

ALLENARE E EDUCARE: STRATEGIE E TECNICHE

(Maurizio Mondoni) <http://www.mauriziomondoni.com/>



ALLENARE ED EDUCARE: strategie e tecniche al servizio dell'Operatore Sportivo

Puoi arrivare da qualsiasi parte, dovunque tu desideri. Quei gabbiani che non hanno una meta ideale e che viaggiano solo per viaggiare, non arrivano da nessuna parte e vanno piano. Quelli invece che aspirano alla perfezione arrivano dovunque". "Voglio imparare a viaggiare in quel modo" disse Jonathan "dimmi cosa devo fare." Il vecchio gabbiano gli rispose: "tu devi innanzitutto persuaderti che sei già arrivato. Era l'inizio di una gara: aveva cominciato ad imparare. da Il Gabbiano Jonathan Livingston R. Bach

Premessa

Allenatore, Istruttore, Direttore, Dirigente, Tecnico, Animatore, Esperto, Insegnante, Professore, Operatore, Organizzatore, Psicologo, Pedagogista, Volontario, Educatore.

Tutte queste parole indicano qualità indispensabili per essere un buon Istruttore-Allenatore-Educatore, un buon Insegnante di tecniche esecutive sportive, un buon Educatore e un ottimo incanalatore dell'agonismo.

L'EDUCATORE-ISTRUTTORE-ALLENATORE

Dal Dizionario:

– **Istruttore**: persona incaricata di impartire determinate nozioni o di esercitare particolari attività e funzioni; colui che fornisce ai suoi allievi un complesso organico di nozioni mediante l'insegnamento o l'esercizio.

– **Istruire**: fornire nozioni tecniche mediante l'insegnamento.

– **Allenatore**: persona addetta all'allenamento di uno o più atleti.

– **Allenare**: dare, infondere lena, capacità, abilità mediante l'esercizio, preparare metodicamente ad una gara sportiva, esercitare le capacità motorie, tecniche e psicologiche degli atleti.

– **Insegnare le tecniche esecutive**: conoscere le tecniche e i metodi di insegnamento delle diverse discipline sportive.

– **Educatore**: maestro di cognizioni e di virtù.

– **Educare**: portare metodicamente ad un conveniente livello di maturità sul piano intellettuale e morale. Essere in grado di "tirar fuori" o "far balzar fuori" da ognuno il meglio" e tutti le persone non sono uguali.

– **Educazione**: evento che mira alla pienezza dell'individuo, all'unità dell'io, alla valorizzazione della ragione.

– **Educare l’agonismo:** educare al confronto leale e non allo scontro; educare alla sconfitta e alla vittoria, senza deprimersi o esaltarsi.

L’importante non è partecipare, ma confrontarsi e verificare quanto una persona vale. Purtroppo tuttora vige spesso il mito della vittoria, del superamento e dell’eliminazione dell’altro, l’emulazione tende sempre al risultato, senza esaltare il valore principale del confronto.

Educare alla sconfitta, senza deprimersi, ognuno vale ciò che è e se si perde significa spesso che l’altro è superiore. Perdere e migliorarsi è come vincere!

Educare alla vittoria è forse più difficile, ma non meno necessario che educare alla sconfitta.

Educare alla vittoria come alla sconfitta, è un’arte destinata a ricondurre l’uomo alla sua finitezza e, insieme, alla sua vocazione a trascendersi senza sosta.

“**Tendete ai carismi più alti**” (San Paolo) è molto significativo e ciascuno di noi deve cercare di migliorarsi continuamente.

– **Istruire-educando-allenando**, deve essere l’obiettivo principale dell’Operatore sportivo. Istruire, educando e allenando, significa non cadere nello schematismo, non scadere nella non educazione e nel nozionismo.

” **Mai il tecnicismo deve superare la persona!** “

E’ importante proporre una cultura dove educazione-istruzione ed allenamento sono in stretta simbiosi, occorre rivalutare il rapporto educatore-educando, occorre conoscere differenti metodi di comunicazione, non si deve apprendere solamente senza conoscere cosa si apprende.

E’ importante **credere nell’educazione** e nelle sue dimensioni:

– **formazione del carattere e della personalità:** autonomia nella responsabilità nella vita di tutti i giorni, credere nei valori e negli ideali, rispettare se stessi;

– **formazione della ragione e della volontà:** capacità di pensare “in grande”, pensare un qualcosa che si può realizzare;

– **formazione della mente e del cuore:** rivalutare l’affettività, voler bene e farsi voler bene, recuperare l’affettività, la spontaneità, la creatività, essere autorevoli e non autoritari, fare in modo di essere “attesi”, insegnare ad ascoltare.

Nell’istruire-educare-allenare, è importante rivalutare l’educazione, conoscere a fondo i fruitori dei nostri metodi di insegnamento (tutti i problemi derivano dalla non conoscenza reciproca), fare in modo che si instaurino rapporti affettivi ed educativi, rispondere ai bisogni e alle motivazioni.

E’ importante:

- conoscere a fondo ciò che si vuole insegnare (nel nostro caso una o più discipline sportive);
- insegnare bene per trasmettere una cultura autentica (educazione della mente e del cuore, ognuno si deve scoprire);
- promuovere la didattica che diventa cultura attraverso le proposte operative (e non attraverso il didatticismo, che è l’elencazione arida di esercizi e di nozioni);
- “firmare” i propri interventi, senza copiare dai grandi allenatori;
- credere di più in noi stessi e nel nostro modo di insegnare;
- essere dinamici, aperti;
- aumentare la propria autostima, non pensare di essere arrivati;
- >credere che insegnare ai giovanissimi in un Oratorio, in un C.A.S. o in una Società Sportiva è una cosa importante e non “un pressappoco”;
- fermarsi ogni tanto a meditare su ciò che è stato fatto e su quello che si farà;

- andare in crisi e poi riprendere con più entusiasmo;
- prendere posizione contro il cognitivismo e l'iperistruzione;
- esaltare l'educazione piena della persona.

"UN OPERATORE SPORTIVO DEVE ESSERE CIO' CHE PUÒ ESSERE E PUÒ' DIVENTARE CIO' CHE E' CAPACE DI DIVENTARE"

Nell'attività sportiva a livello giovanile e non, l'educazione si associa all'istruzione e in seguito all'allenamento e per riuscire a svolgere questa triade di funzioni è necessaria una figura carismatica dotata di una certa leadership.

" Istruire è molto importante, allenare è significativo, ma educare è fondamentale."

Educare, istruendo ed allenando, richiede una maturità tale che non si può acquisire in breve tempo, ne leggendo un libro o partecipando ad un corso di formazione per Istruttori o Allenatori e neppure assistendo a lezioni o allenamenti svolti da altri Operatori Sportivi.

Questa maturità si raggiunge attraverso l'esperienza, la tenacia, gli errori, l'autocritica, il confronto con gli altri, l'umiltà, l'arricchirsi continuamente imparando dagli altri ed ascoltando gli altri (basta averne voglia!).

Non si può insegnare a giocare se nella vita non so ha mai provato a giocare, non si può allenare se non ci si è mai allenati, non si può pensare di insegnare un gesto o un movimento se prima non lo si è provato, vissuto, interiorizzato e memorizzato.

Non si può allenare e migliorare la tecnica esecutiva di un gesto se prima non sono state educate e sviluppate le capacità senso-percettive, gli schemi motori e posturali, le capacità e le abilità motorie.

Anche se si conosce tutto della disciplina sportiva che si insegna e non si conoscono i diversi metodi di insegnamento adatti alle diverse età, non si può pensare assolutamente di essere dei buoni Istruttori, Insegnanti, Allenatori.

Per insegnare bene bisogna conoscere le persone a cui ci si rivolge sotto l'aspetto cognitivo, sociale, morale, affettivo, fisiologico, motorio, tecnico.

CHI NON SA INSEGNA E CHI SA NON INSEGNA" (G.B.SHAW)

Per essere in grado di insegnare, istruire, allenare, bisogna conoscere i diversi metodi di apprendimento e inoltre bisogna:

- conoscere le motivazioni e i bisogni dei fruitori dell'insegnamento;
- programmare gli interventi;
- essere sicuri di tenere alto il livello di attenzione;
- gratificare;
- creare delle motivazioni per apprendere continuamente;
- essere credibili, innovativi, leader e artisti dell'insegnamento;
- conoscere il proprio ruolo all'interno del gruppo;
- essere autorevoli e non autoritari;
- cercare di conoscere rapidamente il gruppo, leggerlo e gestirlo;
- essere in grado di comunicare bene (comunicazione differente da individuo a individuo, buon utilizzo della voce, linguaggio del corpo, delle mani, della mimica del viso, uso di linguaggi alternativi non verbali, trasmettere messaggi decodificabili, essere realisti);

- capire che allenare non significa solo insegnare le tecniche esecutive di un gesto o di una disciplina o affinarle, ma anche vivere assieme con le altre persone, stabilire dei legami affettivi, delle relazioni profonde che vanno al di là del puro gesto tecnico;
- accettarsi e farsi accettare;
- essere se stessi.

“Un buon Educatore deve trasmettere cultura (e non solo sportiva) ai suoi allievi, ai suoi atleti, ai suoi giocatori.”

Che cosa è la cultura?

La cultura è la sintesi armonica delle conoscenze di una persona, abbinate alla sua sensibilità e alle sue esperienze.

Che cosa è la cultura sportiva?

E' la sintesi armonica delle conoscenze di una persona, abbinate alla sua sensibilità e alle sue esperienze motorie e sportive.

Quali sono le Agenzie Educative che devono proporre cultura motoria e sportiva?

- la Famiglia
- la Scuola
- la Società Sportiva

I genitori, gli insegnanti e gli Operatori Sportivi devono trasmettere ai giovani una corretta cultura motoria e sportiva; fare bene il genitore, l'Insegnante e l'Operatore Sportivo è sicuramente difficile, ma lo diventa ancora di più quando siamo noi stessi a complicare la situazione, non interpretando nel giusto modo la funzione che ci siamo accollati.

Un buon Operatore Sportivo deve:

- essere in grado di comunicare bene e cercare di trasmettere ai suoi allievi, durante gli allenamenti e le partite, la carica e l'entusiasmo che ha dentro;
- alternare durante l'attività momenti di tensione e di distensione;
- essere sereno e creare un ambiente sereno;
- essere una persona colta e non solo nello sport;
- essere continuamente aggiornato sui problemi psico-pedagogici relativi alla fanciullezza, alla pubertà e all'adolescenza, al gioco, al gioco-sport e allo sport.

Un Operatore Sportivo che vuole insegnare agli altri, all'inizio, è sicuramente influenzato dalle sue esperienze passate da atleta o da giocatore, dai metodi "utilizzati" dai suoi Istruttori o Allenatori quando veniva allenato.

Potrà essere un calcolatore, un carismatico, un introverso, un ansioso, un insicuro, un autoritario, un autorevole, un flessibile, comunque qualunque sia la sua situazione iniziale, questa sicuramente migliorerà attraverso il continuo contatto con i ragazzi.

Prima di infondere sicurezza agli altri, un buon Educatore ha bisogno di assicurarsi!

Un buon Educatore per essere tale:

- deve essere paziente;
- non deve trasmettere ansia e stress;
- deve credere nella bontà del proprio lavoro;

- deve essere un modello tra i tanti modelli che il ragazzo, il fanciullo, l'adolescente incontrano durante l'età evolutiva e dai quali deve cercare di "prendere" quello che gli serve per formare il proprio carattere e la personalità.

Non si può pensare di insegnare o allenare se non si è in grado di trasformare continuamente il proprio metodo di insegnamento.

"Educare al gioco, educare e strutturare gli schemi motori di base, educare allo sport, allenare le capacità motorie e trasformare gli schemi motori in abilità motorie specifiche, educare alla competizione, all'agonismo e non all'antagonismo".

Dal Panathlon International

CARTA DEI DIRITTI DEL RAGAZZO NEL GIOCO E NELLO SPORT

- diritto di divertirsi e di giocare
- diritto di praticare lo sport
- diritto di beneficiare di un ambiente sano
- diritto di essere circondato e allenato da Istruttori competenti
- diritto di seguire allenamenti adeguati ai suoi ritmi
- diritto di misurarsi con ragazzi che abbiano le medesime probabilità di successo
- diritto di partecipare a competizioni adatte alla sua età
- diritto di praticare lo sport in assoluta sicurezza
- diritto di avere i giusti tempi di riposo
- diritto di avere la possibilità di diventare un campione, oppure di non esserlo

Non è assolutamente pensabile di "sagomare" i giovani secondo un modello stereotipato, si deve promuovere la loro creatività e la loro fantasia motoria, non dobbiamo ingabbiarli, bisogna aiutarli a scoprirsi, dobbiamo costringerli al pensiero, bisogna proporre "situazioni-problema da risolvere" e non fornire loro subito soluzioni predeterminate da ricordare e da eseguire senza pensare (logica applicata all'azione e al movimento).

"La didattica di insegnamento deve essere una provocazione al pensare, occorre passare dal semplice al difficile, dal conosciuto allo sconosciuto."

Grande è la differenza tra didattica e didatticismo.

Il didatticismo è una ricetta che non costringe a pensare, la didattica, invece, è animata dalla riflessione, dal pensiero, dalla meditazione e dalla verifica.

L'Educazione Motoria e Sportiva si attua nella didattica che deve rispettare i diversi ritmi di apprendimento degli allievi.

Un buon Istruttore-Allenatore-Educatore deve conoscere come si educano e sviluppano gli schemi motori e posturali, le capacità e le abilità motorie, la tecnica e i fondamentali della disciplina che insegna, deve pensare che i giovani non sono dei contenitori da riempire con esercizi, schemi e tattiche, ma sono persone che hanno diritto di decidere, di sbagliare, di provare a vincere e a perdere.

Un buon Operatore Sportivo:

- deve mettere la propria sapienza al servizio degli altri per "farli crescere";
- deve sapere che non ci vuole niente per diventare odiati da amati;
- non deve essere complicato;

- deve essere in grado di dimostrare, spiegare, correggere al momento giusto;
- deve essere simpatico, benevolo, serio ma nello stesso tempo amichevole.

Se un Operatore Sportivo “funziona”, i giovani avranno un grande rispetto per lui, si sentiranno a loro agio, apprenderanno bene, lo ammireranno e daranno il meglio di loro stessi e per essere in grado di operare bene occorre avere bravi Dirigenti, competenti, dinamici, fattivi, intraprendenti e con tanto buon senso.

UN OPERATORE SPORTIVO DEVE ESSERE CIO' CHE PUÒ ESSERE E PUÒ DIVENTARE CIO' CHE E' CAPACE DI DIVENTARE

CONCLUSIONI

Con questo mio intervento, spero, anzi sono certo di essere riuscito a “**mettere a fuoco**” con la lente della mia esperienza maturata prima come atleta, poi come Insegnante, Istruttore, Allenatore, Genitore, Educatore e successivamente come Formatore e Ricercatore, la figura dell'Operatore Sportivo e del suo splendido (se ben attuato) rapporto con gli allievi.

[Tweet “Il gioco, il gioco-sport e lo sport sono diritti primari per i bambini, per i ragazzi e per i fanciulli.”]

L'insegnamento del gioco, dell'avviamento alle discipline sportive e successivamente la pratica dello sport hanno bisogno di Educatori veri, competenti che aiutino a produrre “senza forzare la mano” e fin dove è possibile, non solo bravi giocatori o campioni, ma anche in futuro cittadini generosi, pazienti, audaci, forti, flessibili, intelligenti, creativi, disciplinati e ribelli contemporaneamente, attenti, coraggiosi, decisi, fieri e con una corretta cultura motoria e sportiva !