

# PROGRAMMA DI SVILUPPO

## OVERVIEW

La struttura su cui è fondato il progetto di sviluppo si propone di formare gli atleti del futuro attraverso un percorso di apprendimento e crescita soggettivo. La filosofia che anima il percorso è quella di esporre i giovani a opportuni stimoli che permettono di esplorare e conoscere loro stessi e il Triathlon fornendo l'opportunità di crescere mediante sfide guidate da affrontare. Il percorso è fondato sull'offerta continua di opportunità di sviluppo piuttosto che sulla prescrizione di percorsi definiti, che permette di creare atleti capaci di prendere la giusta decisione nel momento opportuno, come primi responsabili del proprio successo. Lungo il percorso è programmato lo sviluppo di pilastri fondamentali che, con valenza diversa, sosterranno il programma dalle prime esperienze all'attività di alto livello. In ogni fase è sempre presente la consapevolezza che per esprimersi ad alto livello sono necessari molti anni di esposizione a stimoli adeguati, che non esistono scorciatoie e che ogni giovane ha diritto, con i suoi tempi, a sperimentare il proprio percorso ottimale.

Il percorso parte dall'impegno delle famiglie e il coinvolgimento nelle Società con attività giovanile e prosegue attraverso 5 step fondamentali:

1. Scuole Regionali
2. Livello Interregionale
3. Sviluppo Nazionale
4. Sviluppo Internazionale
5. Podio Internazionale

## FRAMEWORK

Il percorso di sviluppo pluriennale prevede determinate tappe intermedie dell'allenamento, da quello sotto forma di gioco nei giovanissimi a quello di base, dall'allenamento di costruzione a lungo termine a quello per competere con successo nelle gare di maggiore importanza.

Il framework prevede un approccio sistematico per affrontare in modo nuovo e più efficace il percorso del giovane potenzialmente di talento. Alla base c'è la convinzione dell'importanza nel Triathlon di favorire lo sviluppo, dando al giovane mezzi e opportunità di crescita piuttosto che fornendo indicazioni precise del modello tecnico da seguire. È un processo fatto di sfide continue, scoperte e soluzioni individuali a problemi soggettivi, da parte di atleti, tecnici e Società, utilizzando gli strumenti opportuni resi di volta in volta disponibili. Gli atleti non crescono solo dal punto di vista condizionale ma acquisiscono di volta in volta tutte le numerose capacità necessarie ad affrontare in modo soggettivo, informato e consapevole le innumerevoli situazioni dell'allenamento e della gara, diventando atleti completi in grado di influire positivamente e in modo responsabile e determinante sulla qualità del proprio ambiente di lavoro, dello staff e del gruppo.

Il percorso verso l'alto livello è tutt'altro che lineare e comune. Ogni giovane deve avere la possibilità di trovare il proprio attraverso le opportunità di crescita e gli strumenti messi a disposizione dal PT, con l'aiuto dello staff, dei tecnici, delle Società e delle famiglie, costruendo la propria capacità di determinare il suo successo nell'alto livello.

Programma	Livello attività	Environment di allenamento	Gare di riferimento	Categorie
<b>Programma di sviluppo a livello Territoriale (LT)</b>	Scuole Regionali	Attività nei club Camp RTO e attività Comitati Regionali	Gare promozionali Circuito regionale	Fino a YA
	Livello Interregionale	Attività nei club Camp RTC e attività ST	Circuito interregionali Circuito di Coppa Italia	YA-YB
<b>Programma di sviluppo a livello Nazionale (LN)</b>	Livello nazionale	Attività nei club fino a 19 anni Camp e attività LN	Etu Junior Cup Grand Prix	YB-JU
	Sviluppo Internazionale	Attività Squad qualificati dopo i 19 anni Camp e attività LN	Etu Cup World Cup	JU-U23
<b>Squadre Nazionali (SN)</b>	Podio internazionale	Attività negli Squad qualificati Squadra Nazionale	World Cup WTS	Elite

### **SCUOLE REGIONALI**

Le Società si impegnano a guidare il giovane al primo approccio con il Triathlon e a stretto contatto con le Scuole Regionali che, attraverso l'operato del *Referenti Giovanili Territoriali (RGT)*, costituiscono la proposta delle prime opportunità di esplorazione e acquisizione degli elementi di base attraverso il gioco e il divertimento. L'attività delle Scuole Regionali riguarda soprattutto i giovani fino alla categoria Ragazzi (fino a 13 anni).

### **LIVELLO INTERREGIONALE**

Le attività di livello interregionale sono coordinate dai *Coordinatori Tecnici di Macroarea (CTM)* e offrono ai giovani la possibilità di accedere ad ulteriori opportunità di imparare e crescere, in ambienti opportunamente strutturati e nelle prime importanti competizioni giovanili a carattere regionale e interregionale. Iniziando ad essere consapevoli, acquisire le informazioni, prendere delle decisioni informate e prendersi piccole responsabilità sul proprio sviluppo, imparando ad allenarsi e sviluppando il piacere e la soddisfazione nell'allenamento. Vengono coinvolti in questa attività i giovani prevalentemente delle categorie Youth e primo anno Junior (14-18 anni) che hanno le potenzialità per accedere nelle fasce di interesse nazionali del Progetto Talento. Ogni Macroarea di riferimento costituirà ogni anno una lista di atleti di livello interregionale denominata *Lista di Macroarea*.

### **SVILUPPO NAZIONALE**

Il giovane che dal livello regionale mostra di avere potenzialità di sviluppo verso un'attività internazionale viene inserito nelle *liste di interesse nazionale del Progetto Talento* ed ha accesso ai programmi nazionali del Progetto Talento e coordinati a livello centrale. Gli atleti di questa fascia, compresa tra le categorie Youth B e Junior (16-19 anni), fanno un'attività di gare nazionali e internazionali di livello base e hanno accesso a camp nazionali e attività in collaborazione con realtà internazionali, dove hanno opportunità di acquisire consapevolezza e imparare a fare le scelte migliori per la gestione dell'allenamento e della gara.

### **SVILUPPO INTERNAZIONALE**

Gli atleti che nel corso di otto anni o meno possono potenzialmente diventare atleti da podio nelle maggiori competizioni internazionali iniziano un percorso di sviluppo verso il massimo livello nel Triathlon, supportati dalla Federazione attraverso i programmi del Progetto Talento e quelli dedicati alla categoria U23. In questa fase gli atleti accedono a sempre più qualificate opportunità di crescita nell'allenamento e nella gara, contribuendo loro stessi a strutturare e supportare un processo di successo, con focus e scopi chiari e imparando a gareggiare e vincere quando conta. Questa fase riguarda gli atleti della categoria Junior (18-19 anni) e si estende fino alla categoria U23.



## CATEGORIE DELLE SQUADRE NAZIONALI E PODIO INTERNAZIONALE

Gli atleti che stanno completando o hanno completato percorso di sviluppo internazionale accedono alle Squadre Nazionali secondo quanto definito nella Maglia Azzurra e supportati dalla Federazione in base ai risultati internazionali conseguiti. Questi atleti dovranno rappresentare e vincere per l'Italia nelle maggiori competizioni internazionali.

## **FILOSOFIA: The 4E's**

La filosofia del progetto è quella di proporre ai giovani l'opportunità di:

- affrontare piccole e grandi sfide personali guidate per esporli ad ambienti, situazioni, esercitazioni, opportunità di conoscenza e di esperienza (**ESPOSIZIONE**)
- esplorare quanto appreso, formare la consapevolezza in allenamento e in gara e utilizzarla nello sviluppo e la crescita per saper fare le scelte opportune (**ESPLORAZIONE**)
- costruire le capacità di poter essere responsabili e protagonisti di un percorso capace di portare all'eccellenza. (**SVILUPPO**)

Solo dopo anni di esposizione a stimoli adeguati ed esplorazione nell'utilizzo con successo delle proprie capacità in ambienti sempre più qualificati alcuni atleti sono in grado di fare il salto verso l'**ECCELLENZA**.

### ESPOSIZIONE

L'esposizione al Triathlon e a tutti gli elementi ritenuti importanti nello sport è trattata principalmente nelle **SCUOLE REGIONALI** e anche nel **LIVELLO INTERREGIONALE**.

### Esplorazione

L'esplorazione e la formazione della consapevolezza, della capacità di fare scelte informate e l'assunzione di una responsabilità del proprio processo di apprendimento è affrontata principalmente a **LIVELLO INTERREGIONALE**. Quanta più esplorazione viene affrontata e tanto maggiori sono le opportunità di sviluppo.

### SVILUPPO

Lo sviluppo riguarda la capacità di sviluppare la performance in ogni elemento costituente e richiede una elevata dose di motivazione e coinvolgimento. Lo sviluppo parte dal **LIVELLO INTERREGIONALE** e coinvolge in pieno le attività dell'atleta che sta compiendo lo **SVILUPPO NAZIONALE**, le cui potenzialità richiedono impegno e costante dedizione per trasformarsi in solide capacità di performance. Gli atleti possono avere la possibilità di entrare a far parte della **SQUADRA NAZIONALE** ed avere la responsabilità del successo del proprio programma sulla strada che porta ad essere un atleta di alto livello.

### ECCELLENZA

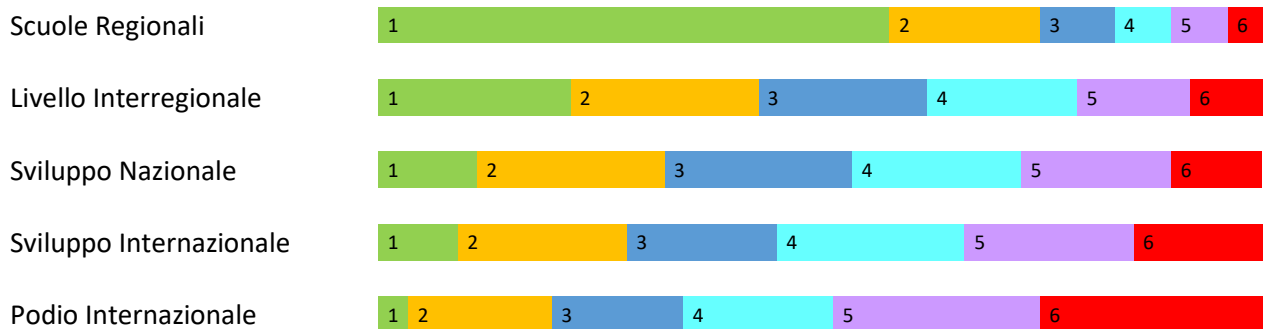
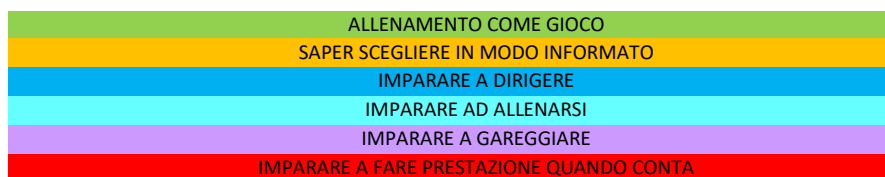
Solo dopo anni di esposizione a stimoli adeguati ed esplorazione nell'utilizzo con successo delle proprie capacità in ambienti sempre più qualificati alcuni atleti sono in grado di fare il salto verso l'eccellenza. Questi atleti sono inseriti a pieno nella **SQUADRA NAZIONALE** per rappresentare l'Italia nei Giochi Olimpici e nelle maggiori competizioni internazionali.

## PILASTRI/FONDAMENTI

I pilastri su cui poggia la struttura sono presenti con valenza e forma diverse lungo tutto il percorso e sono:

- 1) **ALLENAMENTO COME GIOCO**: imparare ad amare l'allenamento
- 2) **SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO**: imparare a saper prendere ottime decisioni con le migliori informazioni
- 3) **IMPARARE A DIRIGERE**: imparare a prendersi la responsabilità, l'onore e gli oneri del proprio processo verso l'obiettivo stabilito
- 4) **IMPARARE AD ALLENARSI**: imparare ad allenarsi con chiarezza negli intenti e negli scopi
- 5) **IMPARARE A GAREGGIARE**: imparare a gareggiare, gestendo in modo ottimale la gara e prendendo le decisioni vincenti
- 6) **IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA**: imparare a ottenere il massimo risultato quando effettivamente conta.

I pilastri sono attivi, con valenza e significato diverso, in ogni fase del percorso e in base alle caratteristiche peculiari di ogni giovane.



## SCUOLE REGIONALI

### ESPOSIZIONE AL TRIATHLON

Anche nelle scuole regionali esiste una coesistenza di tutti i fondamenti con significato opportuno per la fascia di età e il livello e con evidente sbilanciamento verso il primo fondamento di base, quello dell'allenamento come gioco. Esposizione vuol dire proporre opportunità ai giovani di esplorare se stessi, l'ambiente e il compito facendo esperienza e maturando conoscenza e consapevolezza.

Fondamento	Cosa si fa	Su cosa si lavora	Cosa vorremmo vedere che fa il giovane
<b>ALLENAMENTO COME GIOCO</b>	Imparare a <b>giocare</b> con uno scopo	Sviluppare capacità attraverso il gioco	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atteggiamento curioso, stanco ma felice, che chiede di giocare ancora</li> <li>• Preso-ingaggiato nell'allenamento/gioco</li> </ul>
<b>SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO</b>	<b>Esporli</b> a fare delle scelte usando delle informazioni	Imparare a fare delle scelte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raccoglie informazioni</li> </ul>
<b>IMPARARE A DIRIGERE</b>	Inizia ad organizzarsi e a prendersi delle <b>responsabilità</b> (ex materiali, cambiarsi, orari, ecc..)	Diventare organizzato e preparato	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Essere nel posto giusto, nel giusto orario, con la giusta attrezzatura e abbigliamento</li> </ul>
<b>IMPARARE AD ALLENARSI</b>	Inizia a fare attività/allenamenti con uno <b>scopo</b>	Migliorare le capacità chiave	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atteggiamento curioso sull'allenamento</li> <li>• Avere una comprensione di base su cosa sta lavorando</li> </ul>
<b>IMPARARE A GAREGGIARE</b>	Esperienze di gara positive e <b>gratificanti</b>	Trasferire le capacità acquisite in allenamento nelle gare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orgoglio nel saper fare in gara quanto imparato in allenamento</li> <li>• Motivazione a imparare a saper fare di più/meglio</li> </ul>
<b>IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA</b>	Piacere nel riuscire a dare il meglio nel contesto di gara	Dare il meglio in un determinato momento La percezione del successo (nel compito non nel risultato)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostrare desiderio di persistere (voler farlo ancora)</li> <li>• Focalizzato sul compito</li> <li>• Desideroso di gareggiare</li> </ul>

**LIVELLO INTERREGIONALE ESPOSIZIONE AL TRIATHLON ED ESPLORAZIONE**

Fondamento	Cosa si fa	Su cosa si lavora	Cosa vorremmo vedere che fa il giovane
<b>ALLENAMENTO COME GIOCO</b>	Attività ludica ricca di scopi per sviluppare l'entusiasmo di esplorare il triathlon e se stessi	Esplorare la tua passione per triathlon e allenamento Esplorare le tue capacità Esplorare i tuoi ambienti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fare domande con scopo</li> <li>• Ingaggiarsi e godere dell'allenamento</li> <li>• Raggiungere ed esplorare in modo inarrestabile nuovi step</li> <li>• Frequentazione costante di sessioni adeguate di nuoto /bici /corsa di sufficiente qualità</li> </ul>
<b>SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO</b>	Esposizione all'informazione e esplorazione del processo decisionale qualità del processo	Esperienza nel prendere decisioni nel contesto in cui il giovane è responsabile delle decisioni prese	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impegnarsi con la squadra - desiderare informazioni e prendere decisioni consapevoli</li> <li>• Tentare con creatività, non avere paura di commettere errori e poi imparare da questi ragionando su <b>come</b> poter fare meglio quel particolare elemento (e quindi avere una conoscenza di base del piano di apprendimento / azione / revisione)</li> </ul> Imparare sulla salute dell'atleta e il benessere
<b>IMPARARE A DIRIGERE</b>	Esplorare e assumersi la responsabilità per l'equilibrio tra lo sviluppo fisico e personale	Esplorare il personale ruolo nel processo di sviluppo fisico e personale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tenere e condividere un diario di formazione</li> <li>• Pulire e mantenere efficiente la tua bicicletta</li> <li>• Partecipare in modo consapevole all'organizzazione di un viaggio per una gara</li> <li>• Ripercorre e condividere il proprio personale processo/andamento di gara</li> <li>• Pianificare e preparare gli snack di recupero e l'idratazione</li> <li>• Conoscere e chiedere cosa mangiare</li> </ul>
<b>IMPARARE AD ALLENARSI</b>	Esposizione ed esplorazione di un allenamento strutturato e diversificato in differenti ambienti	Esposizione ai metodi di allenamento di base e all'impatto su se stessi (per capire poi gli adattamenti indotti) Esposizione alla consapevolezza sugli infortuni e sui metodi di prevenzione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostra delle riflessioni all'interno del diario di allenamento</li> <li>• Saper organizzare personali sessioni di base e gestire un piano di allenamento</li> <li>• Affrontare e completare un processo autovalutativo sulla mobilità e forza funzionale (in grado di mettere in evidenza esigenze di preparazione)</li> <li>• Saper fare esercizi preventivi e di condizionamento funzionale generale</li> </ul>
<b>IMPARARE A GAREGGIARE</b>	Esposizione alle gare con approccio intelligente e consapevole senza aspettative o focus sul risultato	Esplorare differenti strategie e tattiche di gara (con creatività, audacia ed esuberanza) Esposizione ad essere senza paure per il risultato (esempio proporre esercitazioni accentuando la possibilità di proporre soluzioni avventate e sbagliando)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esaminare attentamente e in modo attivo il proprio processo e cosa sta accadendo in gara, in modo di saper fare qualcosa di diverso in modo cosciente e saper spiegare il perché</li> <li>• Saper fare cose correttamente e cose sbagliate</li> </ul>
<b>IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA</b>	Esplorare il processo di trasformare lo sforzo in prestazione	Esposizione a differenti strategie nell'esplorazione del massimo sforzo associato alla prestazione.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coinvolgimento totale nel processo di gara Vivere nell'esperienza competitiva</li> <li>• Sistematica individuazione degli obiettivi e preparazione per la gara</li> <li>• Iniziare a dimostrare l'efficacia (nel compito non nella prestazione) di blocchi di costruzione di una performance di successo, ad es. velocità fino alla prima boa, riuscire a mantenere una postura efficace nella corsa, posizione nel gruppo di ciclismo, ecc..</li> <li>• Dare il massimo nelle PSN e nelle prove di accesso ai programmi del PT</li> </ul>

## SVILUPPO NAZIONALE ESPLORAZIONE E SVILUPPO

Fondamento	Cosa si fa	Su cosa si lavora	Cosa vorremmo vedere che fa il giovane
<b>ALLENAMENTO COME GIOCO</b>	Attività ludica appassionata per esplorare in modo razionale per il raggiungimento di uno specifico scopo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esplorare il concetto di una “sana ossessione” e cosa significa (meticolosità, ecc..)</li> <li>• Sviluppare la passione e l’attrazione verso il processo (non il risultato)</li> <li>• Migliorare il modo in cui utilizzare al meglio il tuo ambiente di sviluppo</li> <li>• Sviluppare le abilità e capacità</li> <li>• Sviluppare la propria identità come triatleta esplorando gruppi di lavoro che si adattano alle esigenze.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiegare chiaramente lo scopo razionale di quello che stanno facendo</li> <li>• Voler fare di più con uno scopo e capire perché</li> <li>• Godersi l'allenamento indipendentemente dalle difficoltà e la sfida generali (ad es. il maltempo o il doversi allenare in solitudine), anzi trovar maggior piacere con la presenza di elementi sfidanti.</li> <li>• Godersi l'allenamento indipendentemente dalle difficoltà e la sfida specifiche (ad es. corsa su terreni difficili, nuoto con le onde, ecc..)anzi trovar maggior piacere con la presenza di elementi sfidanti.</li> <li>• Allenarsi con gruppi specifici del triathlon quando possibile.</li> <li>• Riuscire a esprimere consistenza (costanza) nello svolgimento del carico di lavoro.</li> </ul>
<b>SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO</b>	Seguire un processo guidato di elaborazione, utilizzo integrato e applicazione delle informazioni per prendere efficacemente Decisioni (es. utilizzare le info A, B e l’elaborazione di D per fare una scelta)	<p>Esplorare in modo proattivo prendendo la migliore decisione possibile con utilizzo ottimale delle informazioni disponibili.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Esplorare la capacità di apprendere dalle decisioni prese, buone o cattive che siano.</li> <li>• Esplorare tutte le aree delle esigenze di sviluppo (personale e fisico) e come si relazionano tra loro.</li> <li>• Esplorare la collaborazione e il processo decisionale nell’ambito di un team o un gruppo di supporto all’allenamento con conseguente esposizione ad una mole di informazioni più ampie e complesse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capire quale modello e filosofia di allenamento è ottimale per le personali esigenze di sviluppo e perché (nel senso di più efficace e non più comoda)</li> <li>• Raccogliere e valutare le informazioni sulle opzioni possibili (ad esempio quale università o scuola è più adatta alle personali esigenze) in funzione dello sviluppo, evitando scelte più comode e di compromesso.</li> <li>• Saper fare le scelte migliori e adatte per l’alimentazione</li> <li>• Dimostrare di saper gestire le esigenze e l’organizzazione del recupero nel ciclo settimanale e di saper mantenere buone condizioni di salute (per esempio minimizzando i giorni persi di allenamento per il mancato recupero o per cattiva salute)</li> <li>• Saper fare un processo di revisione delle decisioni prese rivelatisi buone o cattive e applicarle sul processo</li> <li>• Saper seguire un programma di riabilitazione e sapere il razionale delle varie esercitazioni svolte</li> <li>• Dimostrare un buon equilibrio tra le attività quotidiane (studio/sport/altro)</li> <li>• Capire la propria responsabilità sull’anti-doping</li> </ul>
<b>IMPARARE A DIRIGERE</b>	Esplorare la responsabilità dello sviluppo fisico e personale attraverso il coinvolgimento dei fattori di influenza determinanti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Migliorare la capacità di lavorare e relazionarsi con l’allenatore ed esplorare la collaborazione con le persone e lo staff che supportano il processo (ex fisioterapista, nutrizionista, preparatore fisico, ecc..) per ottenerne i migliori vantaggi possibili (vantaggi per il proprio processo e non personali).</li> <li>• Esplorare la presa di responsabilità di quello che precedentemente era gestito e preso in carico dai genitori.</li> <li>• Esplorare e impostare il proprio futuro (nel triathlon, nello studio, nel lavoro)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apportare le proprie idee e considerazioni nella discussione sull’allenamento con l’allenatore</li> <li>• Provare a coinvolgere e stimolare lo staff sull’allenamento</li> <li>• Diventare il contatto primario sul proprio programma (ad esempio richieste dallo staff federale)</li> <li>• Usare le informazioni inserite nel proprio diario di allenamento per aggiornare lo staff sulle informazioni ritenute rilevanti per il proprio processo</li> <li>• Gestire l’iscrizione alle gare</li> <li>• Fare in autonomia le operazioni di base di intervento sulla bicicletta</li> <li>• Provvedere da solo quando possibile a raggiungere i luoghi di allenamento</li> <li>• Cercare i contatti ottimali per l’allenamento in corrispondenza della sede di studio scelta e organizzare una visita</li> </ul>

<b>IMPARARE AD ALLENARSI</b>	Esplorare e capire le esigenze individuali di allenamento attraverso una ampia varietà di metodologie e ambienti di allenamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esplorazione ai metodi di allenamento e all'impatto su sé stessi (provando a capire/percepire gli adattamenti indotti)</li> <li>• Esplorazione di come coinvolgere uno staff più ampio per i migliori benefici possibili sul processo di allenamento</li> <li>• Esplorare i propri limiti e le soglie fisiche nei test (anche quelli di laboratorio) iniziando a capire cosa significano</li> <li>• Esplorare le possibilità di integrazione (attraverso alimenti naturali) a supporto del processo di allenamento</li> <li>• Esplorare e migliorare la comprensione di quanto è importante la continuità consistente dell'allenamento nel processo di sviluppo</li> <li>• Esplorare quanto l'organizzazione e la comprensione dei programmi di prevenzione sono importanti per la solidità fisica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avere un' idea di base e saper utilizzare il principio di periodizzazione nel triathlon</li> <li>• Saper spiegare come una propria sessione di allenamento ha impatto su un'altra</li> <li>• Capire quanto spingere e far diventare una sessione impegnativa e quando è necessaria una sessione più facile per massimizzare i benefici del processo</li> <li>• Mostrare una conoscenza di base della fisiologia e sullo sviluppo delle capacità di carico</li> <li>• Conoscersi e capire le proprie caratteristiche fisiche come atleta e le implicazioni personali sul processo di allenamento</li> <li>• Spiegare le esigenze personali di mobilità e attivazione e contribuire a capire come poterle includere nel programma</li> <li>• Dimostrare solidità fisica e capirne l'impatto positivo sulla prevenzione dagli infortuni</li> <li>• Partecipare alla ricerca del supporto fisioterapico e alla diagnosi precoce di potenziali infortuni</li> <li>• Svolgere un allenamento quotidiano ottimale e ben monitorato</li> </ul>
<b>IMPARARE A GAREGGIARE</b>	Esplorare l'abilità a gestire le dinamiche di gara con scopi audaci	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Migliorare le strategie sperimentare e saper beneficiare delle opportunità che si creano nella gara</li> <li>• Esplorare tattiche specifiche in ogni disciplina</li> <li>• Esplorare la capacità di essere positivo e proporsi in gara come l'atleta leader che prende le decisioni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avere consapevolezza e comprensione (e saper utilizzare) dei valori di riferimento nel triathlon e del proprio attuale livello</li> <li>• Approfittare delle opportunità in gara, saper gareggiare con audacia e spiegare il perché</li> <li>• Mostrare confidenza nello sperimentare in situazioni di gara</li> <li>• Essere capace di definire nel debriefing con l'allenatore i momenti chiave della gara (personali e generali) , le decisioni prese e perché</li> <li>• Essere attivo in gara avendo sempre uno scopo che muove il comportamento</li> <li>• Avere i presupposti fisici condizionali necessari per gareggiare in modo intelligente (ad esempio poter variare il passo gara a seconda delle decisioni prese).</li> </ul>
<b>IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA</b>	Dare la priorità a realizzare con continuità le migliori prestazioni negli eventi di riferimento per il livello conseguito imparando a gestire le aspettative	Esplorare la capacità di realizzare in modo continuo le migliori performance (nella gara complessiva e in ogni frazione)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avere e rifinire (saper utilizzare) un personale processo di gara</li> <li>• Capire che qualche volta al livello al quale si gareggia (quello target per il proprio livello e non inferiori o superiori) la migliore prestazione può non voler dire migliore risultato (ma ad esempio essere riuscito a svolgere con successo dei compiti prefissati e sfidanti)</li> <li>• Capire che può succedere anche il contrario e quando c'è il risultato ma non la performance fare comunque la revisione di cosa non è andato secondo le aspettative e soprattutto analizzare il perché</li> <li>• Dimostrare l'efficacia (anche nella prestazione) di blocchi di costruzione di una performance di successo, ad es. velocità fino alla prima boa, riuscire a mantenere una postura efficace nella corsa, posizione nel gruppo di ciclismo, ecc..</li> </ul>



## SVILUPPO INTERNAZIONALE SVILUPPO

Fondamento	Cosa si fa	Su cosa si lavora	Cosa vorremmo vedere che fa il giovane
<b>ALLENAMENTO COME GIOCO</b>	Incessante attività ludica appassionata per esplorare in modo razionale per il raggiungimento di uno specifico scopo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Essere totalmente appassionato, affascinato e “sanamente ossessionato”</li> <li>• Crescere ed eccellere nel proprio modo di “giocare e divertirsi” in modo che questo possa essere di supporto diretto per raggiungere i propri target di prestazione.</li> <li>• Riuscire a crescere ed eccellere nel riuscire a dare priorità al triathlon rispetto alle altre cose</li> <li>• Confermare la propria completa identità come triatleta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riuscire a dare priorità a quello di cui ha bisogno rispetto a quello che più gli piace fare in allenamento e trovare piacere nel farlo.</li> <li>• Riuscire a massimizzare il proprio ambiente di lavoro per le proprie necessità e capire il perché.</li> <li>• Trovare piacere nel dare priorità alle cose che hanno maggiore impatto sulla prestazione, ad esempio fare esercizi di prevenzione rispetto ad una corsa aggiuntiva, evitare la MTB nel periodo precedente una gara importante.</li> <li>• Essere costante e continuo in modo incessante nell’approccio e nell’applicazione all’allenamento.</li> <li>• Mettere il Triathlon al primo posto</li> <li>• Essere innamorato di quello che si fa in allenamento a prescindere da altre motivazioni più giovanili (proposta di sfide in allenamento, ecc..)</li> <li>• Essere sempre orientato a migliorare sapendo mettere i confini in base a scopi precisi</li> </ul>
<b>SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO</b>	Abilità nel cercare di trovare le informazioni e dare a priorità per migliorare il processo di decisione	<p>Migliorare nell’utilizzo di tutte le risorse disponibili</p> <p>Migliorare il processo di raccolta informazioni per ottenere il miglior vantaggio possibile per la prestazione (ad esempio posizione di partenza, direzione del vento, ecc..)</p> <p>Esplorare e migliorare la pianificazione e l’esecuzione di progetti che possono avere impatto positivo sulla prestazione (ad es. sviluppo di materiali e loro utilizzo)</p> <p>Migliorare il processo di decisione individuale e in collaborazione con un livello qualitativamente alto di informazioni</p> <p>Migliorare l’abilità di imparare dalle decisioni prese, sia se si sono rivelate cattive (come sarebbe stato meglio cambiarle) o buone (perché hanno funzionato)</p>	<p>Prendere giuste decisioni che tengono in considerazione tutte le informazioni rilevanti, in linea o no con il pensiero della squadra.</p> <p>Mostrare una solida abilità di revisionare (analizzare per trarre delle utili informazioni) decisioni prese (positive o negative) e trasformarle in scopi con cui procedere per il futuro</p> <p>Iniziare a sentirsi a proprio agio con la valutazione e propositi futuri attraverso analisi critiche</p> <p>Prendersi la responsabilità condivisa della pianificazione della stagione con l’allenatore e lo staff</p> <p>Non fare lo stesso errore due volte</p> <p>Avere una buona conoscenza applicativa delle strategie nutrizionali per l’allenamento e la gara</p> <p>Completare un diario delle sensazioni giornaliero (qualità del sonno, fatica, umore, ecc..) e utilizzarlo per migliorare lo stato di salute e le capacità di recupero</p> <p>Accettare la totale responsabilità per il proprio rispetto dell’anti-doping</p>
<b>IMPARARE A DIRIGERE</b>	Sviluppare la responsabilità del proprio processo attraverso un coinvolgimento proattivo del team (atleti e staff)	<p>Migliorare la prestazione con l’allenatore, il gruppo e lo staff esplorando un approccio collaborativo con una responsabilità condivisa</p> <p>Migliorare la capacità di sentirsi il primo riferimento (quello che si sente in obbligo di rispondere) della prestazione realizzata (non solo risultato di classifica ma svolgimento di compiti all’interno della gara)</p> <p>Migliorare la prestazione (non solo il risultato) tramite una migliore comprensione di come usare le risorse disponibili (in allenamento e in gara) per massimizzarla</p> <p>Esplorare dove alcune responsabilità possono essere delegate per supportare meglio la prestazione che ne deriva (NB delegare responsabilità non vuol dire non sentirsi più responsabili)</p>	<p>Prendere la guida (leadership) del gruppo di allenamento</p> <p>Fissare le date per le riunioni (ad esempio con l’allenatore)</p> <p>Coinvolgere in modo proattivo il gruppo di allenamento e lo staff di supporto</p> <p>Capire il modo per far diventare operativi ed efficaci gli esperti del tuo gruppo (ad esempio quello bravo nei materiali, ecc..)</p> <p>Mostrare una capacità nel revisionare e mettersi alla prova (per migliorare)</p> <p>Mostrare tenacia nel garantire il miglior risultato (del processo, dell’allenamento, della gara)</p>

		<p>dell'esito del lavoro di altri ma al contrario incrementa la responsabilità)          Esplorare la capacità di revisionare e mettersi alla prova (per migliorare)          Esplorare lo sviluppo delle capacità di gestione          Migliorare la ricerca ostinata del conseguimento degli obiettivi fissati</p>	
<b>IMPARARE AD ALLENARSI</b>	<p>Sviluppare consapevolezza e comprensione delle individuali esigenze di allenamento per migliorare la prestazione</p>	<p>Migliorare e rifinire la comprensione di quali approcci verso l'allenamento supportano meglio il proprio continuo sviluppo condizionale (fisico)          Migliorare la capacità di fornire indicazioni, suggerimenti, spunti (a se stesso, agli altri e all'allenatore) su cosa serve per vincere          Migliorare e rifinire la comprensione della gestione dell'alimentazione per supportare il condizionamento dell'allenamento e la gara          Migliorare nella comprensione e nell'attuazione dell'importanza di un allenamento continuo e consistente e del suo impatto nel proprio sviluppo          Migliorare nella comprensione della ricerca della solidità e nella gestione degli infortuni (prevenzione) per il triathlon</p>	<p>Saper affrontare una conversazione con ogni membro dello staff sui vari processi fisici che determinano la propria prestazione (ad esempio gli aspetti fisiologici, la relazione tra forza e condizionamento, aspetti nutrizionali, ecc..)          Saper capire e spiegare cosa significa per se stessi la solidità fisica in relazione alle proprie caratteristiche funzionali (di mobilità, forza, ecc..) e al potenziale rischio di infortuni (ad esempio un atleta che tende ad avere scarsa mobilità articolare deve aver capito e saper spiegare le sue necessità per gli esercizi preventivi a favore della solidità fisica)          Saper avere (utilizzare) una pianificazione di allenamento con chiari obiettivi          Saper spiegare le strategie di base da adottare nella preparazione in situazioni caratteristiche (ad esempio quando fa molto caldo o in altitudine)          Saper sempre controllare in modo consapevole e proattivo i propri processi di forza e condizionamento, esercizi preventivi o riabilitativi          Saper conoscere se stessi come atleti e sapere cosa significa in termini di allenamento          Saper gestire in modo proattivo gli infortuni          Saper direzionare (allineare) il proprio allenamento per poter fornire indicazioni, suggerimenti, spunti (a se stesso, agli altri e all'allenatore) su cosa serve per vincere</p>
<b>IMPARARE A GAREGGIARE</b>	<p>Saper gestire con successo le dinamiche della propria gara attraverso lo sfruttamento intelligente e audace delle proprie capacità</p>	<p>Migliorare la consapevolezza delle capacità proprie e degli avversari attraverso le richieste di gara e sfruttarla per il massimo rendimento sia individualmente che come parte di una squadra.          Migliorare l'espressione continua di prese di decisioni audaci/coraggiose e intelligenti          Migliorare la capacità di analizzare criticamente, con il proprio allenatore e lo staff, le proprie prestazioni, quelle degli avversari e della propria squadra</p>	<p>Saper capire meglio come e quando sfruttare gli altri in una gara e avere le capacità fisiche condizionali e psicologiche per farlo (ad esempio avere la possibilità fisica di poter cambiare velocità e coprire una fuga ritenuta importante, ecc..)          Sviluppare una capacità di anticipare i momenti critici di una gara          Esprimere esecuzioni in gara audaci, intelligenti e con padronanza del gesto          Coinvolgere la squadra e lo staff nel gestire eccellenti debriefing che possano avere impatto positivo sulle performance future          Saper gareggiare sempre con scopi positivi (guardare alle cose positive da fare per la performance)</p>
<b>IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA</b>	<p>Riuscire a dare incessante priorità a continue migliori prestazioni negli eventi target gestendo le aspettative</p>	<p>Migliorare ed eccellere nel fissare gli obiettivi in ogni cosa si fa ogni anno in una gara          Migliorare e rifinire il processo di gara, con la consapevolezza che servirà quando conta          Migliorare nel gestire le ossessioni per la salute rimanendo dalla parte giusta del confine (ossessione)          Migliorare l'incessante attribuzione di priorità degli elementi chiave che possono supportare la prestazione di picco.          Migliorare la capacità di accettare e usare le aggiuntive aspettative e pressioni come valore aggiunto per incrementare la prestazione</p>	<p>Saper capire quando c'è un disturbo (interferenza) e imparare a gestirla          Saper basare tutte le decisioni su cosa supporta meglio la gara obiettivo          Usare aspettative a attenzione come benzina per la performance          Saper rimanere calmo e razionale quando l'evento obiettivo si avvicina</p>

**SQUADRE NAZIONALI ELITE E PODIO INTERNAZIONALE** **ECCELLERE**

Fondamento	Cosa si fa	Su cosa si lavora	Cosa vorremmo vedere che fa il giovane
<b>ALLENAMENTO COME GIOCO</b>	Incessante attività ludica appassionata per esplorare in modo razionale per il raggiungimento di uno specifico scopo	Eccellere nel proprio modo di "giocare e divertirsi" così che possa direttamente supportare gli obiettivi prestativi Eccellere nel dare priorità al triathlon più di ogni altra cosa Confermare la propria completa identità come triatleta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riuscire a dare priorità a quello di cui ha bisogno rispetto a quello che più gli piace fare in allenamento e trovare piacere nel farlo.</li> <li>• Massimizzare il proprio ambiente per rispondere alle proprie esigenze di allenamento</li> <li>• Trovare piacere nel dare priorità alle cose che hanno maggiore impatto sulla prestazione, ad esempio fare esercizi di prevenzione rispetto ad una corsa aggiuntiva, evitare la MTB nel periodo precedente una gara importante.</li> <li>• Essere incessantemente consistente nell'approccio e nell'applicazione in allenamento</li> <li>• Mettere il triathlon prima di ogni altra cosa</li> <li>• Essere completamente innamorato di quello che si fa in allenamento a prescindere da altre motivazioni più giovanili (proposta di sfide in allenamento, ecc..)</li> </ul>
<b>SAPER SCEGLIERE IN MODO INFORMATO</b>	Maestria nel trovare le informazioni e dare priorità per prendere delle eccellenti decisioni	Eccellere nell'utilizzo di tutte le risorse disponibili per avere impatti positivi sul proprio piano gare. Eccellere nel processare le informazioni Eccellere nel guidare in modo proattivo il proprio team e staff nella pianificazione e esecuzioni di progetti che hanno impatto positivo sul proprio piano gare. Eccellere sia nel processo di decisioni individuali che in quello in collaborazione a prescindere dal volume delle informazioni disponibili	Pianificare e mettere a punto con il proprio team le direzioni di viaggio in tutte le aree del proprio piano olimpico di gare Provvedere a tutti i necessari controlli e verifiche tutte le idee e i piani che influenzano il proprio piano gare Prendere la migliore decisione per se stessi, considerando tutte le informazioni rilevanti sia che esse siano in linea o no con il pensiero del team.
<b>IMPARARE A DIRIGERE</b>	Sviluppare la responsabilità del proprio processo attraverso un coinvolgimento proattivo del team (atleti e staff)	Migliorare la prestazione con l'allenatore, il gruppo e lo staff esplorando un approccio collaborativo con una responsabilità condivisa Migliorare la capacità di sentirsi il primo riferimento (quello che si sente in obbligo di rispondere) della prestazione realizzata (non solo risultato di classifica ma svolgimento di compiti all'interno della gara) Migliorare la prestazione (non solo il risultato) tramite una migliore comprensione di come usare le risorse disponibili (in allenamento e in gara) per massimizzarla Esplorare dove alcune responsabilità possono essere delegate per supportare meglio la prestazione che ne deriva (NB delegare responsabilità non vuol dire non sentirsi più responsabili dell'esito del lavoro di altri ma al contrario incrementa la responsabilità) Esplorare la capacità di revisionare e mettersi alla prova (per migliorare) Esplorare lo sviluppo delle capacità di gestione Migliorare la ricerca ostinata del conseguimento degli obiettivi fissati	Prendere la guida (leadership) del gruppo di allenamento Fissare le date per le riunioni (ad esempio con l'allenatore) Coinvolgere in modo proattivo il gruppo di allenamento e lo staff di supporto Capire il modo per far diventare operativi ed efficaci gli esperti del tuo gruppo (ad esempio quello bravo nei materiali, ecc..) Mostrare una capacità nel revisionare e mettersi alla prova (per migliorare) Mostrare tenacia nel garantire il miglior risultato (del processo, dell'allenamento, della gara)

<p><b>IMPARARE AD ALLENARSI</b></p>	<p>Sviluppare consapevolezza e comprensione delle individuali esigenze di allenamento per migliorare la prestazione</p>	<p>Migliorare e rifinire la comprensione di quali approcci verso l'allenamento supportano meglio il proprio continuo sviluppo condizionale (fisico)  Migliorare la capacità di fornire indicazioni, suggerimenti, spunti (a se stesso, agli altri e all'allenatore) su cosa serve per vincere  Migliorare e rifinire la comprensione della gestione dell'alimentazione per supportare il condizionamento dell'allenamento e la gara  Migliorare nella comprensione e nell'attuazione dell'importanza di un allenamento continuo e consistente e del suo impatto nel proprio sviluppo  Migliorare nella comprensione della ricerca della solidità e nella gestione degli infortuni (prevenzione) per il triathlon</p>	<p>Saper affrontare una conversazione con ogni membro dello staff sui vari processi fisici che determinano la propria prestazione (ad esempio gli aspetti fisiologici, la relazione tra forza e condizionamento, aspetti nutrizionali, ecc..) Saper capire e spiegare cosa significa per se stessi la solidità fisica in relazione alle proprie caratteristiche funzionali (di mobilità, forza, ecc..) e al potenziale rischio di infortuni (ad esempio un atleta che tende ad avere scarsa mobilità articolare deve aver capito e saper spiegare le sue necessità per gli esercizi preventivi a favore della solidità fisica)  Saper avere (utilizzare) una pianificazione di allenamento con chiari obiettivi  Saper spiegare le strategie di base da adottare nella preparazione in situazioni caratteristiche (ad esempio quando fa molto caldo o in altitudine)  Saper sempre controllare in modo consapevole e proattivo i propri processi di forza e condizionamento, esercizi preventivi o riabilitativi  Saper conoscere se stessi come atleti e sapere cosa significa in termini di allenamento  Saper gestire in modo proattivo gli infortuni  Saper direzionare (allineare) il proprio allenamento per poter fornire indicazioni, suggerimenti, spunti (a se stesso, agli altri e all'allenatore) su cosa serve per vincere</p>
<p><b>IMPARARE A GAREGGIARE</b></p>	<p>Saper gestire con successo le dinamiche della propria gara attraverso lo sfruttamento intelligente e audace delle proprie capacità</p>	<p>Migliorare la consapevolezza delle capacità proprie e degli avversari attraverso le richieste di gara e sfruttarla per il massimo rendimento sia individualmente che come parte di una squadra.  Migliorare l'espressione continua di prese di decisioni audaci/coraggiose e intelligenti  Migliorare la capacità di analizzare criticamente, con il proprio alleatore e lo staff, le proprie prestazioni, quelle degli avversari e della propria squadra</p>	<p>Saper capire meglio come e quando sfruttare gli altri in una gara e avere le capacità fisiche condizionali e psicologiche per farlo (ad esempio avere la possibilità fisica di poter cambiare velocità e coprire una fuga ritenuta importante, ecc..) Sviluppare una capacità di anticipare i momenti critici di una gara  Esprimere esecuzioni in gara audaci, intelligenti e con padronanza del gesto  Coinvolgere la squadra e lo staff nel gestire eccellenti debriefing che possano avere impatto positivo sulle performance future  Saper gareggiare sempre con scopi positivi (guardare alle cose positive da fare per la performance)</p>
<p><b>IMPARARE A FARE PRESTAZIONE QUANDO CONTA</b></p>	<p>Riuscire a dare incessante priorità a continue migliori prestazioni negli eventi target gestendo le aspettative</p>	<p>Migliorare ed eccellere nel fissare gli obiettivi in ogni cosa si fa ogni anno in una gara  Migliorare e rifinire il processo di gara, con la consapevolezza che servirà quando conta  Migliorare nel gestire le ossessioni per la salute rimanendo dalla parte giusta del confine (ossessione)  Migliorare l'incessante attribuzione di priorità degli elementi chiave che possono supportare la prestazione di picco.  Migliorare la capacità di accettare e usare le aggiuntive aspettative e pressioni come valore aggiunto per incrementare la prestazione</p>	<p>Saper capire quando c'è un disturbo (interferenza) e imparare a gestirla  Saper basare tutte le decisioni su cosa supporta meglio la gara obiettivo  Usare aspettative a attenzione come benzina per la performance  Saper rimanere calmo e razionale quando l'evento obiettivo si avvicina</p>



## ATTIVITA' DEL PROGRAMMA DI SVILUPPO

Nell'applicazione dei programmi vengono realizzate le seguenti attività:

- a) allenamenti collettivi;
- b) raduni locali ad accesso libero, prevalentemente di un giorno (RTO);
- c) raduni su convocazione, prevalentemente di due giorni su base interregionale (RTC);
- d) progetti di sviluppo e formazione da sottoporre ai relativi organi territoriali;
- e) prove tempi valide per il sistema PSN;
- f) attività di monitoraggio;
- g) attività di supporto metodologico e formazione

### a) Allenamenti collettivi

Il RGT o CTM si preoccupa di creare occasioni di incontro e allenamento comune tra due o più Società, per incrementare le opportunità di espansione e esplorazione dei giovani ad ambienti stimolanti per la crescita, individuando focus e obiettivi principali della sessione, adeguati al livello tecnico e all'età dei giovani, in linea con le strategie e i principi del Programma di sviluppo.

### b) Raduni territoriali open (RTO)

Incontri ad accesso libero. I raduni RTO **costituiscono il primo approccio dei giovani atleti con lo Staff del Settore Giovanile e del Progetto Talento** e rappresentano la più semplice occasione di incontro e confronto tecnico organizzato tra atleti e tecnici di Società diverse. La Federazione, attraverso il ruolo dei referenti giovanili territoriali, interviene principalmente nell'organizzare, in collaborazione con i Comitati Regionali, la proposta di attività tecniche adeguate ai giovani delle categorie Ra/YA.

I raduni RTO devono quindi essere caratterizzati dai seguenti elementi di ordine generale:

- I. accesso libero e non su convocazione;
- II. le attività proposte sono per coinvolgere principalmente atleti fino alla categoria youth;
- III. devono essere facilmente raggiungibili dalle diverse società partecipanti;
- IV. facili da gestire dal punto di vista organizzativo;
- V. essere a costo molto ridotto o nullo per i partecipanti;
- VI. devono prevedere momenti formativi di confronto per i tecnici;
- VII. devono prevedere momenti stimolanti per gli atleti (proiezione filmati, incontri con personaggi dello sport, ecc..).

### c) Raduni di Macroarea del DP

Raduni Fitri con convocazione degli atleti inseriti nelle liste del ST. La programmazione dei raduni e i contenuti proposti hanno lo scopo di attuare il DP a livello territoriale e quindi ne implementano le strategie e i principi.

### d) progetti di sviluppo e formazione da sottoporre ai relativi organi territoriali;

I CTM e RGT propongono grazie alla loro conoscenza del territorio progetti di sviluppo che rispettano le esigenze e le peculiarità del territorio e contribuiscono alla crescita della qualità tecnica delle attività svolte, operando sia sugli ambienti di sviluppo degli atleti che su quello dei tecnici.

**e) prove tempi valide per il sistema PSN;**

Il sistema delle Prove Standard Nazionali (PSN) è costituito da prestazioni parziali, principalmente nel nuoto e nella corsa, ottenute secondo protocolli standard oppure in gare riconosciute di nuoto e di corsa. La performance di Triathlon per la natura della disciplina può essere valutata solo nelle prestazioni di gara. Il sistema PSN, anche se non consente di misurare la capacità di prestazione consente di:

- creare un riferimento e uno stimolo per i giovani atleti, incoraggiandoli a migliorare le loro capacità di prestazione nel corso della loro crescita;
- fornire i mezzi per monitorare lo sviluppo degli atleti italiani a partire dalle età giovanili;
- dare criteri di permanenza nei programmi di promozione o di alto livello;
- fissare i limiti minimi di eleggibilità per la partecipazione a selezioni per i programmi di sviluppo.

E' opportuno che il giovane competa regolarmente nelle gare di nuoto e corsa, per garantire un'esposizione ampia alle competizioni e non precocemente specializzata nel Triathlon. Attraverso la partecipazione a gare Fidal e Fin su distanze riconosciute il sistema PSN si preoccupa soltanto, attraverso il lavoro del RGT, di registrare i dati cronometrici. Ad ogni modo, per garantire l'accesso alle graduatorie anche agli atleti che non gareggiano nelle discipline di nuoto e corsa vengono proposte periodicamente delle sessioni PSN per il rilevamento dei tempi, secondo le regole di funzionamento descritte nel documento PSN 2018 disponibile sul sito federale.

**f) attività di monitoraggio;**

E' una delle responsabilità maggiori del DP. Ogni lista di interesse definita nel DP per l'anno in corso prevede la necessità di monitorare gli atleti e il loro ambiente di sviluppo permanente, che fino al termine dell'attività scolastica, è costituito principalmente dalle Società e dall'ambiente che i tecnici di Società riescono a strutturare. In particolare il RGT e il CTM si devono occupare di:

- valutazione degli ambienti di allenamento quotidiano e indicazioni per lo sviluppo;
- programmare e organizzare attività periodiche che favoriscono il monitoraggio;
- raccogliere e trasmettere al CTM e al DTG i dati tecnici raccolti nei raduni e segnalare possibili atleti di interesse;
- affiancare quando richiesto il tecnico sociale, offrendo consulenza tecnica e programmatica;
- monitorare il territorio e segnalare al CTM e al DTG le problematiche e le necessità degli atleti di interesse per lo svolgimento delle attività di allenamento.

**g) attività di supporto metodologico e formazione**

Il successo dei programmi di sviluppo dipende in larga misura dalla qualità dell'attività tecnica proposta ai giovani quotidianamente e in un ambiente ottimale per la crescita e il coinvolgimento. In questa ottica è essenziale il ruolo del tecnico che deve essere preparato, motivato e supportato allo svolgimento di un ruolo di responsabilità così importante dal punto di vista sportivo e sociale. Per il tecnico del giovane l'intervento sarà strutturato con la finalità di promuoverne la crescita e le competenze attraverso le seguenti opportunità:

- partecipazione ai raduni
- partecipazione a corsi di formazione e aggiornamento per l'allenamento giovanile
- partecipazione ad eventi agonistici utili per lo sviluppo
- Supporto metodologico quando richiesto.