



## FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

### SQUADRA NAZIONALE JWOC PRIMIERO 2009

#### PREMESSA

Questa Squadra è costituita attraverso la selezione dei migliori atleti che potenzialmente potrebbero partecipare ai Campionati del Mondo Junior del 2009, pertanto ogni Comitato/Delegazione dovrà segnalare i migliori atleti secondo dei parametri ben precisi individuati dai tecnici nazionali.

A rotazione i tecnici di ogni Comitato/Delegazione individueranno delle aree in territorio italiano dove poter organizzare dei campi di allenamento tecnici allo scopo di creare un gruppo di lavoro che riesca a migliorare sensibilmente le tecniche orientistiche.

Il programma tecnico sarà coordinato dall'Allenatore Nazionale Andrei Pruss, che individuerà le scelte tecniche di preparazione degli allenamenti e ne curerà la loro preparazione secondo quanto segnalato dai tecnici regionali. Tutti i tecnici federali saranno comunque parte attiva ai campi di allenamento nonché alla discussione degli obiettivi che di volta in volta dovranno essere definiti.

Il programma dovrà ovviamente prevedere una programmazione triennale con inizio nell'anno 2007, per terminare con la partecipazione ai Campionati del Mondo Junior del 2009 che si svolgeranno in Italia.

Questo progetto, potrà essere ripreso anche per gli anni successivi creando quindi una parallela formazione per gli anni avvenire.

A questi campi di allenamento potranno partecipare anche gli atleti junior fuori quota 2009, con potenzialità e crescita nei parametri, individuate dai tecnici locali.

In alcune occasioni potranno essere organizzati dei campi di allenamento con la Squadra Junior, questo per stimolare i giovani ad un continuo impegno per poter emulare i migliori atleti.

Saranno organizzate delle trasferte all'estero per partecipare a gare di interesse internazionale per un gruppo ristretto di atleti che si saranno particolarmente distinti durante i campi di allenamento.

Da questo gruppo saranno inoltre selezionati gli atleti che parteciperanno ai Campionati Europei Junior nelle categorie previste.

La scelta di individuare territori italiani per gli allenamenti deve sensibilizzare maggiormente le Società produttrici di mappe a migliorarne la qualità della produzione.

Sarà cura della FISO provvedere a fornire gli atleti del vestiario per contraddistinguere la Squadra, quindi dare un volto di serietà al programma.

La Squadra nel primo anno 2007, vedrà la partecipazione di un gruppo notevole che sarà poi scremato a seconda dei risultati ottenuti.

Questo progetto sarà finanziato dalla Federazione per quanto riguarda le spese degli atleti richiedendo un contributo pari al 25% agli atleti stessi.

Le spese ed il compenso del tecnico Nazionale saranno totalmente a carico della Federazione mentre gli eventuali gettoni presenza dei tecnici Regionali saranno a carico dei Comitati/Delegazioni loro appartenenti.

## OBIETTIVI

- Creare sistema nazionale di preparazione degli atleti junior
- Creare squadra nazionale junior alto livello
- JWOC 2009

## SCOPI

### 2007

- selezione dei migliori atleti (anni di nascita 1989, 1990, 1991)
- creare la base tecnica degli atleti
- preparazione fisica di base
- preparazione didattica dei tecnici regionali
- preparazione materiali didattici per allenatori regionali
- creare staff tecnici per JWOC 2009

### 2008

- lavoro con squadra selezionata, risultati della stagione precedente e tests (20 atleti 10 + 10):
- preparazione tecnica speciale (4 raduni tecnici),
- preparazione fisica speciale (lavoro in bosco, tecnica di movimento sul terreno),
- preparazione mentale (memoria, attenzione)
- preparazione specifica per età
- preparazione didattica dei tecnici regionali
- allenamenti tecnici su mappe e terreni simili JWOC 2009

### 2009

- preparazione tecnica speciale di squadra selezionata (20 atleti 10 + 10) basata su caratteristiche terreno JWOC
- preparazione fisica speciale in zona montana con dislivelli
- preparazione mentale e psicologica
- preparazione particolare per squadre a staffetta

## ORGANIZZAZIONE

### 2007

**gennaio:** Training Camp dal 18 al 21 gennaio – Puglia;

selezione dei migliori atleti per regione con tecnici responsabili, che partecipano all'attività. Esercizi tecnici per una valutazione generale del livello di tutti i partecipanti. Predisposizione di allenamenti a secco e "compiti per casa";  
In tale occasione sarà effettuata una conferenza con gli allenatori Regionali che partecipano al Campo di Allenamento.

**febbraio:** conferenza con allenatori regionali per programmazione didattica;

**aprile:** Training Camp dal 6 al 11 aprile – Toscana;

la partecipazione viene già limitata sulla base del precedente raduno con la presenza esclusiva dei tecnici responsabili di questi atleti. Valutazione lavoro effettuato durante il periodo transitorio, allenamenti tecnici specifici. Attività svolta in Centro Italia;  
Questa sarà anche l'occasione per poter confrontare le tecniche ed i valori con gli atleti Junior che parteciperanno al Campo.

**giugno:** Training Camp dal 7 al 10 giugno – Trentino;

la partecipazione viene mantenuta come il precedente periodo sulla base del raduno toscano con la presenza esclusiva dei tecnici responsabili di questi atleti. Valutazione lavoro effettuato durante il periodo transitorio, allenamenti tecnici specifici. Attività svolta al Nord Italia.

**giugno:** EYOC dal 21 al 24 giugno - Ungheria;

Partecipazione ai Campionati Europei Giovanili in Ungheria con Squadra Selezionata;  
Attività in Trentino come periodo precedente.

**agosto:** Training Camp dal 30 luglio al 5 agosto – Scandinavia;

Campo di allenamento in Scandinavia per la maturazione degli atleti (gruppo ristretto);

**settembre:** conferenza con allenatori regionali per risultato lavoro e programma anno successivo;

Fine attività 2007 conferenza nazionale con allenatore e tecnici responsabili per presentare i risultati del lavoro con analisi specifiche.

## **2008**

Organizzazione del lavoro con due gruppi diversi:

- 1 gruppo - Preparazione speciale della squadra selezionata con l'organizzazione di 4 raduni, gare internazionali con staff nazionale.
- 2 gruppo - Raduni nazionali con gruppo di atleti di riserva con i tecnici regionali.

A fine anno conferenza nazionale con allenatore e tecnici responsabili per presentare i risultati del lavoro, le analisi casistiche, e le altre informazioni utili.

## **2009**

Organizzazione del lavoro con tre gruppi diversi:

- 1 gruppo - Preparazione speciale per JWOC 2009 della squadra selezionata con raduni specifici in aree tecnicamente simili ai terreni di gara, partecipazione a gare internazionali con staff nazionale.
- 2 gruppo - Raduni nazionali con atleti giovani del gruppo di riserva che potenzialmente potrebbero partecipare anche ai Campionati del Mondo dell'anno successivo. La squadra sarà seguita da un tecnico Regionale.
- 3 gruppo - Gruppo di selezione dei più giovani con attività da svolgere in diverse regioni, struttura dell'attività in serie di week end in tutta Italia per cercare nuovi talenti con potenzialità e iniziare un lavoro per il triennio successivo.

A fine anno conferenza nazionale con allenatore e tecnici responsabili per presentare i risultati del lavoro, le analisi casistiche, e le altre informazioni utili.

## **CRITERI DI PARTECIPAZIONE – CONVOCAZIONE 2007**

Per l'anno in corso, la selezione dei nominativi sarà effettuata direttamente dai Comitati/Delegazioni, i quali individueranno i nominativi sulla base dei valori tecnici attuali ed in riferimento alla predisposizione alla partecipazione dei JWOC 2009. Si evidenzia inoltre che potranno essere segnalati anche talenti emergenti con valori atletici di rilievo. I Comitati dovranno inviare alla Segreteria Federale la scheda tecnica di ogni atleta tale da permettere l'eventuale convocazione.

Dai nominativi pervenuti dagli Organi Periferici saranno poi convocati gli atleti ai Campi di allenamento come da programma, per un totale massimo di 35 componenti.

Qualora gli atleti convocati non potessero partecipare agli eventi dovranno darne giusta motivazione scritta alla Segreteria Federale.

Il 25% del costo totale del Campo di allenamento sarà a carico dei partecipanti.

Il Responsabile della Commissione Squadre nazionali  
Antonio Loss