



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Ufficio Promozione  
Roma, 5 Settembre 2024  
Prot.n. 6005

Ai Dirigenti Scolastici degli Istituti Secondari  
di Primo e Secondo Grado

Ai Docenti di Scienze Motorie degli Istituti Secondari  
di Primo e Secondo Grado

Oggetto: Corso di aggiornamento sulla metodologia, tecnica e didattica dell'Atletica Leggera in ambito scolastico – **SECONDA ANNUALITA' a.s. 2024/25**

Il corso in oggetto è riservato ai docenti di scienze motorie che hanno frequentato i corsi di prima annualità svoltisi presso il Centro di Preparazione Olimpica di Formia (LT) nei seguenti periodi:

- 20-22 Ottobre 2023
- 24-26 Novembre 2023
- 23-25 Febbraio 2024

Anche la seconda annualità, è promossa dalla FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera) e si svolgerà dal **29 novembre al 1^ dicembre 2024** presso il CPO di Formia.

Il Corso vuole valorizzare le risorse professionali dei docenti che intendono proseguire nel percorso di acquisizione di sempre più qualificate competenze per realizzare, in ambito scolastico ed extrascolastico, attività riferite all'Atletica leggera.

Si tratta quindi di un aggiornamento finalizzato a promuovere la pratica dell'atletica leggera nelle Scuole secondarie di Primo e Secondo Grado. Gli approfondimenti riguardano le seguenti specialità:

- ✓ Salti (lungo, triplo e alto)
- ✓ Lanci (giavellotto e martello)
- ✓ Corse veloci e staffette (100, 200, 400, 4x100 e 4x400)
- ✓ Corse di resistenza

Partecipando alla seconda annualità del corso si acquisisce il diritto di accesso alla terza annualità.

Gli approfondimenti della terza annualità, programmata per l'a.s. 2025/2026, riguarderanno le seguenti specialità:

- ✓ Corse ad Ostacoli (100 hs, 110 hs e 400 hs)
- ✓ Lanci (peso rotatorio e disco)
- ✓ Salti (Asta)
- ✓ Marcia

## INFO E LOGISTICA

Al Corso saranno ammessi **90** docenti di Scienze Motorie delle Scuole secondarie di Primo e secondo grado (le domande di iscrizione saranno accettate in base all'ordine cronologico di arrivo) e sarà annullato se le iscrizioni ricevute saranno inferiori a 80

Il Corso si svolgerà presso il CPO (Centro di Preparazione Olimpica) di Formia (LT) Via Appia Lato Napoli. I corsisti ammessi saranno ospiti del centro o delle strutture ricettive presenti in loco, dalla cena del giovedì fino al pranzo della domenica con sistemazione in camera doppia.

Nelle quattro sessioni di pratica di campo i docenti dovranno presentarsi in tenuta sportiva.

E' prevista la selezione di 8 studenti e 8 studentesse provenienti dalle classi 3<sup>^</sup>, 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> degli Istituti scolastici a cui appartengono i docenti ammessi al corso. I ragazzi saranno coinvolti in un percorso di Alternanza Scuola Lavoro in cui sono previste attività formative di carattere teorico-pratico. Per la parte di formazione teorica sono previste 8 ore, tenute da giudici nazionali FIDAL sui regolamenti tecnici delle gare di Atletica Leggera. Per la parte di formazione pratica sono previste 12 ore e gli studenti fungeranno da dimostratori nelle sessioni in cui è prevista la pratica di campo.

I criteri di scelta degli studenti saranno i seguenti:

- ✓ La pratica dell'atletica leggera (comprovata dai risultati agonisti ottenuti nell'anno 2024 nei campionati studenteschi e/o nelle gare FIDAL)
- ✓ La disponibilità a fungere da dimostratori nelle sessioni del corso in cui è prevista la pratica di campo

La disponibilità a fungere da dimostratori è obbligatoria, pena l'esclusione. Per gli studenti selezionati le spese di soggiorno presso il CPO di Formia saranno a carico FIDAL

La scheda di adesione al corso, che dovrà pervenire **entro il 7 novembre 2024** è compilabile online al seguente link: <https://fs18.formsite.com/mlme7l/lbqmxbluv5/index>

## FORNITURA MATERIALE DIDATTICI

E' previsto che ogni relatore fornisca in formato file:

- Presentazioni multimediali;
- Filmati didattici;
- Articoli pubblicati ed eventuali dispense didattiche.

## QUOTA DI ISCRIZIONE

- Costo totale del Corso euro 300,00
- **ATTENZIONE!** Poiché l'iscrizione sia valida è necessario compilare il form a questo link: <https://fs18.formsite.com/mlme7l/lbqmxbluv5/index>
- Per usare la Carta del Docente è necessario generare il voucher ed associarlo all'iniziativa di formazione Fidal presente nel Catalogo della Piattaforma S.O.F.I.A. il codice dell'iniziativa da richiamare in piattaforma è **141057**
- E' altresì possibile saldare la quota con bonifico a Fidal al seguente Iban:  
IT 92 G 05034 03265 0000 0000 3755 intestato a Federazione Italiana di Atletica Leggera

In entrambe i casi il Docente che avrà inviato **entro il 7 novembre 2024** la propria iscrizione dovrà attendere una mail di conferma da Fidal di essere tra i 90 docenti inclusi nel Corso e solo in quel caso procedere al pagamento scegliendo una delle due soluzioni sopra esposte.

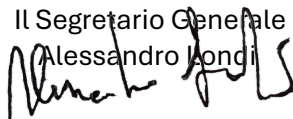
## NOTE

- Per il personale direttivo e docente della scuola è previsto l'esonero dal servizio scolastico (Direttiva Ministeriale n. 170/2016).
- I docenti sono invitati a munirsi di un dispositivo mobile (smartphone, tablet, ecc) per poter compilare il questionario di gradimento nel corso della sessione dedicata alla chiusura dei lavori.

Per eventuali ed ulteriori informazioni è possibile contattare l'Ufficio Promozione ai numeri 06/33484764 (Rosalba Quartaroli) – 4729 (Francesca Tosi)

Nel ringraziare per la cortese attenzione, si porgono cordiali saluti.

Il Segretario Generale  
Alessandro Longi



**ALL: PROGRAMMA**

## PROGRAMMA

### VENERDI' 29 novembre 2024

08:30	Accredito partecipanti
09:00	Aula Magna Apertura Lavori: interventi MIM-FIDAL
09:45	Aula Magna Principi generali dell'allenamento giovanile: metodi, organizzazione e programmazione
12:00	Visita guidata del Centro di Preparazione Olimpica di Formia
12:30	Pranzo
15:00	Pratica di campo (tecnica e didattica delle specialità): esemplificazione pratica di progressioni didattiche riferite a: a) Salti in estensione lungo e triplo: <b>1^ Gruppo</b> b) Salti in elevazione alto: <b>2^ Gruppo</b> c) Lanci martello e giavellotto: <b>3^ Gruppo</b> d) Corse veloci e staffette: <b>4^ Gruppo</b> Quattro esperti FIDAL guidano le attività di 4 studenti e di 20/25 corsisti per gruppo
17:30	Aula Magna Lo sviluppo della resistenza: aspetti tecnico metodologici, organizzativi e di programmazione
20:00	Cena

### SABATO 30 novembre 2024

08:30	Aula Magna: Lo sviluppo dell'efficienza muscolare: aspetti tecnico metodologici, organizzativi e di programmazione
10:30	Break
10:45	Pratica di campo (tecnica e didattica delle specialità): esemplificazione pratica di progressioni didattiche riferite a: a) Salti in estensione lungo e triplo: <b>2^ Gruppo</b> b) Salti in elevazione alto: <b>3^ Gruppo</b> c) Lanci martello e giavellotto: <b>4^ Gruppo</b> d) Corse veloci e staffette: <b>1^ Gruppo</b> Quattro esperti FIDAL guidano le attività di 4 studenti e di 20/25 corsisti per gruppo
13:30	Pranzo
15:00	Pratica di campo (tecnica e didattica delle specialità): esemplificazione pratica di progressioni didattiche riferite a: a) Salti in estensione lungo e triplo: <b>3^ Gruppo</b> b) Salti in elevazione alto: <b>4^ Gruppo</b> c) Lanci martello e giavellotto: <b>1^ Gruppo</b> d) Corse veloci e staffette: <b>2^ Gruppo</b> Quattro esperti FIDAL guidano le attività di 4 studenti e di 20/25 corsisti per gruppo
17:30	Break
17:45	Aula Magna: Question Time: ✓ Sintesi delle attività corsuali (relatori e tutor) ✓ Quesiti a relatori e tutor (corsisti)
20:00	Cena

## DOMENICA 1 dicembre 2024

08:30	Pratica di campo (tecnica e didattica delle specialità): esemplificazione pratica di progressioni didattiche riferite a: a) Salti in estensione lungo e triplo: <b>4^ Gruppo</b> b) Salti in elevazione alto: <b>1^ Gruppo</b> c) Lanci martello e giavellotto: <b>2^ Gruppo</b> d) Corse veloci e staffette: <b>3^ Gruppo</b> Quattro esperti FIDAL guidano le attività di 4 studenti e di 20/25 corsisti per gruppo
11:00	Break
11:15	<u>Aula Magna:</u> ✓ Questionario di gradimento ✓ Chiusura lavori
12:15	Pranzo