

CORSO DI AGGIORNAMENTO DI ATLETICA LEGGERA

(Anno Scolastico 2018-2019)

Durata: 4 incontri pomeridiani di 3 h (15.00-18.00)

Sede: CAMPO CONSOLINI- VERONA

Partecipanti: Docenti di Ed. Fisica di I e II grado

Obiettivi: Fornire agli Insegnanti i mezzi e i metodi fondamentali che possano permettere loro di individuare ed esaltare le capacità dei ragazzi, nonché dotarli di una base formativa per meglio affrontare le attività in ambito scolastico.

1^ giornata (3h) MER 3 APRILE	C O R S E	CORSA VELOCE	Tecnica e didattica della corsa
		CORSA AD OSTACOLI	Tecnica e didattica del passaggio dell'ostacolo
		PARTENZA DAI BLOCCHI	Tecnica della partenza dai blocchi
		STAFFETTA	Tecnica e didattica della staffetta
2^ giornata (3h) GIOV 11 APRILE	S A L T I	SALTO IN LUNGO	Tecnica e didattica del salto in lungo
		SALTO IN ALTO	Tecnica e didattica del salto in alto
3^ giornata (3h) MART 16 APRILE	L A N C I	GETTO DEL PESO	Tecnica e didattica del getto del peso
		LANCIO (TIRO) DEL VORTEX	Tecnica e didattica del lancio del vortex
		LANCIO DEL DISCO	Tecnica e didattica del lancio del disco
4^ giornata (3h) LUN 29 APRILE	E N D U R A N C E	CORSA PROLUNGATA	Preparazione e didattica della corsa di resistenza
		MARCIA	Tecnica e didattica della marcia