

MAGGIO 2019
Domenica 05

VILLORBA
Impianti Sportivi in Via Marconi 10/a, Catena

MANIFESTAZIONE "AB-atletiCa" valida ATTIVITÀ ESORDIENTI "A" MANIFESTAZIONE GIOCATLETICA ESORDIENTI "B" - "C"

Il Comitato FIDAL di Treviso indice e l'Atletica Villorba (TV340) organizza la manifestazione in titolo, con ritrovo presso gli impianti sportivi di Via Marconi 10/a, Catena di Villorba alle ore 9.30

NORME DI PARTECIPAZIONE

Sono ammesse tutte le Società della Provincia di Treviso regolarmente affiliate F.I.D.A.L. ed Enti di Promozione Sportiva per il 2019 e aderenti alle Categorie Esordienti. Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e regolarmente tesserati/e per il 2019 alla F.I.D.A.L. o Ente di Promozione Sportiva.

ISCRIZIONI

ISCRIZIONI ON LINE SUL SITO tessonline.fidal.it entro le ore **24** di **Giovedì 02 maggio 2019**. La conferma della presenza degli atleti iscritti dovrà essere fatta, il giorno della gara, alla Segreteria o al personale preposto al momento del ritrovo, e comunque non oltre l'orario "chiusura conferma iscrizioni" indicato nel dispositivo, da parte di un tecnico o di un dirigente, che verserà contestualmente la tassa di iscrizione, pari ad 0,5€ per atleta della categoria Esordienti confermato. Per le società affiliate **solo** presso Enti di Promozione Sportiva: inviare entro le ore **24** di **Giovedì 02 maggio 2019** a **cp.treviso@fidal.it** una lista su carta intestata della società con indicato l'elenco **completo** degli atleti per cui si richiede l'iscrizione

Non saranno accettate iscrizioni incomplete di numero di tessera degli Atleti/e.

NORME DI PUNTEGGIO (Solo per Esordienti "A")

Individuali: Ad ogni atleta verrà assegnato un punteggio dei livelli acquisiti: "A"=3, "B"=2, "C"=1

Per società: Ad ogni società verrà attribuito un punteggio in base al numero dei partecipanti.

PREMIAZIONI : Tutti gli atleti partecipanti saranno premiati con un presente.

PROGRAMMA ORARIO E TECNICO

Esordienti "A" m/f: AB-atletiCa (anni 2008-2009 aperta 2010)

Esordienti "B" e "C" m/f: Giocatletica (anni 2010, 2011, 2012, 2013)

Ritrovo giurie e concorrenti Esord. A	9.15	Ritrovo giurie e concorrenti Esord. B C
Chiusura Conferma Iscrizioni	9.45	Chiusura conferma iscrizioni
Inizio AB-atletiCa Esord. A	10.00	
	10.15	Inizio Giocatletica Esord. B e C
	11.45	Premiazioni Esord. B e C
Premiazioni Esord. A	12.00	

Federazione Italiana di Atletica Leggera

Comitato Provinciale di Treviso www.fidaltreviso.it cp.treviso@fidal.it

Viale della Repubblica 22 • 31020 Villorba (TV) • tel 0422/412313 • fax 0422/412313

NORME CAUTELATIVE

Per quanto non previsto nel presente dispositivo valgono le Norme tecnico-statutarie dell'attività Estiva Promozionale 2019.

Gli organizzatori declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone e/o cose prima, durante e dopo la manifestazione.

Le società partecipanti sono gentilmente invitate di mettere a disposizione 1-2 persone per la durata della manifestazione, onde supportare il lavoro della Società organizzatrice.



CORSA VELOCE ANDATA E RITORNO A COPPIE

Al via dello starter il bambino corre per 30m, giro di boa attorno ad un cono sopra al quale raccoglie una pallina da tennis appoggiata e scatto di ritorno per 30 m. Consegna la pallina al compagno che a sua volta farà lo stesso percorso appoggiando però all'andata la pallina da tennis sul cono.

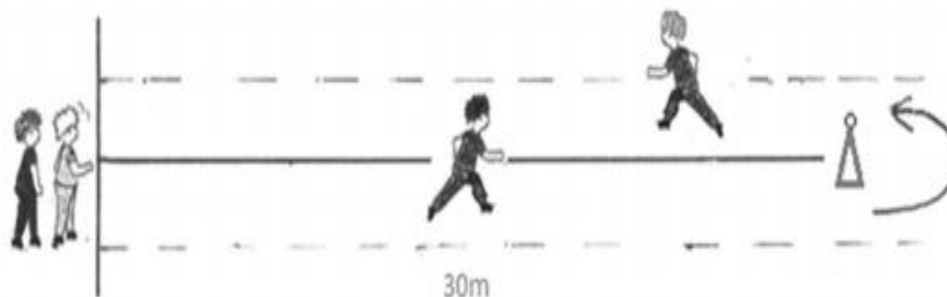
ESORDIENTI M/F:

Livello A: Ottenere un tempo inferiore a 24"5

Livello B: Ottenere un tempo tra 24"5 e 27"

Livello C: Ottenere un tempo superiore a 27"

OBIETTIVI: stimolare la rapidità di azione



TIRO GUIDATO DEL VORTEX

I bambini effettuano un passo laterale incrociato nei 3 cerchi (disegnati con del gesso a 15 cm di distanza). Per chi lancia di destro la posizione di partenza è con gamba sinistra leggermente sollevata sopra al primo cerchio con il peso del corpo tutto sulla gamba destra. Quindi rapido contatto del piede sinistro con il terreno, e la gamba destra che spinge avanti e con passo incrociato si posiziona nel secondo cerchio, mentre quasi simultaneamente il sinistro prende contatto nel terzo cerchio: (sinistro-destro-sinistro). Dal doppio appoggio i bambini tirano il vortex cercando di farlo cadere il più lontano possibile. Per chi lancia di sinistro la successione dei piedi è destro-sinistro-destro.

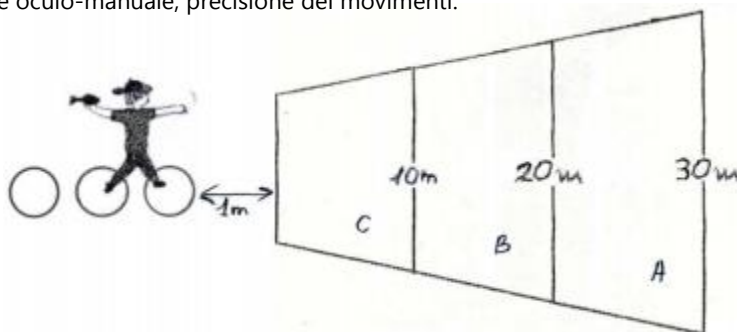
ESORDIENTI M/F:

Livello A: cade almeno una volta nella zona A o oltre.

Livello B: cade almeno una volta nella zona B.

Livello C: cade almeno una volta nella zona C.

OBIETTIVI: coordinazione oculo-manuale, precisione dei movimenti.



SALTO IN ALTO CON PASSI GUIDATI

Materassone alto 80 cm, due cerchi disegnati a terra vicino al materassone per indicare i punti di stacco delle due rincorse (da sinistra e destra); alcuni coni messi in linea curva per facilitare la traiettoria delle rincorse. I bambini partono a circa 4 metri dal materassone, ed eseguono una rincorsa, una volta da destra ed una volta da sinistra, che deve concludersi con il corretto piede di stacco nel cerchio segnato a terra. L'arrivo sul materassone deve avvenire con il dorso o seduti. Tutti i bambini effettueranno 2 salti per misura (80 cm e 90 cm). Verrà valutata la correttezza degli appoggi e dello stacco con il piede giusto.

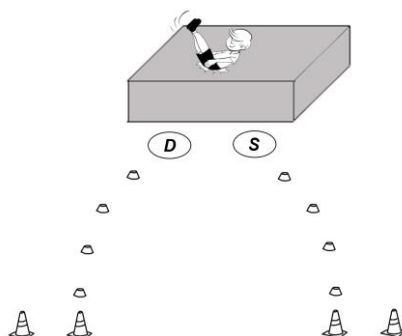
ESORDIENTI M/F:

Livello A: quattro prove corrette.

Livello B: 3 o 2 prove corrette.

Livello C: 1 o 0 prove corrette.

OBIETTIVI: arricchire gli schemi di salto, consapevolezza dell'arto dominante di stacco.



500m CON RITMO

Al via dello starter, i bambini divisi in serie di max 10-12, corrono seguendo il ritmo di un atleta adulto a 25" ogni 100m. Agli ultimi 200m l'adulto si sposta lasciando che ogni bambino corra veloce fino all'arrivo. Viene effettuata una sola prova. I bambini avranno un cartellino identificativo al petto che verrà tolto dopo il traguardo.

ESORDIENTI M/F:

Livello A: tempo ottenuto sotto i 2'00".

Livello B: tempo ottenuto da 2'00" a 2'10".

Livello C: tempo ottenuto sopra i 2'10".

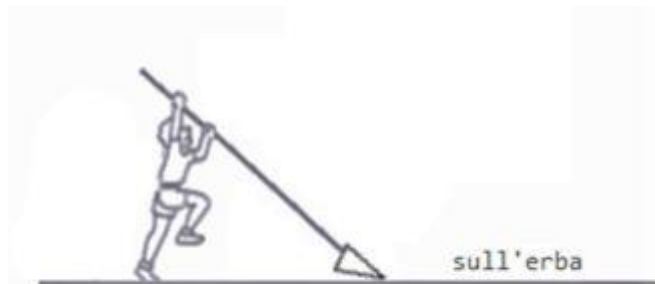
OBIETTIVI: Uso del corpo come primo naturale strumento ritmico - giusta alternanza tra contrazione e decontrazione




GIOCATLETICA

CORRI, SALTA, LANCIA

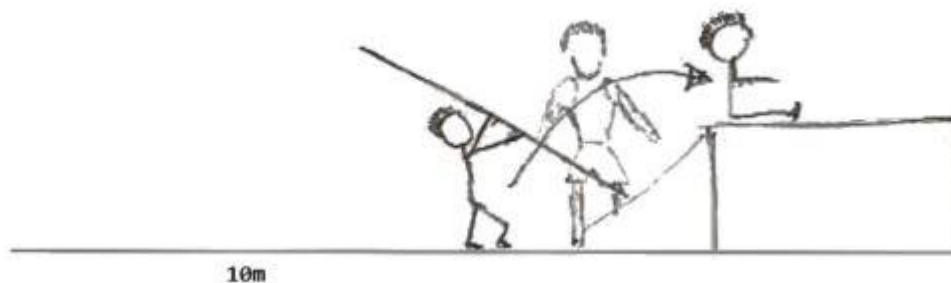
1) I bambini provano ad impugnare un'asta dopo la dimostrazione dell'istruttore. Di seguito i bambini impugnano l'asta, dopo breve rincorsa sull'erba provano a centrare un cerchio accennando ad un'imbutata.



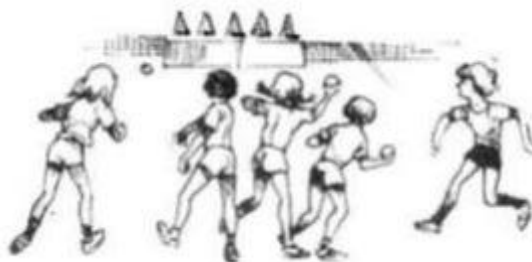
- 2) Il bambino effettua una breve rincorsa di 5m verso la buca del salto in lungo ed afferra l'asta sostenuta dall'istruttore che posizionato sul bordo della buca lo accompagna sulla sabbia.



- 3) Il bambino effettua una rincorsa di 10 metri sulla pedana dell'asta, prende velocità, stacca e afferra l'asta sostenuta dall'istruttore che posizionato in prossimità dello stacco lo accompagna fino sul materassone.

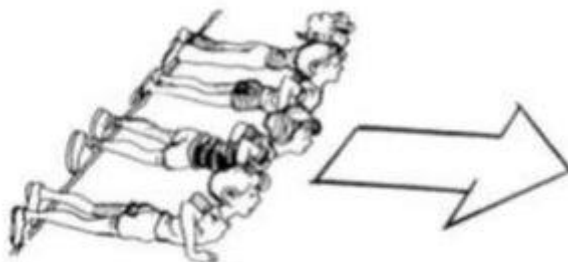


- 4) Due squadre, una di fronte all'altra, ogni bambino ha una pallina da tennis. Ognuno cerca di colpire i coni dell'altra squadra posti sopra la panca.

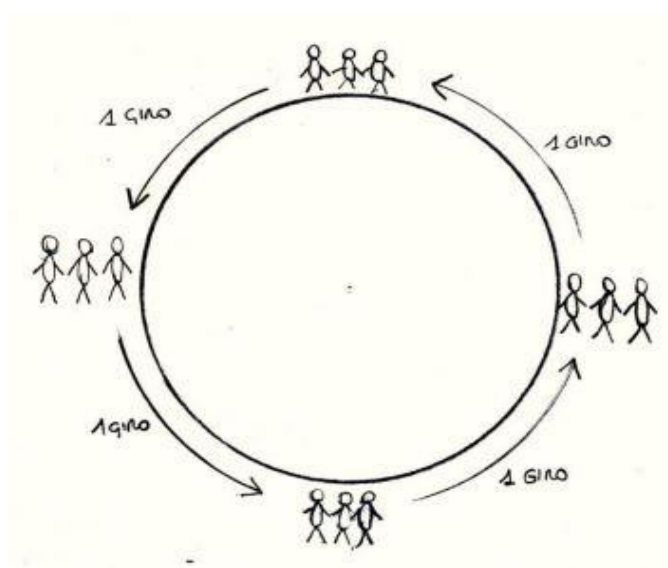


5) Prove di corsa veloce per 15m con partenza da varie posizioni.

- Prone con mani in appoggio al suolo all'altezza delle spalle.
- Supini con braccia distese lungo i fianchi.
- Seduti con gambe incrociate e mani sulle ginocchia.



6) **Staffetta finale di gruppo:** Tutti assieme ci si porta al centro del campo da calcio. Sul cerchio di metà campo i bimbi vengono divisi in 4 gruppi che partono da 4 postazioni diverse e ugualmente distanti, corrono sopra la linea di circonferenza del cerchio e dopo aver percorso un giro battono la mano al compagno che a staffetta esegue il giro successivo, e così di seguito fino all'ultimo componente della staffetta.



Campagna del CR FIDAL Veneto contro il fumo nei luoghi dello sport

"Fumare è una cattiva abitudine che contagia anche chi non vorrebbe essere contagiato."

L'ATLETICA LEGGERA RENDE LIBERI DA SOSTANZE, LIBERI NELLA VITA

Campagna educativa e di sensibilizzazione contro il doping promossa dal Comitato Provinciale Treviso