



CRITERI DI SELEZIONE TISKI

DIRETTIVE E CRITERI VALIDI PER LE SELEZIONI DELLE SQUADRE ALPINI TISKI

TISKI FEDERAZIONE SCI
SVIZZERA ITALIANA

A DISPOSIZIONE DEGLI ATLETI, SCI CLUB, ALLENATORI, FAMIGLIE
VALIDI DAL 01.05.2020

All.Tiski.2018-V.agg. 01.05.2020

CRITERI DI SELEZIONE TISKI

U19	1. AVER FATTO PARTE DELLA SELEZIONE U18 2. CRITERI SPORTIVI TISKI 3. CRITERI SCOLASTICI 4. POWER TEST 5. COSTANZA E PARTECIPAZIONE 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ in caso contrario, vedi casi speciali → max 70 pti. FIS in 1 disciplina → superamento dell'anno scolastico → sufficienza secondo tabella SWISS SKI → 90% di presenza al programma TISKI
U18 2° anno	1. AVER FATTO PARTE DELLA SELEZIONE U18 2. CRITERI SPORTIVI FSSI 3. CRITERI SCOLASTICI 4. POWER TEST 5. COSTANZA E PARTECIPAZIONE 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ in caso contrario, vedi casi speciali → max 95 pti. FIS in 2 discipline, oppure Top 20 proprio anno in CH in 1 disciplina → superamento dell'anno scolastico → sufficienza secondo tabella SWISS SKI → 90% di presenza al programma TISKI
U18 1° anno	1. AVER FATTO PARTE DELLA SELEZIONE U16 2. CRITERI SPORTIVI TISKI 3. CRITERI SCOLASTICI 4. POWER TEST 5. COSTANZA E PARTECIPAZIONE 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ in caso contrario, vedi casi speciali → 70 pti. CH oppure top 20 proprio anno INT. EST → superamento dell'anno scolastico → sufficienza secondo tabella TISKI → 90% di presenza al programma TISKI
U16 2° anno	1. AVER FATTO PARTE DELLA SELEZIONE U16 2. CRITERI SPORTIVI TISKI 3. CRITERI SCOLASTICI 4. POWER TEST 5. COSTANZA E PARTECIPAZIONE 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ in caso contrario, vedi casi speciali → max 85 pti. CH → superamento dell'anno scolastico → sufficienza secondo tabella SWISS SKI → 90% di presenza al programma TISKI
U16 1° anno	1. AVER FATTO PARTE DELLA SELEZIONE U14 2. CRITERI SPORTIVI TISKI 3. POWER TEST 4. COSTANZA E PARTECIPAZIONE 5. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ in caso contrario, vedi casi speciali → max 110 pti. CH → sufficienza secondo tabella TISKI → 90% di presenza al programma TISKI
U14 2° anno	1. VALUTAZIONE TECNICA TISKI 2. GARE VALIDE PER LA COPPA TICINO 3. VALUTAZIONE TECNICA DELLA COPPA TI 4. POWER TEST 5. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ esame tecnico TISKI → minimo 4 gare nella stagione precedente → valutazione tecnica da parte della CT TISKI → sufficienza secondo tabella SWISS SKI
U14 1° anno	1. VALUTAZIONE TECNICA TISKI 2. GARE VALIDE PER LA COPPA TICINO 3. VALUTAZIONE TECNICA DELLA COPPA TI 4. POWER TEST 5. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO	→ esame tecnico TISKI → minimo 4 gare nella stagione precedente → valutazione tecnica da parte della CT TISKI → sufficienza secondo tabella TISKI
FUTURE	PROPOSTA DA PARTE DEGLI SCI CLUB – VALUTAZIONE DA PARTE DEGLI ALLENATORI TISKI – AMMISSIONE IN RELAZIONE ALLA COSTANZA DI PARTECIPAZIONE AI PROGRAMMI DEGLI SCI CLUB	

CONDIZIONI DI APPARTENENZA ALLE SQUADRE TISKI

	PROGRAMMA KONDI 100% CON TISKI	POWER TEST OBBLIGATORIO	PARTECIPAZIONE 100% AD UN PROGRAMMA SCI CLUB	MINIMO 3 CAMP DI PREPARAZIONE CON TISKI	MIN. 4 GARE VALIDE PER LA COPPA TI	PRESENZA MIN. 90% AL PROGRAMMA TISKI	PARTECIPAZIONE AI CAMP. CH	ATTITUDINE E COMPORTAMENTO
FUORI QUOTA		V					V	V
U19	V	V				V		V
U18 2° anno	V	V				V		V
U18 1° anno	V	V				V		V
U16 2° anno	V	V				V		V
U16 1° anno	V	V				V		V
U14 2° anno	V	V	V	V	V			V
U14 1° anno	V	V	V		V			V
FUTURE			V					V

CASI PARTICOLARI PER ATLETI INTERESSATI A FAR PARTE DELLE SQUADRE TISKI

U16 1° anno REGOLA D'ENTRATA ALLA SQUADRA PER CHI NON HA FATTO PARTE DELLA SQUADRA U14 * Criteri d'ammissione al Power Test	Beltrametti Race GP Migros (Finale) Camp. Regionali GS/SL < 95 Pti CH fine cat. U 14 *Criteri d'ammissione al PT → 1. VALUTAZIONE TECNICA TISKI 2. ESAME TECNICO TISKI 3. POWER TEST TISKI (vedi criteri d'ammissione) → suff. tabella TISKI 4. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 5. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 6. APPROVAZIONE CT TISKI
U16 2° anno REGOLA D'ENTRATA ALLA SQUADRA PER CHI NON HA FATTO PARTE DELLA SQUADRA U16 1° anno * Criteri d'ammissione al Power Test	Beltrametti Race GP Migros (Finale) Camp. Regionali GS/SL < 75 Pti CH fine cat. U 16 1° anno *Criteri d'ammissione al PT → 1. VALUTAZIONE TECNICA 2. ESAME TECNICO TISKI 1. POWER TEST TISKI (vedi criteri d'ammissione) → suff. tabella SWISS SKI 2. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 3. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 4. APPROVAZIONE CT TISKI
U18 1° anno REGOLA D'ENTRATA ALLA SQUADRA PER CHI NON HA FATTO PARTE DELLA SQUADRA U16 2° anno	1. VALUTAZIONE TECNICA 2. ESAME TECNICO TISKI 3. CRITERI SPORTIVI TISKI → max 60 pti. CH, oppure TOP 15 INT. EST 4. POWER TEST → sufficienza secondo tabella SWISS SKI 5. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 7. APPROVAZIONE CT TISKI
U18 2° anno REGOLA D'ENTRATA ALLA SQUADRA PER CHI NON HA FATTO PARTE DELLA SQUADRA U18 1° anno	1. VALUTAZIONE TECNICA 2. ESAME TECNICO TISKI 3. CRITERI SPORTIVI TISKI → max 80 pti. FIS in 2 disc. oppure TOP 15 proprio anno in CH in 1 disc. 4. POWER TEST → sufficienza secondo tabella SWISS SKI 5. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 7. APPROVAZIONE CT TISKI
U19 REGOLA D'ENTRATA ALLA SQUADRA PER CHI NON HA FATTO PARTE DELLA SQUADRA U18 2° anno	1. VALUTAZIONE TECNICA 2. ESAME TECNICO TISKI 3. CRITERI SPORTIVI TISKI → max 65 pti. FIS in 1 disc. 4. POWER TEST → sufficienza secondo tabella SWISS SKI 5. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 6. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 7. APPROVAZIONE CT TISKI
FUORI QUOTA	1. VALUTAZIONE TECNICA 2. ESAME TECNICO TISKI 3. POWER TEST → sufficienza secondo tabella SWISS SKI 4. SUPERAMENTO ANNO SCOLASTICO 5. ATTITUDINE E COMPORTAMENTO 6. APPROVAZIONE CT TISKI

CONTENUTO VALUTAZIONE TECNICA

	Esercizio	Descrizione	Criteri di valutazione
1.	Discesa in campo libero con / senza bastoni	Discesa in campo libero su media pendenza mantenendo velocità costante e ritmo di curva. Sci SL o GS	- Controllo della velocità - Parallelismo piedi e conduzione - Ritmicità nella sequenza delle curve - Stabilità e controllo parte alta del corpo
2.	Discesa in campo libero variando gli archi di curva	Discesa variando in modo crescente l'arco di curva. Sci SL o GS	- Pulizia di curva e conduzione - Centralità - Variazione controllata dell'arco di curva
3.	Ciuffi con bastoni orizzontali	Discesa nei riferimenti adattando l'utilizzo della parte alta del corpo in relazione al tracciato. Sci SL o GS	- Controllo parte alta / spalle - Parallelismo piedi - Centralità nella fase di cambio
4.	Carving nei ciuffi	Discesa nei riferimenti ricercando massima conduzione. Sci SL	- Precisione dei piedi - Utilizzo della presa di spigolo - Conduzione
5.	Pali nani con / senza bastoni	Tracciato pali nani su pendenza medio-bassa. Sci SL	- Tempismo dei movimenti - Utilizzo della parte bassa (caviglie – tibie) - Presa di spigolo - Stabilità e controllo della parte alta del corpo
6.	Posizione a uovo	Discesa in posizione con o senza riferimenti. Sci GS o SG	- Posizione aerodinamica - Parallelismo piedi e conduzione - Fluidità e tempismo movimenti
7.	Corridoio	Discesa nel corridoio di pali nani adattando le curve agli spazi delimitati. Sci SL	- Ritmicità delle curve - Utilizzo degli spazi - Precisione nella presa di spigolo
8.	Gigante senza bastoni	Discesa in tracciato senza bastoni. Sci SL o GS	- Tempismi delle curve - Parallelismo piedi e conduzione - Stabilità e controllo parte alta - Mantenimento centralità
9.	Tracciato con porte mancanti	Discesa nel tracciato, GS o pali nani, con pali mancanti. Sci SL o GS	- Mantenimento ritmo nelle porte mancanti - Parallelismo piedi e conduzione - Fluidità movimenti - Centralità
10.	Neve fresca	Discesa in neve fresca	- Agilità di sciata - Fluidità dei movimenti - Fantasia di sciata e continuità

COMMISSIONE TECNICA CRITERI DI SELEZIONE

LA CT è composta dai seguenti membri:

- Capo Alpini
- Allen. Resp. Squadra
- Rapp. Sci Club

DEFINIZIONE DI SELEZIONE

Gruppo di atleti:

1. che rappresenta il meglio dello sci della Svizzera Italiana
2. con attitudini sportive e agonistiche di talento
3. che deve rinnovarsi e confermarsi negli anni

Essere selezionati significa:

1. essere d'esempio sulle piste ticinesi, così come nel resto della Svizzera e all'estero
2. dimostrare il massimo impegno per raggiungere gli obiettivi sportivi e agonistici
3. essere in grado di conciliare sport e formazione scolastica-professionale

DICHIARAZIONE

Far parte di questa selezione mi permetterà di crescere come persona e come atleta. Avrò la possibilità di confrontarmi con atleti di alto livello ed essere seguito da allenatori che mi daranno validi insegnamenti migliorando la tecnica e rafforzando il mio corpo. Comporterà sacrificio e non avrò molto tempo libero ma tutto ciò che farò sarà vissuto con passione. Grazie al duro lavoro raccoglierò soddisfazioni, indipendentemente dai risultati.

Far parte della selezione significa vivere di uno sport, diventare grandi dando il giusto valore alle cose e alle conquiste giornaliere grazie ad allenamento e dedizione, ponendomi obiettivi ambiziosi.
È un'esperienza che mi servirà per tutta la vita!

passione > motivazione > autodisciplina > concentrazione > focus > target