



**A.s.d. Atletica Caltanissetta**

**Via A.De Gasperi 79, Caltanissetta Tel. 339 3507902**

## ***"L'atletica fa scuola 2018"***

### ***Premessa***

L'atletica leggera è da sempre considerata la disciplina sportiva per eccellenza: le diverse specialità – corsa (veloce, mezzo fondo, fondo), salto (in alto, in lungo, triplo, con l'asta), lancio (peso, martello, giavellotto ) non fanno altro che ripercorrere, opportunamente attualizzate, le attività motorie primarie dell'essere umano nei secoli: correre (o scappare), saltare (o arrampicarsi), lanciare (o cacciare), costituivano quei movimenti fondamentali per vivere.

Al giorno d'oggi tali attività vengono opportunamente definite "attività motorie di base" propedeutiche alla pratica di qualsivoglia disciplina sportiva.

Non a caso viene definita la "Regina degli sport" e, ogni quattro anni, la "Regina dell'Olimpiade".

Proprio per l'aspetto multidisciplinare dell'atletica leggera è fondamentale promuoverla e diffonderla soprattutto in età giovanile, all'interno di un percorso di formazione scolastica, rappresentando l'atletica una notevole fonte di risorse educative; l'allenamento e la competizione favoriscono il raggiungimento di un equilibrio tra la propria individualità e la capacità di socializzazione, con una componente di auto-agonismo che diviene risorsa in età più adulta.

Non appare necessario soffermarsi oltre sugli effetti positivi che scaturiscono dalla pratica dell'atletica leggera e degli effetti educativi, relazionali e socializzanti che da essa scaturiscono; visitare un campo di atletica in un giorno qualsiasi di allenamento, osservare i gruppi in azione, i tecnici che dispensano suggerimenti, gli atleti impegnati a perfezionare il gesto, gesti atletici diversi in zone diverse del campo: chi salta, chi lancia, chi corre, tutto ciò dentro una cornice naturale ed unica che è propria dei campi di atletica leggera: un'esperienza che un appassionato di sport deve assolutamente fare !

### **Obiettivi**

La FIDAL Sicilia da sempre rivolge una particolare attenzione ai giovani di età compresa tra i 10 ed i 16 anni, svolgendo un'intensa attività con l'aiuto di tecnici federali nazionali che con competenza e passione oltre che promuovere e diffondere la pratica dell'atletica leggera, cercano anche di individuare particolari soggetti emergenti da avviare alle specialità proprie dell'atletica, come ha sempre fatto negli anni.

Il progetto si propone di avviare studenti delle scuole elementari e medie cittadine, nati negli anni 2004/2003 (cat. Cadetti/e), 2006/2005 (cat. Ragazzi/e), (cat. Esordienti m/f 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> classe della primaria).

## **Metodologia**

Il progetto è suddiviso in due fasi: una preliminare ed una comunale.

La *fase preliminare* è dedicata alla somministrazione di test attitudinali e, successivamente, ad una prima selezione svolta nelle scuole durante l'orario curriculare per la promozione dell'atletica leggera.

La scelta dei test è affidata agli stessi tecnici delle società, in collaborazione con i docenti di Scienze Motorie e Sportive delle scuole che aderiscono all'iniziativa:

1 febbraio / 31 marzo 2018: entro tale periodo ciascun istituto organizzerà la propria "Fase di Istituto" le cui date dovranno essere concordate con il Coordinatore del Progetto (cell. 389/8320900).

La *fase comunale* avrà luogo nel mese di maggio 2018 presso l'Impianto Polivalente "M. Tomaselli" di Caltanissetta e consisterà in una vera e propria manifestazione con la disputa delle gare, il cui programma definitivo verrà comunicato solo dopo le fasi di istituto. Alla Manifestazione finale saranno premiati con medaglie i primi tre alunni classificati per ogni specialità.

## **Attività**

Fase finale: competizioni tra gli allievi selezionati nei vari Istituti riguardanti le discipline di velocità, salti, lanci e mezzofondo.

Ciascuna squadra - accompagnata dal referente/docente di Scienze Motorie e Sportive di ciascuna scuola - potrà essere composta da 3 partecipanti, impegnati nelle seguenti specialità:

### PROGRAMMA GARE

- **mt. 50 piani;**
- **mt. 300 piani;**
- **salto in lungo** a stacco libero (due salti a disposizione);
- **lancio del vortex** (due lanci a disposizione);
- **staffetta 8 x 50 mt. Mista 4<sup>^</sup> /5<sup>^</sup>classe;**

Gli Istituti partecipanti avranno tempo sino a dieci giorni prima della manifestazione per finale per presentare gli elenchi definitivi dei propri atleti. Ogni rappresentativa potrà essere formata da un numero massimo di atleti/e secondo il seguente schema:

	4 <sup>a</sup> f	4 <sup>a</sup> m	5 <sup>a</sup> f	5 <sup>a</sup> m
Mt. 50	3	3	3	3
Mt. 300	3	3	3	3
Salto in lungo	3	3	3	3
Lancio vortex	3	3	3	3
Staffetta 8x 50m con partenza alternata F/M/F/M.....	2 atleti m / 2 atlete f		2 atleti m / 2 atlete f	
A disposizione*	4 atleti ( 2 f e 2 m di 4 <sup>a</sup> classe )		4 atleti ( 2 f e 2 m di 5 <sup>a</sup> classe )	

Ogni atleta potrà partecipare ad una sola specialità ad esclusione della staffetta, la quale sarà formata dagli atleti facenti parte della rappresentativa scolastica fatta eccezione di quelli che hanno già gareggiato nei 300 m.

\* Gli atleti a disposizione che non hanno preso parte alle gare, parteciperanno ad una gara di 50 metri piani.

Saranno inoltre accreditati due docenti ed un collaboratore scolastico per ogni scuola.

**Ciascun alunno partecipante dovrà essere in possesso di assicurazione e di certificazione medica per attività sportiva scolastica ai sensi del D.M. del 28-02-83.**

La presenza dei genitori di tutti gli alunni partecipanti, invitati ad assistere, rappresenta l'occasione per avvicinarsi – magari per la prima volta - al mondo dell'atletica leggera.

Saranno premiati con una medaglia tutti gli atleti partecipanti.

L'elenco delle iscrizioni dei **partecipanti** saranno a **titolo gratuito**, potranno essere così prodotte alla Società organizzatrice:

- via e-mail, all'indirizzo: [inda79.f@libero.it](mailto:inda79.f@libero.it)

**Il Coordinatore Responsabile del Progetto**

*Attilio Ristagno*

**Il Presidente A.S.D. Atletica Caltanissetta**

*Profa. Angela Florinda*

# *"L'atletica fa scuola 2018"*

## Scheda di adesione

***All'A.S.D. ATLETICA CALTANISSETTA***

La scuola \_\_\_\_\_ sita a \_\_\_\_\_ in

Via \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_ telefono \_\_\_\_\_

fax \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

intende partecipare al Progetto *"L'atletica fa scuola 2018"* organizzato dalla società  
A.S.D. ATLETICA CALTANISSETTA

Il Referente della scuola per il progetto è il prof. \_\_\_\_\_

recapito telefonico: \_\_\_\_\_.

*Caltanissetta, li*

***il Dirigente Scolastico***  
(timbro e firma)

