




# CORSO ISTRUTTORI TRENTO 2016

Quando vi siete impegnati al massimo in  
allenamento e in gara, quando avete dato tutto  
voi stessi sempre, allora  
l'importante è partecipare.

Pierre de Coubertain



# PERCHE SIETE QUI? FATEVI UNA DOMANDA, DATEVI UNA RISPOSTA

- Senso civico
- Autorealizzazione
- Vittoria
- Divertimento
- Sviluppo dell'atleta
- Stare con i giovani
- Imparare

# CHI E' L'ALLENATORE?

- Insegnante
- Educatore
- Tecnico
- Amico
- Un pazzo
- ...




# COSA VUOL DIRE ALLENARE?


- Organizzare
  - Pianificare
  - Fare
  - Rivedere
  - ...
- 



# ALLENARE VUOL DIRE, ANCHE

aiutare qualcuno a prepararsi per qualcosa

- insegnare
  - istruire
  - preparare
- 



... MA CHI E' QUEL QUALCUNO?




... È L'ATLETA

che deve essere al centro della nostra attività





# MA L'ATLETA E' SEMPRE UGUALE A SE' STESSO?

- ... è un bambino ?
  - ... è un adolescente ?
  - ... è un ragazzo ?
  - ... è un uomo ?
  - ... è un professionista ?
  - ... è un amatore ?
- 





... E SE FOSSE UNA DONNA?



... E SE E' UN RAGAZZO ?


# COSA VUOL DIRE ALLENARE?

Aiutare qualcuno a prepararsi per qualcosa

- insegnare
- istruire
- preparare

Attraverso

- la programmazione
- l'esecuzione
- la revisione



... MA COS'È QUEL QUALCOSA?



... E' UN OBIETTIVO

Ma quali sono gli obiettivi dei nostri ragazzi e delle nostre ragazze?

Sono uguali?



# GAME PLAY - OBIETTIVI





# OBIETTIVI O BISOGNI ?

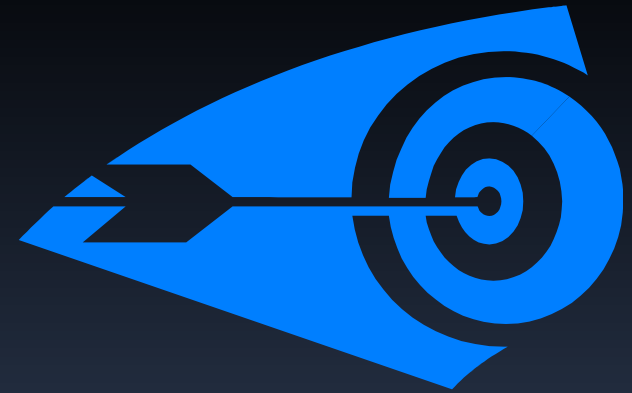
Cos'è un obiettivo?

Cos'è un bisogno?



# OBIETTIVO

Meta



Bersaglio

Scopo di una iniziativa

Azione





# BISOGNO

Necessità di qualcosa che manca di cui ci si sente privi, desiderio

Bisogni primari e secondari



# BISOGNI SECONDARI

## Sociali

appartenenza, riconoscimento, vittoria,...



## Emozionali

autorealizzazione, affetto, sicurezza, .....



# I BISOGNI DOBBIAMO

Riconoscerli

Comprenderli

Rispettarli

Soddisfarli

# METTERE AL CENTRO L'ATLETA



... QUALI SONO I DOVERI DI UN  
ALLENATORE ?

Allenare al massimo delle proprie possibilità

Onestà con gli atleti

Conoscere i propri limiti

L'atleta prima della vittoria

Permettere all'atleta di esprimere tutte le sue  
possibilità

L'atleta non deve essere considerato proprio

...



# L'ALLENATORE QUINDI ...

è al centro di un processo sociale ed educativo

Quindi ...

deve avere un codice etico!



L'alternativa sono atleti frustrati o dopati



# ... QUALI SONO I DIRITTI DELL'ALLENATORE?

rispetto da parte di tutti atleti, società,  
genitori,...

impegno da parte di tutti atleti, società,..

chiarezza dei rapporti da parte di tutti atleti,  
società, autorità,..

# COSA VUOL DIRE ALLENARE?

Aiutare qualcuno a prepararsi per qualcosa

- insegnare
- istruire
- preparare

Attraverso

- la programmazione
- l'esecuzione
- la revisione





# L'ALLENATORE DEVE

Insegnare

Istruire

Formare

Preparare

Programmare




# INSEGNARE

Impartire nuove conoscenze, insegnare abilità, concetti, capacità, regole, limiti, controllo ....

I mezzi ed i contenuti sono fortemente legati all'età biologica e sportiva dell'atleta

Devo ricordarmi che io alleno sempre, anche quando seguo i bambini, cambiano i mezzi non il concetto di apprendimento



La comunicazione deve essere adeguata  
all'interlocutore per modo, per tono, per  
linguaggio, per atteggiamento,...

Cercare di contestualizzare le situazioni

...





# ISTRUIRE

Dirigere ed impartire l'insegnamento

Risolvere i problemi logistici (materiale,  
palestre, attrezzi, ...)

...

# GAME PLAY - COMUNICAZIONE






# FORMARE

Si deve educare all'impegno, alla puntualità, al rispetto degli altri e di sé stessi

Si deve formare rispettando gli obiettivi a breve, medio e lungo termine



Al piacere della fatica



A stare con gli altri,  
il gruppo che va creato e fatto crescere

Educare ai valori dello sport

Educare alla sconfitta ed alla vittoria

Ma soprattutto educare al lavoro e opporsi alla  
cultura degli alibi

...



# PREPARARE L'ATLETA

Migliorare le condizioni fisiche

Migliorare l'approccio mentale alla gara ed all'allenamento

Ricordarsi di essere allenatori

Ricordarsi degli obiettivi dei ragazzi





Preparare le condizioni per i miglioramenti  
futuri

Creare una progressione didattica

...



# PROGRAMMARE

Pianificare e organizzare

Conoscere da dove si parte per capire dove si  
arriva

Valutare

...


# LA PROGRAMMAZIONE ANNUALE

Deve esserci,

anche se l'attività giovanile sembra semplice in realtà è articolata e quindi va organizzata

Deve comprendere attività mirate all'età e agli obiettivi diversificando i mezzi

deve essere, anche ludica



Deve creare stimoli progressivamente più impegnativi sia fisicamente, sia tecnicamente, sia mentalmente

Deve creare le basi per futuri sviluppi

...





# LA LEZIONE

Deve essere programmata sia nei contenuti che  
nei tempi

Deve prevedere un'attività generale e specifica

Deve dare spazio anche agli aspetti ludici, che  
non vogliono dire per forza gioco



Non essere troppo rigidi, ma neanche troppo  
lassisti

Motivare e seguire tutti, ricordiamo la nostra  
mission sociale

Cercare di contestualizzare le situazioni

Feedback positivi

...



# ESEGUIRE, FAR FARE

Capacità di creare un ambiente favorevole  
all'insegnamento

Feedback positivi, senza fare troppi sconti


Vicinanza

...



# REVISIONARE

Capacità critica verso di noi e verso gli altri







# QUESTO IN UN MONDO PERFETTO...

... ma il nostro non è un mondo perfetto!

E quindi l'allenatore fa anche

il motivatore / lo psicologo

il dirigente

interloquisce con le autorità e la scuola

agente pubblicitario


“ medico ”

il reclutatore



# MOTIVATORE, PSICOLOGO

capire gli atleti stimolandoli a reagire in  
maniera positiva alle difficoltà ed ai successi  
ottenuti nello sport





# DIRIGENTE

dirigere e organizzare anche ciò che è a latere  
dell'allenamento



# AUTORITA'

creare un rapporto  
con l'autorità politica e sportiva




# SCUOLA

creare un rapporto con la scuola ed i professori



# AGENTE PUBBLICITARIO


Publicizzare il nostro sport presso i mass media, le famiglie, la società civile,...





# MEDICO

avere una seppur minima conoscenza della gestione degli infortuni e avere i contatti giusti per risolverli





# RECLUTAMENTO

scuola

famiglie, passaparola,...

mass media

autorità





# SCUOLA

Contatti personali e professionali con i professori e  
con i dirigenti scolastici

Giochi studenteschi



Organizzazione di gare dedicate alle scuole

Progetti nelle scuole elementari



# FAMIGLIE, PASSAPAROLA

conoscenze personali

stimoli verso gli atleti stessi

...



# MASS MEDIA

giornali


siti

facebook



# AUTORITA'

progetti mirati nelle scuole, nelle colonie estive, gare , manifestazioni, ...



Tutti hanno il diritto di poter diventare una  
scamorza e tutti hanno il diritto di poter  
diventare un campione

(Giorgio Torgler – presidente CONI Trentino)

i diritti sono di tutti, ma anche i doveri!