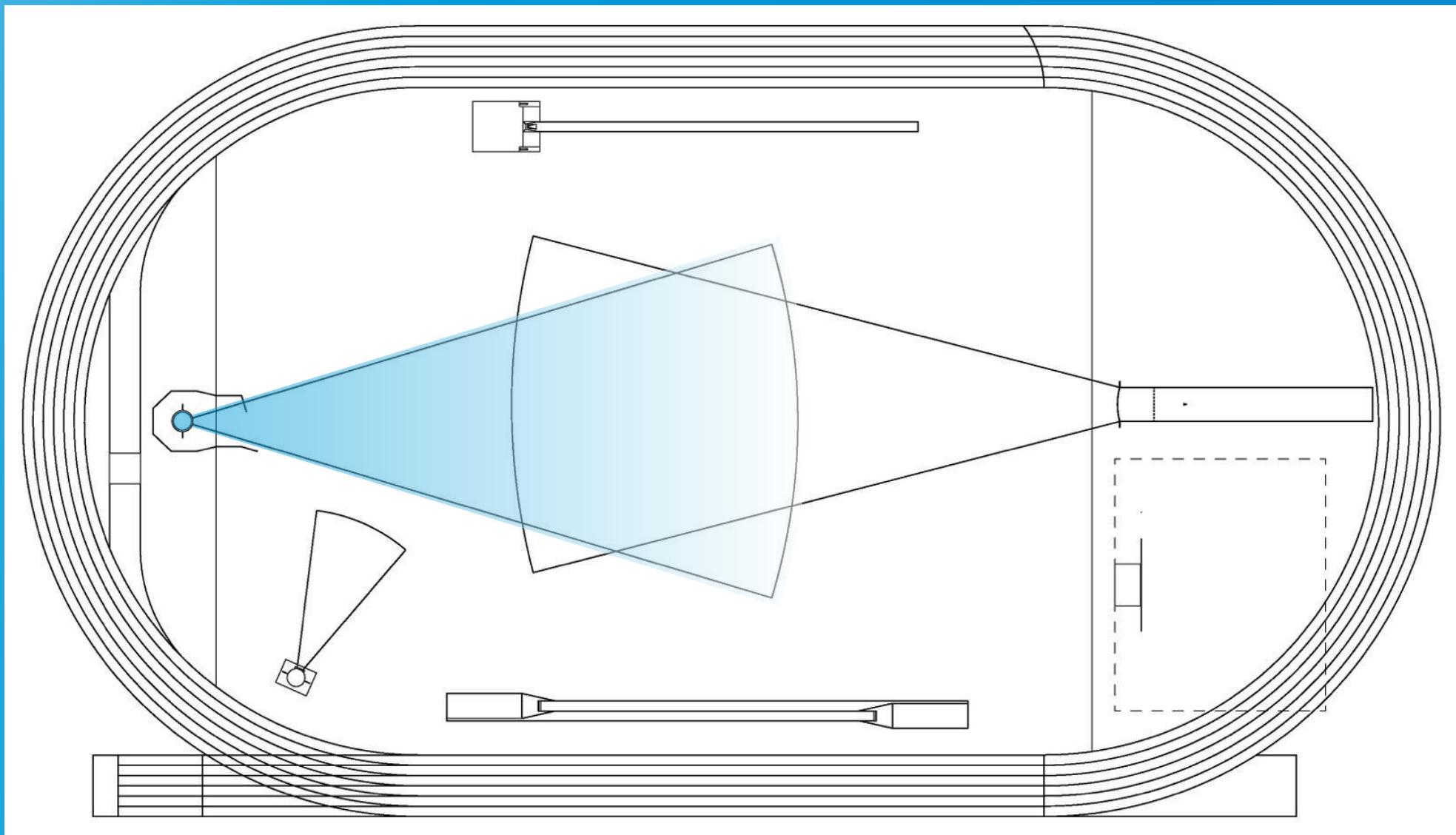
# I lanci disco



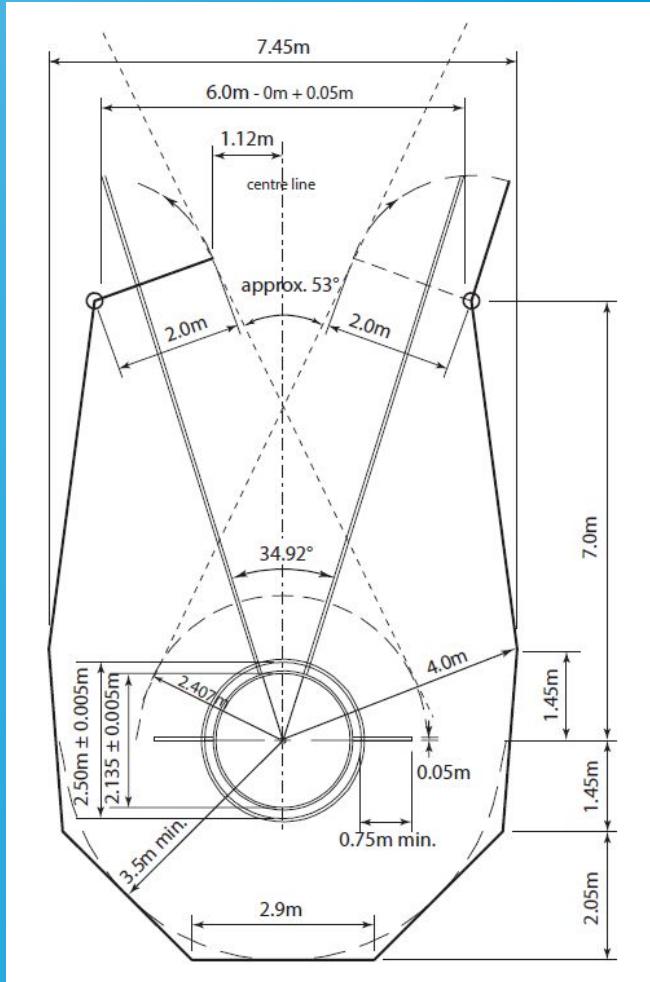
# I lanci disco



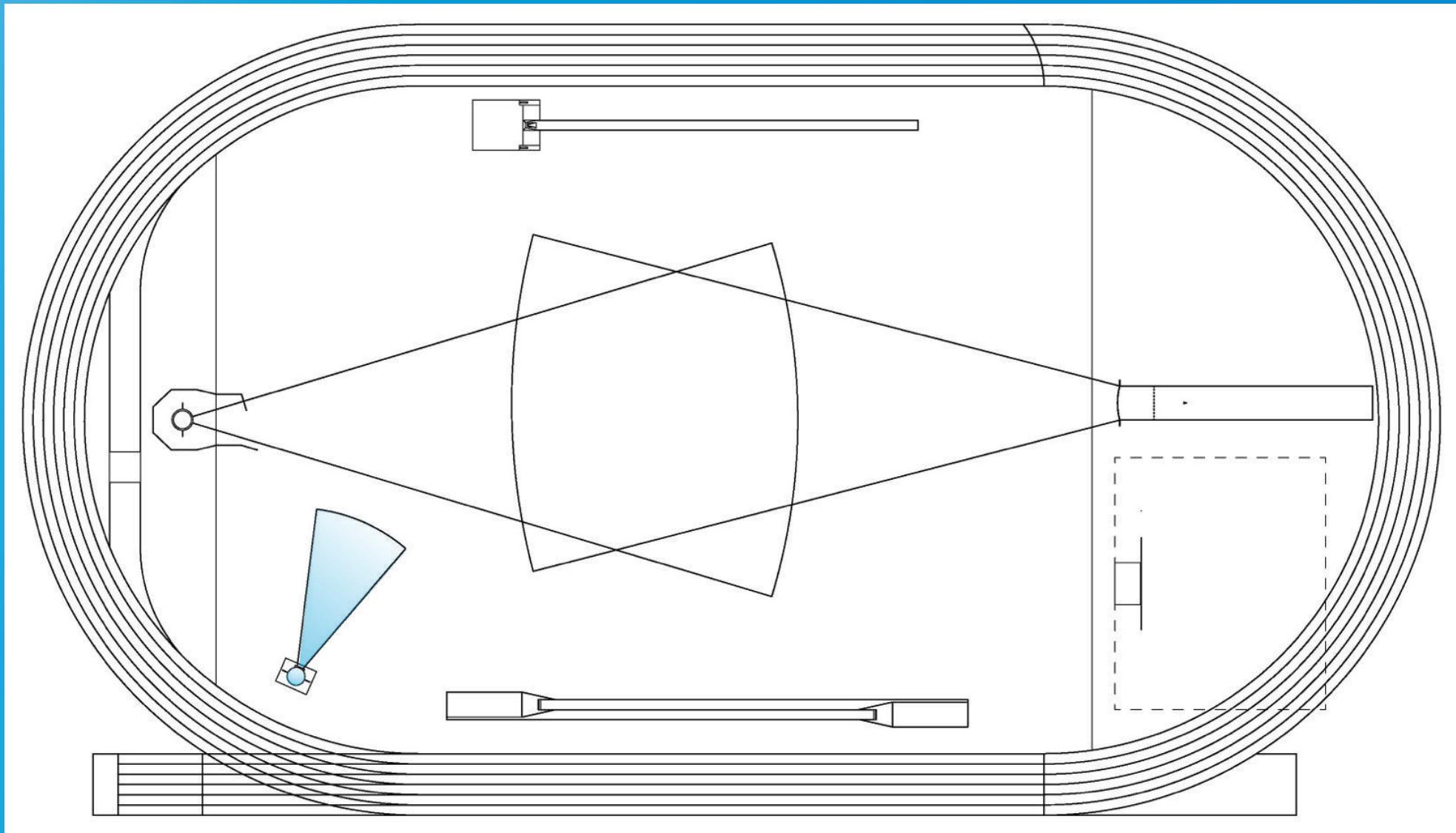
# I lanci martello



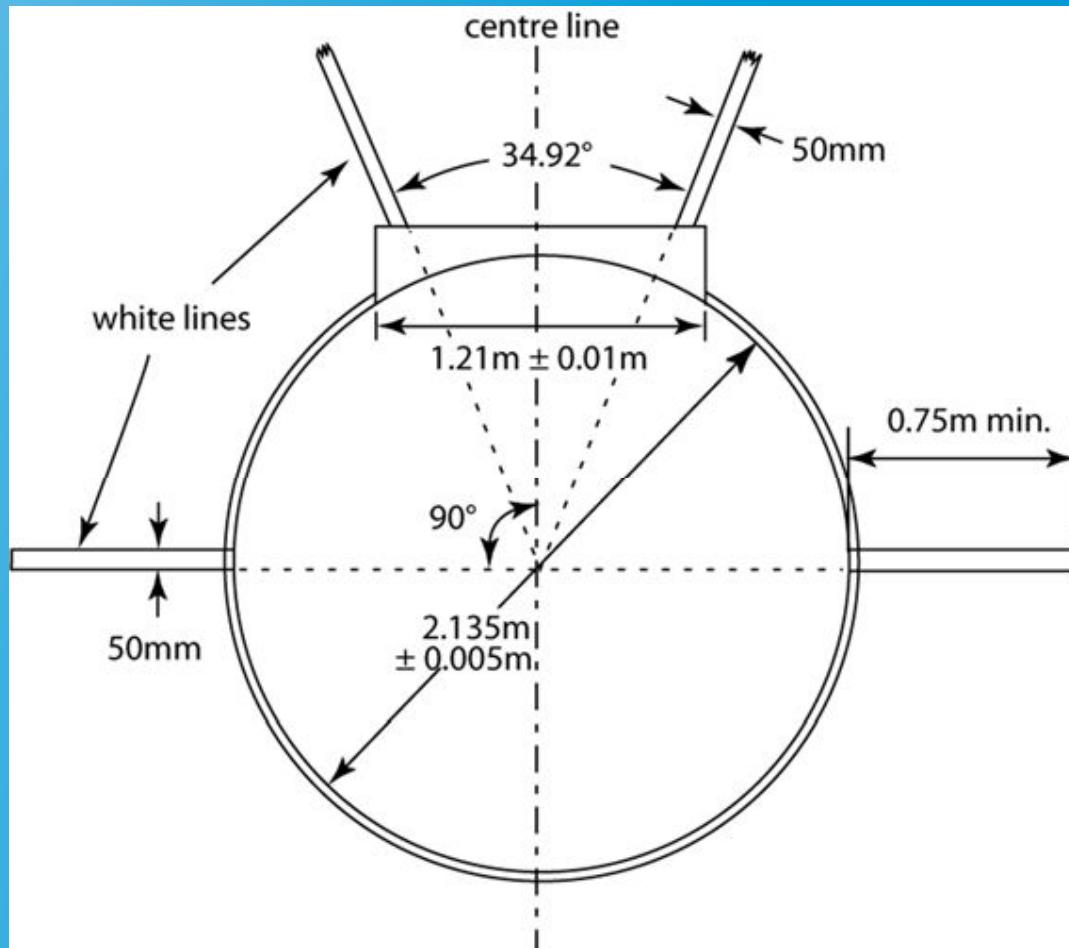
# I lanci martello



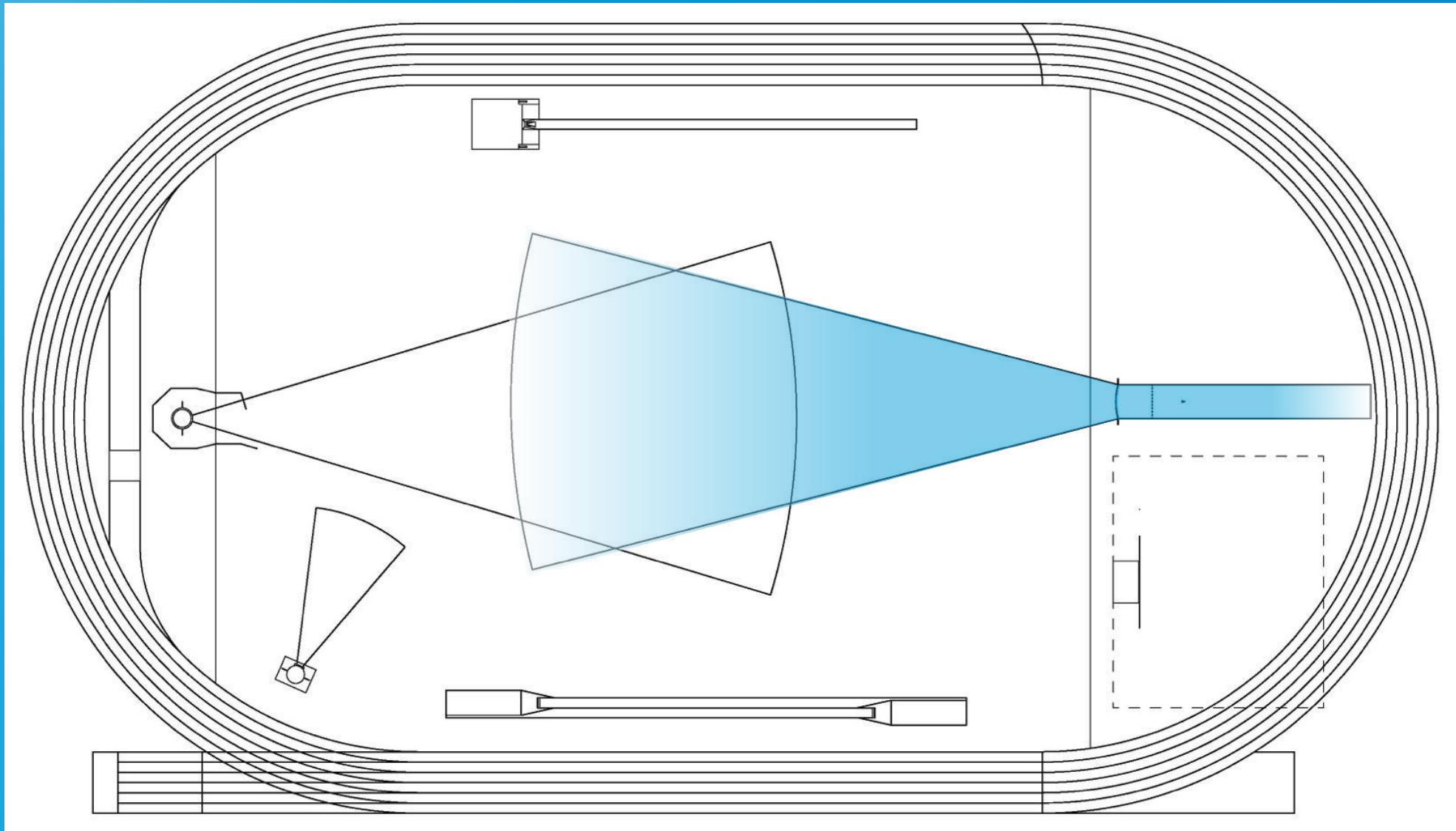
# I lanci peso



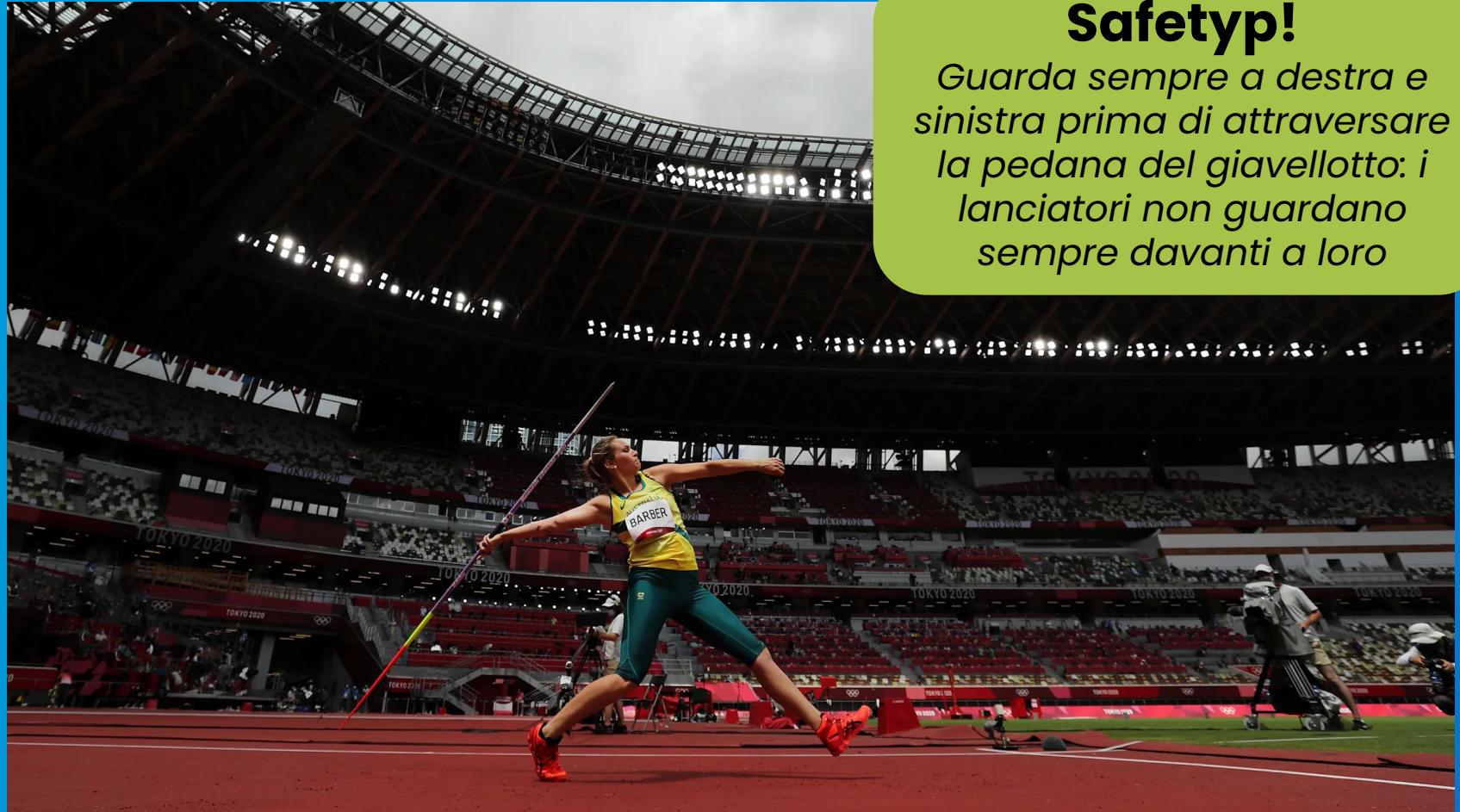
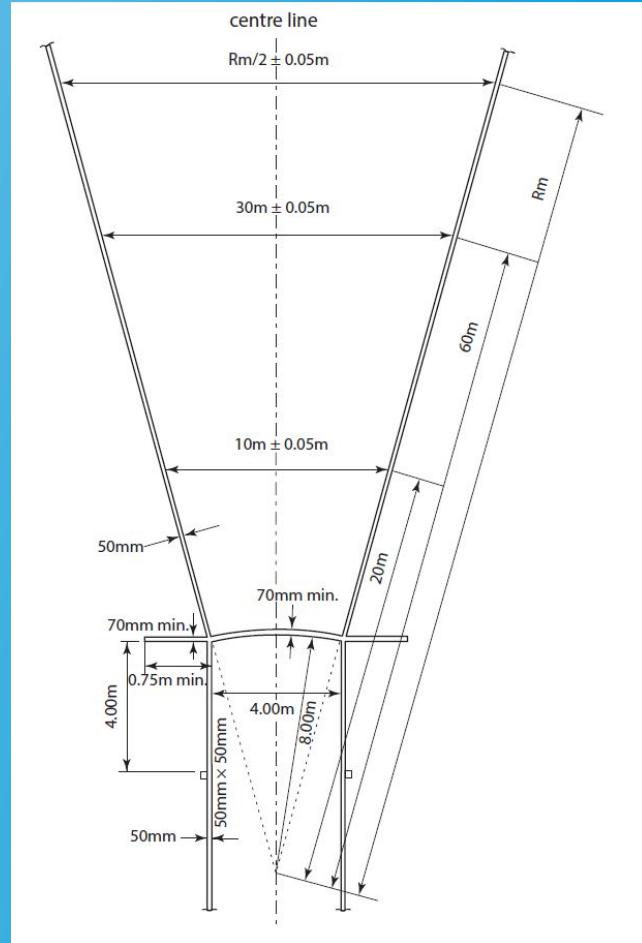
# I lanci peso



# 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)

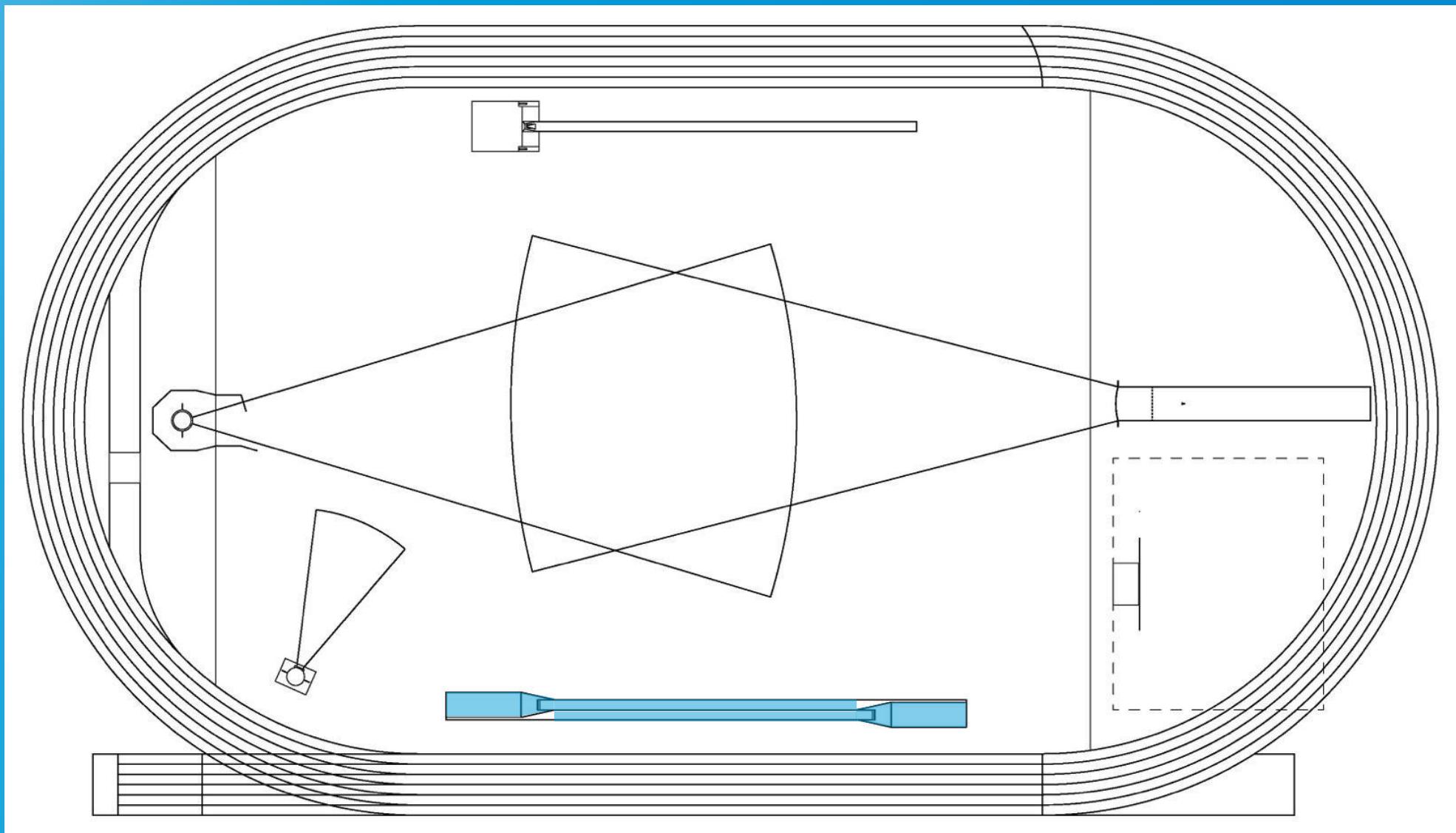
## Safetyp!

*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



## Safety tip!

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

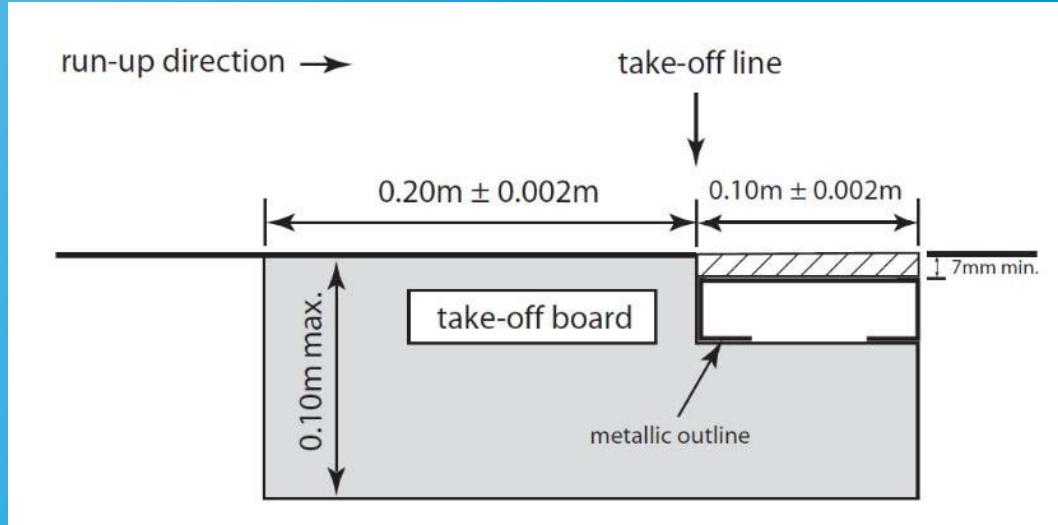


tavola di stacco senza plastilina

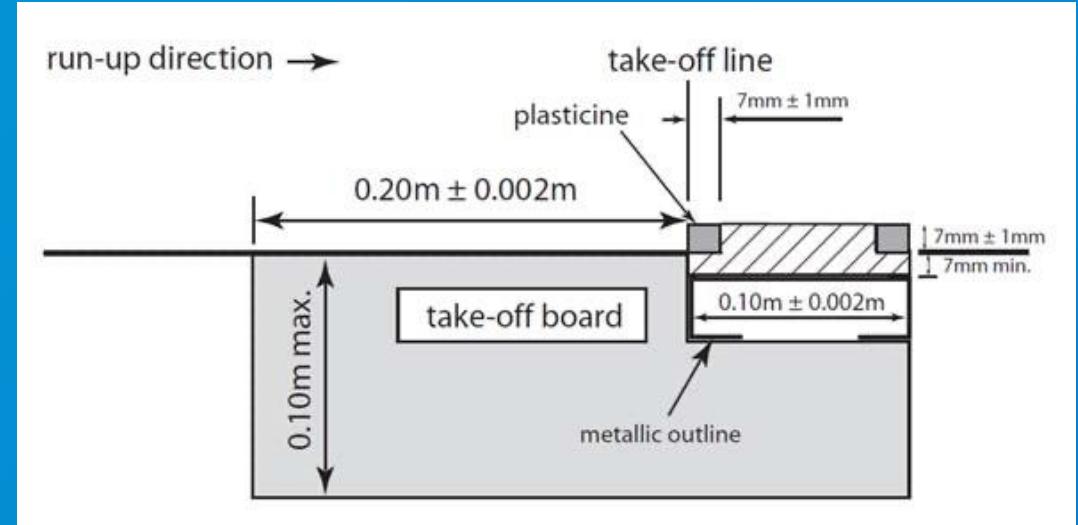


tavola di stacco con plastilina

# 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



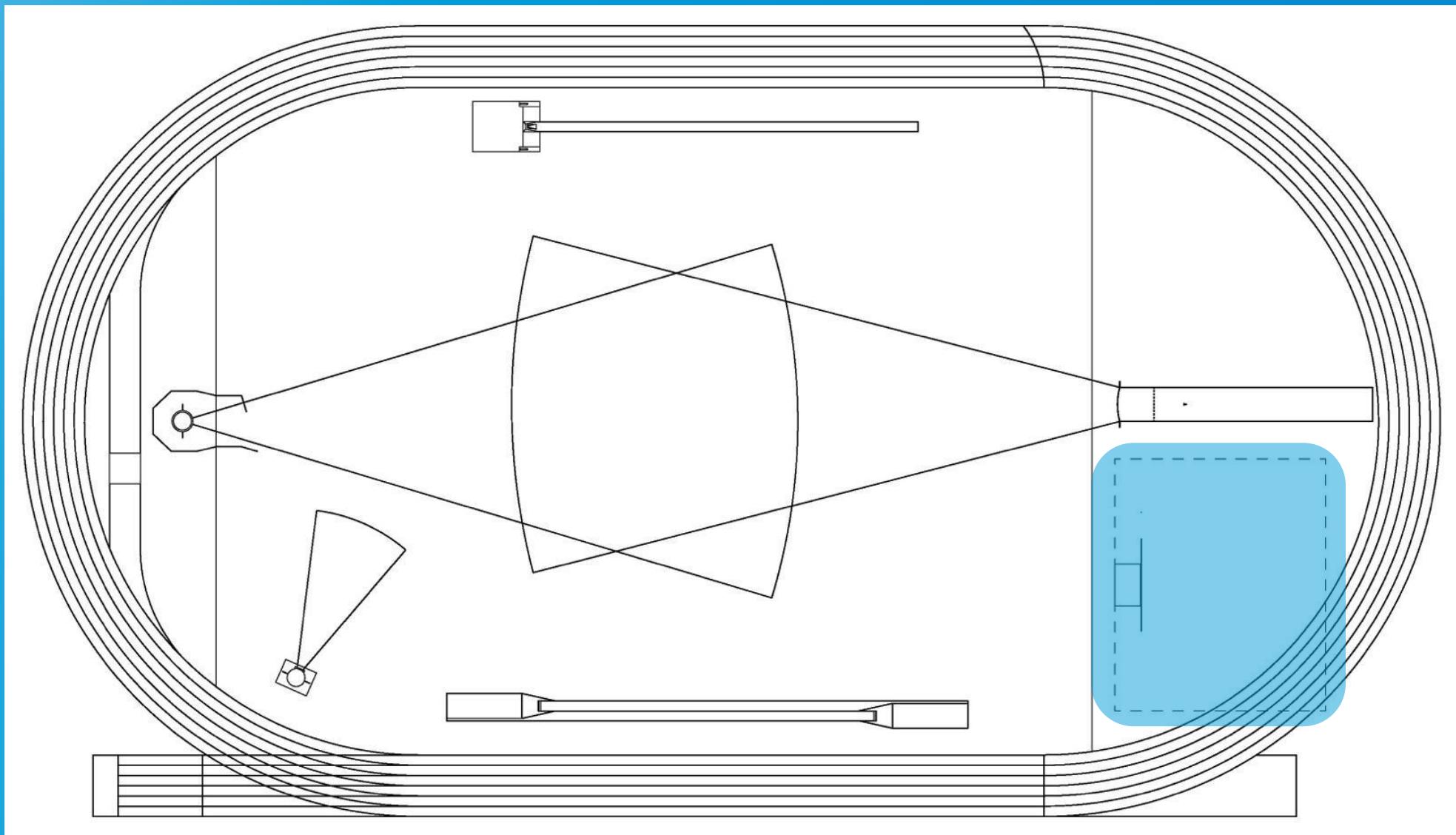
# I salti *lungo* e *triplo* - nulli

- 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

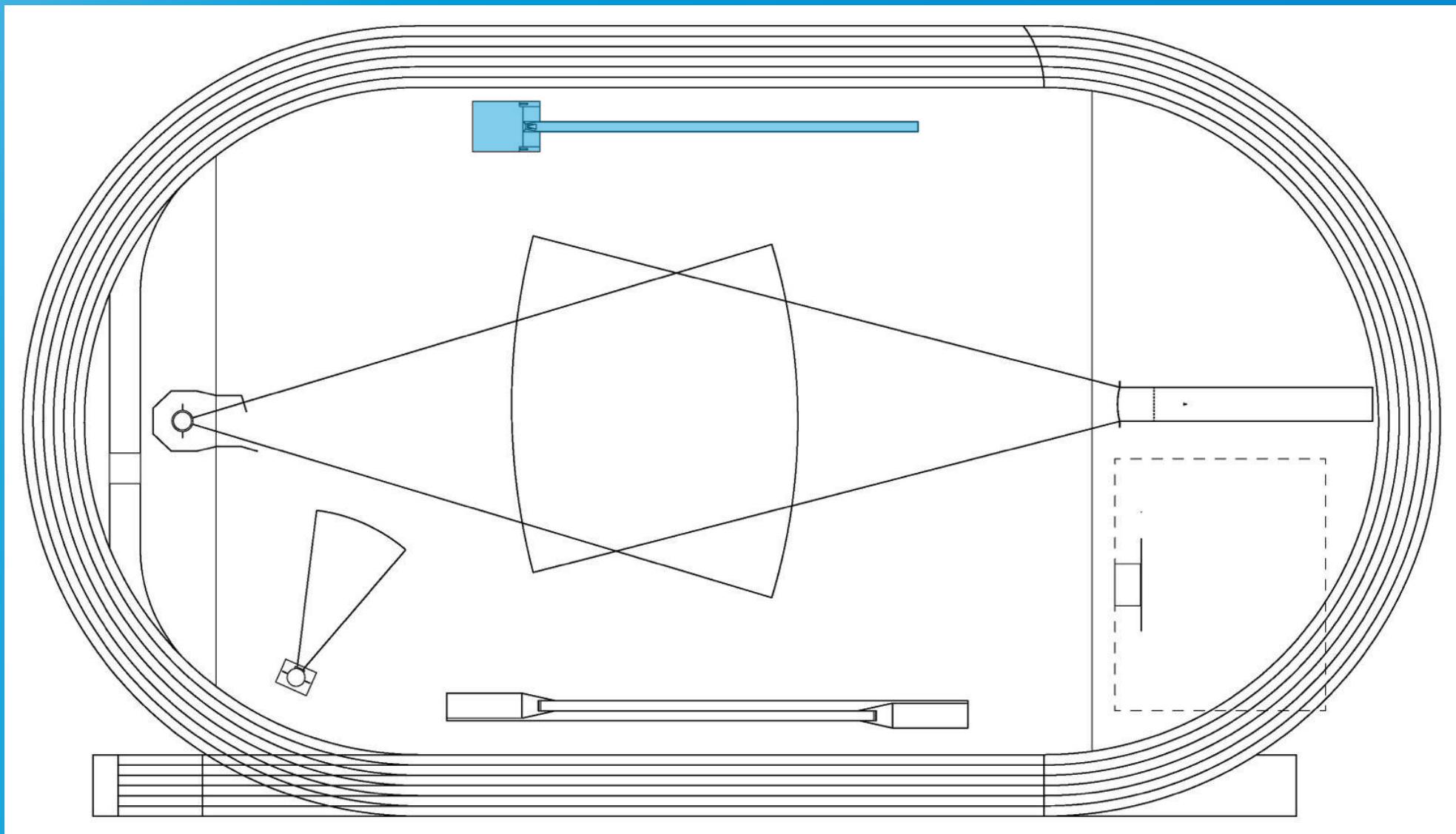
# I salti elevazione - regole generali

- 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

## Salto con l'asta

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

### **Safetyp!**

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

# 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

**Grazie per l'attenzione!**