



VADEMECUM PER IL TIFOSO “PERFETTO”

Un piccolo “contratto” tra l’associazione e i tutori degli atleti per collaborare al meglio e permettere una crescita non solo in ambito sportivo, ma anche umano.

1) L’obiettivo è divertirsi, non vincere: una cosa tira l’altra: ci vuole tempo.

Nello sport, vittorie e sconfitte aiutano a crescere, ma l’importante, in ogni caso, è divertirsi, pur imparando ad affrontare le competizioni con impegno, disciplina e serietà. I risultati arriveranno con il tempo, nel frattempo bisogna crescere e per farlo è importante anche imparare dagli errori e dalle sconfitte. Una partita persa è una lezione in più da inserire nel proprio bagaglio, ripetete questo ai vostri figli. Perdere è necessario per imparare a vincere.

2) L’allenatore allena, l’arbitro arbitra, l’associazione gestisce: tu divertiti!

Si, anche voi genitori, amici, parenti, nonni dovete divertirvi. Il vostro compito è quello di sostenere i vostri figli e la squadra, incitando tutti a migliorarsi e ad impegnarsi. Non pensate ai consigli tecnici, non pensate “mio figlio/mia figlia avrebbe fatto meglio o peggio al posto di qualcun altro”: godetevi la partita rispettando gli altri componenti della squadra, gli avversari, gli allenatori e gli arbitri. Se avete scelto di iscrivere i vostri figli ai nostri corsi, fidatevi. Lasciate ai vostri figli il proprio spazio personale cercando anche di non restare troppo sugli spalti ad osservare durante gli allenamenti, prendetevi del tempo per voi, fate una passeggiata. L’importante è che voi facciate sentire forte il vostro sostegno nel resto del tempo.

3) La panchina non è una sconfitta, ma un punto di partenza...e non solo!

Lo abbiamo già detto al punto 2, l’allenatore allena e, cosa ancora più importante: la partecipazione ai campionati o alle partite è a discrezione del coach che valuterà a seconda dei casi. Questo discorso vale anche per la panchina: non è una sconfitta, non è una punizione, ma è un modo prezioso per crescere. Tutti gli atleti più esperti, tutti i più grandi campioni, prima di conquistare il campo, sono passati dalla panchina. Chi sceglie di impegnarsi e di non prendere l’esperienza della panchina come una sconfitta farà sicuramente molti passi. Le scelte dell’allenatore non vanno discusse, l’allenatore non è tenuto a spiegare nulla ai genitori e nemmeno agli atleti (ma siamo ben disposti a farlo, se necessario, perché a noi piace il dialogo e la crescita costante). Le scelte tecniche o tattiche, in particolare, sono imprescindibili e non

dipendono dal semplice fatto di essere iscritti o tesserati: l'allenatore sceglierà in base a diversi fattori se convocare o meno un atleta. Spiegate ai vostri figli che l'impegno premia sempre e, se ci si impegna, arriverà anche il momento giusto.

4) L'impegno sportivo deve essere in armonia con tutto il resto, non va eliminato ma neanche imposto

La serietà e l'impegno nello sport sono molto importanti non solo per ottenere risultati ma anche per aiutare i giovani a crescere e formarsi. Le attività sportive devono essere vissute in armonia con gli altri impegni in modo tale da rappresentare un completamento sereno della quotidianità. E' importante riuscire ad incastrare tutto senza troppo stress da parte dell'atleta, perché se ci dovessero essere disagi questi ultimi si noterebbero indubbiamente anche in campo o nelle altre attività. E' importante però che la possibilità di fare o meno sport non diventi una punizione o un obbligo. Lo sport deve essere collaterale al resto, perché è importante sia a livello fisico, sia mentale: può e deve essere una valvola di sfogo per staccare dagli impegni serrati relativi alla scuola o ad altro. Non punite i vostri figli dicendo che "se non fanno una determinata cosa, come i compiti" non possono andare ad allenarsi: anche l'allenamento è un appuntamento importante e richiede partecipazione e costanza. Coltivate l'impegno ricordando loro, per esempio, che dovranno fare i compiti e avranno tempo fino a poco prima dell'allenamento che non dovranno saltare, fatta eccezione per eventualità specifiche come malattia o altro (anche perché l'impegno viene premiato), altrimenti dovranno finire dopo i compiti. In questo modo impareranno ad autogestirsi, ma impareranno anche la disciplina e comprenderanno se avranno voglia o meno di proseguire nello sport che sicuramente, anche se necessario per divertirsi e crescere, richiede impegno alla pari delle altre attività.

5) Incoraggiare alla diversità e al proprio ritmo

Siamo tutti diversi, per fortuna! La diversità è una fonte di ricchezza, ci permette di imparare dagli altri facendo tesoro di quello che non appartiene al nostro mondo o alla nostra cultura. L'ASCD Europa difende la diversità a pugni stretti e pertanto difende anche l'equità e la parità. Sì, non solo l'uguaglianza, ma un concetto ampio di parità per il quale è necessario ragionare sul singolo, a seconda della storia personale di ogni individuo. Perché non tutte le risposte sono adatte ad ogni persona: ognuno ha bisogno dei propri tempi, del proprio ritmo e del proprio percorso. Nessuno nasce con la capacità di saper già fare tutto, ma può capitare che ad alcuni venga più facile. Noi ci impegneremo a dare tutti gli strumenti necessari affinché il percorso possa essere equo per tutti rispettando la diversità e i tempi di ognuno. Ricordate però di non far sentire mai i vostri figli in difetto se qualcosa non gli riesce al primo colpo: non fa niente! Ce la farà, ci vorrà tempo e impegno, ma dovrà crederci. Per alcuni sarà necessario lavorare di più, magari con esercizi tecnici in gruppi specifici o diversi dal proprio gruppo specifico di appartenenza, ma questo sarà sempre e solo un modo per crescere e migliorare, non per svalutare le capacità, al contrario, per dare pari opportunità, a seconda dei casi specifici.

6) Non solo il campo da gioco, ma anche il gruppo!

L'attività sportiva, in particolare negli sport di squadra, inizia nello spogliatoio, prosegue in campo e finisce con la doccia: è importante che l'atleta arrivi in orario o addirittura anche qualche minuto prima per cambiarsi nello spogliatoio e fare amicizia con i propri compagni di squadra. Così come è importantissima la doccia a fine allenamento. Chiudiamo un occhio per i più piccoli, ma dall'under 14 in su sarebbe opportuno "fare spogliatoio" e dunque cambiarsi nello spogliatoio fare anche una bella doccia con la squadra subito dopo l'allenamento. Fa anche bene alla salute! E' necessario rispettare questi momenti affinché sia possibile vivere il gruppo: la squadra non può essere squadra in campo se fuori non impara a viverci.

7) Non solo tecnica, ma anche carattere e rapporti umani

Il compito di un allenatore non è solo quello di far crescere tecnicamente un atleta, ma è anche quello di abbracciarlo, nella sua persona e condurlo, senza tenerlo troppo per mano, ma insegnandoli a "tuffarsi" senza paura, in un percorso che non sarà mai facile. Ci saranno vittorie, ma anche sconfitte, ci saranno momenti positivi, ma anche negativi. Tutto fa parte del percorso e permetterà ai vostri figli di crescere. Il nostro team è composto da allenatori che sono anche educatori e animatori sociali, per qualsiasi cosa la regola è: PARLIAMONE (ma ricordiamo che i coach non sono tenuti a dare troppe spiegazioni). Quando varcate la soglia dei nostri spazi non siete e non sarete mai solo un numero, il percorso si fa insieme: siamo un'unica squadra e camminiamo insieme per fornire gli strumenti necessari per permettere ai bambini, ai ragazzi e agli adulti, di diventare la migliore versione di sé. Siete pronti a camminare con noi? Se siete pronti, non basterà solo la firma su questo foglio ma un impegno e un dialogo costante.

FIRMA