



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale BASILICATA

Struttura Tecnica

CORSO PER ASPIRANTE TECNICO DI ATLETICA LEGGERA
Programma

1. Sabato 5 dicembre 2015

Sala Coni

ore 9:00 Accredito e saluto del Presidente C.R. Fidal Basilicata, Ing. Emanuele Vizziello.

ore 9:15/11:15 Corri e Marcia (**docente A. Dichio**)

- Come accogliere i giovani e come impostare le prime lezioni

Coffee break

ore 11:30/13:30 Salta (**docente A. Dichio**)

- I fondamentali tecnici

Pausa pranzo

Sala Coni

ore 15:30/17:30 (**docente A. Potenza**)

- Le specialità dell'atletica leggera
- Il Campo, la Pista, gli Attrezzi
- I Record

Coffee break

ore 17:45/19:45 (**docente A. Potenza**)

- Attività Giovanile: le distanze, gli attrezzi, i Record

2. Domenica 6 dicembre

Campo Scuola

ore 9:00/11:00 Salta (**docente A. Dichio**)

- Progressione didattica ed esercizi tecnici propedeutici

Coffee break

ore 11:15/13:15 Lancia (**docente A. Dichio**)

- Osservare – Misurare - Valutare - Correggere

Pausa pranzo

Sala Coni

ore 15:00/17:00 (**docente A. Potenza**)

- Le basi dell'insegnamento dell'atletica

Coffee break

ore 17:15/19:15 (**docente A. Potenza**)

- Elementi di organizzazione sportiva e federale

