

Il programma del corso

Sabato 21 Ore 8:30 registrazione dei partecipanti

Ore 9:00-13:00 1° modulo

1. le specialità dell'atletica leggera, il campo, la pista, gli attrezzi e i record
2. Attività Giovanile: le distanze, gli attrezzi, i record
3. Le capacità motorie e le motivazioni allo sport
4. Elementi di organizzazione sportiva e federale

Ore 13:00 - 14:00 (buffet)

Ore 14:00-18:00 2° modulo CORRI e MARCIA

1. **Pratica:** come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. **Pratico/teorica:** i fondamentali tecnici
3. **Pratica:** progressione didattica e esercizi tecnici propedeutici
4. **Pratico/teorica:** Osservare, misurare, valutare, correggere

Domenica 20 Ore 8:45 ritrovo partecipanti

Ore 9:00-13:00 3° modulo SALTA

1. **Pratica:** come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. **Pratico/teorica:** i fondamentali tecnici
3. **Pratica:** progressione didattica e esercizi tecnici propedeutici
4. **Pratico/teorica:** Osservare, misurare, valutare, correggere

Ore 13:00 - 14:00 (buffet)

Ore 14:00-18:00 4° modulo LANCIA

1. **Pratica:** come accogliere i giovani e impostare le lezioni
2. **Pratico/teorica:** i fondamentali tecnici
3. **Pratica:** progressione didattica e esercizi tecnici propedeutici
4. **Pratico/teorica:** Osservare, misurare, valutare, correggere