

OTTOBRE 2019
Sabato 05
Ore 14.30

VILLORBA
Impianti Sportivi in Via Marconi 10/a, Catena

MANIFESTAZIONE "AB-atletiCa" valida ATTIVITÀ ESORDIENTI "A"

Alla manifestazione possono partecipare gli esordienti A (2008 e 2009) ed è aperta ai 2010. **Causa la disponibilità parziale dell'impianto non è possibile proporre l'attività del Giocatletica per gli esordienti B e 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 14.30.

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 03 ottobre 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 sempre entro le ore **24 di Giovedì 03 ottobre 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)**

Ritrovo giurie e concorrenti	14.30
Chiusura Conferma Iscrizioni	15.00
Inizio AB-atletiCa	15.20
Premiazione	17.30

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.

AB-ATLETICA

Sono presenti 2 prove in coppia, si consiglia nel limite possibile, di mantenere la stessa composizione per facilitare lo svolgimento.

CORSA VELOCE ANDATA E RITORNO A COPPIE

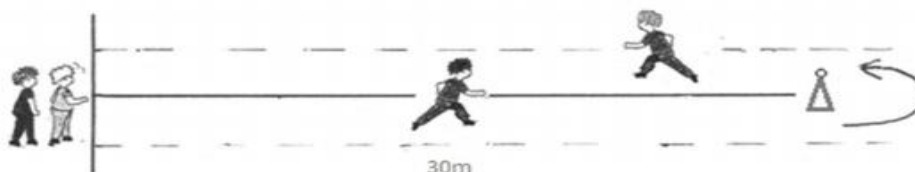
Al via dello starter il bambino corre per 30m, giro di boa attorno ad un cono sopra al quale raccoglie una pallina da tennis appoggiata e scatto di ritorno per 30 m. Consegna la pallina al compagno che a sua volta farà lo stesso percorso appoggiando però all'andata la pallina da tennis sul cono. **OBBIETTIVO: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

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"



LANCIO GUIDATO DELLA PALLINA

I bambini effettuano una breve rincorsa e lanciano il più avanti possibile una pallina da tennis. Negli ultimi tre passi imparano a portare il loro corpo nella giusta posizione di lancio e a compiere un passo di spinta dinamico. La sequenza degli ultimi passi per chi lancia di destro (viceversa per chi lancia di sinistro); "sinistro - destro - sinistro". Il primo passo a sinistra è un passo spinta, che è seguito dal passo di puntello per assumere la posizione di lancio destro-sinistro. Il braccio si presenta esteso all'indietro. Il passo spinta viene eseguito con il superamento di un ostacolino basso. Il lancio dovrà essere indirizzato dentro una zona di caduta segnalata. **OBBIETTIVO: coordinazione oculo-manuale, precisione dei movimenti.**

ESORDIENTI M/F:

Livello A: La pallina cade almeno una volta nella zona A: oltre i 22 metri

Livello B: La pallina cade almeno una volta nella zona B: tra i 15 e i 22 metri

Livello C: La pallina cade esternamente alla zona di caduta o nella zona C: meno di 15 metri



SALTO IN LUNGO CON CORSA A GINOCCHIA ALTRE TRA GLI OVER

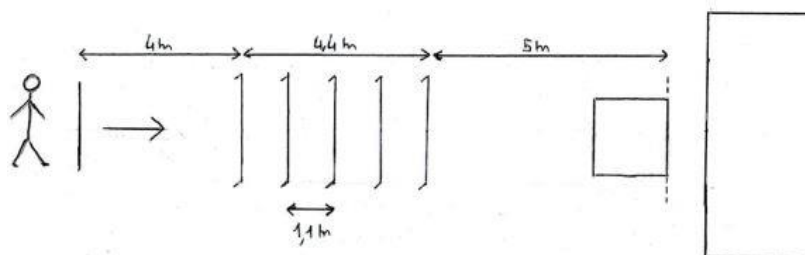
Dopo alcuni passi di avvio il bambino effettua una corsa a ginocchia alte tra 5 over posti a 1,1 metri di distanza tra loro, quindi corre veloce gli ultimi 5 metri e salta con arrivo nella sabbia a piedi pari. La buca del salto in lungo è suddivisa in tre settori. Lo stacco è posto sopra una tavoletta alta 5 centimetri. **OBBIETTIVO: Stimolare la capacità di salto sollecitando gli aspetti coordinativi (sensoperceptivi e ritmici).**

ESORDIENTI M/F

Livello A: Ottenere almeno un salto più lungo di 3,10 metri

Livello B: Ottenere almeno un salto lungo tra 2,60 e 3,10 metri

Livello C: Ottenere un salto lungo meno di 2,60 metri



MARCIA E CORSA A COPPIE

Due bambini, uno dietro all'altro, marciano e corrono sulle linee del rettilineo per 300 metri "a navetta", impugnando due bacchette lunghe 100/120 cm che li collegano. Al via, in sincronia come gli assi delle ruote del treno a vapore camminano veloci (marciano) **sulla linea** della corsia per 75 metri, effettuano il giro di boa attorno ad un cono e, sempre in coordinazione percorrono di corsa i 75 metri di ritorno **in corsia**, altro giro di boa e riprendono la "marcia", ultimo giro di boa e 75 metri finali di corsa. Da controllare che i bambini non perdano il contatto con le bacchette e tra loro.

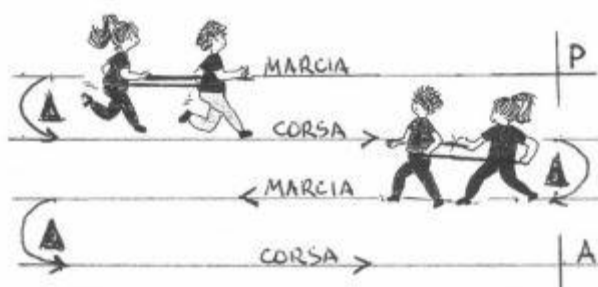
OBBIETTIVO: Educazione ritmica, sincronismo e collaborazione con il compagno.

ESORDIENTI M/F

Livello A: Ottenere un tempo inferiore a 1'45"

Livello B: Ottenere un tempo tra 1'45" e 2'00"

Livello C: Ottenere un tempo superiore a 2'00"



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