



SCHEDA TECNICA ATTIVITÀ SPORTIVA **per le classi 1[^], 2[^], 3[^] di scuola secondaria di primo grado** **Federazione Italiana Atletica Leggera (FIDAL)**

Per gli sport individuali la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	ATLETICA LEGGERA SU PISTA
Attività propedeutiche (dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)	
Categorie e classi coinvolte. Specificare l'attività proposta	• SECONDARIA PRIMO GRADO – PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1[^]) Corse: 60 mt - 600 mt 60hs (6 ostacoli- 0,60 mt - distanze mt. 12/7,5/10,50) Salti: Lungo - Alto Lanci: Vortex Staffetta: 8 x 50 mista cambio libero (4 ragazzi - 4 ragazze non iscritti/e ad altre specialità) • SECONDARIA PRIMO GRADO – SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2[^] e 3[^]) Corse: 80 mt - 1000 mt - 80hs (0,60mt) M 80hs: 8hs distanze 13mt/8mt/11mt F 80hs: 8hs distanze 12mt/7,50mt/15,50mt Salti: Lungo - Alto Lanci: Vortex Staffetta: 4 x 100 (solo con alunni/e non iscritti/e ad altre specialità)
Attrezzi/materiali (descrizione di dettaglio dei materiali da	Fase di Istituto Attrezzatura in disponibilità della scuola

utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)	Altre Fasi Attrezzatura normalmente disponibile su un campo di atletica Leggera
Spazio utilizzato (descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)	• La fase d'Istituto si realizza nelle palestre e/o altri spazi attrezzati all'aperto in disponibilità della scuola o reperiti nel/dal comune di appartenenza • Per le fasi successive si prevede l'utilizzo degli impianti di Atletica Leggera
Durata delle attività	
Programma delle attività	Fase Provinciale La partecipazione alla Fase Provinciale prevede l'iscrizione da parte delle singole scuole di alunni/e in almeno 3 delle 7 gare in programma per la prima categoria Fase Regionale Ogni Commissione decide il numero di alunni/e individualisti che accedono dalle fasi provinciali a quelle regionali Finale Nazionale per la Seconda Categoria Sono ammessi alla finale nazionale: le alunne/i prime/i classificate in ogni gara del programma In caso di necessità è possibile sostituire solo i componenti delle staffette qualificate
Preparazione del campo/dell'area di gioco	
Regolamento dell'attività sportiva proposta per le diverse categorie	SECONDARIA PRIMO GRADO – PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1 ^a) Fase Provinciale /Fase Regionale • La staffetta 8x50 a cambio libero deve essere composta obbligatoriamente da 4 maschi e da 4 femmine non iscritti/e ad altre specialità • Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a disposizione 3 tentativi • Per le specialità della corsa si adotterà il sistema delle serie • Non è consentito l'uso di scarpe chiodate SECONDARIA PRIMO GRADO – SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2 ^a e 3 ^a) Fase Provinciale /Fase Regionale • Ogni alunno/a può gareggiare solo in una specialità individuale considerando anche la staffetta gara a se stante • Le/gli alunne/i che commetteranno 2 false partenze, verranno squalificati. • Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a

	disposizione 3 tentativi; ove possibile, i primi otto effettueranno altri 3 tentativi di finale nella sola fase regionale • Per le corse si adotterà il sistema delle batterie e finali o delle serie. Le Commissioni potranno decidere, in base alle iscrizioni, una delle due opzioni. • Non è consentito l'uso delle scarpe chiodate Finale Nazionale • turni di qualificazione e finali per ogni gara • Per la gara dei mt 1000 si adotterà il sistema delle serie
Punteggi dell'attività proposta	
Note aggiuntive	

ADATTAMENTI

Adattamento per allievi con disabilità visiva - NV	SECONDARIA PRIMO GRADO – PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1 [^])	
	Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
	CORSE	60 mt – 600 mt
	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)
	LANCI	Vortex
	SECONDARIA PRIMO GRADO – SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2 [^] e 3 [^])	
	Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
	CORSE	80 mt – 1000 mt
	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)
	LANCI	Vortex
Nei casi di cecità e ipovisione che ne determini la necessità: - l'allievo è accompagnato in gara da un compagno o da un docente che svolge il ruolo di atleta-guida, per tutta la durata della prova. La guida deve essere parimenti fornita di adeguata certificazione medica. Il metodo di guida può essere: • mano nella mano tra studente/essa e atleta-guida; • con cordino che collega la mano dello studente/essa alla mano dell'atleta-guida.		

	- nel salto in lungo e nel lancio del vortex l'alunno/a è orientato/a e guidato- vocalmente in gara da un compagno/a o da un docente che svolge il ruolo di guida di pedana per tutta la durata della prova. Per la partecipazione alle Finali Nazionali è richiesto il <i>Certificato di idoneità sportiva agonistica</i> ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.
Adattamento per allievi con disabilità uditiva - HS	▪ <u>Comunicazione Visiva</u>: Utilizzare segnali visivi e gesti chiari per facilitare la comprensione delle istruzioni. L'uso di lavagne o schemi visivi può essere molto utile. ▪ <u>Posizionamento Strategico</u>: Assicurarsi che gli alunni/e sordi/e siano posizionati in modo da poter vedere bene l'insegnante e gli altri compagni/e, specialmente durante le dimostrazioni. ▪ <u>Coinvolgimento Attivo</u>: Favorire la partecipazione attiva degli alunni/e sordi/e, coinvolgendoli/e in ruoli di leadership o di guida all'interno del gruppo, per promuovere la loro autostima e il senso di appartenenza. ▪ <u>Adattamenti delle Attività</u>: Modificare le attività sportive, se necessario, per garantire che tutti/e gli/le alunni/e possano partecipare in modo equo. Ad esempio, si possono semplificare le regole o utilizzare attrezzature specifiche. ▪ <u>Feedback Visivo</u>: Fornire feedback visivo è positivo durante le attività, per rinforzare gli sforzi e i progressi degli/le alunni/e. ▪ <u>Collaborazione con Tutor</u>: se possibile, coinvolgere tutor o compagni/e di classe che possano supportare gli/le alunni/e sordi/e durante le attività, facilitando la comunicazione e l'interazione. Questi adattamenti mirano a creare un ambiente inclusivo e stimolante, dove ogni alunno/a, indipendentemente dalle proprie capacità, possa sentirsi valorizzato e parte integrante del gruppo.
Adattamento per allievi con disabilità motoria - HFD - HFC	Le classifiche verranno stilate suddividendo gli alunni/e con disabilità motoria nelle seguenti categorie: • Alunni con disabilità motoria ma deambulanti (HFD -amputati, emiparesi.) • Alunni con disabilità motoria non deambulanti

(HFC)

SECONDARIA PRIMO GRADO - PRIMA CATEGORIA
(CLASSE 1[^])

Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
CORSE	60 mt - 600 mt
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)
LANCI	Vortex

SECONDARIA PRIMO GRADO - SECONDA CATEGORIA
(CLASSI 2[^] e 3[^])

Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
CORSE	80 mt - 1000 mt
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)
LANCI	Vortex

Salto in Lungo: solo cat. HFD

Lancio del Vortex: cat. HFC e HFD

- Gli/le alunni/e non deambulanti possono effettuare le gare di corsa con la propria carrozzina di uso quotidiano o con carrozzina da corsa come da specifiche Fispes; in entrambi i casi è obbligatorio indossare apposito caschetto protettivo.
 - Gli/le alunni/e non deambulanti devono effettuare le gare di lanci dalla propria carrozzina o da apposita sedia da lancio come da specifiche Fispes.
- Per la partecipazione alle Finali Nazionali è richiesto il *Certificato di idoneità sportiva agonistica* ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.

Adattamento per allievi con disabilità intellettiva - DIR - C21

Le classifiche verranno stilate suddividendo gli/le studenti/esse con disabilità intellettiva nelle seguenti categorie:

- Alunni/e con disabilità intellettivo relazionale (DIR)
- Alunni/e con disabilità intellettivo relazionale (C21)*

* appartengono a questa categoria gli/le studenti/esse con Sindrome di Down.

SECONDARIA PRIMO GRADO - PRIMA CATEGORIA
(CLASSE 1[^])

Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
CORSE	60 MT

	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera) La battuta, per tutti, avverrà su un'area di stacco di mt 1x1,22 (larghezza della corsia) realizzata con gesso o similare e con misurazione dal bordo anteriore dell'impronta del piede di stacco.
	LANCI	Vortex
	SECONDARIA PRIMO GRADO - SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2 [^] e 3 [^])	
	Gruppi di specialità	PROGRAMMA GARE
	CORSE	80 mt
	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera) La battuta, per tutti, avverrà su un'area di stacco di mt 1x1,22 (larghezza della corsia) realizzata con gesso o similare e con misurazione dal bordo anteriore dell'impronta del piede di stacco.
	LANCI	Vortex
	• Per ciascuno/a alunno/a è consentita la partecipazione ad una sola gara individuale. • Il numero di alunni/e che ogni scuola potrà iscrivere alle varie gare viene stabilito dalle Commissioni. • Non è consentito l'uso delle scarpe chiodate. • Per la falsa partenza delle gare di corsa è prevista l'applicazione della norma ISF (regolamento internazionale studentesco). • Per le gare di lancio e salto valgono le stesse norme applicate dalla FIDAL. • Utilizzo di strategie comunicative, visive e di strutturazione spazio-tempo.	
	Per la partecipazione alle Finali Nazionali agli/alte alunni/e viene richiesto il <i>Certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica</i> ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.	
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali		