

TEST NAZIONALI ginnastica artistica femminile

DIRETTIVE

PIANO STRATEGICO DI RECLUTAMENTO E SCREENING DELLA REALTÀ GINNICA SPORTIVA ITALIANA

I test nazionali sono uno strumento di valutazione che consente di dare un indirizzo tecnico pratico di primaria importanza, sono costituiti infatti, da semplici prove fisiche e tecniche che vanno a completare il programma di lavoro costituito dal programma tecnico (PTU per le allieve, Codice dei Punteggi per junior e senior).

Sono state preparate delle schede con le indicazioni degli esercizi ed il sistema di valutazione:

- Preparazione fisica
- Mobilità articolare
- Tecnica trampolino
- Artisticità
- Raccolta dati

Per quanto riguarda l'artisticità sono state predisposte tre tracce musicali accompagnate da tre video, quest'ultimi hanno il compito di fornire un esempio di lavoro che la ginnasta può copiare integralmente oppure preparare una progressione di libera composizione su tutte e tre le tracce musicali.

I dati saranno raccolti, arricchiti di due semplici dati antropometrici (peso ed altezza)

I test vedranno tre fasi

Fase uno: Valutazione dei responsabili tecnici di ogni società sulle ginnaste allieve in età relativamente alle schede di preparazione fisica e mobilità articolare. I dati raccolti saranno inviati alle DDTTRRFF

Fase due: Valutazione ad invito dei DDTTRRFF delle ginnaste che, dopo valutazione dei dati raccolti, possono essere considerate di interesse regionale e quindi valutate dallo stesso DTRF che invierà i dati al collaboratore del DTNF. Oltre alle ginnaste della categoria allieve in fase due saranno invitate le ginnaste junior e senior che saranno individuate dai DDTTRRFF dalla partecipazione ai vari Campionati. In questa fase il DTRF ripeterà le prove fisiche e di mobilità ed eseguirà il test tecnico al trampolino. Completerà, inoltre, i dati con l'inserimento dei punteggi tecnici conseguiti o in gara di Campionato o in valutazione individuale qualora la ginnasta non abbia potuto partecipare alla competizione di categoria.

Fase tre: Valutazione interzonale ad invito fatta in collaborazione tra i DDTTRRFF interessati e da un collaboratore del DTNF in raggruppamenti di regioni limitrofe. I dati raccolti ed inviati al collaboratore del DTNF forniranno un data base sul quale pianificare interventi, nonché la classifica dei test nazionali con la quale si completerà il ranking individuale. In questa fase saranno riviste tutte le prove previste più la valutazione sull'artisticità con l'esecuzione delle quattro progressioni accompagnate dalle tracce predisposte.

La fase uno dovrà essere sviluppata orientativamente entro la fine di marzo, la fase due in aprile e la fase tre nel mese di maggio.