



PROGETTO TROFEO CONI-2015

1. PREMESSA

Lo sport della Vela: analisi della situazione

Lo sport della vela si pratica sull'acqua, un elemento soggetto ai fenomeni meteorologici e pertanto assai mutevole. Il velista, oltre che sportivo, deve essere un buon marinaio e si deve distinguere soprattutto per il suo ragionato coraggio nei momenti difficili, per la sua capacità tecnica, per il suo senso di abnegazione e di solidarietà verso coloro che, come lui, affrontano le insidie degli elementi.

La vela è uno sport formativo, appassionante e socializzante, contribuisce a creare autostima, rafforza il fisico e addestra la mente alle prese di decisione, permette ai bambini di confrontarsi con gli altri e con se stessi grazie ad un'attività fisica all'aria aperta.

Le nozioni di fisica e di geometria, necessarie per imparare a condurre una piccola barca a vela, lo rendono uno sport educativo anche dal punto di vista intellettuale. I rischi di incidenti sono minimi. Le regole di comportamento richieste durante l'apprendimento dei concetti elementari (cura e rimessaggio del materiale, rispetto delle norme di sicurezza) e durante la navigazione (regole di rotta, precedenza, ingaggi) aiutano la formazione della personalità e inducono alla lealtà.

La vela poi, consentendo di cimentarsi con elementi naturali come il vento e il mare, insegna a rispettare la natura e permette di acquisire una corretta valutazione delle condizioni meteorologiche. Ogni anno numerosi giovani si avvicinano alla vela, imparando a navigare sotto la spinta del vento e per molti questo incontro si trasforma in una grande passione. Tante sono le emozioni che il mare e il vento ci possono dare, fuori dai rumori, lontani dalla confusione e sorpresi dalla scoperta continua di sensazioni nuove.

Lo sport della vela è fatto d'intelligenza e d'attenzione e richiede a chi lo pratica una sensibilità quasi istintiva nei riguardi del vento, della corrente, sensibilità che si acquista attraverso l'esercizio e l'osservazione attenta di come il vento si forma, si rafforza e si abbonaccia.

La vela è definita uno sport di situazione e di destrezza, ma soprattutto uno sport in cui le capacità condizionali (forza, resistenza e velocità) contribuiscono al raggiungimento della prestazione.

Questa dipende anche da un insieme di fattori diversi come la perfetta messa a punto del mezzo, l'esecuzione precisa del gesto tecnico, delle manovre e della conduzione della barca, le conoscenze teoriche di fisica, meteorologia e regolamento di regata, nonché dalla capacità di concentrazione e di analisi degli stimoli esterni attraverso il controllo dell'ansia e delle proprie tensioni.

Il risultato può tuttavia essere vanificato dall'insorgere della fatica, che impedisce l'esecuzione corretta dei gesti tecnici e abbassa l'attenzione, facendo perdere lucidità e capacità di giuste scelte tattiche.

Per andare in barca servono destrezza, agilità, capacità tattiche e strategiche, avere una buona forma atletica.

La preparazione del giovane velista è pertanto complessa e deve essere basata su un ricco bagaglio di abilità intellettive e motorie, acquisite attraverso la **multilateralità** sportiva.

E' importante pertanto che nel giovane velista si favorisca lo sviluppo di tutte quelle abilità basilari, sulle quali poi si modelleranno gli apprendimenti e gli sviluppi successivi, compresi la futura specializzazione tecnica e tattica. Per far questo è necessario rispettare i tempi d'apprendimento del bambino, far emergere il suo talento, insegnandoli a scoprire, a creare. L'approccio deve essere ludico e il passaggio all'attività sportiva agonistica graduale nei vari livelli, la crescita del giovane atleta deve avvenire in modo strutturato e con un percorso verticale orientato dalle classi veliche giovanili fino a quelle olimpiche.



La Federazione Italiana Vela da qualche anno investe energie e risorse umane ed economiche in un progetto giovanile, che norma gli interventi formativi dall'avviamento nelle scuole di vela fino alla pratica agonistica nel settore under 16. Lo scopo del progetto è di organizzare la formazione dei giovani, che si avvicinano alla vela, per offrire loro la possibilità di praticarla per lungo tempo e in modo soddisfacente, garantendo un passaggio graduale all'attività sportiva.

2. OBIETTIVI:

Tenuto conto che nella vela, come in altri sport, per innalzare il livello di capacità richieste in età adulta, si deve effettuare un addestramento generalizzato, che renda possibile l'ampliamento delle esperienze tecniche e motorie, il progetto si prefigge i seguenti obiettivi:

- Passare da un'attività fortemente specializzante di classe, che riproduce in piccolo gli allenamenti degli atleti adulti, ad un approccio alla vela multifunzionale, che curi un'attività di preparazione multilaterale e che porti alla conoscenza e allo sviluppo di competenze in più classi.
- Promuovere la multidisciplinarietà
- Arricchire il bagaglio di esperienze tecnico-motorie utili ai fini di apprendimenti successivi più specifici e più complessi.
- Dare la possibilità di far emergere le proprie potenzialità attraverso la preparazione tecnica e atletica multilaterale. Il concetto di multilateralità si identifica nella continua variazione e nell'arricchimento dei contenuti e dei mezzi a disposizione, al fine di realizzare le premesse di ordine fisico e psicomotorio utili per impedire un arresto dell'evoluzione delle capacità di prestazione.
- Favorire la crescita complessiva dei giovani con attività, che sviluppino molteplici abilità, opponendosi così alla pratica sistematica della specializzazione precoce.
- Favorire ulteriormente la relazione, la collaborazione e la condivisione di esperienze tra gli istruttori federali referenti per l'under-16, i CTZ delle Zone e gli istruttori degli affiliati
- Elaborare attività differenziate per le varie fasce di età e livello.
- Promuovere un'attività che favorisca la pratica della vela e l'integrazione dei giovani diversamente abili

3. FINALITA'

Questo progetto intende promuovere occasioni per vivere lo sport della vela in una dimensione "agonistico - formativa" rinnovata e nuova, più rispettosa di tutti i ragazzi, nella quale risultino valorizzate le diverse abilità all'interno di una squadra.

Il coinvolgimento contemporaneo di ragazzi diversamente abili ed abili, attraverso l'organizzazione e la realizzazione dell'attività sportiva integrata, vuole promuovere la cultura della solidarietà, dell'integrazione sociale e dell'accoglienza. Avviare i ragazzi diversamente abili alla pratica motoria e sportiva, soprattutto integrandoli in seno ad una squadra, dove valorizzarne il ruolo, ha su di riscontri fisici e psichici positivi.

Il progetto si prefigge di essere :

efficace, per fronteggiare una domanda di pratica sportiva in crescita;

adeguata alle diverse fasce d'età, assecondando l'idea che ogni modello di attività debba essere studiata specificatamente per ogni fase di sviluppo;

complesso, per rispondere alla sfida dell'evoluzione dello sport della vela, che non può essere risolta se non attraverso un incremento della capacità del nostro sistema sportivo giovanile di dare risposte adeguate; **mirato** a creare, attraverso il lavoro degli istruttori di Club e dei CTZ, un clima divertente ed entusiasmante, favorevole ad apprendimenti efficaci.

differenziato sul territorio, per garantire alle diverse realtà territoriali un tasso di sviluppo adeguato alle loro condizioni di partenza ed allo scopo di recuperare ed aiutare quelle più svantaggiate.



4. STRUTTURA DEL PROGETTO

E' prevista un'attività sportivo-agonistica multiclasse, riservata ai nati negli anni 2001, 2002, 2003 (dal giorno del compimento del dodicesimo anno di età), che si articola in una fase regionale/zonale e in una nazionale. La fase regionale/zonale risulta di selezione per la fase nazionale.

L'attività prevede a livello regionale/zonale l'utilizzo di due tipologie di imbarcazioni (singolo, doppio) e, dove possibile, l'aggiunta della tavola a vela.

Nella fase nazionale è previsto l'utilizzo di tre tipologie di imbarcazioni: singolo, doppio e tavole Techno 293 (vela libera max 5.5 m² albero max 60% carbonio, boma in alluminio).

Ogni club della zona può partecipare alla fase regionale/zonale con una o più squadre, composta ciascuna da **4 atleti**, di cui almeno uno femmina.

Le barche per la partecipazione alla fase regionale/zonale devono essere fornite dal circolo organizzatore:

singolo: in tutte le Zone l'Optimist,

doppio: può variare da Zona a Zona secondo il criterio della maggior reperibilità

tavole a vela: Techno 293 (vela libera max 5.5 m² albero max 60% carbonio, boma in alluminio).

I CTZ hanno il compito di stimolare la partecipazione del maggior numero di squadre di club, prevedendo, possibilmente, di abbinare questa attività multi classe con uno dei raduni zonali già in calendario.

5. MODELLO DELL'ATTIVITA'

FASE ZONALE

Durata 2 giorni, da far coincidere con le date di un raduno zonale già in calendario, per non incrementare ulteriormente gli impegni dei ragazzi. L'attività deve svolgersi prima della fase nazionale in programma per fine settembre.

I GIORNO

Al mattino: educazione motoria

prova imbarcazioni e tavole Techno 293 (vela libera max 5.5 m² albero max 60% carbonio, boma in alluminio).

Al pomeriggio:

Regata doppi.

Sono corse tre prove su percorso a bastone, gli equipaggi di ciascun Club saranno così formati:

I prova maschio al timone e femmina a prua

II prova femmina al timone e maschio a prua

III prova a discrezione del tecnico di Club.

II GIORNO

Al mattino: educazione motoria

Regata tavole Techno 293 (vela libera max 5.5 m² albero max 60% carbonio, boma in alluminio).

Sono corse due prove su percorso a bastone.

Ciascun Club fa scendere in acqua l'atleta maschio e l'atleta femmina.

La partenza è comune, ma sono stilate due classifiche femminile e maschile.



Al pomeriggio:

regata singoli. Sono corse due prove su percorso a bastone.

Ciascun Club fa scendere in acqua l'atleta maschio e l'atleta femmina.

La partenza è comune, ma sono stilate due classifiche femminile e maschile.

Classifica

Al vincitore delle singole prove è attribuito un punteggio pari al numero dei partecipanti, al secondo un punteggio pari al numero dei partecipanti meno 1, al terzo un punteggio pari al numero dei partecipanti meno 2 e così via.

Se un equipaggio dovesse essere squalificato o non partecipare ad un evento ottiene punti zero per quella prova.

E' redatta una classifica per Club, cumulando tutti i risultati ottenuti dai suoi atleti nelle varie prove. Risulta vincitrice e **accede alla fase nazionale con i suoi quattro atleti** la squadra di Club che ha ottenuto il punteggio più alto.

FASE NAZIONALE

Durata 1 giorno

Imbarcazioni (fornite dall'organizzazione)

Singolo: Optimist

Doppio: secondo il criterio della maggior reperibilità

Tavole a vela: Techno 293 (vela libera max 5.5 m² albero max 60% carbonio, boma in alluminio).

MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Due prove per l'Optimist, una con timoniere maschio e una con timoniere femmina.

Una prova con le tavole Techno 293 con equipaggio a scelta del tecnico di Club.

Una prova sui doppi con equipaggio a scelta del tecnico di Club.

Per la regata sul doppio, se il numero di imbarcazioni disponibili dovesse risultare inferiore al numero degli equipaggi iscritti, si potrà procedere con la formula delle batterie (due batterie).

Percorsi: i percorsi dovranno avere una durata indicativa di 20-25 minuti.

Per le tavole è previsto un percorso a bastone mentre per i doppi e gli Optimist è previsto un percorso quadrilatero.

Quanto alle sequenze di partenza, è suggerito procedere nel seguente ordine: Doppi, Techno 293, Optimist.

Classifiche

Al vincitore delle singole prove è attribuito un punteggio pari al numero dei partecipanti, al secondo un punteggio pari al numero dei partecipanti meno 1, al terzo un punteggio pari al numero dei partecipanti meno 2 e così via. Se un equipaggio dovesse essere squalificato o non partecipare ad un evento ottiene punti zero per quella prova.

E' redatta una classifica per Club, cumulando tutti i risultati ottenuti nelle varie prove.

Risulta vincitrice la squadra di Club che ha ottenuto il punteggio più alto. Una eventuale situazione di parità verrà risolta assegnando il punteggio maggiore a chi avrà ottenuto il migliore risultato nell'ultima prova disputata.

Sia per la fase regionale che per la nazionale sono messi in palio dei premi per il club della squadra vincitrice, tali premi consistono in materiale e/o vestiario tecnico.