

Progetto Under 16 in I Zona - Liguria

Tecnici zionali: Luisa Franza, Filippo Pastorini

NB: Gli Istruttori, Allievi Istruttori ed Aiuto Didattico Istruttori della I Zona che desiderino aggiornarsi sul Progetto Under 16 verranno convocati ai raduni dietro loro richiesta

oooooooo

Lo sport della vela oggi

- . è uno sport di destrezza, coordinazione e velocità
- . è uno sport di situazione e adattamento ambientale
- . ha un supporto energetico di tipo aerobico
- . si esprime con un gesto che esalta la coordinazione, l'equilibrio e la resistenza alla forza.
- . in alcune barche il gesto si qualifica anche per la forza speciale, la forza veloce e la rapidità soprattutto nella visione oculo-manuale riferita al rapporto spazio tempo

Alcune capacità richieste nello sport della vela

- . Equilibrio
- . Coordinamento oculo manuale
- . Reazione
- . Coordinamento fine
- . Orientamento
- . Destrezza
- . Percezione spazio temporale

oooooooo

LA SCELTA DEI METODI FORMATIVI: 6-8 anni

E' uno spazio di comprensione e comunicazione", che si articola su un'attività motoria e velica di base, finalizzata al conseguimento degli schemi motori

LA SCELTA DEI METODI FORMATIVI: 9-11 anni

In questa fascia d'età, l'attività formativa è finalizzata all'acquisizione di tutte le capacità motorie, con particolare interesse per le capacità coordinative.

LA SCELTA DEI METODI FORMATIVI: 12-15 anni

Creazione dello spirito di gruppo per mantenere vive le motivazioni.

Personalizzazione dell'intervento formativo

Acquisizione di padronanza tecnica aspetti tattici strategici e di messa a punto del materiale.

oooooooo

Attività sportiva: riservata ai tesserati nati nel 1995-1996-1997-1998

Attività di minisport: riservata ai cadetti under 12 nati nel 1999-2000-2001

Classi: Optimist - Laser 4.7 - L'Equipe - 555FIV - Techno293 - RS Feva - 420

Elenco Raduni 2010 multi classe Under 16

22/23 Giugno..... Sanremo(Optimist - Techno 293)
28/30 GiugnoGenova(Optimist - Techno 293)
6/8 LuglioSanremo(Optimist-Laser-L'Equipe)
12/14 LuglioS. Bartolomeo al mare(Laser -Feva)
6/7 AgostoImperia(Optimist - L'Equipe)
23/24 AgostoDiano Marina(Optimist -Laser)
9/10 OttobreGenova(420 - Laser)