



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

2h lavoro federazioni 1

L'ATELTICA COME SPECIALITA

- Organizzazione della federazione
- il campo di atletica
- introduzione alle categorie
- regolamento e giudici

2h lavoro federazioni 2

I LANCI

- giavellotto
- martello
- peso
- disco
- il vortex come mezzo gioco per le categorie giovanili

2h lavoro federazioni 3

LE CORSE E GLI OSTACOLI

- le corse veloci
- il mezzofondo
- le corse ad ostacoli

2h lavoro federazioni 4

I SALTI IN ELEVAZIONE1

- il salto in alto e il salto con l'asta
- caratteristiche di un saltatore in elevazione
- l'asta come mezzo per saltare

2h lavoro federazioni 5

DISABILITA E ATLETICA

- (a cura di marinella)

2h lavoro federazioni 6

I SALTI IN ESTENSIONE 2

- il salto in lungo e il salto triplo
- caratteristiche di un saltatore in estensione e piccole esercitazioni

2h lavoro federazioni 7

LE CATEGORIE GIOVANILI

- il percorso del giovane atleta
- giochi propedeutici all'atletica
- organigramma di un evento per i giovani

2h lavoro federazioni 8

ORGANIZZAZIONE DI UN EVENTO SPORTIVO

- dalle categorie esordienti alle categorie assolute
- momento di gruppo per stabilire e organizzare una gara, predisporre un campo e le classifiche