

I contenuti tecnici per lo sviluppo della nuova strategia federale nel settore giovanile (10 - 17 anni)

Elio Locatelli

Questa conferenza coincide con la fase applicativa delle nuove proposte tecniche ed organizzative riguardanti il settore giovanile, che la FIDAL ha messo in atto a partire dal corrente anno. Le novità più significative riguardano la costituzione di una nuova categoria, denominata "Esordienti", che comprende i giovani di 10 e 11 anni ed un nuovo indirizzo dell'attività di allenamento e di competizione per le successive categorie Ragazzi e Cadetti. Per quanto riguarda la nuova categoria Esordienti si tratta di un'attività *polivalente* che ha lo scopo principale di avvicinare un grande numero di ragazzi all'atletica leggera attraverso forme ludiche di movimento che riescano a divertire i ragazzi introducendo, nel contempo, alcuni elementi tecnici elementari dei principali gruppi di specialità dell'atletica leggera. Per diffondere questa idea, soprattutto nella scuola elementare, sono stati diffusi alcuni "Manifesti", che rappresentano le forme di movimento ritenute più importanti in questa fascia di età. Nelle categorie successive (ragazzi - cadetti) si arricchirà ancora la base delle esperienze motorie, ma esse saranno maggiormente mirate nella direzione del settore di specialità che il giovane ha scelto, anche seguendo le indicazioni derivanti dai dati raccolti tramite le schede di autovalutazione nella Categoria Esordienti ed il giudizio dell'istruttore.

Si concretizza così il concetto di:

"Multilateralità specifica" che consentirà di arrivare gradatamente alla "Specializzazione iniziale" nella categoria "Allievi" (16-17 anni).

I contenuti della nuova proposta tecnica si evidenziano particolarmente nell'attività di competizione che gli atleti dovranno svolgere. Nelle categorie Ragazzi e Cadetti, viene indetto un gran premio di specialità diviso nei tre settori di base: "Corse, Salti, Lanci", che prevede la partecipazione degli atleti ad un gruppo di gare affini come illustrato nella tabella 1. Per quanto riguarda la marcia e le prove

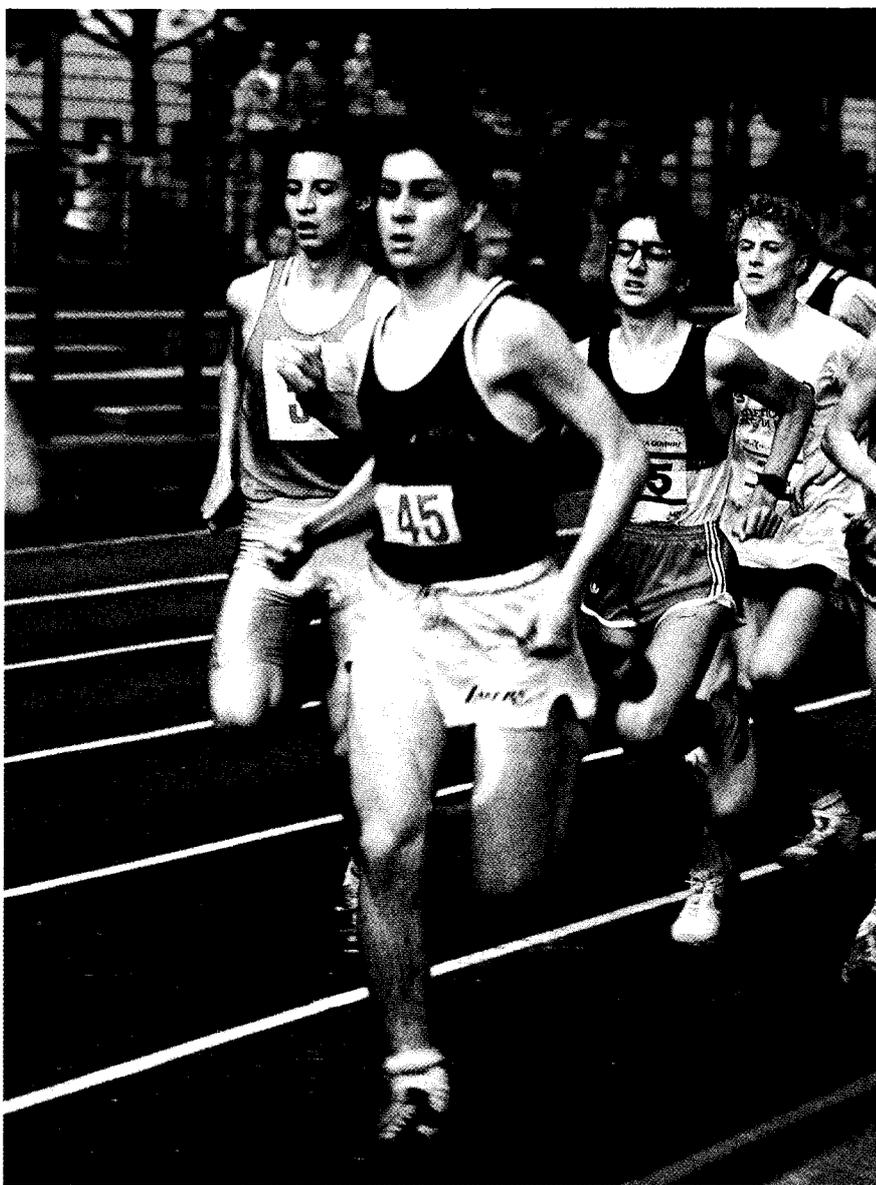


Tabella 1

CATEGORIA RAGAZZI/E		
SETTORE CORSE	SETTORE SALTI	SETTORE LANCI
m. 60	m. 60	m. 60
m. 300	m. 60 hs	m. 60 hs
m. 600	m. 300	m. 600
m. 1.200	Salto in alto	Salto in lungo
m. 60 hs	Salto in lungo	Lancio palla (gr. 150)
m. 200 hs	Lancio palla (gr. 150)	Lancio frontale
	Salto con l'asta (facoltativo)	a 2 mani (peso kg. 3)

N.B. - Individualmente ogni atleta, per essere classificato, dovrà prendere parte ad almeno 4 delle gare in programma dei singoli settori.

CATEGORIA CADETTI		
SETTORE CORSE	SETTORE SALTI	SETTORE LANCI
m. 80	m. 80	m. 80
m. 300	m. 300	m. 600
m. 600	m. 100 hs	m. 100 hs
m. 1.200	Salto in alto	Salto in alto
m. 2.000	Salto in lungo	Salto in lungo
m. 100 hs	Salto triplo	Lancio del peso + un
m. 300 hs	Salto con l'asta	altro lancio facoltativo

N.B. - Individualmente ogni atleta, per essere classificato, dovrà prendere parte ad almeno 5 delle gare in programma nei singoli settori.
 Inoltre ogni atleta sarà obbligato a partecipare nei 3 Settori almeno a:
 - Settore corse: 1 gara ad ostacoli.
 - Settore salti: a 3 salti.
 - Settore lanci: a 2 lanci.

CATEGORIA CADETTE		
SETTORE CORSE	SETTORE SALTI	SETTORE LANCI
m. 80	m. 80	m. 80
m. 80 hs	m. 80 hs	m. 80 hs
m. 300 hs	m. 300	m. 600
m. 300	Salto in alto	Salto in alto
m. 600	Salto in lungo	Salto in lungo
m. 1.200	Salto quadruplo e dal 1995	Lancio del peso + un
m. 2.000	salto con l'asta	altro lancio facoltativo
		compreso il martello kg. 3

N.B. - Le norme di classifica sono uguali a quelle del Settore Maschile.

Tabella 2

**a) C.D.S. DI PROVE
MULTIPLE RAGAZZI/E**

TRIATHLON

1° prova:
m. 60 / salto in lungo / Lancio della palla

2° prova:
m. 60 / salto in alto / m. 600

3° prova:
m. 60 hs / lancio del peso / salto in lungo

N.B. - Ogni atleta dovrà, per entrare in classifica, aver partecipato ad almeno 2 delle 3 prove previste.

**b) C.D.S. DI PROVE
MULTIPLE RAGAZZI/E**

1° prova:
km. 2 su pista

2° prova:
km. 4 su pista

N.B. - Per entrare in classifica ogni atleta dovrà partecipare alle 2 prove

**REGOLAMENTO
PER LE PROVE MULTIPLE
E LA MARCIA
CADETTI/E**

**Prove multiple Cadetti/e
(Tetrathlon)**

Per quanto riguarda i Cadetti le gare sono le seguenti:
m. 100 hs / salto in lungo / lancio del giavellotto / m. 600

per le Cadette:
m. 80 hs / salto in lungo / lancio del giavellotto / m. 600.

Marcia Cadetti/e

I Cadetti gareggeranno sui 4 km.
Le Cadette gareggeranno sui 3 km.

multiple è previsto per la Categoria Ragazzi/e, un campionato a parte che comprende una serie di competizioni particolari (vedi tab. 2).

Attraverso queste esperienze vissute in 4 anni dai giovani atleti, l'allenatore sarà in grado di conoscere meglio le caratteristiche del suo atleta per scegliere successivamente e con maggiore precisione, la specialità per la quale l'allievo ha più attitudine.

Questa ampia attività servirà anche per stimolare l'allenatore che dovrà provvedere ad una ricca scelta di mezzi e metodologie di allenamento e di addestramento se vuole che il giovane si esprima al meglio in tutte le specialità previste dai programmi di competizione dei diversi settori.

CONCLUSIONI

Questo tipo di attività competitiva, che obbliga i giovani, appartenenti alle Categoria Ragazzi/e e Cadetti/e, a cimentarsi in più specialità dell'Atletica Leggera, pur nell'ambito di Settori già definiti, eviterà le valutazioni ripetitive e mortificanti (per i meno bravi) della singola gara dove quasi sempre si ha lo stesso vincitore e permetterà a tutti di trovare una loro dimensione nel complesso del gruppo di gare.

Inoltre, la classifica per squadre, dovendo tenere conto di almeno 4-6 atleti valorizzerà il mantenimento del gruppo che rappresenta uno dei punti centrali dell'intero sistema educativo in queste fasce di età.

