



## INCONTRO #1

- Sport individuali e sport di squadra (v. slide nell'Area Riservata)
- Caratteristiche attitudinali e mentali



- La dimensione di gruppo nello sci club (differenza tra gruppo e squadra)



- Dimensione di gruppo vs. dimensione individuale: allenare il passaggio dall'una all'altra
- Le categorie baby e cuccioli nel SALT (Sviluppo dell'Atleta a Lungo Termine): "nevicità" (0-6 scivolare, saltare, sterzare, ecc.), fondamentali dello sci (6-9) v. linee guide nell'Area Riservata



 Sport for Life



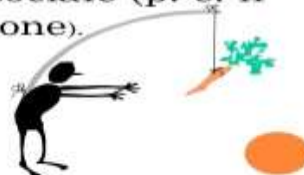
- Doveri e... diritti nello sci club
- I diritti del giovane atleta: la Carta dei diritti dell'Unesco (v. [Carta dei diritti del bambino nell'Area Riservata](#))

## INCONTRO #2

- La **motivazione** (focus tematico): Il ruolo dei genitori nell'avviamento allo sport e nell'accompagnamento alla pratica agonistica

## COS'E' LA MOTIVAZIONE

(psicol.) ogni fattore dinamico del comportamento, che indirizza le attività dell'organismo verso uno scopo: motivazioni primarie, quelle di natura fisiologica (p. e. la fame, la sete, il sonno); motivazioni secondarie, quelle di natura personale e sociale (p. e. il successo, la cooperazione).





definizione: dalla Scheda (01) **MOTIVAZIONE** (v. slide Area Riservata)

*La motivazione è l'interesse, più o meno vivo e forte, che noi abbiamo nel fare qualche cosa e nel raggiungere un obiettivo.*

*La motivazione è proporzionale al nostro obiettivo: se l'obiettivo perde di significato, sarà molto difficile raggiungerlo.*

*È necessario, quindi, **anche all'interno di uno stesso progetto**, trovare sempre nuovi stimoli, oppure ribaltare i propri obiettivi, o ancora cambiare prospettiva per mantenerli attuali.*

- Differenza tra **motivazione** e **clima motivazionale**. Chi determina questo secondo?

I genitori attraverso gli stimoli che propongono, le aspettative che manifestano e i riconoscimenti che danno, creano un determinato ambiente e determinano un certo clima motivazionale che trasmette ai bambini gli obiettivi e i valori ritenuti importanti e che può favorire lo sviluppo di un certo tipo di orientamento (v. sotto)



- Ruolo degli adulti (genitori, allenatori, ecc.) nello sport dei piccoli

#### **CODICE EUROPEO DI ETICA SPORTIVA (1992)**

I genitori, quali educatori e primi insegnanti delle regole di comportamento, per una crescita dei loro figli in un ambiente sano nel segno di una autentica cultura dei valori dello sport si impegnano a:

- ✓ Favorire la cultura del *fair play* ("gioco corretto")
- ✓ Evitare di alimentare aspettative fuori dalle loro possibilità (o comunque precoci, non realistiche)
- ✓ Mettere in risalto il piacere e la soddisfazione di praticare sport
- ✓ Far vivere ai giovani atleti un'esperienza sportiva che li educi ad una sana attività motoria, antepoendo la salute ad ogni altra considerazione
- ✓ Non esercitare pressioni indebite o contrarie al diritto del giovane di scegliere liberamente se e come partecipare
- ✓ Favorire un'esperienza sportiva che valorizzi le potenzialità dei propri figli nel rispetto delle loro esigenze primarie
- ✓ Evitare ogni forma di pressione anche psicologica favorendo un equilibrato sviluppo delle abilità psico-motorie



- ✓ Assumere, durante le competizioni, comportamenti coerenti per rappresentare un modello positivo

Il **clima motivazionale** è determinato dagli atteggiamenti degli adulti, attraverso le aspettative che esprimono, gli stimoli, i riconoscimenti e il modo in cui li valutano.

Quando un allenatore interagisce con gli allievi, sia in allenamento che in gara, fa delle scelte rispetto ai propri comportamenti ed alla comunicazione, e sono queste scelte che diventano elementi critici per il clima motivazionale.

- I 2 orientamenti per la motivazione: l'**orientamento sul COMPITO** (acquisire competenze, migliorare personalmente), l'**orientamento sull'io** (confronto con gli altri, bisogno di vincere)



Un **clima orientato sulla competenza** e sul compito si realizza quando l'allenatore riconosce l'impegno, sottolinea i progressi, valorizza il contributo di ciascun atleta e la collaborazione con i compagni

Il **clima è orientato sulla prestazione** e sull'io quando l'accento è posto sulla competizione: l'allenatore rimprovera per gli errori e per una prestazione scadente, dedica maggior attenzione agli atleti migliori e spesso stimola la competizione anche all'interno del gruppo.

#### **Il clima orientato sul compito**

- pone attenzione allo sviluppo delle competenze
  - riconosce l'impegno
  - valorizza il contributo di ciascuno
- pone enfasi sulla collaborazione con i compagni



### ***Il clima orientato sulla prestazione***

- *si concentra sul risultato*
- *non tollera errori e prestazioni scadenti*
- *concentra l'attenzione sugli atleti più bravi*
- *stimola la competizione all'interno del gruppo*

### ***Atleta orientato sul compito:***

- maggiore impegno
- attuazione delle strategie per il miglioramento
  - soddisfazione intrinseca
  - abilità fisica -> modificabile
  - minore attenzione al risultato

### ***Atleta orientato sull'io:***

- minore impegno
  - ansia elevata
- maggiori dubbi sulle proprie capacità
  - abilità fisica —> non modificabile
  - eccessiva attenzione al risultato