

## **Allegato 2**

### **Regolamento 100 mt**

Si creano batterie da 4 ragazzi segnando sul cartellino il numero della batteria e della corsia. Lo starter dà i seguenti comandi in ordine sequenziale, con pausa di due secondi tra l'uno e l'altro: "Ai vostri posti" "Pronti" segue lo sparo. In caso di partenza anticipata lo starter spara un secondo colpo, e i partecipanti tornano sulla linea di partenza (questa regola va spiegata ai ragazzi e ribadita ad ogni batteria)

La finale tra i 4 migliori tempi si effettuerà solo se si riuscirà a rispettare la tempistica del programma previsto

### **Regolamento 800/1000 mt**

Si creano due batterie con un numero equivalente di ragazzi. Sul cartellino deve essere segnato il numero della batteria. Lo starter dà i seguenti comandi in ordine sequenziale, con pausa di due secondi tra l'uno e l'altro: "Ai vostri posti" "Pronti" segue lo sparo. In caso di partenza anticipata lo starter spara un secondo colpo, e i partecipanti tornano sulla linea di partenza (questa regola va spiegata ai ragazzi e ribadita ad ogni batteria). I ragazzi partiranno e dovranno percorrere 2 giri della pista. Dopo la partenza i ragazzi abbandoneranno la loro corsia per correre al cordolo. All'arrivo si faranno incolonnare i ragazzi secondo l'ordine del loro piazzamento, utilizzando una transenna

### **Regolamento salto in lungo**

I giudici hanno a disposizione i cartellini di gara con i quali chiameranno i ragazzi. Le prove a disposizione sono due. La lunghezza di entrambi i salti dovrà essere segnata sul cartellino. Per la classifica finale si considererà solo il salto migliore. Il salto è nullo se il piede di stacco lascia l'impronta sull'asse di battuta. Un salto nullo non va ripetuto. La misurazione deve avvenire dall'inizio dell'asse di battuta fino alla prima impronta che il corpo lascia sulla sabbia. In caso di parità verrà valutato anche il secondo salto.

### **Regolamento lancio del peso**

I giudici hanno a disposizione i cartellini di gara con i quali chiameranno i ragazzi. Le prove a disposizione sono due. Per la misurazione si utilizzeranno gli appositi picchetti numerati indicanti ciascuno un atleta (il numero del picchetto assegnato va indicato sul cartellino). Il picchetto indicherà solo il lancio più lungo, si effettuerà quindi solo la misurazione di quest'ultimo. Il lancio è nullo se: 1) si supera con i piedi la parte anteriore della pedana, sia in fase di lancio, che in fase di recupero del peso; 2) il peso è staccato dal collo al momento del lancio; 3) il peso viene lanciato.

### **Regolamento staffetta**

Sarà spiegato dagli insegnanti di Sc. Motorie sul campo di Atletica