Liceo "G.F. Porporato" di Pinerolo Campionato d'Istituto per classi 2014-15

Calendario Giornata d'Atletica per tutte le classi

mercoledì 15 aprile **triennio** giovedì 16 aprile **biennio**

Tutte le gare si svolgeranno secondo l'ordine alfabetico mescolando le classi

specialità	**Orari** ore **8,20**: firmare il foglio presenze e raggrupparsi per classi sugli spalti I primi ad entrare devono essere gli allievi esonerati che raggiungeranno le postazioni loro assegnate e svolgeranno mansioni di servizio (registrazione dati….)	
1.000	h 8,50 : **Maschile** - h 9,00 **Femminile** (batterie da 25)	
Corsa ostacoli	h 9,50: **maschile** h 10,15 **femminile**	Gradita la collaborazione per posizionare e rimuovere gli ostacoli in breve tempo
Velocità	h 10,40 - **100** mt: **maschile** h 11 - **80** mt: **femminile**	
300	H 12 **Maschile** - h 12.20 **Femminile**	
Staffette 4x100 di classe	H 12,45 - **squadre: femminili – maschili – miste** (2 F 2 M) iscrivere la classe consegnando i nominativi al tavolo giuria nel corso della giornata	
per la composizione delle batterie presentarsi 10' prima della gara confermare la presenza e rispondere alla chiamata		
Salto in alto	ore 8,45 **femminile** 1° gruppo - h 10: **femm** 2° gruppo (se poche tutte insieme) ore 11: **maschile**	
Salto in lungo	pedana A: h 8,45 **maschi** - h 11 **femm. secondo elenchi** pedana B: h 8,45 **femm.** (pedana A: zona arrivi corse – pedana B: zona partenze velocità)	
Getto del peso	ped.A: h 8,45 **femm. secondo elenchi** - h 11 **femminile** ped. B : h 8,45: **femm.** ped C : h 8,45 **maschi** h 10,30 **femm** (pedana A: zona arrivi corse – pedana B: zona ingresso nei pressi del gabbiotto giuria – ped C : pedana disco)	
Lancio del disco	la pedana sarà utilizzata inizialmente per il getto del peso ore 11.30/12 sarà possibile sperimentare i lanci da tutte-i le-gli interessate-i	
vietato uscire o allontanarsi dal campo prima delle ore 13,15		

Importante:

- Verificare personalmente gli orari delle gare (che saranno affissi anche nella bacheca al campo)
- Usare gli spogliatoi solo per il cambio (lasciare zaini ed indumenti sugli spalti x classi)
- **curare individualmente o in gruppo la fase di riscaldamento** di 20 minuti specie per le corse.

A tutela dell'incolumità degli studenti gli insegnanti si riservano di escludere dalle competizioni atlete/i che, a loro giudizio, non hanno eseguito adeguatamente la preparazione

- **rispondere con puntualità alle chiamate** ed entrare in campo rispettando i turni previsti condizione fondamentale per il buon funzionamento delle gare ed il rispetto degli orari ipotizzati – i maschi gareggiano insieme le femmine secondo gli elenchi predisposti
- **non è possibile cambiare la disciplina scelta**, ma ,se i tempi lo permettono, potete chiedere di misurarvi in altre discipline, iscrivendovi in coda

- hanno la precedenza il salto in alto e le corse – peso, disco e lungo possono essere svolti in tempi diversi, informare i responsabili dei settori se impegnati contemporaneamente in altra gara

- collaborare nella gestione delle competizioni, verificare eventuali slittamenti degli orari

Si prevedono sanzioni disciplinari per comportamenti scorretti:

La buona riuscita di questa giornata sportiva dipende da voi

ricordiamo e auguriamo a tutti di viverla nel migliore dei modi!