



**“ NUOTARE, PEDALARE, CORRERE : IL TRIATHLON NELLA SCUOLA ”**  
Progetto della F.I.Tri. per la scuola Primaria  
A.S.2007-2008

**IL TRIATHLON :** Il triathlon, (con il duathlon, l'aquathlon, il wintertriathlon) è uno sport multidisciplinare dove nuoto, ciclismo e corsa si svolgono senza soluzione di continuità. I concorrenti partono con la frazione di nuoto in acque libere o in piscina, al termine della quale, raggiungono la zona di transizione ( o zona cambio ) dove trovano la bicicletta, scarpe e casco, necessari per la frazione ciclistica. Gli atleti ritornano in zona cambio dove posano la bicicletta , cambiano le scarpe e si accingono a concludere la prova con la frazione di corsa. Nasce come sport per gli adulti, ma in pochissimo tempo diviene uno degli sport più amati dai più piccoli per la molteplicità e per la varietà di proposte che ricevono continuamente.

**IL TRIATHLON NELLA SCUOLA:** Il triathlon come multidisciplinarietà permette sin dalla più giovane età di ampliare svariati aspetti nello sviluppo psicomotorio. L'alternanza di tre discipline permette l'interazione di più distretti muscolari e nervosi che, a differenza di altri sport praticati in giovane età, non vincola l'individuo nella specializzazione precoce. A ragione di ciò il triathlon vissuto come gioco sport dai bambini della scuola primaria, facilita lo sviluppo dei fondamentali schemi motori di base che proprio in questa fascia di età devono essere stimolati ed interviene nel completo sviluppo psicomotorio dell'individuo.

**SCOPO DEL PROGETTO:** La FITRI abbraccia il progetto del CONI per scuola Primaria "GIOCOSPORT" con cui si ha l'obiettivo di potenziare l'attività motoria nella scuola avvalendosi delle competenze necessarie affinché vi sia una continua e costante sinergia fra le varie istituzioni volta allo sviluppo psicomotorio dei bambini. Con questa iniziativa la FITRI vuole dare attraverso il triathlon e le multidisciplinarietà in genere, la possibilità a più bambini , anche a quelli con difficoltà di vario tipo, di venire a contatto con un modo nuovo e diverso di fare sport.

**A CHI VIENE RIVOLTO IL TRIATHLON:** Nel progetto scuola-triathlon vengono coinvolti tutti i bambini della scuola primaria dalla prima alla quinta classe. Nello svolgimento del lavoro si rivolgerà particolare attenzione alle varie fasce di età, differenziando le unità didattiche per le prime e le seconde classi dalle terze, quarte e quinte, al fine di osservare le differenze psicomotorie che caratterizzano i soggetti coinvolti.

**DOVE VIENE PRATICATO E CON CHE TEMPI:** Il progetto si articola in quattro lezioni per quadrimestre di cui , nel primo quadrimestre per motivi climatici le lezioni si svolgeranno in palestra o in ambienti chiusi (es. la piscina qualora la scuola ne fosse provvista), mentre nel secondo quadrimestre le lezioni potranno essere svolte liberamente , a discrezione dell'insegnante, in palestra o all'aperto nel cortile della scuola o in spazi adiacenti alla scuola (es. parchi o piste ciclabili) per cui il direttore didattico ne dia l'approvazione. E' importante che almeno una delle lezioni sia rivolta alla meccanica e al funzionamento della bicicletta e una alle transizioni.

**IL MATERIALE:** Il materiale necessario, biciclette e caschi, dovranno essere di proprietà degli studenti, ma nel caso in cui intervenisse una società sportiva di triathlon, quest'ultima potrà, se vuole, provvedere ad aiutare la scuola.

**L'INSEGNANTE:** L'insegnante di attività motoria o il direttore didattico potranno far richiesta direttamente alla federazione del progetto. La FITRI provvederà ad inviare il materiale didattico (manuale e dvd) alla scuola e un delegato federale che darà le nozioni necessarie all'insegnante di attività motoria. Nel caso in cui la scuola ne facesse richiesta, l'insegnante di attività motoria potrà essere supportato dal delegato federale per l'intero progetto nelle svolgimento delle lezioni.

**IL DELEGATO REGIONALE :** Il DR viene nominato dalla Federazione Italiana Triathlon, mediante incarico ufficiale della segreteria FITRI, ha il compito di coordinare il lavoro sul suo territorio fra gli Uffici Scolastici Regionali e Provinciali, i Coordinatori di Educazione Fisica, le società riconosciute dalla federazione, coordinare i lavori nell'organizzazione dei GSS per le varie fasi di svolgimento, nonché nelle eventuali manifestazione di Gioco Sport delle scuole Primarie

**IL DELEGATO FITRI:** questi potrà essere il tecnico regionale, un rappresentante di una società che opera sul territorio della scuola o un referente dei CIR. Dovranno essere sempre e comunque i Delegati Regionali a nominare tali delegati e farne rapporto alla federazione. Sono vietate iniziative personali dal momento che ogni progetto con il marchio Triathlon (duathlon wintertriathlon e aquathlon) dovrà avere il benestare della Fitri e del CONI.

**LE MANIFESTAZIONI:** Le manifestazioni che si svolgeranno localmente fra i gli istituti, potranno essere di triathlon, duathlon , aquathlon o winter triathlon.

**AFFILIAZIONE E TESSERAMENTI:** Il tesseramento alla FITRI anziché individuale per ogni alunno sarà per l'istituto. Gli istituti scolastici potranno inoltre partecipare a tutte le manifestazioni di tipo promozionale proposte dalla federazione qualora la scuola ne facesse richiesta potrà affiliarsi ufficialmente alla FITRI, ma in questo caso dovrà attenersi al regolamento federale valido per le società sportive.

**COSTO DEL PROGETTO:** Il progetto è totalmente gratuito per otto lezioni di presentazione.

**IMPORTANTE!** E' assolutamente doveroso chiarire che tutto ciò che d' ora in poi entrerà nella scuola con il nome triathlon (duathlon, wintertriathlon e aquathlon) dovrà avere il benestare della FITRI e del CONI. Saranno penalizzate tutte le iniziative personali delle società. Tutto ciò per adempiere correttamente alle normative istituzionali. Con tale progetto si richiede l'aiuto delle società che attraverso la Fitri e il CONI avranno il supporto necessario per avvicinarsi al mondo scolastico.

Per ulteriori informazioni rivolgersi alla FITRI- Stadio Olimpico Curva Sud 00194 Roma  
Tel. +39.06.36856733  
Fax. +39.06.36856744  
Claudia Umbro: [claudiaumbro@fitri.it](mailto:claudiaumbro@fitri.it)  
Simonetta Vittorioso: [simonettavittorioso@fitri.it](mailto:simonettavittorioso@fitri.it)

**Federazione Italiana Triathlon**  
Stadio Olimpico – Curva Sud 00194 Roma  
Tel: 06/36856733 Fax: 06/36856744  
[www.fitri.it](http://www.fitri.it) [info@fitri.it](mailto:info@fitri.it)