

UN “GRAMMELOT” DI APPUNTI SPORTIVI

"Lo sport è parte del patrimonio di ogni uomo e di ogni donna e la sua assenza non potrà mai essere compensata." Pierre de Coubertin

Premessa:

Da Wikipedia la definizione :

Il grammelot o gramelot (pronuncia incerta la voce forse è presa in prestito dal francese, ma d'origine imitativa e forse derivata dal [veneziano](#)) è uno strumento [recitativo](#) che assembla suoni, [onomatopée](#), parole e [foni](#) privi di significato in un discorso.

Probabilmente deriva dal francese grommeler (borbottare)

Perché' grammelot, perché' quello che troverete nelle pagine ,che spero andrete a scorrere,e' un miscuglio di pensieri miei e di altre persone che sono stati rivisti e in molti casi adattati per fornire delle risposte a molte domande in ambito sportivo .

Partendo dal significato di sport , vedendone le peculiarità' , esaminando poi le sue funzione educative applicate a scuola, famiglia ed oratorio.

In queste righe di assemblato ci sono solo le parole , che non sono prive di significato, anzi contribuiscono ad un discorso generale sullo sport.

Sport:

Sport ed oratorio:Pensare a strumenti che possano favorire l'alleanza educativa tra società' sportiva e oratorio per conoscere percorsi e progetti.

Sport ed scuola:Quali sono gli strumenti che possano favorire l'alleanza educativa tra società' sportive e scuola per conoscere percorsi e progetti, in Italia e in altri paesi.

Attività' giovanile:Identificare un'area(dai 10 ai 16 anni)con formazione dedicata.

La società' sportiva di oggi e di domani:promozione dello sport in oratorio e nelle scuole e la gestione delle infrastrutture.

Comunicazione/formazione:formazione e riconoscimento del ruolo degli addetti alla comunicazione nella società'.

In allegato troverete appunti per dei progetti relativi al settore minibasket e giovanile.

1. Lo sport come stile di vita

Il termine inglese «**sport**» indica, nell'uso comune, un'**attività in cui si esercitano e si mettono alla prova le proprie capacità fisiche**; in realtà il termine fa riferimento anche alla nozione di "gara", che si ingaggia con altre persone, e per il puro divertimento.

La pratica sportiva viene definita "agonistica" quando punta, più precisamente, ad una competizione vera e propria; tuttavia l'origine del termine esclude una competizione di natura diversa da quella messa in atto per **puro svago**: l'«agòne» indicava infatti l'adunanza pubblica in occasione dei giochi sportivi.

Anche l'origine del termine «sport» rimanda al puro concetto di "divertimento", "svago". Naturalmente, questo tipo di "svago" era considerato del tutto **funzionale alla cura del corpo** e, con esso, dello spirito: i giochi e le gare facevano parte – e ancora oggi così vanno considerati – uno **strumento fondamentale per garantire l'equilibrio di mente e corpo**, a sua volta fondamentale per l'edificazione del perfetto cittadino.

Non è un caso, poi, che le gare – olimpioniche e no – siano sempre state considerate il migliore modo di rendere una società coesa ed efficiente: nella "gara", nel suo senso più ampio e positivo, si celano gli aspetti più importanti di una società, ovvero la sublimazione dei conflitti tra le nazioni come tra le persone (come insegnano anche i grandi studiosi della società e della psicologia) e la coesione delle classi sociali.

A partire proprio dal contesto in cui la parola nacque, è importante oggi accostare – e mai tenere distanti – il concetto di "sport" e il concetto di "benessere", sia fisico che mentale. Se un tempo quello che chiamiamo sport era considerato ben più che uno svago, quindi, ma anche un preciso stile di vita che garantisse il giusto equilibrio tra il singolo individuo e la società in cui esso vive, è bene ricordare ancora oggi quanto lo sport, inteso in questo senso, possa essere d'aiuto per **vivere in armonia con sé stessi e con gli altri**.

Il "benessere", prima di indicare il vigore e la perfetta salute di un corpo, sta a indicare un certo grado di armonia tra il proprio corpo e quello degli altri – questo il senso, non solo simbolico, della "gara" con altri atleti.

Per ottenere questo, però, bisogna necessariamente raggiungere un **equilibrio interno**, consentito dalla preparazione atletica, anche elementare, quotidiana e non intesa in senso appunto "agonistico". Lo stile di vita "sportivo" è una **pratica salutare** che asseconda il sistema di funzionamento del nostro corpo: l'attività fisica può essere **rigenerante** se praticata di tanto in tanto, ma per garantire un adeguamento dell'intero corpo alle condizioni migliori di salute è necessario ricorrere all'abitudine sportiva.

L'abitudine consente, in generale, di rendere le parti del nostro corpo costantemente attive rispetto alle sollecitazioni esterne: per esempio, una costante pratica al pianoforte consente alle nostre dita di muoversi più agevolmente sui tasti, in proporzione all'esercizio che si effettua. Così anche per lo sport: una costante pratica fisica, quale l'allenamento, aumenta la reattività del nostro corpo ai nuovi sforzi e garantisce una sempre maggiore facilità degli esercizi.

La **costanza nello sport** consente quindi di raggiungere un grado di vigore fisico che nel tempo è sempre più facile mantenere; per questo motivo è consigliabile abituarsi allo sport piuttosto che ricorrervi in particolari momenti della vita. Una cosa è rigenerare il proprio corpo, altra cosa è mantenerlo attivo e in salute. La salute, come si dice, va curata nel tempo – con le buone abitudini.

La protezione del sistema cardio-vascolare, il controllo del peso corporeo, il rinforzo delle articolazioni e il controllo ormonale sono solo alcuni degli esempi che fanno dello sport il miglior modo per mantenersi in salute e persino per prevenire malattie.

La figura dell'atleta è, d'altro canto, il più valido esempio di come una vita regolata e una costante abitudine all'esercizio e all'allenamento possano costituire il **miglior modo di mantenersi in salute**. Inoltre nella figura dell'atleta si intravede l'immagine dell'uomo che aspira a conoscere i propri limiti e le proprie ansie, per superarli o controllarli, e che ben conosce le regole della società in cui vive.

L'atleta rispetta appieno, insomma, l'emblematica figura dell'uomo quale membro disciplinato di una società coesa e ben regolata.

Il nesso tra sport e salute diviene ancor più manifesto di fronte all'ampia gamma di esercizi ginnici che è possibile praticare per ottenere precisi benefici a livello corporeo, indicati dalle scienze motorie e in generale dalla medicina.

Lo sport e il suo decalogo:

Dieci punti semplici ma fondamentali per la formazione ed educazione non solo dei futuri atleti, ma anche dei futuri cittadini:

- Lo sport è divertimento: è la massima espressione del divertimento, libera la mente sia nella pratica sia nella passione;
- Lo sport è confronto: è di chi riconosce nel confronto e nella sfida leale un momento di crescita personale e collettiva;
- Lo sport è salute: è azione che attraverso la piena consapevolezza del proprio corpo genera salute e benessere;
- Lo sport è competenza: è acquisire le competenze necessarie per interpretare al meglio i, proprio ruolo e per modificarlo o adattarlo a nuove esigenze;
- Lo sport è sicurezza: è fiducia nei confronti delle Istituzioni che pensano, realizzano e curano le strutture a tutela di chi le utilizza;
- Lo sport è rispetto: assoluto del compagno di squadra, dell'avversario, dell'arbitro, del dirigente, del tifoso, dei luoghi, di se stessi e del proprio corpo;
- Lo sport è sostenibilità: è la responsabilità nell'uso di spazi e di risorse comuni, presuppone una coscienza civica e ambientale rivolte a una gestione ecosostenibile;
- Lo sport è impresa: è unire idee, energie e capacità di progettazione per una visione strategica che assicuri un futuro al proprio impegno;
- Lo sport è legalità: è pulito, chiaro e trasparente! Crea un ambiente sereno, combatte il doping e tutte le forme di violenza e dipendenza;
- Lo sport è integrazione: è per tutti, è parte integrante di una società multiculturale che cambia, favorisce l'integrazione, combatte i pregiudizi e abbatte le barriere

2. Valore dello sport:

Non sempre CIO' che è ideale collima con la realtà'. Alcune società' considerano importante creare gruppi coesi intorno all'unico obiettivo del risultato agonistico.

Altre partono dal concetto che il risultato non ha alcun valore e danno la priorità alla missione educativa ed alla valenza ludica dello sport. Una terza via potrebbe essere un misto fra le due scelte, l'importante è la scelta delle regole, come strumenti educativo, che siano valide alleate nel generare una promozione sportiva diversa e a misura d'uomo, che abbia una linea guida per uno sport consapevole e condiviso nei seguenti punti:

1) Accogliere tutti i ragazzi per quello che sono rispettandoli ed offrendo loro l'attenzione che richiedono ascoltandoli e valorizzandoli rendendoli protagonisti della propria crescita e della costruzione del proprio futuro.

2) Orientare affinché sia valorizzato il ruolo educativo dello sport, attraverso il superamento della logica del risultato, per arrivare ad un progetto che sia il punto di partenza per la costruzione di una via fatta di fiducia e responsabilità.

3) Accompagnare i ragazzi mettendo al loro fianco persone con presenza discreta ma autorevole con innate doti di ascolto e pronti ad offrire fiducia e consigli (siano loro allenatori o dirigenti).

4) Educare alla speranza, donando la capacità di non rassegnarsi davanti alle difficoltà coltivando l'attitudine di non sfuggire davanti alle proprie responsabilità.

5) Essere capaci di adattarsi agli interlocutori, in modo costante, in base al gruppo dobbiamo saperci rapportare entrando in relazione con ogni singolo ragazzo e con tutti gli adulti che interagiscono nell'attività. È altresì prioritario intessere relazioni con altre agenzie educative come la scuola o le stesse famiglie.

Dobbiamo rendere il nostro sport più inclusivo.

Ghandi esortava con questa frase:

“Sii tu il cambiamento che vuoi vedere avvenire nel tuo mondo”

3. Vocazione sportiva:

Un elemento fondamentale dello sport, dal punto di vista formativo, è la cultura dell'impegno. Oggi c'è una tendenza a voler cancellare completamente la parola "sforzo" dalla nostra vita.

Tutto dovrebbe essere facile. Si cercano ovunque scorciatoie per raggiungere qualche obiettivo. Pensiamo, ad esempio, a ciò che sta accadendo in una parte del mondo della televisione. Si è diffusa la convinzione che, per lavorare nello spettacolo, sia sufficiente partecipare a un "reality show", senza studiare seriamente ballo, canto o recitazione. La cultura dello sport può rappresentare una valida alternativa alla non-cultura del "Voglio tutto e subito, senza sforzarmi".

Nello sport l'impegno è fondamentale. Per arrivare al traguardo, sono necessari tanto sudore e tanto allenamento. Per questa ragione è importante educare i giovani allo spirito di sacrificio, che può essere trasmesso anche nella vita quotidiana.

a) L'incontro con gli altri

Un secondo aspetto educativo sta nella cultura dell'incontro con gli altri. Oggi, purtroppo, sembra scomparire l'antica cultura del cortile e della piazza, luoghi all'aperto in cui i bambini praticavano tradizionali giochi di gruppo, allegri e creativi (come, ad esempio, una simpatica partita di "lippa" tra amici).

Questi giochi e sport all'aperto erano parentesi di svago positive, in cui si stava insieme e ci si confrontava l'uno con l'altro. Non rappresentavano soltanto un'occasione di divertimento, ma soprattutto momenti educativi in cui ci si abituava ad agire con correttezza e a rispettare l'avversario.

Oggi, purtroppo, il tempo libero viene utilizzato in modo sempre più solitario e individualista. Per molti giovani, il migliore amico è il computer.

Il computer è sicuramente uno strumento utile, da non demonizzare. Ma ci vuole un giusto equilibrio in tutte le cose. A volte, sono troppe le ore che i ragazzi trascorrono davanti alla freddezza di uno schermo, tra videogiochi, navigazioni su Internet e conversazioni virtuali nelle chat. Un uso esagerato delle "piazze virtuali" (al posto delle piazze vere) rischia di generare un rapporto falsato con la realtà ed un ritardo nella costruzione di autentiche relazioni.

Lo sport è bello perché abitua ad un vero, sincero e genuino contatto con gli altri. In un mondo spesso dominato dagli incontri virtuali, può aiutare a costruire una migliore cultura del rispetto e dell'amicizia.

b) La gioia di arrivare ultimi

Oggi lo sport muove un tale giro di interessi che l'atleta, fin da bambino, si ritrova ad

essere al centro di meccanismi inaccettabili. L'imperativo non è più partecipare, ma vincere ad ogni costo.

Particolarmente soffocante è il clima che si è venuto a creare in alcuni ambienti del mondo del sportivo (soltanto alcuni, fortunatamente). Un tempo i bambini frequentavano le loro prime squadre con allegria e serenità, per il semplice piacere di stare insieme e giocare una partita.

Oggi non è più così, dal giorno in cui iniziano a praticare sport, hanno già tutti gli occhi puntati addosso. Vivono un'atmosfera di pressione terribile, soprattutto se qualcuno comincia a intravedere la possibilità della nascita di qualche "campioncino".

Gli allenatori, prima ancora di essere allenatori in campo, dovrebbero esserlo nella vita. Ma, purtroppo, alcuni di loro rischiano di cadere nell'errore di trasmettere agli allievi una mentalità cinica ed arrivista: dai trucchi per ingannare l'arbitro a quelli per innervosire l'avversario.

Non meravigliamoci, poi, se esistono fenomeni tristi come quello del doping. Certe derive sono proprio figlie di questa mentalità scorretta ed anti-sportiva.

È giunto il momento di fare un passo indietro e riuscire a ritrovare il significato più autentico dello sport, come momento di incontro, di dialogo, di respiro gioioso e libero. I giovani hanno il diritto di praticare lo sport serenamente, senza pressioni e senza l'obbligo di diventare campioni ad ogni costo. Hanno il diritto di arrivare ultimi, con gioia, sapendo di aver giocato la loro partita in modo leale e rispettoso dell'avversario.

c) Il rispetto delle regole

Lo sport può avere una funzione educativa importante per i ragazzi, abituantoli a rispettare regole e comportamenti precisi. In alcune situazioni del mondo di oggi sembra trionfare la libertà di fare tutto senza pensare troppo agli altri. Pensiamo, ad esempio, ad alcuni episodi di bullismo, di violenza e di vandalismo che hanno riempito le pagine dei giornali.

Certi episodi, ovviamente, non rappresentano lo specchio della gioventù di oggi (che è certamente migliore) ma devono ugualmente farci riflettere. Se i giovani non vengono educati al rispetto delle regole rischiano di finire... in fuori gioco.

Lo sport, con le sue regole, può rappresentare una grande opportunità formativa per i giovani. Li può aiutare a costruire una sana cultura della convivenza e del rispetto degli altri, all'insegna di quella sana cultura del limite che dovrebbe essere alla base di ogni civiltà.

Un corretto percorso di educazione al movimento fin dalla prima infanzia, non solo favorisce un idoneo sviluppo fisico, garantendo l'integrità e la corretta funzionalità dei diversi apparati e organi, ma assicura una migliore e completa strutturazione dell'immagine di sé'.

Nella Scuola Primaria l'Educazione Fisica trova la sua naturale collocazione nel gioco e nel giocosport, contenitori principali dei processi di apprendimento e attraverso l'attività motoria e sportiva, il bambino sperimenta e concepisce gli aspetti della vita reale.

Contemporaneamente ai processi di sviluppo cognitivo e affettivo, attraverso il gioco, il bambino sperimenta momenti di socializzazione, intesa come apprendimento delle regole attraverso le attività ludiche, di condivisione e di confronto.

Il corpo entra nella scuola, assumendo importanza non solo come fisico da educare e potenziare, ma come strumento di conoscenza, di espressione e comunicazione tra le persone.

La Scuola Primaria Lo sport può contribuire ad affrontare e risolvere le problematiche educative, nella misura in cui valorizza la sua dimensione formativa e collabora con le grandi agenzie educative che sono la famiglia e la scuola.

Oggi entrambe sono messe in discussione: da una parte la famiglia rischia di perdere la propria identità (vedi quanto riportato, in adolescenti oggi) e di lasciarsi scappare la possibilità di educare; infatti, troppo spesso delegano questo compito e mirano più all'apparenza che alla sostanza.

Dall'altra parte la scuola talvolta dimentica il vero fine dell'educazione integrale dei ragazzi e si ferma al risultato prodotto, dando una votazione al comportamento/studio dei ragazzi che già vivono nel proprio disagio.

Prendiamo in considerazione, l'agenzia per eccellenza educativa, la scuola, e l'oratorio da sempre ente educativo.

Sport e Scuola.

Poco sport e tanti progetti: la fotografia dell'educazione fisica nella scuola italiana

Tutti le ricordiamo, le due ore di educazione fisica a scuola, quel gentile supplemento alla ricreazione che due giorni a settimana ci veniva offerto, dalle elementari alle superiori. Dello sport giusto l'ombra. Qualcuno giocava a calcetto, altri se ne andavano a fumare, altri ancora, i più secchioni, le usavano per ripassare per l'interrogazione dell'ora successiva, i più sfortunati avevano un docente convinto di essere un istruttore dei Marines, che li sottoponeva a esercizi noiosi, faticosi e, sotto il profilo sportivo agonistico, sostanzialmente inutili.

Ci sono Paesi in cui i campioni escono fuori dalle scuole, l'Italia non è tra questi. Il sistema americano è un mito (nel senso classico del termine), una chimera irraggiungibile, un modello che non possiamo seguire. In Italia si fa fatica a trovare aule e banchi per studiare la grammatica, figurarsi campi da calcio o palestre attrezzate. Ma esistono altre forme di

integrazione, sperimentate in Paesi anche più piccoli del nostro, capaci di dare risultati eccellenti.

Programmi di reclutamento delle varie federazioni, gestiti dalle società sul territorio, ma con un impegno centrale preciso. Servono progettazione e fondi per realizzarli, ma ne vale la pena. Senza arrivare agli eccessi della Cina, dove fare sport è quasi peggio che arruolarsi nell'esercito, la Gran Bretagna ha saputo creare campioni dal nulla in preparazione alle Olimpiadi di Londra. **Lizzie Armitstead**, nel 2004, era solo una 16enne che frequentava la Prince Henry's Grammar School quando fu scoperta dalla federazione del suo Paese. Quattro anni dopo primeggiava nelle gare internazionali di ciclismo su pista, nel 2012 ha vinto una medaglia d'argento olimpica nella prova in linea su strada. Una ragazzina messa sui blocchi per testare la potenza delle sue gambe, era diventata una campionessa.

In Italia non succede quasi mai. I tornei scolastici sono di livello bassissimo, teoricamente riservati soprattutto ai chi non è affiliato a questa o quella federazione (anche se spesso il limite dei tesserati viene disatteso), non ci si allena, si gioca e basta, non c'è educazione né formazione. Le iniziative delle varie società sono sporadiche e quasi sempre spontanee, non progettate dall'alto. Non c'è un lavoro di scouting vero e proprio, si cerca di far numero così come capita, e, qualche rara volta, magari si trova il campioncino

La scuola, così come è strutturata nel nostro paese, non dedica molto tempo e soprattutto adeguate infrastrutture all'attività motoria, ad iniziare dalla primaria. Con la "Buona Scuola" si era prevista una massiccia rivalutazione inserendo i professionisti del settore. Non so se questo progetto sia effettivamente partito, ma sarebbe già un passo importante.

Alcuni scoprono le attività sportive dalle lezioni e poi si appassionano, altri che credono, o sono stati indotti a credere, di essere negati, trovano nella scuola qualche attività che li soddisfa e la perseguono. Altri ancora sono già strutturati e sono iscritti a società sportive, partecipano ad allenamenti e competizioni. Durante le lezioni si lavora tutti insieme, giustamente, perché si impara anche per imitazione, emulazione, condivisione, collaborazione tra pari.

In altre nazioni lo Sport giovanile non è demandato ad agenzie esterne, ma è l'istituzione educativa centrale che se ne occupa. In Italia non è il MIUR direttamente ad occuparsi dello Sport in età evolutiva, ma sono il CONI e gli enti di promozione sportiva. Questo, a volte, implica che alcuni giovani tesserati siano esclusi perché non sufficientemente competitivi, con rischio di abbandono verso la pratica agonistica per i quali è difficile sostituirla con attività più semplicemente ludiche. Questi enti hanno obiettivi chi selettivi chi inclusivi come dovrebbe avere la scuola nella sua missione educativa e formativa.

Per chi, invece, ama praticare attività ma non trova spazi nelle squadre agonistiche, sarebbe necessario un intervento istituzionale maggiore, ciò che la categoria chiede da anni, che si concretizzerebbe in disponibilità di impianti e personale specializzato che segua questi studenti i quali, spesso e sempre di più, hanno anche bisogno di sollecitare le capacità motorie di base che una volta si sviluppavano con il gioco spontaneo, ma che oggi sono sempre più carenti nei nostri ragazzi e ragazze, a volte assorbiti dalla scuola fin dalla primaria con una mole di compiti esagerata, invasiva, che preclude una crescita equilibrata della personalità.

Nelle più prestigiose università americane e non solo, il connubio attività sportiva e studio è sempre stato tenuto in ottima considerazione mentre la scuola italiana, Si ha ancora una visione dicotomica mente vs corpo, dove il secondo ha valore inferiore

Siamo messi male.

E' un vero miracolo che gli italiani conquistino medaglie d'oro. I sacrifici dei genitori che seguono i figli nelle discipline sportive a livello agonistico sono enormi sia in termini di tempo che di denaro. La scuola poi e' quasi nemica dello sport

Nella scuola di Gregorio Paltrinieri, ovvero l'aut aut fra scuola e sport

Ha suscitato molto dibattito in questi giorni il post scritto da un'insegnante, di scienze motorie, [Emanuela Zibordi](#), che a luglio è stata nella commissione per la maturità nel liceo frequentato da Gregorio Paltrinieri, classe 1994, oro a Rio nei 1500m (il post ha oggi oltre 2.600 like). **«Una collega mi raccontava le reazioni di alcuni docenti di fronte alla sua scelta di impegnarsi per il nuoto, del tipo: "...ma cosa vuoi che riesca ad andare alle Olimpiadi!"»**. A tutti i colleghi che pensano che i propri studenti «siano come i dipendenti di una fabbrichetta, che devono fare solo ciò che l'insegnante ritiene che sia giusto secondo un modello quanto meno discutibile, chiedo di essere un po' più intelligenti, aperti e contenti che qualcuno di quelli trovi soddisfazione di ciò che fa, a cominciare da chi desidera continuare a giocare a calcio nella squadra del paese, a quello che vince un medaglione d'oro. I ragazzi e le ragazze si aiutano a crescere anche così», scriveva la professoressa. **Nei commenti, tanti hanno denunciato l'ostilità di alcuni docenti verso lo sport, anche con umiliazioni pubbliche.** «Alcuni genitori e studenti la tengono opportunamente nascosta, altri ancora mentono, comunicando la sospensione dell'attività che, invece, continua tranquillamente: in questo ultimo caso i risultati delle valutazioni scolastiche diventano più benevoli, con buona pace dell'ipocrisia e dell'ottusità educativa». Tanta attenzione ha spinto la professoressa Zibordi a [una riflessione più articolata, pubblicata sul suo blog](#). La prof individua due problemi nel rapporto tra scuola e sport in Italia oggi: il primo è quello di ragazzi che praticano a livello agonistico che sono ostacolati dal sistema scolastico rigido e poco attento ai loro bisogni, il secondo è dato da quelli che vorrebbero praticare, ma vengono esclusi perché non corrispondono ai rispettivi standard competitivi.

«Insegno da 40 anni, anch'io ne ho sentite di tutti i colori, da parte di studenti, di genitori, di colleghi. Non pensavo, però, che il problema fosse così diffuso. **Pochi sono i docenti illuminati a fronte di una massa che è convinta che la scuola debba essere l'unica agenzia educativa in grado di dare una prospettiva futura agli studenti. Questo vale per tutto ciò che sta al di fuori: musica, volontariato, attività varie, strutturate e non, formali, non formali.** [...] Non è bello sentire che la categoria dei docenti venga ricordata come quella che impone per autorità le rinunce ad attività altrettanto educative come lo sport, addirittura apostrofandole come inutili o paradossalmente dannose. Ci deve essere equilibrio ed attenzione nel riconoscere le aspirazioni di ciascuno studente, aiutarli a raggiungere i traguardi anche con un'organizzazione più flessibile e una forte motivazione. In questo, anche le nuove tecnologie ci possono venire in aiuto, come ad esempio la solidarietà in rete che già avviene tra gli studenti, di cui alcuni docenti non hanno nemmeno percezione, o con strategie di gamification per attivare stimolanti learning game. Queste tecniche stanno entrando nei processi educativi e sarebbe veramente ora che si procedesse ad uno svecchiamento, ad un profondo restyling della scuola, cominciando a stigmatizzare certi atteggiamenti anacronistici, purtroppo, molto diffusi».

Rio 2016, giù il sipario. Il giorno dopo la chiusura delle Olimpiadi, con negli occhi le immagini di quella esultanza pulita, del traguardo e della fatica, di tanti atleti, italiani e no, sembriamo tutti attraversati dalla piacevole consapevolezza del ruolo che lo sport può avere nell'educazione dei ragazzi. Ma cosa resterà dopo? Ecco un piccolo viaggio fra riflessioni, spunti e promesse, mantenute o applicate lo vedremo nel tempo.

Il ministro Giannini: 140 milioni in più per lo sport a scuola

*«I valori dello sport, ogni giorno in vetrina e in diretta in questo mese, non si dissolveranno. Noi cercheremo di farli entrare nelle vite dei nostri ragazzi e nelle nostre scuole, che sono la prima palestra di vita. Il primo obiettivo è che lo sport sia sempre più e meglio diffuso nelle attività scolastiche curricolari, a partire dalla scuola primaria». Ci proponiamo di raggiungerlo quest'anno, con risorse nuove e misure concrete: **140 milioni di euro per aumentare le ore di pratica sportiva per tutti, con una particolare attenzione ai bambini diversamente abili, per incrementare la partecipazione degli studenti alle gare sportive regionali e nazionali, per migliorare le palestre esistenti e costruirne di nuove, per sostenere i nostri alunni atleti con sperimentazioni didattiche, che consentano loro di raggiungere il diploma senza dover rinunciare al sogno sportivo.***

*Nei prossimi giorni lanceremo anche il bando annunciato la settimana scorsa (per l'allargamento in tutta Italia di [Scuola Al Centro](#), il progetto per l'apertura delle scuole in orario extrascolastico, ndr): **240 milioni di risorse strutturali per il triennio 2017/2020, per garantire ai ragazzi di 6.000 scuole che si trovano nelle aree più difficili, nelle periferie, geografiche e sociali, 240 ore in più all'anno per rafforzare e migliorare la loro formazione scolastica, là dove la scuola è il luogo principale di aggregazione sociale e di possibile riscatto. In questo pacchetto innovativo, abbiamo voluto dare uno spazio speciale a sport e attività motoria: 60 milioni su 240, per 60 ore in più. Con altri 74 milioni potenzieremo le***

attrezzature e gli impianti dei licei sportivi, costruiremo nuove palestre nelle aree metropolitane, in cui è prevista l'apertura pomeridiana e il coinvolgimento degli studenti e delle associazioni sportive nella gestione degli spazi. Questi sono i nostri impegni e i progetti dedicati allo sport a scuola, in questa estate dedicata allo sport olimpionico».

Secondo Paese al mondo per obesità infantile, dopo gli Stati Uniti; altissimo tasso di «drop out» (di abbandono, cioè, di ogni pratica sportiva) dai 13 anni di età e picchi a 17 e 18; adolescenti tre volte più sedentari rispetto ai coetanei europei, con una percentuale tra l'80 e il 90% che si dedica ad attività fisiche soltanto a scuola. I numeri sull'attività motoria in Italia sono desolanti. Lontani dalle ambizioni comunitarie: forma fisica e salute richiedono **almeno un'ora di movimento al giorno**, suggeriscono le linee guida della Ue. La letteratura scientifica dice che sei ore di attività fisica alla settimana riducono rischi cardio vascolari nei ragazzi; che forza muscolare, resistenza e forza delle ossa migliorano con 200 minuti di attività nei sette giorni. E una ricerca condotta su 5mila giovani britannici ha dimostrato che i ragazzi che fanno esercizio fisico hanno migliori risultati agli esami, specialmente in quelle materie in cui il cervello deve funzionare al massimo, come matematica e scienze.

I medici sono in allarme. Tanto da aver dedicato gli **Stati generali della Pediatria** (il prossimo 20 novembre) al tema: «Il bambino, l'attività motoria e lo sport». Con un appello alla scuola: l'educazione fisica sia pervasiva. Approccio allo sport, ma anche stile di vita, modo di stare in classe. Coinvolga le famiglie e l'alimentazione. «Bisogna trovare soluzioni flessibili, soprattutto nelle primarie, dove si può intervenire più facilmente - è convinto **Giovanni Biondi, presidente Indire** (Istituto di Documentazione, Innovazione e Ricerca del Miur), che al convegno parlerà di educazione fisica nei curricula e negli orari delle scuole dei Paesi europei. Tanto più attenti di noi, che alla materia dedichiamo a stento il 7% del monte ore scolastico. La Francia il doppio. «E se non si può fare tutto a scuola, soprattutto alle secondarie, dove l'orario scolastico è definito - dice - guardiamo a esperienze come quelle della Slovacchia, dove i bambini ricevono voucher dal ministero dell'Educazione per supportare economicamente attività sportive extracurricolari».

*Poi il progetto per invitare gli alunni delle superiori a pensare sì allo studio, ma anche a non abbandonare le attività sportive. E il rinnovato accordo di collaborazione tra **ministero dello Sport, Miur e Coni** per la promozione dello sport alle elementari. Con un corredo consistente: 7milioni e mezzo da Coni, 2 e mezzo dal Miur, 3 e mezzo da ministero dello Sport. Serviranno a rilanciare il progetto di «alfabetizzazione motoria», la sperimentazione triennale varata nel 2010, che ha coinvolto 500mila bambini, 25.600 classi, 2600 esperti del Coni che hanno affiancato (e da gennaio riprenderanno a farlo) gli insegnanti delle primarie per realizzare attività dedicate a questa fascia d'età. E tutto questo per supplire a un piano di educazione motoria che nel primo ciclo di studi manca. «Nel nostro statuto la parola "scuola" non esiste - ha attaccato il **presidente del Coni Giovanni Malagò** - Ma siccome lo Stato è rimasto molto indietro dal dopoguerra ad oggi, chi fa il mio mestiere deve aiutare a portare lo sport nella scuola». La proposta di un docente "specialista" da inserire nell'organico scolastico, per l'educazione motoria venne bocciata per i costi: due*

ore a settimana d'insegnamento, per 11mila insegnanti avrebbero significato per lo Stato un impegno economico di 250 milioni di euro.

Quell'ora di speranza per lo sport a scuola

Dunque, cade un piccolo muro e bisogna festeggiare: lo sport entrerà a far parte della didattica e quindi della vita di uno studente italiano fin dalla scuola primaria, le elementari. Sembra niente, per i più distratti forse è addirittura una sorpresa: ma che, non si faceva già educazione fisica alle elementari? No, non si faceva, non si fa, in Italia no. Si fanno altre cose, quasi tutte sovvenzionate dai contributi delle famiglie: teatro, laboratori di movimento, ginnastiche varie, cose così. Lo sport, no. Bisogna aspettare le medie, e sperare che la scuola scelta abbia una palestra e insegnanti decorosi, altrimenti ci si arrangia come si può: nei cortili, nei parchi, in strutture esterne, una bella sudata tra un tema di italiano e una lezione di scienze.

Adesso lo sport e' materia curriculare dalla primaria, dal secondo anno, con insegnanti pagati dallo Stato e non dalle famiglie, preparati (si spera) per assolvere un compito educativo che solo l'Italia, in Europa, ha trascurato per decenni, con il risultato di sprofondare all'ultimo posto nelle statistiche sulla pratica sportiva e ai primi in quelle sull'obesità infantile. Certo, si sta parlando di un'ora alla settimana, che è poco, troppo poco. Ma sempre molto più dei frammentari e propagandistici programmi di alfabetizzazione motoria sbandierati negli anni scorsi dal Miur in collaborazione col Coni: una spolverata di educazione fisica seminata a pioggia nelle scuole elementari del paese, con fondi ridicoli e copertura del territorio minima (il 15% circa) e arbitraria. E comunque, questo è un'inizio, non può essere altro che un inizio.

Progetto: Educazione Fisica e giocosport Minibasket nella Scuola Primaria (alcune considerazioni del Prof. Mondoni)

Premessa

L'importanza del movimento, del gioco e del giocosport nel processo di crescita dei bambini, è fondamentale, perché sono entrambi comportamenti naturali sin dall'infanzia e con l'inizio della scuola sono emarginati e confinati alla "ricreazione" e dopo lo studio, se c'è tempo.

Il ruolo del gioco dovrebbe, invece, avere un maggior peso nei primi anni di vita e di scuocorretta interazione individuo-ambiente. la, perché il movimento, attraverso il gioco, condiziona sia i futuri apprendimenti, sia l'acquisizione delle capacità e delle abilità motorie, che rappresentano il presupposto per una corretta interazione individuo-ambiente.

L'età che coinvolge i bambini della Scuola Primaria presuppone la conoscenza del proprio corpo, in relazione allo spazio e al tempo e ciò determina un differente intervento nell'approccio delle diverse attività motorie che si propongono.

Il giocosport (dalla terza classe in avanti) è lo strumento attraverso il quale sono approfonditi e consolidati tutti gli schemi posturali e motori di base, migliorate le capacità coordinative e condizionali in una reale situazione ludica, che porta il bambino a integrare nell'attività stessa tutti gli stimoli ricevuti.

L'apprendimento motorio, in questa fascia d'età, passa attraverso l'offerta di situazioni vicine alle loro aspettative sportive.

La proposta del giocosport permetterà ai bambini di identificarsi secondo le loro potenzialità e preferenze, coinvolgendoli sotto l'aspetto cognitivo, emotivo, sociale e motorio.

I contenuti didattici della Scuola Primaria sono identificabili con i seguenti obiettivi generali da raggiungere:

- sviluppo e miglioramento delle capacità senso-percettive;
- consolidamento degli schemi motori e posturali;
- sviluppo delle capacità e abilità motorie (linguaggio corporeo ed espressività);
- conoscenza e avviamento al gioco e ai giochiport;
- capacità di comunicazione.

Gli obiettivi specifici da raggiungere sono:

- conoscere e padroneggiare il proprio corpo nello spazio e nel tempo;
- *conoscere gli attrezzi con cui si gioca;*
- conoscere alcune regole fondamentali per praticare i giochiport.

Il Progetto

Il Progetto "Educazione Fisica e giocosport Minibasket", costruisce un percorso educativo (concordato, programmato, valutato e verificato "in itinere" assieme agli altri Insegnanti), nel quale l'Educazione Fisica e il giocosport Minibasket diventano progressivamente:

- benessere psicofisico da utilizzare in tutti i momenti della vita scolastica;
- momento di confronto;
- diffusione di una corretta cultura motoria;
- strumento di attrazione e di interesse per gli alunni/e;
- strumento di diffusione dei valori positivi dell'Educazione Fisica, del gioco e del giocosport Minibasket;
- strumento di lotta alla dispersione scolastica.

Il progetto (a partire dalla terza classe), inserito nel P.O.F., sotto la direzione e la conduzione di un Insegnante di E.F. o di un laureato in Scienze Motorie (competente in ambito Minibasket), si articola in interventi in orario curricolare (lezioni di Educazione Fisica) o extracurricolare (attività pomeridiana) e si propone le seguenti finalità:

- educazione delle capacità senso-percettive;
- educazione e sviluppo degli schemi motori di base e posturali;
- educazione e sviluppo delle capacità e abilità motorie;
- collegamento tra la motricità e gli altri apprendimenti culturali;
- sviluppo delle caratteristiche morfologiche e biologiche individuali;
- educazione e avviamento dei bambini al giocosport Minibasket.

Prodotto finale atteso

Oltre al raggiungimento degli obiettivi educativi e didattici, sarebbe interessante organizzare al termine degli interventi concordati con gli Insegnanti, una giornata dedicata all'Educazione

Fisica e al gioco-sport Minibasket, organizzando percorsi in palleggio, gare di tiro, di passaggio e minipartite 3 contro 3.

Inoltre potranno essere esposti tutti i disegni e le composizioni scritte che i bambini hanno prodotto durante l'anno, relativi al gioco-sport Minibasket.

Perché poi, ecco, solo un pazzo potrebbe pensare che il problema dello sport a scuola si risolva colmando lo scandaloso vuoto nella primaria. I ragazzi si avvicinano allo sport da bambini, poi ci si appassionano da preadolescenti, nel breve e intenso interregno delle medie, quando si capiscono le attitudini, si scelgono le discipline, si capisce a cosa, quanto e dove giocare. Ma è dal liceo in poi che il disastro italiano diventa completo, per ragioni strutturali e culturali assieme, una miscela infernale che favorisce, incentiva quasi l'abbandono della pratica sportiva. E' al liceo che le strutture e il sostegno dello stato diventano inesistenti, fare atletica o nuoto una missione impossibile e costosa, ed è al liceo che tanti ragazzi si sentono dire da insegnanti e presidi che non c'è tempo da perdere con lo sport, che lo studio pretende abnegazione, che per eccellere bisogna scegliere e non c'è spazio per tutto, che un'ora alla settimana al pomeriggio va bene, ma di più proprio no. È nella fascia d'età tra i 14 e i 20 anni che l'Italia abbandona del tutto l'idea che lo sport sia necessario e prezioso, facendolo diventare invece marginale e indesiderato.

L'Italia deve fare un viaggio molto lungo per colmare la distanza che la separa dagli altri paesi europei, Francia, Germania e Inghilterra su tutti, nei quali l'attività sportiva studentesca è non soltanto incoraggiata, ma molto spesso rappresenta uno dei parametri per la valutazione dell'eccellenza di un istituto. L'ora di sport nelle scuole elementari fa un po' sorridere, certo, rispetto ai programmi di educazione sportiva della scuola primaria francese, con le sue 3 ore alla settimana (108 in un anno), la multidisciplinarietà per far conoscere tutti gli sport ai bambini, le convenzioni obbligatorie con le società sportive imposte alle scuole per le attività pomeridiane, sempre gratuite. Ma è meglio di niente, questa ora, è meglio di prima. È un segnale, è un piccolo mattoncino a cui aggrappare la speranza di un futuro migliore. A condizione che tutti, sappiano e dicano che è soltanto il primo passo. E che ne facciano altri, presto.

Alcuni esempi dello sport fatto nelle scuole:

a) Lo sport a scuola: il modello francese

“Non è solo la salute a stare meglio, abbiamo notato che dopo aver fatto sport, dopo esserci divertiti, anziché essere stanchi, abbiamo ancora più energie, siamo pronti ad iniziare il lavoro in classe. Il nostro umore, il nostro morale è ottimo!”.

Come per tutti i ragazzi del mondo, anche per quelli francesi le ore di “educazione fisica e sportiva” (questa la sua denominazione) costituiscono un momento di svago, molto atteso all’interno della a volte troppo noiosa settimana scolastica. In pochi, però, soprattutto tra i più piccoli, sono coscienti che questi attimi potrebbero costituire il primo passo verso una carriera da atleta di alto livello.

Le scuole elementari francesi prevedono tre ore settimanali di EPS, per un totale di 108 ore all’anno, ritenute fondamentali per *“lo sviluppo delle capacità motorie e la pratica di attività fisiche e sportive, per l’educazione alla salute, la conoscenza del proprio corpo, l’educazione alla sicurezza, alla responsabilità, all’autonomia, ai valori morali e sociali come il rispetto delle regole, il rispetto di sé stessi e degli altri”*.

Ma, come sottolineato dallo stesso Ministero dell’Educazione, questa materia scolastica *“gioca anche un ruolo fondamentale nell’accesso dei giovani allo sport”*. Diverse attività sono organizzate ogni anno alle scuole elementari, in quegli anni che sono fondamentali per l’apprendimento scolastico, ed anche sportivo.

Secondo il Ministero tutte le scuole elementari devono avere quattro obiettivi, attraverso di una serie di sport ben esplicitati dai programmi ministeriali:

- realizzazione di performances nel nuoto e nell’atletica, i due sport di base, secondo standard adatti all’età dei ragazzi;
- adattamento ai diversi ambienti attraverso l’orientamento, l’arrampicata, il ciclismo, il pattinaggio (rotelle o ghiaccio) o attività simili, e, secondo le risorse locali, equitazione, sci, vela, canoa kayak ecc...
- attività di cooperazione e di opposizione individuale o collettiva, attraverso sport di combattimento, di racchette e di squadra, anche sotto forma di giochi tradizionali;
- attività a fini artistici, estetici ed espressivi, come la danza, la ginnastica artistica e le attività circensi.

Questo programma parte dalla convinzione che attraverso lo sport e l’attività fisica si possono acquisire nuove conoscenze, non meno di quelle che si ricevono dai libri.

In aggiunta alle 108 ore annuali di EPS, ogni scuola elementare deve poi essere dotata di un’Associazione Sportiva Scolastica, che dia l’accesso ai propri studenti a tutte le attività sportive disponibili, almeno a partire dal secondo anno, e che svolga un’azione complementare alle ore curricolari. I ragazzi che si iscrivono possono così partecipare ad incontri e competizioni con le altre scuole.

A partire dalla scuole medie (collège) il funzionamento non cambia di molto, tranne per il fatto che le ore settimanali di EPS diventano 4, per un totale di 144 ore all’anno. Le

associazioni sportive scolastiche sono riunite in due federazioni: l'USEP per le scuole elementari e l'UNSS a partire dalle scuole medie.

Il Ministero dell'Educazione collabora strettamente con quello dello Sport e quindi con le federazioni e le associazioni sportive nazionali *“per sensibilizzare i giovani e mobilitare la comunità educativa”*. In questo modo, viene data la possibilità alle scuole di assistere alle più importanti manifestazioni sportive, come è stato fatto, ad esempio, con gli Europei di atletica a Barcellona nel 2010, con i vari appuntamenti di sport invernali in Francia e con gli Europei di nuoto in vasca corta nel 2012 a Chartres. Per i prossimi anni, gli eventi ai quali è prevista la partecipazione delle scuole sono i Mondiali di ping pong 2013, gli Europei di basket femminile 2013, i Giochi equestri mondiali 2014, i Mondiali di canottaggio 2015, i Mondiali di rugby 2015 in Inghilterra e gli Europei di calcio nel 2016. Un passaggio obbligato tutti gli anni è poi quello del Tour de France, nelle città che ospitano la corsa a tappe più famosa del mondo.

Vengono inoltre organizzate attività su scala nazionale che coinvolgono tutte le scuole. Alcuni programmi messi in pratica negli ultimi anni sono: *“Il calcio delle principesse”*, per la promozione del calcio femminile, con la testimonianza delle giocatrici della nazionale francese; l'operazione *“scuolarugby”*, per promuovere la pratica e la conoscenza del rugby in vista dei Mondiali 2015 in Inghilterra; l'operazione *“Educ'Ping”*, per promuovere il ping pong in vista dei Mondiali 2013 di Parigi e per far conoscere la cultura cinese ai ragazzi. Frequenti sono poi gli incontri ai quali le scuole possono partecipare con i campioni dello sport francese.

Ogni anno viene infine organizzata la giornata dello sport scolastico, *“destinata a far conoscere e a promuovere le attività delle associazioni e delle federazioni sportive scolastiche tra gli studenti, tra gli insegnanti e tra i genitori”*.

“Non è solo in classe che possiamo imparare a lavorare con gli altri. Quando giochiamo a pallamano, a hockey, a calcio, quando dobbiamo percorrere dei percorsi in squadra, non bisogna solo pensare a sé stessi, ma anche agli altri. Bisogna avere spirito di squadra. Ed è molto efficace svilupparlo facendo qualcosa che ci piace!”.

b)Lo sport a scuola: il modello inglese , come finanziare lo sport .

Perché la Gran Bretagna vince così tante medaglie?

"Gli inglesi vanno forte a Rio. Cultura, pianificazione e un geniale sistema di finanziamento Londra. Con la Russia punita per il doping di stato, gli States in cima al medagliere hanno trovato un altro acerrimo rivale, la Cina. Ma c'è un infiltrato tra le superpotenze. Il Team GB è secondo. Eppure i britannici hanno meno abitanti e un pil pressoché simile a quello di altre nazioni che li seguono a ruota. Come spiegare questi successi? Dietro ogni

medaglia c'è un pragmatismo tutto britannico, fatto di attenzione alla spesa, obiettivi chiari e ottimizzazione delle risorse.

Il primo ad avere un'idea innovativa di finanziamento agli sportivi fu il primo ministro John Major, che nel 1994 decise di riformare la lotteria nazionale, i cui proventi sarebbero andati ad arte, cultura e sport. Da allora a oggi gli scommettitori delle isole hanno versato nelle tasche degli atleti più di 4,4 miliardi di sterline. I fondi vanno direttamente agli olimpionici, tramite gli Athlete Performance Awards, un sistema di bonus legato ai risultati che garantisce un reddito per allenarsi da professionisti. Un medagliato guadagna fino a 28.000 sterline l'anno, quasi 3.000 euro al mese, cui vanno aggiunti gli sponsor. Perché supermercati e produttori di salsicce vogliono gli idoli locali come testimonial, da Mo Farah a Tom Daley, passando per Jessica Ennis-Hill e Nicola Adams. Nessuno li rimprovera per fama, sponsor e vita patinata, come accade a Federica Pellegrini, bersaglio preferito di chi le Olimpiadi le guarda dal divano. Lo stesso "Team GB" è un brand che incassa parecchio. I fondi del ministero per la Cultura, i Media e lo Sport arrivano, tramite l'agenzia UK Sport, direttamente alle varie federazioni sportive. Queste investono in infrastrutture, allenatori (spesso stranieri, se vincenti) e programmi di allenamento. Inutile dire che Londra 2012 abbia lasciato un'impronta importante, sia in termini di infrastrutture olimpiche disponibili sia in relazione alla cultura sportiva. UK Sport pensa anche a questa parte, con i suoi rami nazionali che presentano programmi contro la sedentarietà e per lo sport nelle scuole. Secondo Sportengland sono quasi 16 milioni gli sportivi della domenica in Inghilterra, un numero che ha visto un'impennata proprio dopo i Giochi di casa. A questo occorre aggiungere un interesse generale per lo sport, che vede nel Regno Unito la culla di molte discipline olimpiche come calcio, rugby, golf, tennis, canottaggio, boxe, ping pong e badminton.

Lo "sport per tutti" però non basta per salire sul podio. Occorre focalizzarsi sui talenti personali e sugli sport in cui si possono vincere medaglie decisive, come avviene per le "marginal seats" durante le elezioni. Girls4Gold, progetto lanciato da UK Sport, è una sorta di "talent" itinerante in cui alcuni specialisti valutano le performance delle giovani sportive. Se meritano, vengono indirizzate verso programmi che potrebbero portarle a competere a livello professionistico, altrimenti viene offerto loro di provare un altro sport. Lizzy Yarnold nel 2008 sognava l'eptathlon. Le è stata offerta un'alternativa: nel 2012 ha vinto il primo bronzo ai Mondiali di slittino, nel 2014 l'oro a Sochi.

Saper gestire le risorse è un talento ben sviluppato oltremarica. Perché investire nel basket quando i team locali non hanno rilevanza in Europa e gli Stati Uniti dominano, ma soprattutto quando occorre investire in un team da una dozzina di atleti per ottenere una sola medaglia? Meglio concentrarsi altrove. Nel ciclismo su strada e su pista, dove c'è più competitività, un numero maggiore di medaglie in palio e meno concorrenza: dal bronzo di Chris Boardman ad Atlanta si è passati ai due ori di Wiggins e Hoy a Sydney, fino alla valanga di quest'anno: 12 medaglie, di cui sei ori. O nella ginnastica, dove dall'argento e tre ori vinti in Australia si è passati a sei medaglie, due d'oro. Gli sport con maggiori possibilità di successo ottengono maggiori finanziamenti e si trasformano in una scommessa vinta.

Per Simon Barnes, che ha analizzato la radice dei successi del Team GB sullo Spectator, questi risultati sono il frutto di "una cultura di guadagni marginali e zero compromessi, perseguita con rigore".

Un sistema in cui adrenalina e sudore si mischiano a una pianificazione lungimirante, portando l'Union Jack in cima al medagliere."

...che differenze con il sistema Italia

Il meccanismo di eccellenza sopradescritto si aggiunge ad una pratica sportiva scolastica diffusa in ogni classe di età con presentazione di tutti gli sport disponibili per la pratica con ore a disposizione nei pomeriggi e tornei scolastici che fanno emergere chi è dotato fisicamente ed ha interesse per un certo sport.

Un altro pianeta.

c)Sport e scuola:La pallacanestro nelle scuole spagnole come funziona

Una nota estratta da un'intervista a Sergio Scariolo sulle differenze nel settore giovanile di Spagna e Italia

"Il discorso è lunghissimo e non si può fare in quattro parole, però ci sono due aspetti che sicuramente ritengo comuni alle discipline sportive e, in generale, a un movimento sportivo nazionale rispetto a un altro. Il primo è la presenza dello sport nella scuola, che è enormemente superiore sia a livello quantitativo sia a livello qualitativo in Spagna rispetto che senz'altro all'Italia, non c'è proprio paragone di quanta pallacanestro ci sia nelle scuole elementari e media in Spagna rispetto che in Italia, e anche il tipo di attenzione che ha questo sport scolastico, dove ci sono fior di allenatori, fior di palestre, scuole che hanno la forza di partecipare ai campionati giovanili normali. L'altro aspetto è chiaramente quello dell'impiantistica – a livello di impianti piccoli, medi e grandi – perché la differenza è abissale, e non solo nella pallacanestro".(Scariolo)

Sport ed oratorio:

L a mia esperienza sportiva e' legata all'oratorio , a mie tempi esisteva solo quello, niente a scuola , poche societa' e solo di stampo oratoriano.

Era un luogo privilegiato per noi ragazzi in cui andavamo e vivevamo noi stessi in modo libero,imparando da soli le regole, l'autodisciplina e il rispetto dell'altro.

Avevamo poco ma quel poco ci ha insegnato a tirare fuori il meglio da noi stessi.

Oggi il connubio sport ed oratorio,ricordiamoci che questi e' una delle "agenzie" educative assieme alla scuola e alla famiglia, in quale rapporto e'?

Se consideriamo il nostro territorio e' un rapporto a volte difficile,vedi la nostra esperienza di societa' esterna ad esso che e' stata ostico, altre situazioni assolutamente felici con grande potenzialita', vedi societa' prettamente oratoriane.

Entrambi rivendicano degli spazi , entrambi hanno una valenza fortissima sulla crescita dei giovani; tuttavia dobbiamo renderci conto che tanto l'oratorio quanto lo sport sono cambiati e' fondamentale che ciascuno ripensi alla sua missione.

L'oratorio esiste per fare lo sport o altro?

Lo sport di oggi e' quello di ieri o e' altro?

Se devo rispondere con la mia esperienza devo ammettere che lo sport fatto in oratorio era un incentivo per una scuola educativa (avevo persone che mi hanno insegnato a giocare a calcio e andare forte in bici, persone che hanno vinto titoli nazionali) e animato da principi religiosi

Lo sport di ieri era una fucina di talenti perché cresciuti con regole di rispetto del prossimo che oggi mancano a molti ragazzi sia che frequentino l'oratorio o che non lo frequentino.

Lo sport di oggi, invece, che ci ha abituato a certi stereotipi, è un mondo abitato da tanti, da una moltitudine di persone che non è detto che applicano i principi religiosi.

Personalmente ho conosciuto questo tipo di persone, quando ero dirigente della squadra di pallavolo di mia figlia, persone che avrebbero dovuto avere principi religiosi ma che non gli applicavano non conoscendo il rispetto del prossimo ostacolando l'inserimento nella squadra di ragazze esterne all'oratorio

Ciò che impedisce un connubio perfetto tra i due è la difficoltà di tracciare un percorso educativo comune.

Si parte dall'idea che lo sport fatto dalle società esterne sia uno sport che emula, nelle discipline intraprese quello di vertice e non dia spazio a tutti non occupandosi di chi campione non è.

Se per questo mondo sportivo in generale l'unica cosa che conta è vincere difficilmente l'oratorio potrà accontentarsi di questo.

Partendo dal presupposto che non solo sport e l'oratorio non siano solo una bella esperienza ma anche dal principio che insieme possano contribuire alla crescita dei ragazzi che diventeranno uomini di domani, allora si potrà aprire un dialogo costruttivo.

Dialogo che per nostra esperienza, nonostante le buone relazioni personali, non è stato e non sarà semplice visto che si deve lavorare sull'accettazione degli altri (società esterna) nello spazio che alcuni reputano privilegiato solo per loro, dimenticando che l'oratorio è di tutti.

Papa Francesco ha detto "Se non c'è un gruppo sportivo in oratorio, manca qualcosa, ma questo gruppo deve essere impostato bene in modo coerente con la comunità, se non è coerente meglio che non ci sia"

Dobbiamo riflettere su questa frase, che vale per sia per un gruppo nato in oratorio ma anche e soprattutto per un gruppo esterno.

Se come società si vorrà riaffrontare il percorso che è stato interrotto, conoscendo le difficoltà che si abbiamo incontrato per costruire un progetto sportivo educativo, dovremo farci carico anche del "problema" pastorale.

La difficoltà principale sarà il tempo, non lo spazio.

Dare priorità al tempo significa occuparsi di avviare processi e di costruire rapporti di fiducia reciproci.

"L'attività sportiva deve diventare pastorale se vuole trovare casa in oratorio"

La società sportiva per divenire comunità pastorale deve essere poliedrica, ovvero composta da persone diverse tra di loro.

Solo conoscendo ed apprezzando le diverse peculiarità di ciascuno si può diventare una vera comunità pastorale.

Quali sono gli elementi per far si ' che i ragazzi di oggi si innamorino ogni giorno dello sport?

Primo e' necessario che lo sport torni ad essere, soprattutto per i giovani, strumento di espressione e realizzazione, valido quanto lo studio e il lavoro.

Cosa ci si chiede e cosa dobbiamo dare.

Dobbiamo essere capaci di tirare fuori il meglio da ogni atleta ,da ogni allenatore, da ogni genitore.

Non a livello di prestazione ma di cuore.

Dobbiamo essere capaci di insegnare a rispettarsi, a condividere, ad arrabbiarsi si arrabbiarsi perche' e ' piu' lecito, ma questa rabbia deve pero' trasformarsi in potenza per se stessi e per gli altri.

Il piu' grande desiderio di un bambino e' quello di essere accettato in un gruppo, essere all'altezza degli altri sentirsi utile e rispettato.

ABBIAMO PURTROPPO CONOSCIUTI ALLENATORI CAPACI MA IMPREPARATI AL RAPPORTO UMANO.

I giovani pretendono dal mondo dello sport la possibilita' e la gioia di incontrare persone in grado di accogliere , valorizzare e rendere ogni loro giorno migliore .

Non e' ancora il tempo , alla loro eta' , o ancor meno, pensiamo ai bambini del minibasket, per ansie, traumi e delusioni.

Chiedono allo sport di fare uno sforzo in piu' di quello che gia' fa, per continuare a costruire relazioni sincere e solide, lontane dal mondo dei social.

Chiedono di farsi carico di una missione ardua, cioe' di educare, di farsi veicolo di quei valori di onesta' , lealta' amicizia e sacrificio che lo rendono lo sport un mezzo potentissimo, capace di unire le persone in modo autentico

Uno sport che possa essere, prima di tutto, occasione per riscoprirsi comunita': qualcosa di cui i giovani sono in costante ricerca.

Lo sport offre la significativa metafora dello spogliatoio, quando sei convocato, vieni inserito nella formazione e chiamato a dare il tuo contributo perche' la squadra vinca.

La vita e' come lo sport. C'e' il tempo dello "spogliatoio" ,cioe'della preparazione, della socializzazione del confronto con gli altri.....E c'e' il tempo dello scendere in campo per la partita ,cioe' di mettersi in gioco,che e' la vita stessa.

Allora lo sport puo' aiutare un giovane su due fronti.

In primo luogo sul piano relazionale, mettendogli al fianco persone(dirigenti ed allenatori)che offrono testimonianze forti, assumendosi anche la responsabilita' di scuotere le coscienze attraverso scelte compiute per mantenere fede agli impegni presi.

In secondo luogo guidando nel capire che la grandezza di una persona non si misura esclusivamente in base ai risultati ma anche dallo spirito di condivisione, dalla capacità di far emergere talenti, dalla capacità di mettersi in gioco anche attraverso qualche rinuncia.

Potenzialita' dello sport:

Lo sport e' movimento ed il movimento e' vita.

Lo sport pero' prima di tutto e' incontro fra le persone, e' relazione. All'interno di rapporti leali, fatti di dialogo, di ascolto, di collaborazione e di solidarieta', una persona (bambino, giovane, adulto) puo' trovare una condizione di benessere.

Fare del bene attraverso lo sport significa mettersi in gioco come persona e donare tempo ed energie, capacita' nel rapporto con gli atleti.

Attraverso lo sport si capisce molto di un ragazzo : come si relaziona con gli altri , quanta stima ha di se'.

Lo sport e' un'attivita' educativa polivalente che aiuta i ragazzi a sviluppare la propria identita' e a capire chi si e'.

E' un'occasione di rivincita per chi non riesce nella scuola ,perche' nessuno e' davvero irrecuperabile e tutti dovrebbero avere una possibilita' per aver successo.

E' una via per alleggerire tutte le tensioni e le frustrazioni derivate dalle regole imposte dal comportamento scolastico che limitano il movimento dei ragazzi ,diventando una gabbia in cui l'adolescente non riesce a scaricare la sua energia.

Ogni ragazzo dovrebbe quindi dedicarsi ad uno sport per aver quella liberta' di movimento che non gli e' concessa dalla scuola.

L'adolescenza , e' risaputo, e' anche il periodo di rottura anche rispetto alle regole : i ragazzi si ribellano non accettano le indicazioni degli adulti.

Tuttavia hanno bisogno di avere dei riferimenti proprio perche' in questa confusione non sanno dove andare e sono alla ricerca di una strada buona da percorrere.

Sono come fiumi in piena e hanno bisogno di due sponde per essere arginati: la fermezza e la dolcezza.

Non accettano regole ma se conoscono l'obiettivo, vi aderiscono volentieri.

Solo quando gli obiettivi sono chiari, la fatica per raggiungerli si trasformerà in gioia

Molti dei ragazzi che nella vita sono piu' ribelli, hanno risultati nello sport, proprio perche' condividono l'obiettivo e accettano la strada per raggiungerlo.

Per cui non parleremo piu' a loro di seguire le regole ma di identificarsi negli orientamenti societari per ottenere degli obiettivi.

Non e' vero che i giovani non hanno valori ne' sentimenti purtroppo hanno alle loro spalle un folla di adulti che si dimentica di educare.

Nello sport il successo/insuccesso di un figlio misura quello di un genitore.

“Muoversi è libertà”: ogni giorno, in mille luoghi del pianeta, correre, giocare, allenarsi, disputare una partita, significa anche affermare la libertà e il diritto fondamentale al movimento, o utilizzare il gesto sportivo per rivendicarli. Muoversi per sentirsi liberi. In

qualche caso è come se il gesto sportivo offrisse ai giovani la possibilità di esprimersi in una lingua “diversa” che consenta di comunicare con il mondo e di realizzarsi.

Lo sport è considerato tra i giovani una delle ruote più importanti per lo sviluppo della vita, svolge un ruolo importantissimo nella formazione, nello sviluppo e nell’educazione, per molti esso è un’opportunità con cui tenere in allenamento il fisico e la mente, per altri ancora una guida educativa molto importante.

Lo sport è legato alle passioni, si sceglie senza mezzi termini chi sostenere fino all’ultimo, chi seguire con il fiato sospeso; ogni disciplina sportiva ha intorno una massa di tifosi che si sentono parte di un mondo speciale dove spesso i toni, il linguaggio e le parole sono comprese solo da chi vi appartiene e non è importante se “gli altri non capiscono”.

L’importante è sapersi riconoscere, anche tra chi non si è mai visto, e sapere, anche solo per un momento, di far parte di un “piccolo cosmo” dove si consumano passioni comuni.

Lo sport è una straordinaria fabbrica di continue emozioni, a volte le proviamo in solitudine, a volte in un piccolo gruppo: l’evento sportivo, sia esso un grande successo o una cocente sconfitta, viene vissuto come in pezzo di storia individuale e collettiva, con tutte le emozioni che ne seguono.

Cosa significa per un giovane avere successo nello sport?

Significa porsi degli obiettivi, raggiungerli grazie al nostro impegno e alla fiducia in noi stessi, significa assaporare una piacevole sensazione di soddisfazione sia durante l’attività sia quando si è conclusa.

Un ulteriore aspetto su cui soffermarsi è la capacità di vivere in gruppo; sentirsi parte di un determinato contesto sociale è uno dei bisogni primari di ciascun individuo. Infatti una delle principali motivazioni dei giovani allo sport è legata al desiderio di vivere e di raggiungere obiettivi sentendosi parte di un gruppo.

L’evidenza formativa di questa abilità è fuori da ogni dubbio: saper rispettare le regole del gruppo e collaborare anche in un ambiente competitivo sono abilità interpersonali che ciascuno di noi deve avere.

L’attività sportiva rappresenta uno strumento indispensabile all’apertura dell’educazione all’ambiente locale, all’Europa e al resto del mondo; essa è particolarmente adatta agli obiettivi di lotta contro qualsiasi forma di discriminazione, di genere, persone portatrici di handicap e nella lotta contro il razzismo.

Lo sport è stato a lungo, in passato, vissuto come una prerogativa d’élite: a praticarlo erano giovani, uomini, persone con disponibilità finanziaria. Oggi lo sport è un’attività aperta a tutti, ma il numero dei praticanti è in continuo calo. Secondo il Censis, il 39.6 % degli italiani che hanno più di 18 anni svolge un’attività fisica in modo continuativo: fino a 35 anni questa cifra sale al 5.3%, tra 56 e 70 riesce ad ottenere un lusinghiero 23.1 %.

Le donne si sono avvicinate molto agli uomini come percentuale di praticanti in alcune discipline: su 100 uomini 47 fanno sport; su 100 donne 33.

E i giovani?

Promossi in sedentarietà e bocciati in movimento. Troppa tv, poco sport: in movimento per meno di 30 minuti al giorno; è questo il profilo dei giovani italiani che emerge da un’indagine Doxa sugli stili di vita dei ragazzi.

E in più lo sport non è più un’isola felice. Tra i ragazzi che praticano sport abbonda quello che in termini tecnici si chiama “disagio giovanile”; piuttosto che campioncini dello sport

possono diventare soggetti a rischio: si comincia dagli integratori, poi gli anabolizzanti...il doping neanche per i più giovani è un tabù.

Altri dati Istat relativi al 2015 sono ancor più preoccupanti perché ripartiti per età:

Nel 2015, sono stimate in oltre 20 milioni le persone di tre anni e più che dichiarano di praticare uno o più sport con continuità (24,4%) o saltuariamente (9,8%). L'incidenza dei praticanti sulla popolazione di 3 anni e più è pari al 34,3%.

Tra gli uomini il 29,5% pratica sport con continuità e l'11,7% saltuariamente. Per le donne le percentuali sono più basse, rispettivamente 19,6% e 8,1%. La pratica sportiva continuativa cresce nel tempo per entrambi i generi e in tutte le età: dal 15,9% del 1995 al 22,4% nel 2010 fino al 24,5% nel 2015.

La pratica dello sport è massima tra i ragazzi di 11-14 anni (70,3%, di cui 61% in modo continuativo e 9,3% in modo saltuario) e tende a decrescere con l'età.

Significative le differenze rispetto al livello di istruzione: pratica sport il 51,4% dei laureati, il 36,8% dei diplomati, il 21,2% di chi ha un diploma di scuola media inferiore e solo il 7,3% di chi ha conseguito la licenza elementare o non ha titoli di studio.

Fra gli sport più praticati sono da segnalare ginnastica, aerobica, fitness e cultura fisica (25,2% degli sportivi, pari a 5 milioni 97 mila persone), il calcio (23%, 4 milioni 642 mila persone) e gli sport acquatici (21,1%, 4 milioni 265 mila persone). Il nuoto è lo sport più diffuso tra i bambini fino a 10 anni (43,1%), il calcio tra gli under 35 (33,6%), ginnastica, aerobica, fitness e cultura fisica tra gli adulti fino a 59 anni e sopra i 60 anni (27,4%).

La categoria delle escursioni e delle passeggiate di almeno di 2 km, rilevata in maniera esplicita per la prima volta nel 2015, è praticata da più di 1 milione 173 mila persone.

Il 26,5% della popolazione non pratica uno sport ma svolge attività fisica, come fare lunghe passeggiate a piedi o in bicicletta, giardinaggio ecc. (15 milioni 640 mila persone).

I sedentari, ossia coloro che dichiarano di non praticare alcuno sport o attività fisica nel tempo libero, sono oltre 23 milioni (39,1% della popolazione) e aumentano con l'età fino ad arrivare a quasi la metà della popolazione di 65 anni e più.

Per essere efficace e produrre risultati duraturi e tangibili all'interno del mondo giovanile, il sistema sportivo dovrà essere in grado di conciliare la sua dimensione economica con quella popolare, educativa, sociale e culturale: solo così riuscirà ad allargare la sua sfera di influenza ai giovani.

Libro di riferimento: Lo straordinario valore educativo dello sport
Daniele Coco/ UNIVERITA' CATTOLICA Mila

Sport e territorio:

Una veloce esamina di quanto il nostro comune fa' per educare i propri cittadini allo cultura dello sport .

La politica sportiva e' espressa sul sito comunale

La politica sportiva del comune di Paderno Dugnano è particolarmente centrata sullo sviluppo e la promozione dello sport grazie anche a uno stretto rapporto di collaborazione con le società sportive del territorio e a una condivisione con le stesse delle finalità formative e delle strategie politico-amministrative.

Il costante e fruttuoso rapporto tra l'assessorato allo sport, la cui delega è in capo al Sindaco, e le associazioni si sviluppa mediante:

1. l'utilizzo e la gestione dell'ampio patrimonio sportivo comunale che, nel rispetto delle norme/regolamenti vigenti, prevede:

- l'assegnazione di spazi/impianti alle associazioni*
- l'affidamento in gestione di alcuni impianti mediante apposite convenzioni*

2. il lavoro condiviso di promozione e sviluppo di iniziative sportive che si articola in:

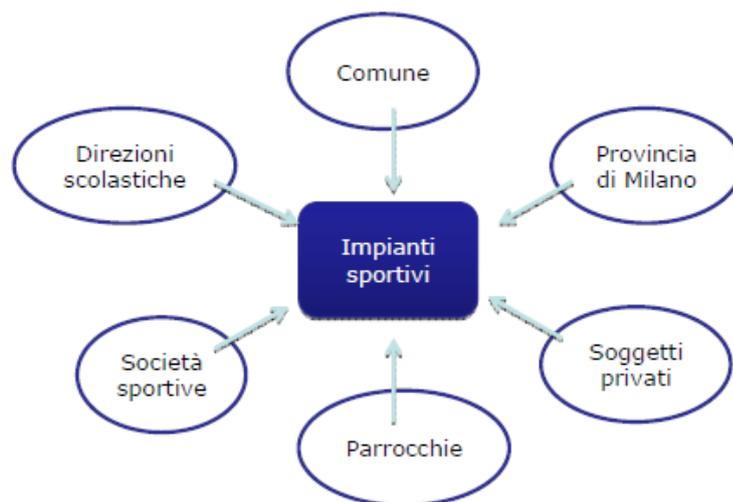
- incontri di proposta e progettazione di eventi sportivi significativi*
- erogazione di patrocinio e contributo alle associazioni per sostenerle nella realizzazione dei propri eventi sportivi rivolti alla collettività.*

Il Comune di Paderno Dugnano riconosce, infatti, il valore socioeducativo dello sport, quale strumento di prevenzione e benessere psicofisico di tutti i cittadini, sia in ambito agonistico che di "sport di base".

Credendo nel principio della sussidiarietà orizzontale, quest'impegno si è integrato con quello di sostenere tutte le forme associative e di aggregazione che validamente operano nella promozione e realizzazione di attività sportive e per il tempo libero e per la diffusione della pratica sportiva in una base sociale sempre più estesa che si sostanzia nella brochure "Sport in comune".

Altri dati sono estrapolati da quanto riportato su "Mappa dello sport", che analizza le strutture comunali e il loro utilizzo, ricordandoci che i gruppi sportivi sono oltre 64 e che le palestre sia comunali che private non sono in grado di consentire a tutti di avere spazi adeguati. Nota dolente a Paderno non esiste un "qualcosa" che assomigli a un Palastport mentre altri comuni limitrofi (Varedo, che però è concesso in utilizzo al comune, e Cinisello Balsamo) ne sono dotati e che le strutture concesse sono da ristrutturare perché obsolete ed anche quelle che hanno subito una ristrutturazione sono da rivedere perché i lavori sono stati fatti con la politica' del ribasso.

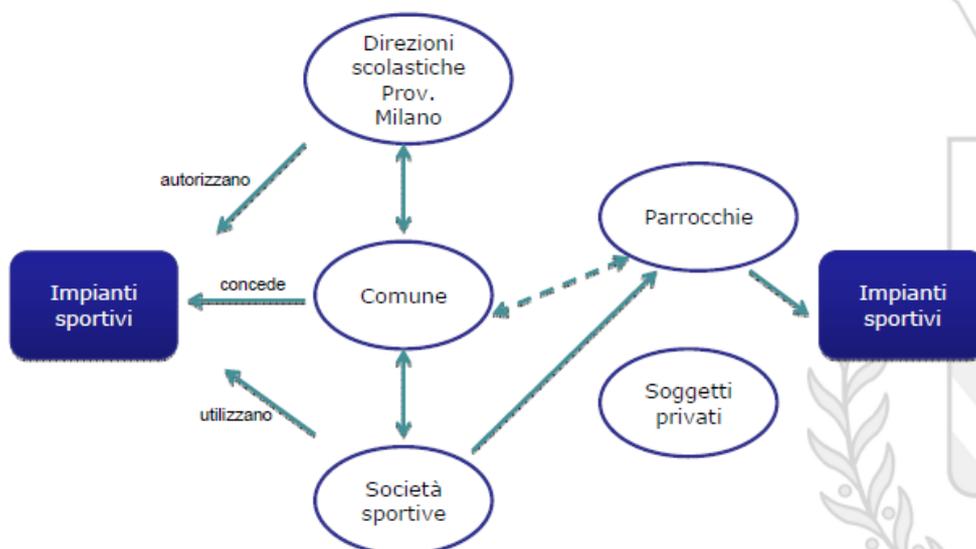
I soggetti coinvolti nella pratica dello sport sono:



Impianti coperti (palestre) esistenti:

- 11 palestre comunali
- 2 palestre di proprietà della Provincia di Milano (Palestra istituto Gadda, una principale ed una secondaria)
- 2 palestre parrocchiali (orat. Palazzolo/orat. Paderno)
- 5 palestre private (tra cui la ex-piscina comunale)

Le concessione all'utilizzo vengono così date:



Come è possibile notare le palestre private non hanno nessun utilizzo se non quello dei cittadini che si iscrivano ai loro corsi.

Gli impianti scoperti esistenti:

- 15 comunali
- 6 parrocchiali
- 5 privati

Prevalentemente utilizzati per il calcio

Le palestre in cui si sono manifestate maggioriconcomitanze sono quelle caratterizzate da ampiemetrature e strutturate (vetrate alte, tribune,soffitti alti) per la pratica di volley,basket, calcetto. Si tratta di discipline “critiche”, per cui esiste un’eccessiva richiesta di ore in fasce principalmente serali.

La palestra Allende da noi utilizzata ha una superficie metrica di:759,60 mt.quadrati , e’ l’unica in tutto il comune omologata per lo svolgimento delle partite dei campionati Fip .In altre palestre si possono disputare partite di Volley o di basket ma relativamente a campionati Csi,Pgs o Uisp.

Non e’ il nostro territorio quello che ci fa’ paura ma quello esterno , ove agiscono societa’ a volte fin troppo aggressive ove la competitivita’ e’ portati ai limiti estremi, l’unico antidoto a questo e’ l’utilizzo e’ massimizzare l’efficienza del nostro cervello per trovare delle soluzioni.

Viviamo ogni anno nell’incertezza di quanti saremo ad affrontare la stagione che verra’,dovremo trovare la spinta necessaria per affrontare questa incertezza chiedendoci il PERCHE’ di questa situazione e stabilendo poi il COME affrontarla .

Fermiamoci troviamo questa soluzione , un modo nuovo di essere che anticipi le incertezze e non le subisca condividendo questi principi:

- 1)Celebrare l’incertezza:considerare il fatto di”fermarsi”, e tutte le domande che ne discendono , da una prospettiva di utilita’ , non di perdita.
- 2)Apertura alla possibilita’:incoraggiare la diversita’ in seno all’esperienza, che e’ il motore del cambiamento.
- 3)Cooperazione:attribuire valore alla diversita’ e alimentare lo spirito di condivisione all’interno del gruppo, perche’ questo espande il suo spazio del possibile, unendo idealmente freschezza ed esperienza.
- 4)Motivazione intrinseca:lasciare che il processo della creativita’ costituisca di per se’ una gratificazione, perche’ cosi’ ‘riuscira’ a persistere di fronte alle peggiori avversita’.
- 5)Azione intenzionale:infine agire con consapevolezza, impegnarsi con volonta’, dalla prospettiva del perche’.

4.Concetto fondamentale dello sport,allenare la persona prima dell’atleta :

“Se solo potessero vedere cio’ che non vedono.”

I ragazzi:

Ti guardano quando arrivi in palestra per stare con loro, magari si lamentano se hanno giocato poco e se hanno perso.

Ad attenderti ci sono anche i genitori:

che hanno sempre qualcosa da dire e di cui lamentarsi. Lo fanno in buona fede ma non vedono i sacrifici e i mille problemi che sorgono ogni settimana e il tuo sforzo per mettersi al servizio dei loro figli.

A dire la verità i ragazzi non lo vedono ma sentono che vuoi prenderti cura della loro vita. I genitori un po' meno e ti scambiano spesso per l'allenatore e per il dirigente che arriva lì per vincere le partite. Errori dovuti a miopia quasi inguaribile.

“Solo se potessero vedere ciò che non vedono”

Penso che la missione principale di un allenatore di settore sia quella di completare con la ricca esperienza educativa dello sport l'opera dei genitori e degli insegnanti. Tuttavia poiché l'attività sportiva si svolge presso società sportive e non a scuola come avviene nei Paesi "normali", occorre adeguarsi a questa realtà.

Perciò accanto all'afflato educativo bisognerà tener presente lo sviluppo tecnico del giocatore, come richiedono le società sportive, nel rispetto delle sue qualità e attitudini. Uno sviluppo che in un gioco di squadra esige la cura della tecnica individuale ma anche della tecnica del gioco di squadra.

Un elemento importante che completa i precedenti e che è irrinunciabile è l'educazione alla competitività. Lo sport è una grande invenzione che si basa sulla realtà umana e animale della lotta per la sopravvivenza, ma la trasporta su un piano simbolico. Chi vince vive e chi perde muore ma per fortuna nello sport chi "muore" può resuscitare subito e tornare a sfidare chi lo ha simbolicamente ucciso.

A questo fine non basta istruire un giocatore e una squadra alla sola tecnica, bisogna dare loro l'Animus Pugnandi che li rende competitivi e pronti alla lotta. Per questo è importante che i ragazzi vivano l'esperienza della vittoria necessaria a sostenere la motivazione a sacrificarsi e a lottare e la vivono come un premio alle loro fatiche.

Se fanno un campionato dove non vincono mai, perdono fiducia in se stessi e nell'allenatore e nella società in genere, con le conseguenze che sappiamo: accuse ai compagni, agli arbitri, agli allenatori spesso seguite dall'abbandono dello sport.

Ancora una volta la lezione ci viene dallo sport scolastico americano dove ogni squadra si sceglie gli avversari entro una fascia compatibile col suo livello. Ne risulta un campionato "educativo" che non mortifica le squadre più deboli e che non di meno premia le squadre più meritevoli"

Vogliamo allenatori che siano costruttori di talento o che educano al lavoro duro.

“L'approccio neolatino vede il talento come qualcosa di necessario per aver successo, ma il pensiero anglosassone dice che alcuni hanno successo nonostante il talento. Penso ai giovani talentuosi che fanno veloci passi in avanti senza fatica. Un pericolo. La mia generazione ne aveva di atleti di talento, ma eravamo soprattutto "minatori" come dicevano Lucchetta e Velasco, lavoravamo duro. Il lavoro è basilare e la sensazione che in Italia si

attende l'arrivo del talento innato come condizione utile per farcela, ma non e' cosi'. Un allenatore qui e' determinante (Andrea Zorzi).

Un allenatore deve avere il coraggio di compiere scelte impopolari e la capacita' istintuale di relazionarsi con gli atleti.

Se i nostri giovani partono con l'idea che il loro coach dovrebbe essere come loro vogliono, dire cio' che vogliono sentirsi dire, non troveranno mai cio' di cui hanno bisogno.

Per i giovani il ruolo del coach e' centrale, con una doppia funzione di trainer e di guida personale, lavoro delicato se si vogliono passare valori educativi.

"L'allenatore /educatore ha il compito di facilitare, di semplificare, di dimostrare, di aiutare a fare e di insegnare a giocare, questo permette ai ragazzi di crescere nello sport. Dobbiamo capire che i gruppi sono formati di persone diverse tra loro e se vogliamo educare dobbiamo capire chi e' ciascuno, metter in evidenza i loro punti di forza e nascondere le loro debolezze per riuscire a valorizzare ogni giocatore. E' importante educare la squadra a competere senza odiare l'avversario, a vincere e a perdere, e in un gruppo unito quando si perde non si e' mai soli" (Julio Velasco)

Essere educativi e' obiettivo molto alto, non va tradita la vera forza formativa dello sport, che sta' anche nella competizione, quella che ti dice di impegnarti per vincere accettando il dolore della sconfitta per crescere. Pensare che vincere o perdere sia eguale, rende riduttiva la natura educativa dello sport, peggio, demanda l'aspetto positivo della competizione formante ad ambienti dove non dovrebbe esistere, ad esempio la scuola.

Lo sport educa creando un mondo dove il riferimento morale e' il rispetto di regole definite che semplificano l'universo attorno ai ragazzi, per questo e' vitale in giovane eta'.

Rispettare le regole e' rispettare la squadra e tutelare il rispetto della squadra e' prioritario al di la' del costo che puo' avere.

Impegnarsi per vincere, crescere nella sconfitta ma non accontentarsi di "tiepidi pareggi" e' l'indicazione di Papa Francesco.

Il senso della sconfitta ci trasforma in pessimisti scontenti dalla faccia scura, nessuno puo' intraprendere una battaglia se in anticipo non confida pienamente nel trionfo.

Chi comincia senza fiducia ha perso in anticipo meta' della battaglia e sotterra i propri talenti.

Anche se con dolorosa consapevolezza delle proprie fragilita', bisogna andare avanti senza darsi per vinti: "La forza si manifesta pienamente nella debolezza"

L'allenatore non fa nulla, l'allenatore deve far fare. Deve dare indicazioni, tracciare una strada, dare una guida. Deve rendere le cose semplici, non complicarle. Deve educare ai valori, non a parole, ma con i fatti.

Nello sport gli allenatori sono guide gli atleti viaggiatori ma anche mentori per i giovani atleti all'inizio del viaggio nel quale non hanno riferimenti, del quale devono comprendere le regole conoscere alleati e nemici trovando l'esempio in una figura di cui fidarsi.

Quali sono pero' gli elemeti su cui l'allenatore andra' a lavorare,naturalmente i bambini per il settore minibasket e gli adolescenti per quello giovanile.

Ma oggi bambini ed adolescenti come sono?

I primi anni di vita sono universalmente riconosciuti come il periodo piu' importante per l'apprendimento. E' dagli zero ai cinque anni, quando il cervello e' piu' plastico e reattivo , che si pongono le basi per sviluppare appieno il proprio potenziale , dopo e' troppo tardi perche' le nuove informazioni o esperienze si inseriscono in una struttura celebrale gia' definita quasi per intero.

Quindi necessita che il bambino sia lasciato libero di inventare il suo mondo ,senza doverlo accettare gia' dotato di significato , davanti ad oggetti fedeli e complicati lui puo' costituirsi solo in funzione di proprietario non inventa il suo mondo lo utilizza .

Al contrario nello stato originario "surrealista" dell'infanzia egli deve poter assemblare gli elementi piu' vari , ponendo tra essi relazioni di cui lui solo risulti il padrone.

"Il gioco e' fondamentale per imparare a gestire lo stress, dondolare da una sbarra, giocare alla lotta,inseguirsi e stabilire una relazione proficua con l'altro sono tutti aspetti necessari nel gioco.

I bambini si infilano in situazione complicate come nella lotta, o fingendosi degli aeroplani e lo fanno per mettersi alla prova, per testare incoscientemente la propria capacita' di gestire la situazione contestestuale e i propri limiti.

Il gioco li aiuta a scoprire meccanismi di reazione, autocontrollo e capacita' di ripresa, ritenuti fattori chiave per il raggiungimento della felicita'."(Jessica Jolie Alexander)

In passato l'educazione aveva come finalita' quella di spingere verso l'autoregolazione e l'auto disciplina, a tavola con i grandi i bambini dovevano stare in silenzio e potevano parlare solo se interrogati.

Oggi tutto questo e' cambiato , i bambini non hanno piu' confini, condividono tutto con i genitori, parlano ,interferiscono, pretendono senza nessun timore nei confronti degli adulti .

Purtroppo pero' i bambini , i futuri adolescenti,necessitano , per crescere al meglio, di un ambiente amorevole, vivace,ricco, ordinato, che favorisca l'esplorazione, le attivita' spontanee, l'empatia , l'incontro con l'altro e la compresenza di eta' differenti.

Offriamo allora loro la liberta' di" *andare*" , e la disciplina e il discernimento per sapere quando "*fermarsi*" non perche' le loro trasgressioni possano innescare le nostre paure, ma perche' stanno facendo qualcosa che potrebbe effettivamente essere dannoso per loro.

Essere genitori consiste nel lasciare che i figli imparino a passare tra il "*vai*" e il "*fermati*" costruendosi il proprio repertorio di tentativi ed errori, e non adottando il nostro.

Ogni persona e' fatta di anima e di corpo , non si puo' far finta che il corpo non esita e preoccuparsi di formare solo la testa e cio che vi e' dentro .Questo vale in ogni eta' della vita ma a maggior ragione nell'adolescenza, periodo in cui il cambiamento del corpo in funzione della crescita si fa evidente ed improvviso, e il rapporto col proprio fisico diventa cruciale.

L'adolescenza e' un'eta' critica, nel senso che crea una "crisis" coie' una spaccatura dal passato e costringe il giovane ad una nuova nascita un passaggio da un corpo che a dodici/tredici anni cambia improvvisamente che esplode e che deve essere riconosciuto.. La trasformazione e' radicale e porta tutta una serie di problematiche legate alla visione e all' accettazione di se' : oggi nella nostra societa' , centrata sull'apparire, sempre piu' adolescenti hanno difficolta' ad accettarsi, non si piacciono.

Senza andare a scavare nelle patologie,e' raro incontrare ragazzi che in questa eta' si piacciono e si accettano cosi come sono, facciamo nostri alcuni spunti di una scrittrice francese che si occupa di adolescenza.

Delphine de Vigan , scrittrice francese nei suoi libri: "*Gli effetti secondari dei sogni-Fedelta' invisibili*" parla anche dell'adolescenza, con le sue inquietudini e la sua assolutezza.

Gli adolescenti d'oggi sono diversi senza dubbio da quelli di dieci anni fa ma sono ancora piu' soli , purtroppo.

Sentono la pressione esercitata dalle aspettative degli adulti, che chiedono ai ragazzi di scegliere molto presto la carriera da intraprendere.

I genitori sono fragili, faticano a riconoscere una cosa ovvia:devono rispondere del comportamento dei loro figli

D'altro campo , questa mentalita' competitiva, elitaria, viene spesso contraddetta da quello che la societa' puo' effettivamente offrire ai giovani, dai quali si pretende troppo ma si concede troppo poco.

Una delle conseguenze piu' importanti(si pensi anche all'anoressia ed alla bulimia problemi derivati dal non piacersi) e' l'alcolismo che sta diventando la malattia della nostra epoca, vedi i continui episodi di tredicenni o addirittura dodicenni che abusano di bevande alcoliche fino a procurarsi il coma etilico.

Su questi episodi pesa molto la fragilita' degli adulti corrispondenti a molte coppie di divorziate o separate , che finiscono per imporre una sorta di patto del silenzio , un silenzio che porta i figli a non dire troppo sulla loro condizione in modo da evitare guai o incomprensioni.

Ma anche nelle famiglie ritenute solide possono esserci momenti di difficolta' o smarrimento.

Esiste una via di uscita da queste relazioni irrisolte(vedi "*Fedelta' invisibili*") che e' quella di praticare una forma di lealta' verso se stessi e gli altri.

Ritornando agli adolescenti non sono cattivi sono solo lunatici,inaffidabili irrazionali eppure il loro modo di fare non e' cosi insensato e distruttivo purtroppo e' l'evoluzione che li disegna cosi'.

Gli adulti spesso si irritano perche' li trovano cosi' diversi da loro e cosi' poco razionali,ma il comportamento del teenager non e' arbitrario.

A rendere i ragazzi cosi imperscrutabili per gli adulti sono cambiamenti naturali, e importantissimi,nella fisiologia del loro cervello(vedi "Menti vulnerabili" di Sarah Jayne Blackemore)

L'adolescente da un lato deve uscire dal nido , e quindi a contrapporsi alla famiglia. E dall'altro deve farsi accettare dalle persone con cui avra' a che fare piu' a lungo: i suoi coetanei. Deve quindi intercettare i gusti dei compagni e farli propri per potersi integrare nel gruppo.

A 13 anni iniziano fortemente ad essere influenzati dall'opinione degli altri. Tutte le decisioni che prenderanno anche quelle, piu' spericolate ,sono prese quando non sono soli.

Tutta colpa dell'inesperienza , gli adulti negli anni incamerano copioni sociali utili in certe situazione gli adolescenti hanno meno copioni gia pronti da consultare.

Ma ci sono anche adolescenti che hanno anche paura di crescere, sono spaventati.

Sicuramente a loro nessuno ha mai letto , quando erano bambini le fiabe.

Nelle fiabe la paura e' sempre un pericolo reale, motivato , mai astratto. Pero' cosa fa l'eroe della fiaba?Ha paura, si, ma non si sottrae. Va ad affrontare la paura nel punto in cui nasce. Qualche volta finisce bene,qualche volta finisce meno bene, pero' le fiabe ci insegnano che la paura non e' mai estirpabile, mai. E' con l'intelligenza, con l'arguzia ,con la forza della mente e certe volte col senso dell'umorismo che si puo' sconfiggere.

Questa e' la grande lezione delle fiabe che abbiamo dimenticato.

Terminiamo questo viaggio con un suggerimento tratto da da un'articolo "L'importante e' dare ai propri figli la loro liberta' " di Massimo Recalcati:

Freud dava due notizie ai genitori.La prima piuttosto disarmante,e' che si tratta di mestiere impossibile.La seconda , che forse ci puo' rincuorare, e' che i migliori vtra loro sono quelli consapevoli di questa impossibilita'.

Ma perche' il mestiere del genitore sarebbe impossibile?

Perche' ,come mostra l'esperienza, non si pou' esercitare questa funzione se non in modo sempre piu' o meno , insufficiente,incerto.Nessuno pou' infatti ,possedere la risposta infallibile su quale e' il senso della vita , del bene e del male , del giusto e dell'ingiusto. Tutti noi ci barcameniamo alla meno peggio navigando a vista , rinunciando alla favola della mano sicura che guida la vita dei figli.Questo spiega anche perche' i peggiori genitori sono quelli che pensano di essere buoni genitori, o peggio, di incarnare il loro modello ideale.

La psicoanalisi raccoglie sovente i cocci provocati da questo tipo di genitore eccessivamente identificati alla loro funzione educativa.

I migliori genitori , spiega Freud, sono quelli consapevoli della loro insufficienza, ovvero quelli che rifuggono da un sapere predefinito.Quelli che sanno che la sola cosa che conta nel rapporto coi figli e' aver fatto loro segno dell'amore, ovvero riconoscerli nella loro assoluta particolarita'.

Senza questo riconoscimento la vita si ammala, si depotenzia, si disperde.Quello che conta nel processo di umanizzazione della vita e' avere fede nel desiderio dei propri figli , donare loro la possibilita' della sconfitta e del fallimento, ma anche quello di rialzarsi di ripartire contando sul sostegno dei genitori.Quello che conta e' donare loro la liberta' di essere diversi da come li avremmo voluti;e' lasciarli essere quello che sono.

Sarte diceva che se i genitori hanno delle attese sui figli i figli avranno dei destini , solitamente , assai infelici.

Nessuna regola comportamentale puo' compensare l'assenza del segno d'amore che sa riconoscere la particolarita' reale del figlio al di la' di ogni sua rappresentazione reale.

Altri due consigli , quello finale e' di Elsa Morante

Se vogliamo che i nostri bambini stiano bene con se stessi, dobbiamo aiutarli.

Se desideriamo siano sicuri, autonomi e responsabili dobbiamo smettere di controllarli e soffocarli.

Se ci aspettiamo che rispettino gli altri, dimostriamo loro il rispetto che meritano.

I bambini imparano dall'esempio.

Elsa Morante ha detto: il mondo lo salveranno i ragazzini: cio' non significa che noi dobbiamo esimerci dall'indicare loro un sentiero da percorrere ,tutti dovremmo imparare ad ascoltarli.

SOCIETA':

“Se vuoi fare leva, metti annuncio su giornale di Belgrado. Se il giorno dopo bambino viene da solo prima delle 10, tu prendi bambino, se bambino viene prima delle 12 con papà fai provino, se bambino viene dopo le 12 con mamma tu non fare neanche provino”

Anonimo

Quanto sopra scritto puo' essere letto in vari modi , di certo la nostra mentalita' latina difficilmente e' portata a ragionare come gli slavi , ma di sicuro una cosa e' certa: deve essere il bambino a scegliere cosa fare non i genitori, anche perche' poi a lungo andare il bambino si stanchera' della vostra scelta.

Scelto il basket come sport col consenso di tutta la famiglia spetta poi alla societa' fare in modo che questa scelta sia la migliore in che modo : con un modello organizzativo importante

Nello sport italiano il ruolo del volontariato ha sempre assunto una particolare e vitale importanza , visto cche lo sport nelle scuole sino ad oggi era assente.

Pero' ultimamente il volontariato si e' trovato a dovere affrontare sempre maggiori difficolta', che hanno innalzato le responsabilita', spostando particolarmente la sua attenzione verso gli adempimenti fiscali e burocratici, indispensabili per la vita di una societa' sportiva.

Il successo di una societa' sportiva poggia, non solo sulle quantita' delle risorse finanziarie , ma soprattutto sulle qualita' delle risorse umane.

Quindi far leva su un grupo di persone motivate e in grado di coordinarsi e' la sola ricetta per avere successo.

Quali sono gli aspetti elettivi di una attivita' sportiva vincente:

- 1.la partecipazione
- 2.la motivazione e la formazione dei dirigenti
- 3.la motivazione e la formazione degli atleti.
- 4.la motivazione e la formazione dei tecnici
- 5.la diffusione dei valori e della cultura dello sport.
- 6.l'organizzazione societaria
- 7.l'organizzazione delle attivita'

In queste pagine iniziali abbiamo parlato molto di sport , e' ora che parliamo di organizzazione dell'attivita' sportiva , specialmente a livello giovanile

La domanda di sport per i giovani ,e' sempre piu' ampia e diversa , mentre la capacita' di risposta non sempre riesce a soddisfare tutti, anche a livello di sport singolo, e c'e' sempre il rischio di lasciare per strada tanti ragazzi.

Siamo portati a mettere sempre in primo piano l'operatività, l'organizzazione, il fare, il produrre dimenticandoci molto spesso che l'anima dell'azione educativa è sempre l'intenzione.

Siamo portati ad accontentarci di un'attività sportiva ripetitiva appiattendoci sul comune detto "diamo ai giovani quello che più piace a loro" escludendo così ogni tentativo di rinnovamento o di creatività

Nel passato il settore giovanile serviva a reperire fondi dalle quote per foraggiare la prima squadra, da molti anni non è più così perché non serviva a niente... serve invece reinvestire sui settori giovanili (tempo, denaro, persone) perché sono il futuro dello sport. L'abbiamo "annotato" nelle pagine precedenti, bisogna distribuire cultura motoria e sportiva a scuola, in famiglia, nelle società sportive oratoriane o no e gli insegnanti, i genitori i tecnici devono contribuire a questo lodevole progetto che deve far ritornare il bambino, il ragazzo, l'adolescente, il soggetto dello sport non l'oggetto di genitori, dirigenti, insegnanti, istruttori e tecnici..

Purtroppo le grandi società sportive e non mandano in giro gli osservatori che visionano molti bambini per portarli da loro, in questo modo si creano falsi campioni, che prima o poi ritornano a casa delusi. Si tolgono così i migliori giocatori dalle società minori e queste sono destinate in breve tempo a sparire.

Che cosa significa organizzare, significa analizzare le attività e le risorse che servono per raggiungere gli obiettivi prefissi. Il progetto deve essere sviluppato passo dopo passo e messo per iscritto, in modo che vi si possono riferire tutti quelli che devono essere collegati a quell'obiettivo.

Le migliori risorse di una società sportiva a livello giovanile, sono quelle che già si possiedono e che spesso si perdono a causa della lotta continua per la sopravvivenza quotidiana, nella quale ci si sente più soli e isolati

Il concetto dello zero è stato portato in Europa dagli arabi ma è la suggestione del filosofo Averroè che dice:

"Guarda lo zero e vedrai il nulla, guarda attraverso lo zero e vedrai l'infinito"

che usiamo per evidenziare che spesso ci fermiamo all'osservazione esterna di una società sportiva dimenticandoci che è al suo interno che possiamo trovare le buone capacità organizzative.

Questa capacità non deriva solo da semplici intenzioni di efficientismo e dalla buona volontà dei partecipanti, ma da concrete capacità di coniugare tali intenzioni col contesto specifico nel quale si lavora e dal possesso di valide conoscenze in tale direzione.

L'organizzazione ha possibilità di successo quando la maggior parte dei soggetti che ne fanno parte, non solo condivide un fine comune, ma tra loro non ci sono eccessivi livelli di incompatibilità.

Un modello organizzativo efficace all'interno della società, con ruoli e compiti distinti e precisi, affinché ognuno possa operare al meglio per l'obiettivo comune, deve partire da questo assunto:

"Bisogna creare appartenenza"

Dovremmo far capire che il nostro prossimo deve essere riconosciuto in chi ci è vicino: quello con cui abbiamo gli stessi interessi, i compagni di squadra, coloro con cui

condividiamo il nostro tempo invece di estraniarci credendo che il bello sia lontano dalle persone con cui passiamo molto tempo assieme.

Al contrario dobbiamo guardare il volto di chi ci sta' davanti , di quelli che il caso ci ha messo vicino, di quelli che saranno i nostri compagni nel nostro viaggio sportivo quelli con cui condivideremo l'ansia e i motivi che ci hanno portato nello stesso ambiente, li dove impareremo a volere bene ed aiutare chi ha la necessita'.

Recita un proverbio cinese:

"Il buon viaggiatore sa dove sta andando, il viaggiatore perfetto dimentica da dove e' venuto"

La societa' deve essere la squadra principale composta da persone che sappiano stare assieme, sappiano condividere e smettere di essere tanti "io" e diventare un "noi".

Significa che le risorse e le competenze di ciascuno devono essere messi al servizio degli obiettivi che il gruppo decide di perseguire assieme.

Squadra significa rispetto dei ruoli , dialogo, confronto e aiuto reciproco.

Mettere da parte l'arrivismo, l'egoismo, e lavorare assieme per ottenere buoni risultati, purché si rispettano le singole individualita', le personalita' e le finalita' che vanno condivise.

Se corri da solo puo' vincere, ma se vuoi arrivare lontano devi camminare con gli altri.

Tutto quanto scritto sopra sono e saranno i pilastri di sostegno di ogni nostra formazione

Si dice "Il tempo cambia le cose", alzare il "culo" e fare qualcosa lo cambia sempre, cosi e' sempre stato.

Non dobbiamo lamentarci se qualcuno sparge in giro voci contro di noi,ma invece dobbiamo cercare e crearci sempre qualcosa da fare che sia innovativo.

Se qualcosa non ti piace : cambiala .

Cambiamola.

Niente e' impossibile.

Se vogliamo qualcosa ,diamoci da fare.

Proviamo ad accendere speranza, che e' l'esatto contrario della disperazione, nelle persone con cui collaboriamo.

Accendiamo resilienza in chi ci e' affidato, accendendo. luce laddove si sente maledire il buio

Gabriel Garcia Marquez ha scritto:

"Di fronte all'aggressione, all'indifferenza, all'abbandono la nostra risposta e' la vita"

Viviamo di un spirito sportivo nuovo

Nel sport da anni si sta facendo sempre più impellente, la necessità di avere dei chiari indirizzi programmatici sui quali costruire le società di settore giovanile.

L'andare avanti senza una meta, senza obiettivi e dei mezzi idonei per realizzarla è sicuramente la prima cosa da evitare in una società dilettantistica. Programmare vuol dire

progettare una strada da percorrere: le tappe intermedie, i mezzi da utilizzare, gli strumenti per verificare la qualità e la quantità del percorso effettuato.

Da queste riflessioni scaturisce la necessità di stabilire dove una società vuole andare e soprattutto stabilire che tipo di strategie intende mettere in moto per rendere concreto i suoi piani. Il significato della programmazione deve essere quindi visto in funzione del raggiungimento d'obiettivi che sono preventivamente stabiliti.

La meta e gli obiettivi devono essere compatibili con i mezzi disponibili dalla società e quindi collegarsi alla realtà esterna nella quale è inserito il sodalizio sportivo.

E' fuori discussione che diverrebbe troppo complicato, ed anche inopportuno, stabilire dei modelli di programmazione troppo rigidi per le società sportive che – non dimentichiamoci – vivono in buona parte sul volontariato e non su strutture imprenditoriali ben definite

Le tappe di un elementare processo di progettazione e programmazione per una società di settore giovanile a mio avviso devono essere:

- A) Situazione sociale dove s'inserisce la società.
- B) Definizione degli obiettivi generali.
- C) Definizione degli obiettivi specifici.
- D) Quantificazione degli obiettivi specifici e generali.
- E) Approvazione.
- F) Valutazione.

a) La valutazione della situazione economica, demografica, sono aspetti da considerare. Conoscere il numero delle società che gravitano nel nostro bacino, il numero di praticanti e soprattutto le strutture (campi, palestre etc.). Vedi "*Il nostro orientamento formativo*"

b) Per definizione d'obiettivi generali, s'intendono le linee strategiche che vuole perseguire la società. Gli obiettivi generali definiscono in pratica la filosofia della società. Oggi le società che nel loro interno hanno un settore giovanile, devono privilegiare la filosofia dello strumento basket come mezzo formativo in tutti i suoi elementi.

c) Gli obiettivi specifici, possono essere di natura tecnica, tattica, organizzativa e finanziaria. Dobbiamo privilegiare la valorizzazione del nostro settore giovanile, la ricerca e la valorizzazione dei talenti, la formazione e la valorizzazione degli istruttori-allenatori, ricerca e sperimentazione di una didattica e di una metodologia che accomuni l'intero settore giovanile, interscambiabilità, circa di tutto lo staff tecnico, l'acquisizione di sponsor per una maggior crescita economica, ecc.ecc.

d) La quantificazione deve essere legata alle reali potenzialità della società: alle risorse umane ed economiche. Mai porsi degli obiettivi irrealistici che si rivelano impercorribili. La scelta dei tecnici è un obiettivo specifico di gran rilevanza. Solidità economica e ricchezza di persone che possono dedicare il tempo per affrontare le molteplici attività di un settore giovanile.

e) Una società sportiva , ripetiamolo per l'ennesima volta ,deve essere definita come un gruppo di persone motivate, con la stessa filosofia, che lavorano insieme per il raggiungimento d'obiettivi. La condivisione degli obiettivi è la regola principale per centrare gli stessi. Le ostilità nel gruppo, creano tensioni a volte insanabili, bisogna dividere compiti ed incarichi evitando sovrapposizioni di ruoli che determinerebbero delle incomprensioni che a medio-lungo termine danneggerebbero la società.

f) La valutazione di ciò che è stato fatto deve essere un momento ben preciso nella realtà della società. E' bene programmare riunioni con i massimi esponenti della società più volte, per fare una valutazione intermedia dell'operato ed eventualmente correggere quelle strategie che si sono rilevate poco efficaci per raggiungere gli obiettivi. La valutazione finale va fatta a fine ciclo ed allora è quello il momento di fare i conti. I cicli devono essere pluriennali di due – tre – cinque anni (obiettivi a medio e lungo termine).

Struttura ed organizzazione societaria

*Il settore minibasket andra' visto come **Scuola Basket di Base** , per i ragazzi dai sei ai 12 anni.Andremo a fare profonda analisi nelle pagine successive riguardanti il minibasket,confrontando le metodologie di allenamento nostre e quelle spagnole (Vedi allegati),riservandoci alcuni accenni di base nelle righe sottostanti sul minibasket insegnato in Italia ed Europa*

1.Minibasket in Italia

Il Minibasket è la proposta di gioco educativo che la F.I.P. rivolge ai bambini dai 5 agli 11 anni e che ha le sue radici nella cultura e nella pratica della pallacanestro. Il Minibasket non è però banalmente la pallacanestro dei piccoli, ma un "gocosport" nel quale il bambino, nell'accezione globale delle proprie dimensioni cognitive, motoria, sociale ed emotiva, viene posto al centro di ogni proposta, azione, riferimento e riflessione che connotano il progetto educativo della F.I.P. Vuole essere innanzitutto una proposta educativa convincente, segnata dal rigore di una convinzione forte: il minibasket non è dove qualcuno insegna la pallacanestro ai bambini più dotati ma il luogo ed il tempo intenzionalmente dedicati in cui a ciascun bambino è data l'occasione d'imparare a giocare a minibasket, secondo il principio dell'inclusione nei processi d'insegnamento-apprendimento e non della selezione precoce, spesso tanto arbitraria ed incompetente quanto gratuita ed inconcludente.

Si tratta di una differenza non da poco e che definisce il Minibasket non come un minisport che produce "vuoti a perdere" ma come la proposta di gocosport della Federazione Italiana Pallacanestro che mette al centro l'accoglienza e l'inclusione nello sport dedicato ai più piccoli.

All'inizio il Minibasket è stato veramente interpretato anche nel nostro Paese come la

Pallacanestro in miniatura: ricerca della perfezione del gesto tecnico, fondamentali insegnati alla perfezione ed in maniera esasperata, esaltazione ed enfaticizzazione dei talenti.

Gli allenatori che si occupavano dei piccoli si concentrarono di più sull'aspetto tecnico trascurando gli aspetti educativi e ludici del gioco e così molti bambini, non trovando risposte adeguate alle loro aspettative ed ai loro interessi, abbandonarono il Minibasket, cercando altrove motivazioni e possibilità di successo.

Grazie all'impegno più che ventennale, all'azione ed alle competenze di Maurizio Mondoni la situazione venne affrontata con la ristrutturazione dei programmi tecnico-didattici dei Corsi di Formazione per Istruttore Minibasket e con una nuova attenzione al mondo della scuola, ponendo il bambino al centro dell'attenzione dell'Istruttore come "soggetto" del gioco e protagonista principale della progettazione educativa dell'Insegnante.

L'utilizzo per lungo tempo del metodo multimediale "Educazione Motoria di Base" ai corsi per Istruttore, e la partecipazione ai Corsi stessi di esperti della Scuola dello Sport del CONI, determinano un'ulteriore svolta nel processo di formazione.

Era ormai chiaro che non era sufficiente conoscere la tecnica cestistica, ma che occorreva acquisire conoscenze specifiche relative a diversi ambiti: biologia, psicopedagogia, metodologia dell'insegnamento e metodologia dell'allenamento.

Negli ultimi anni la formazione dei nuovi Istruttori, così come l'aggiornamento degli Insegnanti, si sono ulteriormente evoluti, ponendo al centro la costruzione di percorsi appositamente **finalizzati all'acquisizione di conoscenze, di abilità e di competenze**.

In questo senso diventare Istruttori è ora più impegnativo e difficile, sempre maggiori sono le difficoltà che ci attendono in palestra; i bambini devono essere conquistati con una capacità d'insegnamento sempre migliore ed adeguata, sono sempre più in difficoltà dal punto di vista motorio ed affettivo, per loro è importante e fondamentale l'incontro con un insegnante educatore motivato e competente.

2. Il Minibasket in Europa

Nonostante la filosofia stabilita e fissata in questi ultimi anni dalla F.I.B.A. Minibasket, il Minibasket in Europa è "gestito" e giocato in modi differenti.

"Vogliamo un Minibasket per tutti, senza selezioni assurde, un Minibasket vero, dove tutti i bambini possano avere la possibilità di realizzare un canestro, di effettuare un buon passaggio o un buon tiro, di battere l'avversario, di difendere, di attaccare e di verificare quanto una persona vale nella vittoria e nella sconfitta".

Prof. Maurizio Mondoni

#iostoconibambini

Questo si può notare, in principal modo, assistendo ai diversi Tornei Internazionali Minibasket che sono organizzati in Europa: tipi di giochi in attacco, difese attuate, comportamento in panchina degli Istruttori. Tutto molto simile alla grande pallacanestro, ma con un'enorme differenza che i praticanti non sono giocatori, ma bambini e bambine nel "vero" senso della parola.

Schemi di gioco rigidi e organizzati, niente è lasciato alla creatività, le correzioni sono continue, i rimproveri non si contano e tutto deve essere perfetto.

In alcuni Paesi europei il Minibasket inizia a 5 anni e termina a 11 (Italia, Francia in primis), in altri inizia a 8 anni e termina a 12, possono andare in panchina a dirigere le squadre Minibasket anche gli Allenatori, il Regolamento di gioco in molti Paesi è molto simile a quello del "grande basket" (8" per passare la metà campo, violazione della metà campo, 24", tiro aggiuntivo su canestro realizzato e fallo subito, tiro da 3 punti, difesa a zona).

In molti Paesi si disputano i Campionati Nazionali (*Russia, Ex Repubbliche Russe, Slovacchia, Polonia, Belgio, Ungheria, etc.*) e per partecipare ai Tornei si formano selezioni nazionali: mi sembra un po' troppo per i bambini e le bambine di quest'età!

In alcuni Paesi si organizzano Corsi di formazione per gli Istruttori Minibasket (Italia, Francia, Ungheria, Portogallo), con uno studio specifico sull'area biologica, psico-pedagogica, metodologica e tecnica e relativi corsi d'aggiornamento.

Per quanto riguarda il il Settore Giovanile, il principio dominante sarà quello di:
"Preparare giovani per le proprie squadre più rappresentative, per la prima squadra o da avviare a società, semi-professionistiche e professionistiche".

E' ovvio che, come conseguenza d'un buon lavoro con i giovani, necessariamente, arriveranno anche i risultati di prestigio per la Società, ma questi non dovranno mai essere anteposti al ruolo formativo che deve avere il settore giovanile

La prima caratteristica di una struttura sociale che intende porsi con continuità l'obiettivo dell'efficienza è quella d'essere stabile nel tempo. Infatti, solo operando nella stessa direzione con gli stessi uomini, per un determinato periodo, si potranno utilizzare al meglio le risorse umane ed economiche che una società ha a disposizione.

L'organizzazione del settore giovanile riveste vitale importanza nella vita di una società, perché consente di fronteggiare tempestivamente le problematiche che si presentano nel corso della stagione.

La professionalità e le doti umane di coloro che operano nel settore giovanile (dirigenti allenatori, ecc.) devono essere oltre che un punto di partenza, un punto fermo; chi opera nel settore giovanile ricordi sempre che il tutto deve essere finalizzato alla **crescita della persona** come presupposto fondamentale per ottenere anche buoni giocatori.

Questo breve ma necessario preambolo serve ad introdurre quella che è una mia, settore non si è posto almeno una volta questo problema? Siamo certi che ogni bambino possieda un patrimonio ereditario attitudinale che puntualmente affida in mano all'adulto. Nel settore giovanile l'istruttore ha questa gran responsabilità poiché è mediante la qualità dei suoi metodi, delle conoscenze teorico-scientifiche, ed in base alla qualità dei contenuti delle attività proposte, che potrà materializzare il disegno genetico in possesso di ogni ragazzo

e soddisfare quindi le sue richieste e aspirazioni.

Il ruolo dell'istruttore è fondamentale. Egli ha a disposizione un "materiale" molto sensibile, che risponde positivamente però solo a certe sollecitazioni.

L'istruttore deve essere un esperto di scienze motorie, avere una solida base psico-pedagogica, saper organizzare e programmare l'attività didattica e scegliere la metodologia più appropriata per portare avanti le proprie idee. Nel nostro staff composto di "allenatori di base" abbiamo anche laureati in scienze dell'educazione motoria.

Lo sport giovanile, se affrontato seriamente è un fenomeno complesso, così come tutti gli altri aspetti o momenti di vita sociale.

2) Formazioni delle squadre.

Si forniscono i seguenti elementi da tenere in considerazione per la formazione delle squadre:

A) Nella Scuola Basket si formano dei gruppi di lavoro secondo:

- a) Età degli allievi.
- b) Capacità degli allievi.

PS Per capacità s'intendono quelle: coordinative, condizionali, tecniche, psichiche, fisiche, caratteriali e comportamentali, tenendo conto le conoscenze a 360 gradi delle fasce d'età sulle quali gli Istruttori operano.

Ad inizio corso si suddividono i bambini per gruppi omogenei mediante una valutazione dei dati prodotti con dei **test d'ingresso**. Questo permette di creare un'omogeneità dei livelli d'apprendimento nei gruppi, facendo crescere i bambini in modo graduale, mettendo gli stessi allievi a loro agio. Per i gruppi che si formano, sarebbe opportuno valutare l'apprendimento dei bambini (ogni tot mesi) e porsi l'ipotesi di riorganizzarli in modo di avere dei contesti lavorativi, sempre omogenei (**gruppi aperti**). Certo che bisogna essere abili a gestire al meglio le dinamiche che ne scaturirebbero e vale a dire: comportamento nel gruppo, traumi psicologici dovuti ai processi di socializzazione e quant'altro.

B) Per il settore giovanile

Creazione di più gruppi della stessa fascia d'età, con i criteri precedentemente espressi. Dar modo agli allievi di completare la loro fase evolutiva, per essere valutati dalla società senza riserve ed errori.

Valutazione da parte della società, di chi è idoneo al basket, in tutte le sue componenti: tecniche, tattiche, condizionali, caratteriali ecc.

I nostri cinque punti di riferimento:

- 1) Giocatori patrimonio societario
- 2) Crescita giocatori in comunione con la crescita dello staff tecnico e dei dirigenti
- 3) cooperazione e sinergia tra allenatori e dirigenti
- 4) Pianificazione obiettivi, stesura protocolli per il loro raggiungimento

5)Esecuzione lavoro pianificato con ordine e ruoli definiti.

Stabiliti i punti di riferimento parliamo un po' di noi

Concetto fondamentale da far capire a tutti i nostri ragazzi dal settore minibasket ai senior:

“Differenza tra una brutta parola italiana, *sfigato* e una bellissima parola inglese *loser* : il primo e' chi nasce sconfitto, l'altro uno che combatte, si impasta con gli altri, e poi viene anche sconfitto.

C'e' una grande differenza nello scendere in campo per un gruppo di sfigati e un gruppo di loser , gli sfigati perderanno sempre i loser alcune volte possono anche vincere.”

Partendo da questo concetto si potrebbe iniziare a stabilire dei punti fondamentali per costruire una società che non sia sempre ritenuta perdente e quindi composta da sfigati ma invece sia un insieme di persone che lavorano per dare la possibilità ai ragazzi del proprio comune di crescere sportivamente e umanamente .

Il basket moderno si è trasformato a causa di un continuo innalzamento delle performances fisiche ed atletiche e della ricerca spasmodica di prestazioni sempre più impegnative, perdendo di vista quello che sta alla base di ogni corretto percorso formativo. L'insegnamento dei fondamentali, pratica in passato assolutamente prioritaria rispetto a qualsiasi insegnamento di tattica o strategia, si è perso molto col passare del tempo. Generazioni di tecnici di grande fama hanno costruito le proprie fortune su risultati agonistici raggiunti grazie al ricorso costante a strategie e condizionamenti applicati ad atleti di livello eccelso.

Ma, senza atleti di questo livello avrebbe avuto senso quel tipo di pallacanestro? Quanti sono gli atleti italiani in grado di reggere il confronto con scuole di pallacanestro come quelle dei paesi dell'est europeo o spagnole o greche?

Sono questi gli interrogativi che ci hanno fatto riflettere, in un panorama in cui l'attività giovanile è sempre più bistrattata nei fatti e glorificata nelle intenzioni di chi governa questo mondo.

La sensazione riscontrata in questi ultimi mesi e' quella che molti ci considerano una società senza nervo ove e' lecito ottenere senza dare niente in cambio, oppure prossima all'estinzione dove si possono fare “acquisti” di intere squadre ,incapace di lavorare sui ragazzi anche se ultimamente ne e' uscito un prospetto a livello nazionale .

La società a cui il ragazzo e' stato prestatato ci ha chiesto il cartellino essendo a loro dire ,l'unica che e' stata capace di valorizzare il ragazzo.

Abbiamo ricordato che alla sua valorizzazione e crescita hanno contribuito anche gli allenatori che in GS BK PADERNO lo hanno seguito , anche se il ragazzo ha molto talento di suo, sia per quanto riguarda il lato sportivo ma soprattutto dal lato umano.

Ricordando loro che la crescita dei nostri ragazzi parte dalla relazione con gli altri ,dal rispetto verso tutti ,mancando questi presupposti avranno a disposizione un ottimo giocatore di basket ma un pessimo futuro uomo.

Partendo da quest'ultimo concetto di seguito alcuni spunti per un lavoro futuro, quello che leggerete sotto sono i principi cardini con i quali nel basket spagnolo, da cui dovremmo imparare tanto in primis i "NOSTRI" tanti decantati allenatori emergenti, si scelgono i prospetti per le formazioni di categoria.

Noi non faremo selezione, non siamo in grado e non abbiamo i numeri per farla ma soprattutto non è nel nostro DNA ma possiamo pur sempre fare tesoro di quanto leggeremo di seguito.

Dovremo riparte dal passato, rimettendo la crescita dell'atleta al centro dell'attenzione, senza i fuorvianti obiettivi di risultati di squadra che non hanno più nessuna logica di esistere in competizioni nelle quali l'ultimo degli obiettivi è misurare il miglioramento e la crescita degli atleti.

Cambierà l'approccio degli istruttori, dovranno essere meno allenatori e più maestri, ove i risultati conseguiti saranno la logica e naturale risultanza del lavoro quotidiano di miglioramento dei singoli.

Struttureremo l'attività formativa degli atleti iniziando dai primi passi, cercando di rinnovare tutta l'area mini basket cittadina.

Ogni bambino che entrerà nel minibasket avrà ben chiari i percorsi di crescita possibili e la sua attività sarà differenziata in base alle sue qualità.

Proseguiremo con l'area di formazione dai 13 ai 15 in cui l'insegnamento dei fondamentali individuali e il miglioramento delle qualità motoria occuperanno il 90% degli spazi d'allenamento e che sarà gestita dai possibilmente da laureati in scienze motorie

Punto di partenza è quanto viene fatto in Spagna (lo vedremo anche per il settore minibasket) sui ragazzi che hanno un valore prospettuale molto alto, certamente non è il caso nostro ma i valori elencati sono imprescindibili anche per una piccola società come come la nostra mentre altre caratteristiche andranno adattate

FORMAZIONE E VALORI •

Il lavoro sui giovani inizia da 5 valori imprescindibili:

- **Amicizia:** i giocatori devono essere amici tra di loro, perché l'amicizia aiuta a raggiungere vittorie personali e di squadra; avere un amico aiuta ad essere migliori
- **Sforzo:** nella vita spesso occorre sforzarsi per raggiungere il massimo risultato e bisogna essere abituati/pronti a farlo
- **Rispetto:** quando l'allenatore parla i giocatori devono sapere che sta spiegando qualcosa che li aiuterà ad essere migliori e/o a vincere la partita, per questo devono portare attenzione con rispetto ed interesse
- **Controllo emozioni:** quando un giocatore segna, o aiuta la squadra a vincere la partita, si emoziona. Accade perché ha raggiunto un obiettivo e per farlo ha dovuto compiere uno sforzo: le emozioni sono parte di noi e bisogna insegnare al giocatore come gestirle

- **Divertimento:** quando un giocatore compie un lavoro di squadra si sforza, rispetta l'allenatore e i compagni, impara ad avere responsabilità e molto probabilmente si emozionerà per aver raggiunto un obiettivo. Tutto questo deve farlo divertendosi!

RICERCA E SVILUPPO:

Caratteristiche tecnico-tattiche(quelle che i nostri ragazzi dovrebbero avere ,ma non hanno altrimenti non sarebbero con noi):

- Giocatori con margine di miglioramento a livello tecnico (non guardiamo quello che sa fare,ma le potenzialità di miglioramento)
- Giocatori con capacità di comprensione e applicazione degli elementi tecnici nelle varie situazioni tattiche
- Giocatori capaci di affrontare efficacemente le varie situazioni tattiche (percezione del gioco,capacità di prendere decisioni eseguendo elementi tecnici con la massima efficacia)
- **Caratteristiche fisiche(idem come sopra):**
- Statura ed apertura alare superiore alla media, non in sovrappeso e con un indice di massa grassa adeguato all'alto rendimento
- Giocatori non ancora formati, che devono ancora maturare, in cui l'età biologica è inferiore all'età cronologica
- Giocatori con capacità fisiche oltre la media e che si pensa possano essere sopra la media anche in futuro; le principali caratteristiche a cui si fa riferimento sono: resistenza, forza,flessibilità e velocità
- **Caratteristiche psicologiche(queste condizioni sarebbero auspicabili):**
- Motivazione: deve voler far successo nella pallacanestro
- Controllo emozioni: deve saper controllare le sue emozioni (stress in primis) per poter competere al massimo livello
- Deve essere bravo a focalizzare l'attenzione per analizzare il gioco e capire ciò che succede
- Deve essere capace di lavorare in squadra
- **Abitudini e studio(queste condizioni sono necessarie anche nei nostri gruppi):**
- Deve curare il suo corpo e la sua alimentazione
- Deve essere cosciente dell'importanza del suo corpo per raggiungere l'eccellenza sportiva
- Deve essere un buono studente in generale

COME POTREMMO LAVORARE:

Il lavoro si divide in quattro aree. Ogni area ha degli obiettivi specifici, ma è necessaria e fondamentale la sinergia tra esse per il conseguimento dell'obiettivo.

- **Area tecnica:** valutazione dei giocatori(predisposizione a questo sport)analisi e controllo, sessioni tecniche, , orientamento tecnico, coordinazione metodi di lavoro, crescita tecnica, valutazioni individuali e generali

- **Area fisica:** controllo fisico, test e prove fisiche, formazione fisica, piani individuali, valutazioni individuali e generali
- **Area psicologica:** test di personalità, studi individuali, valutazioni
- **Area biologica:** controllo biologico, orientamento ed educazione medica, valutazioni individuali e generali

Tutte quelle qualità che i nostri ragazzi non hanno , per mancanza di talento, devono essere i punti cardine da qui partire dal primo loro inserimento nell'ambito del settore minibasket.

Tutto quanto detto sopra vale sia in ambito sportivo , e qui serviranno allenatori che siano anche educatori, che in ambito scolastico o di vita vissuta per costruire in futuro elementi buoni o discreti con miglioramento prospettico onde avere alla fine di tutto il ciclo atleti idonei per la nostra formazione maggiore.

Il compito principale dei nostri allenatori sarà quello di stimolare la crescita del talento che ognuno di loro ha e che fa fatica a mettersi in evidenza.

Ognuno di noi nel momento della nascita porta con se' un dono che e' quello del talento , donato da chi non potremo saperlo mai, perche' da grandi sportivi puo' nascere un figlio che ha talento ma anche uno che non ne ha,il problema principale e' come sfruttare questo talento.

Quando e' il momento la vita ce ne rende conto, allora dovremo trovare persone capaci di investire in questi talenti di farli crescere e non di lasciarli nel "cassetto" per paura di poterli perdere..

Chi pensa di non sfruttare il proprio talento ha già deciso per una vita mediocre, chi lo ha fatto fruttare ha deciso per una vita indipendente.

Se abbiamo uno spazio anche uno solo lo dobbiamo utilizzare,possiamo anche correre il rischio di fallire ,ma lo dobbiamo metterci in gioco.

"Non pretendete il successo immediato poiche' quello vero richiede tempo"
Anonimo

A concludere il tutto otto regole di comportamento:

1)Segui le tue passioni

Dedizione a quello che si fa al punto da non sentire il tempo che passa.

2)Sii umile

L'arroganza puo' portare al fallimento dei nostri obiettivi

3)Raccogli le sfide

Inanzitutto verso noi stessi, col superamento dei nostri limiti.

Divertiamoci anche se sappiamo che le sfide possono essere vinte o perse.

4)Fai il gioco di squadra

La vita e' competizione, anche individuale, ma esiste una dimensione di interazione che dobbiamo alimentare.

5)Impara dagli altri

Anche gli altri hanno qualcosa da insegnare ,sappili ascoltare

6)Dai valore al saper fare

Quanti dei nostri sogni non vengono attuati, dobbiamo trovare una dimensione pratica per coltivarli.

7)Accettare il giudizio degli altri

Rimettiamoci continuamente in gioco , impariamo ad accettare le critiche trasformandole in stimolo al miglioramento personale.

8)Cambia il mondo

E' la regola piu' difficile e piu' astratta, invece no voi avete il diritto e il dovere di cambiarlo, dovete avere questa ambizione, il vostro sogno deve avere questa premessa.

Dirigenti/Dirigenti accompagnatori:

Le societa' sportive non esisterebbero se non ci fosse il valore ed il lavoro di coloro che volontariamente scelgono di compiere una missione educativa fondamentale crescere le giovani generazioni attraverso i valori veicolati dall'attivita' sportiva.

Senza la presenza operosa di chi nel silenzio si impegna quotidianamente per far vivere la societa' e far giocare i ragazzi, non avrebbe senso nemmeno l'esistenza della cultura sportiva nei nostri comuni.

Quindi e' giusto mettere in prima piano queste figure fondamentali per lo sport di base , ricchezza umana e volontaria dal valore inestimabile, appoggio determinante anche in campo sociale ed educativo.

Queste figure costituiscono il cosiddetto "popolo delle transenne" e del lavoro fuori le quinte, sono quelli che spesso oggi sembrano mancare, e se invece ci sono, marcano decisamente il confine tra la realtà che riescono a reggersi sulle proprie gambe e realtà che stentano a crescere.

Sono persone che devono raffrontarsi non solo con le istituzioni locali ma soprattutto con gli atleti, con i loro genitori e le famiglie, ai quali non manca mai di ribadire i valori fondamentali su cui si muove la società stimolandoli ad essere parte attiva nelle attività sportiva dei loro figli.

In sintesi sono le fondamenta su cui costruire l'avvenire delle società'.

3. Che fare quando si è "troppo pochi" o "sempre i soliti"?

1. "Coinvolgere per crescere". Indicazioni utili per dirigenti e società sportive

"Sembra incredibile, ma qualunque cosa si faccia la gente non partecipa. Come si fa a tirare fuori dalle case le persone? Ma soprattutto, come si fa ad andare oltre la sterile critica a tutto e a tutti?". Difficile non immedesimarsi in queste considerazioni: anche se lo sport, rispetto ad altri ambiti, può contare su una maggiore adesione spontanea e disponibilità, l'obiettivo del coinvolgimento resta tra i più difficili da raggiungere, una sfida sempre aperta.

Saper coinvolgere non è solo una tra le più importanti competenze strategiche di un buon dirigente associativo sportivo: è ciò che mantiene sana ed in salute la società ed associazione sportiva. Non va trascurato il fatto che le società sportive di base si reggono quasi esclusivamente sulla partecipazione e sul volontariato, due aspetti per i quali la capacità di coinvolgere è fondamentale. Come per altre competenze strategiche (coordinare, comunicare, programmare, gestire conflitti...) saper coinvolgere non è tuttavia una dote innata ma una capacità operativa che richiede preparazione e metodo, che si acquisisce e migliora con la formazione, l'allenamento e l'esperienza.

Bisogna migliorare la capacità di coinvolgersi e coinvolgere, evidenziando i fattori di successo e gli effetti positivi del coinvolgimento per la crescita qualitativa e quantitativa di una società sportiva. Vengono via via affrontati i diversi aspetti del tema: dal coinvolgimento interno alla ricerca di nuovi collaboratori, al coinvolgimento esterno alla possibilità di arrivare a tutti, offrendo ogni volta una serie di indicazioni ed esempi di pronta e semplice applicazione. Per coinvolgere, appunto!

1. Dirigere per gli altri

Come guidare i collaboratori sportivi

2. Allenatori-Genitori. Percorsi di alleanza possibile

3. Passione, tifo, educazione

Idee per far scendere in campo dei genitori sportivi

4. Società sportiva e comunicazione

Spunti per restare in partita

5. Il Dirigente accompagnatore

Bellezza e responsabilità del mettersi a fianco

2. il Dirigente accompagnatore è indispensabile: senza di lui non si gioca!

Avete mai pensato di dire 'grazie' ai vostri dirigenti di squadra?

E' evidente che il dirigente sportivo è una figura che non si inventa ma si prepara, a partire da una sapiente azione di talent scouting, ovvero di orientamento e ricerca, da parte della Società sportiva nel suo insieme e dei suoi vertici in particolare.

Come trovare e riconoscere allora un dirigente? Semplice (forse): occorre verificare se la persona possiede alcune qualità innate insieme ad un costante lavoro di affinamento, a partire dall'esperienza sul campo.

Le qualità innate del dirigente sono sostanzialmente le sue doti di leadership naturale, ovvero la capacità spontanea di diventare riferimento per gli altri, ispirare, influenzare e guidare le loro opinioni, azioni ed emozioni.

Questi aspetti di leadership tuttavia, come il talento, non si possono insegnare ma solo riconoscere, incoraggiare, coltivare, migliorare.

La leadership naturale tuttavia non basta, è una condizione necessaria al dirigente ma non sufficiente.

Tutti i bravi allenatori sanno che c'è differenza tra un atleta di talento ed un campione. Il talento è la capacità di fare cose normali in modo speciale, di dare qualità e novità alla normalità. Il campione invece è il talento (naturale) ben allenato, ovvero capace di sottostare ad una disciplina che lo renda in grado di realizzare prestazioni eccellenti nel tempo.

Allo stesso modo, il dirigente è un leader (naturale) ben formato, ovvero disposto ad acquisire e migliorare le competenze, così da guidare e promuovere il cambiamento nel tempo in modo consapevole e appropriato.

La fortuna di un campione è quella di trovare un bravo allenatore per il suo talento. La fortuna di un dirigente è quella di trovare una Società che lo sprona alla formazione continua e misura il suo talento sull'aggiornamento costante così da rendere i 'dilettanti' pienamente responsabili, ovvero consapevoli dell'effetto delle loro azioni, i 'volontari' sempre più competenti, ovvero capaci di andare oltre le buone intenzioni, i 'professionali' degli appassionati, ovvero in grado di andare oltre l'operatività per cogliere il senso del fare.

E allora forse vale la pena ricordare a noi stessi che Dirigenti un po' si nasce, ma soprattutto si diventa.

"Il talento colpisce un bersaglio che nessun altro può colpire; il genio colpisce il bersaglio che nessun altro può vedere"

Arthur Schopenhauer

Un quesito continuamente affiorante nella vita quotidiana, nelle arti, nella politica, nello sport, se il talento rappresenti un dono naturale e quindi facente parte del patrimonio genetico o condizione determinata da applicazione, duro lavoro, situazioni ambientali stimolanti, combinazioni diverse, azzardo o caso.

Diverse quindi le tesi supposte, per motivare la propensione al successo.

Proveremo a fornire spiegazioni adeguate agli ambiti motori e sportivi, ma prima ancora di trattare concetti metodologici a partire dal “genotipo” e “fenotipo”, riteniamo interessante un'escursione in aspetti diversi per pervenire ad una completa visione del concetto di talento.

Seneca sosteneva che *“la fortuna non esiste; esiste il momento in cui il talento incontra l'opportunità”*

Il filosofo interpreta il termine talento in senso qualitativo ma secoli prima in Grecia, il talento era una moneta dall'alto valore di scambio, mentre attualmente, si intende colui che possiede eccellenti qualità mentali, fisiche, di creatività che ne garantiscono il successo.

Ricordiamoci a questo proposito la parabola dei talenti, già accennata in altre pagine *“Prima della partenza per un viaggio un padrone, chiama i suoi tre servitori ed affida loro dei talenti affinché li facciano fruttare. Il primo e il secondo servitore raddoppiano ciascuno il capitale di partenza; il terzo, invece, per paura di perdere tutto, seppellisce il talento ricevuto in una buca. Al ritorno del padrone, i primi due ricevono la lode e la ricompensa, mentre il terzo, che restituisce soltanto la moneta ricevuta, viene rimproverato e punito”*

Questa parabola, vuole dirci che ognuno di noi è servitore del patrimonio affidatoci e che questo non va custodito, preservato o peggio ancora nascosto bensì fatto crescere. Il talento sotto terra non frutta occorre investirlo.

In questa operazione di investimento delle nostre inclinazioni, abbiamo responsabilità non solo verso noi stessi, realizzando così aspettative individuali, ma anche riguardo alla collettività perché un talento deve poter essere utile investimento per il prossimo.

“Niente è più comune di un talento sprecato”

(Howard G. Endrics)

Nella mia esperienza di dirigente, ho visto o supposto di intravedere qualità talentuose in molti ragazzi, con capacità ed abilità motorie spiccate ed attorniate da condizioni ambientali ed economiche ideali per eccellere nelle attività sportive ma anche dotati di certezza che tutto ciò bastasse. Insomma una supponenza infruttifera.

Inoltre, spesso non si possiedono strumenti per riconoscere il proprio talento ovvero le proprie capacità ed aspirazioni, e convogliare energie creative per realizzare la vera natura individuale.

“L'artista è nulla senza il talento ma il talento è nulla senza il lavoro”

Emile Zola Stando ai regolamenti, "la presenza del Dirigente accompagnatore in campo è obbligatoria in tutti gli sport".

Per quanto possa risultare curioso o inatteso, è un dato di fatto che il regolamento sopra citato non prevede come obbligatoria la figura dell'allenatore, del portiere nel calcio, del playmaker nel basket... persino l'arbitro ufficiale può in alcuni casi essere sostituito da un incaricato. Il dirigente accompagnatore invece non può non esserci, senza la sua presenza non si gioca!

Basterebbero queste semplici considerazioni ad indicare come il Dirigente accompagnatore riveste un ruolo chiave per l'attività di centinaia di migliaia di atleti. Ma,

mentre sul ruolo dell'allenatore, dell'istruttore ed anche del giocatore molto si è scritto potendo così ricavare utili indicazioni per operare al meglio, per quanto riguarda invece i dirigenti di squadra, nonostante la loro importanza poco o nulla è stato detto in merito al ruolo e alle motivazioni che dettano la scelta di affrontare tale funzione.

I Dirigenti sono chiamati ad accompagnare i ragazzi della loro squadra lungo un percorso molto più lungo e difficile di una trasferta fuori città, più insidioso delle vie cittadine percorse per una gara che costringe ad attraversare una grande città alle sette di sera, più costoso di un pieno di carburante, ma molto più importante.

Sarebbe banale, troppo banale, pensare ad un dirigente accompagnatore, il cui ruolo, come detto obbligatorio, debba essere tale solo per lo svolgimento di quelle funzioni previste dal regolamento. La sua figura è "fondamentale" all'interno della squadra e per la Società Sportiva, in ogni momento e non solo quando previsto dal regolamento. Può, dovrebbe, essere una persona capace di accompagnare non solo il cammino della squadra che gli è stata affidata, ma il cammino di ogni singolo ragazzo/a, un cammino che passa dallo sport, ma che non si ferma lì.

Non deve preoccuparsi delle competenze e degli aspetti tecnici: nessuna Società Sportiva attenta, si aspetterà mai questo da lui. Non deve preoccuparsi se non sa insegnare la corretta posizione del piede nel calciare una punizione dal limite, nè di sembrare "scarso" agli occhi dei suoi ragazzi, non è questo quello che si devono aspettare dal loro dirigente.

Al Dirigente è chiesta una responsabilità che, nelle squadre giovanili, i genitori devono percepire come fidata, sicura, onesta. E altrettanto il Dirigente dovrà pretendere da loro. Non può esistere un rapporto di responsabilità a senso unico. Senza il coraggio di un discorso educativo che li coinvolga, il Dirigente resterà sempre quella brava persona che dedica tanto tempo ai ragazzi, che li accompagna in auto alle partite e, a volte, porta il tè caldo in panchina.

Al Dirigente un genitore dovrebbe chiedere ed attendersi l'agire responsabilmente all'interno di un progetto condiviso. Una responsabilità condivisa è quella tra la Società che sceglie e il Dirigente che è scelto. Scelte alle volte coraggiose, da parte di entrambe le parti.

In questo modo le soddisfazioni arrivano. Molti dirigenti hanno conosciuto la gioia e la bellezza dell'accompagnare i ragazzi nella loro crescita, proprio attraverso quel ruolo che offriva loro la possibilità di stare accanto a loro nello sport, senza dover forzatamente parlar di sport. I rapporti personali più belli nella vita per molti sono nati proprio vivendo e camminando un tratto della vita affianco a bambini, ragazzi, giovani accompagnandoli da Dirigente.

Tuttavia, perché questo accada, i dirigenti accompagnatori vanno 'accompagnati', in particolare sotto l'aspetto formativo. E' molto importante che le Società Sportive decidano di accompagnare i propri Dirigenti Accompagnatori con la stessa cura e la stessa attenzione riservata agli allenatori per i quali si pretende un "tesserino" di qualificazione sempre più qualificante.

Due termini «DIRIGENTE» e «ACCOMPAGNATORE» pieni di significato e che caricano di un notevole peso coloro i quali sono chiamati (si sono volontariamente offerti) a svolgerne il ruolo.

«DIRIGENTE» : chi ha compiti, incarichi, responsabilità organizzative nell'ambito di una comunità o società. Chi ha funzioni direttive nell'ambito di una determinata organizzazione.

«ACCOMPAGNATORE» : persona al fianco o al seguito di una o più altre. In ambito sportivo: addetto all'assistenza di una squadra di atleti in trasferta con mansioni organizzative.

Dirigente	Accompagnatore
Faccio parte di una società	Mi viene assegnata (ho scelto) UNA SQUADRA
Seguo uno specifico settore nella società	NON E' LA MIA SQUADRA
Porto il mio contributo di idee alla società	E' UNA SQUADRA DELLA SOCIETA'
Mi aggiorno sulle competenze affidatemi	Devo essere un corpo unico con il coach
Cerco di essere sempre POSITIVO e trasmettere la mia PASSIONE	Gli atleti non sono del coach o della squadra, sono PATRIMONIO della Società
Ho un'11° comandamento da osservare: DEVO FARE SEMPRE SQUADRA	Ho un'11° comandamento da fare osservare: DOBBIAMO SEMPRE ESSERE SQUADRA
Cerco di essere sempre disponibile	Devo essere un punto di riferimento
Cerco di operare con la massima PROFESSIONALITÀ	Devo fare rispettare sempre e comunque le regole della Società

Il dirigente accompagnatore è il rappresentante della società in seno alla squadra. Svolge attività di coordinamento tra i componenti del team che partecipa all'avvenimento agonistico ed in quel preciso momento rappresenta la società a tutti gli effetti. Qualsiasi esigenza e problematica deve essere affrontata dal dirigente accompagnatore con efficacia e competenza. Per cui la persona deve essere proprietaria di COMPETENZE EFFETTIVE.

Il dirigente accompagnatore cura le pubbliche relazioni con tutte le componenti della gara, ruolo delicato ed importante allo stesso tempo. Basti pensare che in una gara sono presenti arbitri, atleti, allenatori e dirigenti di altre società ed il più delle volte la presenza del pubblico coinvolge il dirigente accompagnatore in situazioni delicate. Deve essere una PERSONA CON EQUILIBRIO.

Il dirigente accompagnatore è il riferimento per tutte le operazioni burocratiche relative alla gara. Decisamente la funzione più pratica e più pesante.

Ricordare a tutti (atleti ed allenatori) all'ultimo allenamento prima della gara tutti gli aspetti organizzativi riguardanti il prossimo match. Predisporre la documentazione per la gara con particolare attenzione agli adempimenti da assolvere se si giochi in casa piuttosto che in trasferta. Ha CAPACITA' ORGANIZZATIVE.

Il dirigente accompagnatore è l'elemento di unione in tutte le situazioni. L'importanza del ruolo è in funzione anche di possibili conflittualità interne alla squadra (tra atleti, rapporto atleti / coach, rapporto famiglie atleti / società) o esterne (dirigenti avversari, atleti avversari, direttori di gara). Spiccata sensibilità, capacità relazionale, razionalità e dialettica.

I SUOI COMPITI ... ANCORA TROPPO SCONOSCIUTI OD IGNORATI!

Si ritiene opportuno evidenziare che il "Dirigente accompagnatore" non è un operatore sportivo che ha il solo compito di consegnare i documenti di gara all'arbitro e porgere l'acqua alle giocatrici o giocatori che siano durante i tempi di riposo. Il Dirigente accompagnatore ha compiti ben precisi e di responsabilità nei confronti della Società e non può essere considerato come un dirigente che sta in panchina solo per compagnia. Vediamo in sintesi quali sono i suoi compiti principali:

1.E' IL RAPPRESENTANTE DELLA SOCIETÀ IN SENO ALLA SQUADRA - Svolge attività di coordinamento tra i componenti del team che partecipa all'avvenimento agonistico ed in quel momento rappresenta la società a tutti gli effetti. Qualsiasi esigenza e problematica deve essere affrontata dal dirigente accompagnatore con efficacia e competenza.

2.CURA LE PUBBLICHE RELAZIONI CON TUTTE LE COMPONENTI DELLA GARA - Ruolo delicato ed importante allo stesso tempo (ricordiamo che in una gara sono presenti anche arbitri, giocatori e dirigenti avversari, e qualche volta la presenza del pubblico coinvolge il dirigente in situazioni delicate.) Buon equilibrio nelle pubbliche relazioni.

3.E' IL RIFERIMENTO PER TUTTE LE OPERAZIONI "BUROCRATICHE" RELATIVE ALLA GARA - Decisamente la funzione più pratica; per quanto riguarda l'aspetto organizzativo rimandando alle competenze di gara. Organizzare la documentazione per una gara interna e la trasferta per una gara esterna sono compiti decisamente importanti per il dirigente accompagnatore.

4.DEVE ESSERE L'ELEMENTO DI EQUILIBRIO IN TUTTE LE SITUAZIONI - L'importanza del ruolo è in funzione anche di possibili conflittualità interne alla squadra ed esterne ad essa (come i rapporti con i dirigenti avversari o gli arbitri della gara). Suggerimento opportuno è l'assoluta tranquillità in ogni situazione contraria. Importante è

anche il suo intervento nei confronti dei componenti la squadra in caso di eventuali provvedimenti disciplinari sanzionati dal Direttore di gara al fine di evitare che certe situazioni possano anche degenerare.

ED ANCORA DOVREBBE ...

a. Operare congiuntamente al Settore Tecnico perché tutto proceda regolarmente verificando se sussistano problematiche rilevanti in seno al gruppo da riportate al Direttore Sportivo od al Dirigente Referente di settore.

b. Mantenere i dovuti contatti con i genitori dei ragazzi/ragazze per quanto concerne problemi di ordine generale ed organizzativo.

c. Tenere sempre con precisione la documentazione e quant'altro per la partecipazione alle gare (documenti di identità, validità dei certificati medici, abbigliamento curato, ecc...).

d. Curare sempre e comunque l'accoglienza della squadra ospite sia in occasione degli incontri amichevoli che ufficiali accompagnandola se del caso allo spogliatoio a questa destinato oltre al campo di gioco.

e. Verificare sempre e comunque che lo spogliatoio destinato alla squadra ospite ed all'arbitro sia pulito e comunque ospitale.

f. Controllare, almeno quarantacinque minuti prima della gara, che nel campo di gioco non manchi alcuna attrezzatura e che questa sia regolarmente posizionata (rete, panchine, seggiolone per arbitro, ecc...) ed inoltre che l'impianto sia pulito.

g. Verificare sempre che sia stato designato l'arbitro, il segnapunti e l'addetto all'arbitro (nelle gare ufficiali di qualsiasi serie e categoria).

h. Prevedere lo svolgimento delle trasferte in tempo debito al fine di evitare l'insorgere di eventuali problematiche organizzative.

i. Riferire periodicamente al Direttore Sportivo od al Dirigente Referente di settore sull'andamento del gruppo sia in occasione delle gare che della vita quotidiana in palestra.

j. Relazionare al dirigente che cura il sito Internet ed i rapporti con la stampa sull'andamento ed il risultato della gara.

k. Organizzare momenti di ritrovo e svago per il gruppo, unitamente al Referente di settore, perché la vita in seno alla Società si svolga sempre con interesse, divertimento, entusiasmo e serenità.

4. Le 15 regole che cambiano la vita di un dirigente

Possono essere utili ad un dirigente sportivo le regole che seguono?

Per un dirigente seguire queste regole, provare a farlo ogni giorno, può significare migliorare enormemente la **qualità e la produttività di un gruppo di lavoro**. Sono sicuro che molti già le conoscono, ma ho provato a scriverle nero su bianco, per renderle ben visibili e ispirare il lavoro di un dirigente e della società'.

Eccole:

1. **Conoscere (davvero) le proprie persone.** Prima di leggere documenti, valutare progetti, verificare le procedure, definire piani d'azione è necessario conoscere le persone con le quali lavoriamo. Solo così saremo in grado di chiedere al nostro team di dare il meglio, andare oltre, buttare il cuore oltre l'ostacolo. Perché solo la conoscenza reciproca crea una relazione, e la relazione è molto più forte dell'organigramma. Raccontate prima di voi e poi ascoltate con interesse. Ogni giorno, un po' di più.
 - Il libro: "L'arte della guerra" di Sun Tzu.
 - La filosofia: "L'arte di ascoltare" di Plutarco
2. **Sorridere.** È il modo migliore per predisporre le persone ad accettare una richiesta o affrontare il lavoro in modo positivo. Si può iniziare dallo specchio del proprio bagno. E continuare al bar.
 - Plus: positività, clima proattivo, capacità di generare soluzioni.
 - Criticità: perdita di credibilità o rischio di atteggiamenti superficiali da parte di qualcuno dello staff, ma solo le persone più immature o scontrose manifestano queste tendenze. È un buon test.
 - Per ispirarsi: "Elogio della leggerezza" di Italo Calvino.
3. **Fare un complimento in pubblico.** Dire un "molto bene, bravo!" a qualcuno, quando è davvero meritato, davanti ad altri colleghi ha un potere straordinariamente efficace su tutto il team di lavoro: stimola a raggiungere gli obiettivi e fa capire a tutti che le persone del team sono valorizzate. Ma non fare mai paragoni!
 - Risultato atteso: attivazione nel team di comportamenti positivi per emulazione. Un complimento meritato fa sempre piacere.
 - Criticità: qualche invidia. Nelle persone intelligenti è uno stimolo, nelle altre è un limite (e prima o poi lo verrete a sapere). È un buon test.
 - Il film: "Harry ti presento Sally", avete presente la scena al bar?
4. **Non rinunciare mai a rimproverare in privato.** Quando non riprendiamo qualcuno per un errore, un atteggiamento sbagliato, un lavoro di scarsa qualità stiamo

rinunciando a fare bene il nostro lavoro. Ma quello che conta è non solo riprendere, ma farlo nel modo giusto: in privato, non davanti agli altri e spiegando sempre come migliorare.

- Risultato atteso: superamento dei limiti, miglioramento della qualità.
 - Criticità: tempi di gestione più lunghi (apparentemente).
 - Da approfondire: l'approccio "Kaizen" (il miglioramento lento e costante), di giapponese ispirazione.
5. **Educarsi ad accettare idee diverse.** Esigere che il proprio team accetti idee, proposte, soluzioni fuori dagli schemi classici.
- Come: Abolire le parole "mai" e "sempre" (non ha mai funzionato, ha sempre funzionato così): mettete un salvadanaio in ufficio e fate mettere una moneta ogni volta che vengono pronunciate...
- La frase: "Chi dice che è impossibile, non dovrebbe disturbare chi ce la sta facendo" A. Einstein
6. **Pretendere il meglio.** Non accontentarsi è il primo passo, pretenderlo prima di tutto da se stessi per pretenderlo dagli altri è indispensabile.
- Perché: l'esempio vale più di mille parole, per emulazione tutto lo staff aumenterà produttività e qualità del lavoro.
 - Criticità: l'agonismo mantiene alta la tensione. Prevedete momenti di scarico programmato.
 - Il film: "Ogni maledetta domenica", quando Al Pacino parla alla squadra.
7. **Accettare che non si può sempre dare il meglio.**
- La frase: "solo chi non lavora non sbaglia".
8. **Assumersi sempre le proprie responsabilità.** Come?
- Dire di no senza paura. Non dire "vediamo", "ne parliamo", "forse". Sono no mascherati e creano incertezza, e l'incertezza è una vera "bestia nera" per un team di lavoro.
 - Dire di sì senza paura. Crea certezza e fiducia nella possibilità di raggiungere i risultati.
 - Dire "non lo so" senza paura. Non si può sapere tutto. Ne tu, ne i tuoi collaboratori. Meglio approfondire se serve.
9. **Concentrarsi (davvero).** "Spegni" tutto il resto, guarda negli occhi il tuo interlocutore, sii puntuale, delimita il campo d'azione, definisci prima il tempo a disposizione e l'obiettivo che vuoi raggiungere. Sia in caso di lavoro individuale che di gruppo.
- Perché: se lo fai tu lo faranno gli altri.
 - Risultato: un'incredibile efficienza interna.
 - Da leggere: "Lo zen, l'arco e la freccia" di John Stevens

10. **Scrivere cosa ha funzionato e cosa no.** Alla fine di una giornata di lavoro scrivere le cose che non hanno funzionato e quelle che sono andate meglio, cercando di capire perché, aiuta moltissimo.
 - Come: usa la matita.
 - Perché: nessuno è perfetto, per questo le matite hanno le gomme.
11. **Fermarsi 5 minuti ogni ora.** La capacità di attenzione del nostro cervello ha cicli abbastanza precisi, al massimo 50'. Una breve pausa migliora le performance e abitua tutto lo staff a gestire al meglio le energie.
 - L'idea in più: in Australia al momento dell'assunzione ti chiedono quali sport pratici. E ogni tanto, quando ci sono le condizioni ideali per praticare il tuo sport preferito, l'azienda ti manda un sms la mattina e ti dice di startene a casa e goderti la giornata. Tanto te ne staresti in ufficio a pensare di voler stare fuori... Open minded!
12. **Non fare mai a qualcuno quello che non vorresti venisse fatto a te** in quella situazione. Non si sa mai...
13. **Non fare mai tu quello che dovrebbero fare gli altri.** La delega è tutto. Rinunciare a delegare impedisce di pensare, costringere a svolgere compiti non di propria competenza, non fa crescere le persone nello staff.
 - Come: ogni volta che hai la tentazione di accorciare i tempi facendo tu direttamente qualcosa che dovrebbe fare qualcun altro, non farlo.
 - Rischi: tempi rallentati, errori reiterati.
 - Soluzioni: assicura la delega con il controllo costante e definisci da subito le modalità operative: "informa e poi agisci" o "agisci e poi informa". Ma il controllo c'è sempre.
14. **Crea entusiasmo.** Il clima interno viene influenzato da chi ha maggiori responsabilità e potere decisionale. Gli atteggiamenti e gli approcci tendono ad essere replicati per osmosi.
 - Come dare entusiasmo: vedi il punto successivo.
 - La frase: "Non esistono condizioni sfavorevoli, esistono atleti arrendevoli."
 - Da ascoltare: l'assolo di Sultan of Swing, album Alchemy live, minuto 8.51. O quello che ti piace!
 - Ps: quando si è in giornata storta, non fare drammi ma ammettere a se stessi che non è una buona giornata. E se hai lavorato bene, ci penserà il gruppo a darti entusiasmo quando serve.
15. **Ricordarsi del perché.** È l'unico modo per andare avanti, guardare avanti, ispirare gli altri. E dare il meglio di sé.
 - La frase: "...se vuoi costruire una nave, non radunare gli uomini per distribuire i

compiti e raccogliere la legna, ma ricorda loro la struggente nostalgia del mare ampio e infinito". A. de Saint-Exupery

16. Ultimo appunto viviamo il presente ,utilizzando l'esperienza del passato per costruire il nostro futuro

Allenare: Metodologie innovative o solo moda

Al processo di allenamento è deputato il compito della comprensione delle predisposizioni tese all'impegno sportivo, attraverso la valutazione dell'entità del talento ereditato, delle influenze ambientali e la scelta quindi, delle proposte di carico finalizzate all'esaltazione delle caratteristiche individuali.

L'allenamento rappresenta lo stimolo evolutivo di adattamento dei tessuti degli organi, dei sistemi e degli apparati e di conseguenza delle risposte motorie dell'uomo.

Ma a parità di carico allenante da cosa dipende la differenza di performance?

La spiegazione sta nel **genotipo**, ovvero il corredo genetico che combinandosi con le sollecitazioni provenienti dall'ambiente esterno, concretizzano e caratterizzano le risposte che formano e distinguono il fenotipo.

In sintesi, il **fenotipo**, è l'insieme dei caratteri che l'individuo manifesta e che si possono osservare in maniera più o meno evidente. Il fenotipo dipende dal genotipo, ma anche dalle interazioni fra geni ed ambiente.

Le differenti prestazioni, quindi, sono determinate da fattori innati ed ambientali in loro combinazione più o meno adeguate o ideali.

La teoria delle 10.000 ore

Diverse sono le teorie interpretative dell'allenamento, fra queste c'è chi studiando i meccanismi fisiologici, sostiene che "necessitano 10.000 ore di lavoro per diventare campione"

Anders Ericsson professore di psicologia alla Florida State University, studioso di performance in campi quali musica, scacchi, medicina e sport, sostiene che il talento quale "dono innato" sia stato un concetto mitizzato e che ogni abilità, anche la più complessa

viene sviluppata e condotta ad esprimersi ad alti livelli in virtù di una confidenza continua, coltivata nell'esercizio grazie all'allenamento.

Lo scarto fra un mediocre ed un elevato riscontro di performance è determinato non essenzialmente dalla quantità di esercitazioni o dal tempo dedicato ad un'attività comunque necessaria, ma soprattutto dalla qualità esecutiva.

Un apparato genetico sia pur di eccellenza abbisogna di crescita, l'esercizio metodico ripetitivo, quantitativo, necessita di controllo e di qualità percettive che analizzino il compito, quindi ogni attività eccelle se neurologica.

Non il nostro corpo è elastico bensì il nostro cervello, le sue peculiarità elastiche, di trasformazione di interrelazione fra aree

Gli aspetti teorici e pratici che scaturiscono dalla distinzione fra sport di squadra e sport individuali evidenziano differenti modalità di approccio alla effettuazione delle prestazioni sportive.

Le prestazioni di squadra risultano determinate dalla complessa integrazione di potenzialità tecniche e psicologiche degli elementi che compongono il gruppo di squadra, e da impostazioni strategiche degli avversari, che non conosciute compiutamente prima dell'evento gara, contribuiscono a definire queste discipline "**sport di situazione**". Le discipline individuali, possono presentare spiccate variabili "di situazione", come accade prevalentemente negli sport di combattimento, o contenuti diversi in molte specialità dell'atletica leggera, laddove non esiste contatto fisico fra i contendenti; attenuate risultano, invece, le "situazioni" che si prospettano qualora gli avversari siano divisi da una linea di confine rappresentata da una rete come nel tennis e nel tennis da tavolo.

Diverse intensità e forme, assumono le variabili situazionali negli sport di precisione, di lancio o di salto, nei quali le tattiche non si annullano del tutto ma contribuiscono solo sottomente alla prestazione.

In queste discipline il comportamento attento costituisce la base della riuscita sportiva. La routine di preparazione che introduce alla esecuzione del gesto negli sport di precisione raccomanda di essere:

Rilassato

Concentrato

Determinato

Rilassato quando l'attentività, deve poter scatenare il reclutamento di adeguate tensioni dei distretti muscolari, e solo di quelli, deputati alla esecuzione del gesto specifico, e contestualmente donare alla muscolatura specifica, rispetto al gesto, un basso grado di tensione.

Questo primo aspetto attiene alla espressione delle capacità coordinative del movimento, tassello importante della prestazione motoria agonistica e non.

Concentrato, in quanto dopo accurata considerazione, a fini di dominio, delle condizioni esterne e delle eventuali turbative (stato dei terreni, clima, pubblico), si rivolge

l'attenzione verso l'obiettivo del gesto tecnico: bersaglio, quota da superare, distanza da coprire.

Determinato, in quanto consapevole della effettiva bontà ed efficacia delle potenzialità psico-tecniche in possesso e della loro calibratura rispetto al risultato. Dei tre momenti che precedono l'effettuazione del gesto, la **CONCENTRAZIONE** rappresenta uno stadio importante anche nel corso del processo di apprendimento tecnico-sportivo e nelle fasi di correzione e rielaborazione dello stesso.

L'apprendimento risponde a principi di afferenza di informazioni che l'atleta raccoglie ed introduce e che grazie alla ripetizione, ovvero alla frequenza di allenamento, consolida e stabilizza.

Nel corso di questo processo, giocano un ruolo determinante le **RIAFFERENZE**, le quali grazie a feedback:

.In formano circa l'effetto raggiunto:

.Contribuiscono ad introdurre correzioni mirate:

· Ricalibrano gestualità coerenti al modello tecnico finalizzandole all'obiettivo prefissato.

Le afferenze e le riafferenze di natura cinestesica, sono garantite da informazioni sensoriali, UDITIVE, VISIVE, TATTILI, che configurano forma e ritmo del gesto. A far insorgere difficoltà di acquisizione delle informazioni, contribuiscono le:

INTERFERENZE ESTERNE, clima, stato dei terreni, pubblico;

INTERNE, sottovalutazioni delle proprie capacità, pensieri inconsulti e sentimenti negativi.

Questi fenomeni variano i parametri fisiologici: aumento della sudorazione, tensione muscolari indesiderate ed aspecifiche, tachicardia, dispnea.

Le interferenze quindi alterano le fasi di:

RILASSAMENTO, modificando gli aspetti coordinativi del movimento.

CONCENTRAZIONE, favorendo fenomeni turbativi.

DETERMINAZIONE, acquisendo dapprima sembianze di distrazione per poi mutare in **STRESSOR SITUAZIONALI** in specie nei movimenti agonistici, durante i quali l'attenzione mentale ha bisogno di un'alta capacità di selezione di ogni fenomeno.

In definitiva Azione, Modalità e Effetto dei gesti, subiscono turbative tali da provocare instabilità e scadimento della prestazione.

Per ovviare a queste problematiche e per rispondere alle esigenze di controllo del movimento, occorre elaborare procedure che, facendo leva su attività cognitive e comportamentali, favoriscano:

1. Perfezionamento e precisione delle azioni motorie;
2. Consapevolezza e fiducia;
3. Innalzamento e stabilizzazione prestativa;

4. Attenuazione e governo degli stressors.

L'allenamento condizionale, nello sport moderno, grazie ai metodi e supporti tecnologici in fase di pianificazione e programmazione, ha raggiunto un alto livello di sviluppo, mentre l'allenamento tecnico resta un percorso ancora non ultimato.

Infatti affrontando tematiche neurofisiologiche e psicomotorie, si scoprono ampi margini di crescita. Così anche lo studio e la pratica di allenamenti integrativi, come quello mentale e quello ideomotorio, permettano lo sfruttamento di potenzialità spesso misconosciute.

Uno dei fattori che permettono ulteriori incrementi prestativi e rappresentato dall'abilità di ricorrere alle capacità di concentrazione sul compito primario, attenuando le sensazioni e le impressioni di minor rilievo.

Allo scopo vengono adottate diverse forme di **training mentale** tese anche al perfezionamento tecnico ed all'adeguamento degli stati di coscienza. E' dimostrato che l'utilizzazione di tecniche di training mentale modifichi i potenziali elettrici della corteccia cerebrale fornendo frequenze più basse di impulsi.

- Il rilassamento muscolare progressivo di Jacobsen che prevede l'associazione di tecniche respiratorie profonde con contrazioni e decontrazioni muscolari.

- Il training autogeno di Schultz, definito anche "Yoga occidentale", che, mediante esercitazioni di autorilassamento, punta a liberare da ansie, ad autocontrollare il proprio io ed a rendere consapevole il senso muscolare.

- Forme di meditazione Zen

- Tecniche di respirazione

-L'allenamento Ideomotorio, sul quale soffermeremo ora l'attenzione. E' una forma di esercitazione che, avvalendosi di autorappresentazioni immaginarie, richiama alla mente comportamenti motori globali o corrette sequenze motorie; proprio riguardo al perfezionamento degli elementi tecnici tale metodica ottiene i migliori riscontri. Studi elettromiografici, hanno dimostrato, che nel corso delle rappresentazioni ideomotorie vengono registrate, sia pur modeste, variazioni elettriche degli stati tensivi muscolari.

Questa attività dovrà collocarsi all'interno dell'allenamento classico ed i suoi effetti risulteranno più marcati se l'esercitazioni mentali verranno collegate agli aspetti coordinativi del movimento(sequenzialità e ritmo).

Per rafforzare l'attentività si rivelerà utile l'ascolto di audiocassette che riproducano il senso ritmico delle sequenze tecniche.

Questa metodica favorisce un'accelerazione del processo di apprendimento, la stabilizzazione della prestazione tecnica ed una governabilità degli STRESSORS. Oltre ad evocazioni gestuali, l'allenamento ideomotorio, grazie alla sua peculiarità rappresentata dalla immaginazione, è efficace nell'elaborazioni fantastiche di soluzioni gestuali, infatti l'atleta "fantasista" è colui che è in grado di fantasticare, immaginare e poi eseguire.

L'allenamento ideomotorio si rivela strumento utile anche nei pre-gara quando mentalmente si ripercorrono le sequenze del movimento.

Certamente sarà l'atleta di alto livello a gestire al meglio tale pratica, in quanto esperto circa il movimento reale. La concentrazione, quindi, è uno stato labile della mente, che, concretizzandosi in situazioni di emergenza, ristabilisce le condizioni di equilibrio. Perché ciò si realizzi, occorrono: una corretta impostazione strategica dell'allenamento condizionale e speciale che ne ottimizzi i carichi, ed una continua ricerca mentale e comportamentale che sostenga le fasi di apprendimento, riapprendimento e competizione.

Un ulteriore amico per un allenatore:

L'arma per non affondare: la resilienza

“Il mondo ci spezza tutti quanti, ma solo alcuni diventano più forti là dove sono stati spezzati”.

Ernest Hemingway (giornalista e scrittore, Premio Nobel per la letteratura nel 1954)

Ci sono momenti in cui ci si chiede: “perché? perché proprio ora? perché proprio a me?”

Siamo, soprattutto in questo periodo, circondati da notizie tragiche che travolgono le nostre vite, le nostre speranze, le nostre famiglie, le nostre credenze, i nuclei più intimi che possediamo, generando paura, terrore e senso di impotenza diffusi.

Se ci orientiamo verso un atteggiamento costruttivo nei confronti degli eventi, dai più ordinari ai più stressogeni (si definisce tale un evento che diventa una fonte di stress per il soggetto), la resilienza diventa il frutto del nostro allenamento quotidiano con la vita.

Cos'è la resilienza?

Questa parola è stata utilizzata in diversi ambiti; dapprima, in senso fisico veniva definita come la capacità dei materiali di piegarsi e di affrontare una forza stressogena, di resistervi e di ritornare, senza rompersi, allo stato precedente, nonostante la forte pressione. In ambito sociale, ci si riferisce ad ecosistemi, quali gruppi e comunità, che riescono a far fronte a cambiamenti sociali, ambientali e politici.

Il termine resilienza deriva dal latino “resilio” che vuol dire prendere un'altra direzione, rimbalzare. Spesso viene fatto un collegamento con il verbo “re-salio”, iterativo di “salio”. Con questo verbo, gli antichi originariamente connotavano anche l'azione di risalire sulla barca capovolta dalla forza del mare, evocando un atteggiamento persistente davanti alle difficoltà, e non arrendevole. Nella vita di tutti i giorni può essere intesa come la capacità di chi, messo davanti a più o meno grandi difficoltà, si rivolge alla propria forza interiore per trovare un senso alle avversità, la speranza nel futuro e la fiducia in se stessi e negli altri per farcela e per lottare, nonostante tutto.

Dal punto di vista psicologico...

In ambito psicologico, si supera il concetto statico di resistenza a prove difficili e si conferisce un aspetto più dinamico, che implica un adattamento funzionale e la capacità delle persone di riorganizzarsi, riparare le ferite e possibilmente ricostruirsi, avendo potenziato alcune abilità mentali.

Cosa fare quando inspiegabilmente attentati, guerre, lutti, malattie, povertà, ingiustizie, delusioni, violenze, ci si presentano davanti e ci proiettano addosso un senso di vuoto totale? Diventa tutto incomprensibile e dare un senso a questi eventi spesso sembra impossibile.

Quando il senso di vulnerabilità e di vincibilità dell'uomo diventano prevaricanti, la mente viene influenzata negativamente nelle sue dimensioni cognitiva, affettiva e sociale. I pensieri, le emozioni, il linguaggio, i comportamenti, la memoria subiscono una forte incidenza negativa dall'ambiente che stimola tali reazioni o inibizioni.

Una spiegazione di questi fenomeni conferisce particolare importanza alla valutazione che una persona fa di un evento. In base a questo modello, un evento stimola stress se il soggetto lo interpreta come una fonte di avversità, più o meno forte. Quanto più il significato che si associa ad un evento mina alla nostra autoefficacia, autostima, motivazione, senso di controllo e impegno, tanto più lo stress da esso derivato sarà maggiore.

Ad esempio, se vedo una valigia abbandonata sulla banchina della metropolitana posso pensare a diversi eventi: se non sono di fretta, penserò che qualcuno può essersi dimenticato la valigia perché sovrappensiero e quindi prenderò la valigia e la porterò all'ufficio oggetti smarriti; se ci sono stati attacchi bomba alla città di recente, penserò che dentro quella valigia può essere contenuta una bomba e che quindi, essendo in assoluto pericolo, darò l'allarme e scapperò; se sono in partenza e possiedo una valigia simile, è possibile che a causa della confusione prenderò quella abbandonata e non la mia e, anche se involontariamente, avrò creato un equivoco comprensibile, ma che per alcuni potrebbe assomigliare ad un furto.

È importante, non l'evento oggettivo in sé (la valigia abbandonata sulla banchina), ma l'interpretazione soggettiva di quello stesso evento, che, a sua volta, genererà reazioni diverse in soggetti diversi. Quindi, sulla base di questo filtro cognitivo, vi sarà la produzione di una risposta emotiva coerente alla valutazione cognitiva soggettiva e, successivamente, una risposta fisiologica ed una comportamentale che permetteranno di reagire in modo funzionale o non funzionale alla stimolazione ambientale.

Valutazione cognitiva

Allenare la resilienza è possibile e ci rende abili ed efficaci nell'affrontare eventi negativi e stressogeni con successo, mantenendo un senso di equilibrio personale e contribuendo a rendere il sentiero della nostra vita più felice.

Alcuni consigli pratici per allenare la resilienza:

Dare un senso agli eventi (mentalizzazione), anche a quelli più tragici. Rivalutare cognitivamente, vuol dire vedere la stessa situazione da prospettive diverse. E' una strategia che può aiutarci a dare un significato diverso e più accettabile agli eventi, anche quotidiani. Ad esempio, se capita di salutare una persona per strada che non corrisponde, invece di essere improntati sulla difesa del sé e dirsi che quella persona volontariamente non ha voluto salutare, mettiamoci nei panni dell'altro e proviamo a ipotizzare che magari non ci ha visti. Iniziare a pensare in questo modo aiuta a combattere anche le frustrazioni. Spesso può essere difficile dare un senso alle cose, soprattutto se appena avvenute, ma non demordiamo, cercando di integrare tutte le informazioni in memoria che fungeranno da guida per orientarci, persistiamo anche a distanza di tempo.

Essere ottimisti. Cercare di vedere sempre l'elemento positivo anche se la situazione si presenta totalmente negativa, è un esercizio poco intuitivo inizialmente, ma riesce a dare i suoi benefici da subito. Interpretare, inoltre, gli eventi negativi come circoscritti e temporanei ci permette di non generalizzare ed espandere ciò che in quel momento ci affatica ad altri ambiti e aspetti della nostra vita.

Senso di controllo interno. Riconoscersi agenti competenti e portatori di cambiamento ci induce ad una crescita continua, personale e sociale. Percepire di avere il controllo sulla propria vita e sull'ambiente circostante è un requisito per poter agire su questo, soprattutto quando riteniamo che qualcosa stia andando storto. Inoltre, tutto ciò spinge a darsi numerosi obiettivi, ben chiari e strutturati, da raggiungere e sempre più complessi, in quanto ciò che è sfida non spaventa, ma ciò che è un problema tende a farci bloccare.

Impegno elevato. Avendo un senso di controllo interno, considererò che l'esito di un'azione dipenderà da me. Questa sarà la molla che permetterà di impegnarci per apportare un cambiamento. Fare ricorso all'impegno significa, sia nel caso del successo che dell'insuccesso, attribuire a se stessi le cause di ciò che avviene.

Imparare a sperare. Mantenere alta la speranza è un compito che i genitori devono avere bene presente. È proprio nell'ambito familiare che si costruisce la base più forte per cui, da adulti, alcuni crolleranno davanti agli insuccessi, mentre altri, dagli stessi insuccessi, riusciranno a trarne sempre un insegnamento positivo e diventeranno ancora più forti, più resilienti. Esaltare il presente e pensare al futuro è buon punto di partenza per sperare sempre di più in quello in cui si crede e si vuole.

Praticare sport. L'allenamento alla resilienza è paragonabile ad un allenamento fisico. Lo sport ci pone continue sfide e ci fa vedere i nostri limiti, così come succede nella vita di tutti i giorni. Imparare a persistere e ad essere tenaci, a provarci più e più volte, fin quando non si è soddisfatti del risultato, rafforza la nostra autoefficacia ed autostima, e di conseguenza la nostra resilienza.

Esprimere ciò che si prova. Dare libero sfogo alle proprie emozioni permette di condividere con l'altro un vissuto che, una volta espresso, sarà rivestito di un peso nuovo e più leggero. Inoltre, confrontarci aiuta ad ampliare le possibili prospettive rispetto ad una situazione, che in quel momento non riusciamo a vedere. Serve a fissare e ad organizzare i pensieri e contenuti di ciò che ci turba in quel momento. Serve a ricevere feedback esterni che permetteranno di rivalutare nuovamente l'evento. Serve a costruire legami di fiducia, i quali fungeranno da fattore di protezione nei confronti delle avversità esterne.

“Ci sono momenti in cui la salita finisce, momenti in cui niente è impossibile, momenti che non dimenticherai mai. E allora, non puoi fare a meno di pensare che la vita è meravigliosa”. Fabrizio Macchi

Bibliografia

P. Trabucchi, “Resisto dunque sono”, Corbaccio, 2007.

C. Castelli, “Sport e resilienza. Il modello della Polisportiva Laureus”, Vita e Pensiero, 20164.

Per conoscere bene le cose, bisogna conoscerne i particolari: e siccome questi sono quasi infiniti, le nostre conoscenze sono sempre superficiali e imperfette

F. La Rochefoucauld

Ascoltare stanca:

Il presupposto per essere una società vincente è che tutti sappiano ascoltare.

Viviamo in una società di persone che parlano molto e ascoltano poco o quasi nulla, questo accade in modo sempre più evidente, tanto sulla scena delle comunicazioni pubbliche quanto nell'ambito delle relazioni quotidiane tra gli individui.

Non sappiamo e non vogliamo ascoltare gli altri.

Forse ci limitiamo ad ascoltare noi stessi mentre stiamo parlando, ma non accade neppure questo, perché se davvero ci ascoltassimo, avremmo ogni volta ragionevoli perplessità su quanto stiamo dicendo.

Essenziale è capire che cosa implica un ascolto, quali trasformazioni di noi richiede.

Il campo di prova è il rapporto con l'altro.

Questo altro può essere chiunque, ma solitamente è la persona con la quale intratteniamo una relazione. Lui non è noi, non diventa un alter ego, risulta sempre diverso, è un diverso, ha qualcosa di estraneo.

Perché si realizzi un ascolto, occorre dunque, mettere in atto una pratica di sé che è molto poco abituale nella società di oggi: bisogna riuscire a scavare un vuoto dentro di noi, procurarsi uno spazio mentale attraverso il quale la cosiddetta ospitalità si trasformi in concreta possibilità dell'ascolto dell'altro.

Chi oggi si assume una simile fatica?

Se ascoltare e' cosi' tanto complicato, perche' mai affaticarsi?

Cosi' continiamo a parlare e parlare ad una platea di sordi , diventando sordi anche noi.

Almeno facessimo lo sforzo di ascoltare quello che andiamo dicendo.

Partiamo da queste righe , estrapolate da un articolo di PIER ALDO ROVATTI, per mettere a fuoco quanto succede nelle riunioni di inizio stagione fra Allenatore/Dirigente responsabile settore giovanile e genitori dei ragazzi che dal settore minibasket passano al giovanile venendo vincolati alla societa' sino al compimento dei 20 anni.

Noi esponiamo il nostro pensiero per quanto riguarda il cartellino dei ragazzi , informandoli della liberta' che i ragazzi hanno nel cambiare societa' se non sono soddisfatti ma immancabilmente poi c'e sempre qualche genitore che contesta il tutto perche' la societa' ove vuole giocare il proprio figlio lo prende solo se loro riescono a farsi dare il cartellino.

Le righe che seguono vogliono dare tutte le indicazioni necessarie in modo che se hanno problemi nell'ascolto e' sperabile che non le abbiano nella lettura ricordando che dobbiamo ascoltare in modo differente, ovvero, osservare attivamente.

Invece di ascoltare in modo distratto non essendo in grado di replicare perche' non abbiamo capito, dobbiamo imparare ad ascoltare attivamente in modo che il conflitto che ne sorge sia un'autentica opportunita' di apprendere.

Cercheremo nelle pagine successive di dare un aiuto ai genitori che hanno scelto il basket come sport adatto ai loro figli.

1) Cosa deve fare un genitore quando il proprio figlio vuole giocare a basket?

Quello che devono fare i genitori e' di avere cura nella scelta della propria societa' di basket da subito. A volte quella piu' comoda perche' vicino casa ha per obiettivo la vittoria, presto e subito fin dal Minibasket, ottenuta magari facendo una feroce campagna acquisti nei paesi limitrofi. La societa' e gli allenatori ottengono fama e gloria e forse anche economicamente qualche vantaggio con la FIP, il danno pero' viene fatto nel vivaio. La squadra competitiva e' costituita prevalentemente da ragazzini che sono avanti a livello di motricita', perche' magari vivono h24 in un contesto dove abitualmente devono farsi largo con le proprie forze. Il bambino che e' cresciuto in maniera "protetta" deve invece fare un lavoro maggiore per recuperare atletismo, grinta e voglia di competere e la ricerca di una societa' che gli permetta questo tipo di crescita diventa fondamentale. Diventando piu' grandi la differenza atletica diminuisce e cominceranno a prevalere altri valori come l'intelligenza di gioco, tecnica, carattere, fisicita', volonta', motivazione del giocatore.

Se vengono fatte delle selezioni anticipatamente assegnando ai primi: campionati e tornei piu' importanti, allenatori piu' blasonati, allenamenti con atleti piu' grandi etc etc io sto facendo un brutto lavoro verso gli altri che sono colpevoli solamente di non essere pronti a 8-10 anni. Questo tipo di lavoro porta secondo me a vincere campionati di minibasket e magari qualcuno dei primi anni di giovanili ma per vincere campionati di alto livello non si puo' prescindere dall'altro tipo di organizzazione, *che privilegia cioe' l'insegnamento dei fondamentali del basket aspettando la maturazione del giocatore.*

Il risultato vero lo fa chi partendo da campionati provinciali arriva a partecipare a quelli elite sempre con la stessa squadra. Chi, quindi, lavora con poco e con il materiale umano a disposizione senza andare a fare campagna acquisti tra le palestre della zona. Ovvio che bisogna lavorare di più ma come in tutte le cose poi le soddisfazioni diventano maggiori. Nel minibasket, un allenatore ha la possibilità di lavorare con del materiale da modellare a proprio piacimento e se viene fatto un buon lavoro non ci sono limiti ai risultati che si possono raggiungere. Se prendo dei ragazzi di 8-10 anni che sono per strada 8 ore al giorno e li metto davanti a un pallone di basket e ovvio che inizialmente per velocità e agilità mi faranno la differenza; ma se oltre a questi ci si dedica a quelli athleticamente più indietro (perchè magari provengono da famiglie iperprotettive) e comincio a curare la motricità con dei lavori specifici, in pochi mesi vi garantisco che il divario si riduce notevolmente e una volta ottenuto questo risultato spesso si scopre di avere a disposizione ragazzi di grande talento senza andarli a cercare a km di distanza. Chi però ha la pazienza e le capacità per fare questo tipo di lavoro? Conviene alle società adoperarsi in questo senso oppure è più semplice guardare nelle società altrui?

2) Quale società allora scelgo per tesserare mio figlio:

Ritengo che il problema sia la classica medaglia a due faccie, con una spada di Dlamocle per ambedue le scelte, lo svincolo :

a) La prima è quella che vede gli atleti e le loro famiglie svolgere un'attività sportiva, l'altra è una società che in qualche modo investe tempo passione e denari per insegnare e permettere ai propri atleti di giocare e crescere.

La questione come sempre è semplicemente di rispetto, correttezza, serietà e chiarezza nei rapporti tra atleti, famiglie e società.

L'esperienza mi insegna che se sono presenti non c'è nulla di più vincolante (o svincolante) di una stretta di mano al contrario, mancando, qualsiasi carta scritta, anche super-blindata, può essere utilizzata solo ed esclusivamente per.... andare al wc (penso alla battuta di Toto' quando il generale nazista dice "lo ho carta bianca" nel film I due Colonnelli) o farsi la guerra dipende da chi può sfoderare la forza maggiore.

SOCIETA' – E' giusto che una società (che in ogni caso non è un'ente caritatevole..) sia tutelata dal meccanismo dei tesserini in quanto investe parecchio su qualsiasi dei propri tesserati, che ne direste da genitori sentirsi chiedere delle rette da 1000-1500 € a copertura delle spese REALI (..allenatori, staff tecnico, divise, trasferimenti, assicurazioni, impianti, iscrizioni, attrezzature,..) per l'attività del proprio figliolo?

Il più delle volte questi investimenti sono a fondo perduto da un lato perché suicida sarebbe la società che pensasse di far quattrini in questo settore, perché di CAMPIONI non ne nascono tutti i giorni e in tutte le società, dall'altro perché alla base di tutto o di molto c'è la passione (per lo più gratuita e quasi mai riconosciuta) di chi opera all'interno delle società.

Uno sport come il basket richiede tempi mediamente lunghi di insegnamento per la difficoltà di metabolizzazione dei fondamentali e ritengo legittimo e naturale che una

società voglia e chieda di progettare la propria attività lavorando per un certo tempo con un gruppo stabile e costante di ragazzi. Purtroppo questo non sarebbe possibile se lo svincolo fosse "troppo facile",PENSO AD UNO SVINCOLO ANNUALE.

Se poi un ragazzo ha i numeri per "sfondare" in categorie superiori è interesse della società girarlo in prestito alla società interessata perché per ogni ragazzo che "ce la fa" ne arriveranno altri dieci ad imparare trainati proprio dal "successo" di quel ragazzo.

Come è interesse della società "liberarsi" di chi non vuol restare e che potrebbe rovinare il lavoro di anni perché solo giocatori motivati daranno il meglio e porteranno risultati prima per se stessi poi per la società.

GENITORI - I genitori, da genitore, sono sempre stati una "brutta bestia" ogni qual volta siano coinvolti i propri pargoli. Il tesseramento è visto molte volte come un capestro nei confronti dei primi tifosi dell'atleta ma questo potrebbe essere invece un valido elemento di "protezione" dei piccoli atleti se alla base ci fosse molta più correttezza di relazione tra le società e le famiglie.

Quanti di noi (genitori) possono affermare di non aver mai espresso dubbi sull'impiego del nostro campione, di non aver mai pensato di battere i pugni sul tavolo se... o di non aver mai assistito alle intemperanze di chi credendo di avere un figlio da Nba critica apertamente le scelte tecniche di un allenatore?

Cosa succederebbe se lo svincolo fosse libero ed automatico? Penso qualcosa molto vicino all'anarchia o più semplicemente si vivrebbe in un perenne stato ricattorio dove allenatori e tecnici non avrebbero più la possibilità di lavorare e le società apparirebbero e scomparirebbero di anno in anno. Per un genitore la miglior garanzia nei riguardi dei propri figli sarebbe quella di partecipare alla vita sociale, non esiste alcuna società che rifiuterebbe "due braccia in più" e per noi esserci "dentro" porterebbe a vedere le cose dall'altro punto di vista a chissà che non si possa anche cambiare visione delle cose. Nulla tolgo ai casi particolari ma qui si cerca di fare un discorso generale, nella maggior parte delle volte i problemi che il nostro figliuolo ha con quella o quest'altra società, con questo o quest'altro dirigente sono solo i risultati dei transfert negativi ricevuti dai genitori. Il non feeling con l'allenatore o il dirigente "stronzo" in realtà non sono problemi dell'atleta ma del genitore.

Ripeto esistono anche casi in cui famiglia e atleta sono ostaggi di speculatori (ritengo siano proprio dei casi "speciali") ma, nella norma, le società tengono al proprio patrimonio umano principalmente costituito dai propri ragazzi.

In tutto questo chi complica la questione è l'interperanza tra società, chi vede in altre squadre le soluzioni ai propri problemi di quantità o qualità e allora invece che migliorare i propri standards decide di "far acquisti" al di sopra di ogni etica sportiva che dovrebbe sussistere tra società.

Certe volte ci è difficile capire la scelta dei ragazzi e dei genitori, non si nega a nessuno il prestito verso società che giocano in campionati maggiori ma non comprendiamo le motivazioni che portano nostri atleti a giocare in campionati omologhi a quello che disputano i propri ex-compagni soprattutto queste motivazioni non le esternano.

Chiedere ad una società di stringere accordi di collaborazione, di concordare prestiti o cessioni è nel pieno diritto/dovere di ogni società ma perseguire ogni strada possibile per spingere gli atleti a rompere con la propria società è solo espressione di meschinità insita

nella personalità ed egoismo di chi partorisce tali soluzioni. Certo è difficile prendere atto di un rifiuto nei confronti dei propri interessi ma in certi casi si dovrebbe avere anche la modestia di rinunciare perché non si sa mai cosa riserva il futuro.

Visto che abbiamo toccato il problema del cartellino e dello svincolo andiamo ora conoscerle le regole in casa FIP.

3) Basket : Tesseramenti ,svincoli e parametri

Il primo cartellino per un baby giocatore di basket viene firmato prima dei dodici anni.

Il vincolo sportivo è invece una realtà che investe la totalità delle Federazioni Sportive italiane.

Con disposizioni statutarie dal contenuto più o meno armonico, le FSN subordinano infatti lo svolgimento dell'attività sportiva degli atleti dilettanti, o comunque non professionisti, al "tesseramento", procedura con la quale si costituisce di fatto il vincolo sportivo nei confronti di una associazione o società sportiva.

Con la sottoscrizione del tesseramento l'atleta si obbliga a praticare l'attività sportiva esclusivamente nell'interesse dell'associato (società o associazione sportiva) assumendosi contestualmente l'impegno di non praticare il medesimo sport con altro sodalizio, salvo il consenso dell'associato vincolante, per un periodo di tempo oltremodo irragionevole che varia da federazione a federazione.

Per rendere l'idea dei tempi medi di durata del vincolo si richiamano ad esempio:

- l'art. 5 statuto Federazione Italiana Pallacanestro: "L'atleta, a partire dalla stagione sportiva che inizia nell'anno solare nel quale compie il 12° anno di età si vincola con la F.I.P. attraverso il tesseramento fino al raggiungimento di quanto previsto ai commi [2] e [3] del presente articolo. [2] [3] e Lo scioglimento del tesseramento di un/una atleta avviene, in maniera automatica, a partire dalla stagione sportiva che inizia nell'anno solare nel quale compie il 20° anno di età.

La problematica del vincolo sportivo estesa alla totalità delle Federazioni Sportive Nazionali, assume oggi particolare interesse se solo si evidenziano i diversi profili di illegittimità costituzionale (a titolo esemplificativo e non esaustivo, ricordo la dubbia compatibilità di tale istituto con il diritto ad esprimersi liberamente nelle formazioni sociali sancito nell'art. 2 Cost.), di contraddizione con la normativa comunitaria (riferimento particolare alla libera circolazione dei lavoratori, art. 48 UE), senza dimenticare la profonda antitesi con i contenuti della Carta Olimpica, tra i cui principi si rinviene che la pratica sportiva "è un diritto dell'uomo ed ogni individuo deve avere la possibilità di praticare uno sport in base alle proprie necessità".

LA NORMA Una normativa voluta per regolamentare l'attività dei settori giovanili rendendo omogeneo il trattamento dei mini atleti e grazie a essa rendere più agevole il trasferimento dei giocatori. Una problematica, quella della gestione dei cartellini da parte delle società,

esistente nel sottobosco del basket italiano che non ha tuttavia mai creato particolari problematiche.

LA COLLABORAZIONE tra le società ,nelle quali l'interesse primario è quello di soddisfare i bisogni e sposare le esigenze dei ragazzi puo' consentire agli stessi massima libertà di movimento.. In questo senso credo che l'introduzione del parametro fissato dalla federazione abbia facilitato le cose ridando importanza e dignità al lavoro dei settori giovanili. In tanti anni dedicati allo sviluppo del basket giovanile a Paderno devo dire che raramente ci è capitato di opporci al trasferimento di un ragazzo da una società a un'altra.

«Certo, può capitare ma credo sia sempre controproducente perchè obbligare un giocatore, in qualunque serie militi e a maggior ragione da giovane, a restare in un posto nel quale non si trova bene, significa rischiare di perderlo». «Credo di poter dire senza paura di essere smentito che la politica della nostra società sia sempre stata quella di seguire la volontà dei nostri ragazzi».

L'unica possibilità di cambiare il proprietario del cartellino, da società A a società B, avviene alla fine del primo anno di tesseramento ,passaggio da U13 a U14.I genitori del ragazzo che desidera passare da A a B devono mandare mail a società A alla fine di maggio e prima che questa tesseri il proprio figlio per la prossima stagione , di solito inizio luglio con la conferma dei tesserati. La società B proprietaria del nuovo cartellino deve corrispondere alla società A il valore del parametro , a meno di accordi scambio giocatori e relativi cartellini o altro. Per esempio società B gioca in serie B valore della quota da corrispondere a società A 6000 €.

4)Parametri NAS

La rivoluzione nel mondo del basket giovanile arriva nel 2006 anno nel quale la Federazione Italiana Pallacanestro introduce l'obbligo del tesseramento per gli atleti nati dopo il 1995 e lo svincolo degli stessi al raggiungimento del ventunesimo anno d'età (oggi avviene al ventesimo anno) fissando contestualmente i parametri da riconoscere alle società che per prime lo hanno tesserato a partire dalla stagione 2010/2011.

	QUANTO COSTA	QUANTO SI GUADAGNA						
		Giocatore nato entro il 1977			Giocatore nato dal 1978 in poi			
		PARAMETRO	SOCIETA' RECLUTANTE	SOCIETA' SVINCOLANTE	FIP	SOCIETA' RECLUTANTE	SOCIETA' SVINCOLANTE	
Serie A	€ 11.500	NON CONSIDERATA	€ -	€ 11.500	€ 1.673	€ 9.482	€ 345	Serie A
Legadue	€ 9.750		€ -	€ 9.750	€ 1.419	€ 8.039	€ 293	Legadue
A dil.	€ 9.200		€ 2.716	€ 6.484	€ 1.339	€ 7.585	€ 276	A dil.
B dil.	€ 7.450		€ 2.328	€ 5.122	€ 1.084	€ 6.143	€ 224	B dil.
C dil.	€ 4.000		€ 1.940	€ 2.060	€ 582	€ 3.298	€ 120	C dil.
C reg.	€ 1.400		€ 776	€ 624	€ 204	€ 1.154	€ 42	C reg.
D reg.	€ 350		€ 194	€ 156	€ 51	€ 289	€ 11	D reg.
Promoz.	€ -		€ -	€ -	€ -	€ -	€ -	Promoz.

La tabella soprariportata andrebbe rivista perche' ultimamente sono cambiati i parametri e le categorie , non esiste piu' la A dil. Mentre la serie C e' Gold e Silver

Un paio di domande probabilmente "stupide" per gli addetti ai lavori , ma che possono essere fatte da un genitore sono:

- lo svincolo comporta per chi paga l'acquisizione del cartellino a vita?
- lo svincolo è "una tantum" oppure è previsto per gli anni successivi?

1 - No, è una sorta di canone di affitto annuale per l'utilizzo di un atleta non prodotto dalle proprie giovanili.

2 - Proprio per il motivo di cui sopra, viene pagato ad ogni rinnovo di tesseramento.

Vediamo di analizzare alcuni punti:

Come abbiam letto un giocatore di basket si svincola dalla società di appartenenza a 20 anni e in seguito può tesserarsi con qualsiasi squadra,ma e' soggetto a "parametro".

Il parametro viene pagato dalle società che tessera il giocatore dopo lo svincolo e i beneficiari sono :

- società reclutante 15%
- società svincolante 85%

....non dimentichiamoci della Fip che si trattiene il 3% come "commissione".....(pensate che ogni anno sono milioni di euro...)

Vista la crisi del basket ultimamente(pochi mesi fa')o sono stati riviste le cifre, ma ci sono delle differenze tra giocatore e giocatore.Vediamole in alcuni esempi:

Esempio 1:

Giuseppe e Luca sono tesserati da sempre per la società X e con il primo luglio si svincolano.

La società Y, che partecipa al campionato di B vuole prendere i due giocatori (6000 euro l'uno di parametro) e offre 7000 euro invece dei 12000 totali... (paga i 12000 e si fa tornare 5000)

La società X, sapendo che ci saranno molti giocatori "a spasso", accetta e quindi ogni giocatore viene pagato 3500 euro invece di 6000 e tutti sono contenti....

Marco e Matteo sono bravi come i precedenti Giuseppe e Luca e sono da sempre tesserati per la società Z, che purtroppo quest'anno ha chiuso, quindi il parametro non sarà negoziabile in quanto andrà per intero alla Fip. (12000 euro in caso di B dilettanti, come il caso precedente).

Come si può notare si crea una disparità notevole tra un giocatore e l'altro.

Il fatto è che non esistono regole perfette. E che furbetti e persone poco corrette esistono in generale al mondo e sono una percentuale rilevante sul totale degli esseri umani ... e quindi in tale percentuale li ritrovi anche in ogni ambito specifico, basket compreso, e quindi anche tra allenatori, dirigenti etc etc.

La cosa è inevitabile e naturale, e quindi lo è anche il fatto che nessuna regola può prevedere tutte le casistiche possibili ed evitare in toto furbate e scorrettezze.

I NAS sono una buona regola (perfettibile, e infatti periodicamente ci sono aggiustamenti, ma comunque sono una buona idea), il vincolo, anche se ridotto a 20 anni (ai miei tempi era a vita: il rinnovo era automatico a meno di svincolo fatto dalla società ... se non stava attenta una società rischiava di trovarsi la lista piena di ex giocatori ...).

Nel contesto attuale lo reputano meno valido, chiedendo l'abolizione sperando che la situazione del movimento migliorerebbe ulteriormente.

Io toglierei il vincolo (estendendo a tutta la vita cestistica di un atleta, dai 6 ai 60 anni, lo svincolo a fine anno a meno di una firma biennale o triennale: cioè famiglia e atleti possono ogni volta scegliere se firmare e tesserarsi per 1, 2 o 3 anni), ma lascerei i NAS con una modifica: il periodo formativo è dai 6 ai 19 anni (il periodo scolastico). Sono 13 stagioni. Se 100 è il NAS che scatta al 20° compleanno, 15 a chi ha per primo ha tesserato il ragazzo, 15 a chi per primo l'ha fatto giocare senior, 5 alla FIP con l'obbligo di usarli per progetti scuola e i 65 che restano vanno divisi in parti uguali per ogni anno minibasket e giovanili fatto dal ragazzo e dati alle società dove ha effettivamente giocato in ogni anno (levando distinzioni tra prestiti, definitivi o altro: i NAS vanno dove hai giocato).

La FIP avrebbe fondi da usare nelle scuole e l'obbligo di usarli per questa cosa (già

adesso si incamera un bel po' di soldi dai NAS, ma li usa per altro ...), con la conseguenza di una maggior diffusione del basket e quindi di maggiori possibilità di reclutamento per le società

Le società sarebbero incentivate a fare reclutamento già dal minibasket (se recluto un pulcino e lo tengo anche solo fino agli aquilotti compresi mi sono garantito un 40% del NAS: il 15 del primo tesseramento e 5x5 anni di elementari)

Le società sarebbero incentivate a far esordire i giovani talenti che avessero in prima squadra appena sono pronti (per il 15% che va a chi per primo li mette a referto senior)

Chi lavora bene sul giovanile e sul minibasket si garantirebbe comunque una bella fetta del NAS (se un ragazzo va a giocare altrove a 15/16 anni con questa impostazione io che l'ho cresciuto ho già garantito il 50% o più del NAS), e per contro chi volesse scippare il ragazzo sa che, nell'esempio citato, incamererà metà dei NAS se il ragazzo da senior giocherà altrove, e se giocherà per chi l'ha scippato ogni anno il 50% del NAS dovrà pagarlo alla società dove l'ha preso ... e quindi magari anche le presunte "grandi" se fanno un reclutamento su altre società lo faranno più limitatamente e mirato, perchè ogni ragazzino che vanno a prendere ha su di sé una percentuale di NAS non trascurabile che è assegnata a chi l'ha reclutato e cresciuto nel minibasket ...

Un impostazione di questo tipo non è perfetta ma secondo me potrebbe essere valida. Tra l'altro si tratta di cose molte delle quali già esistono ma non sistematizzate

Sarebbe opportuno la struttura dei vincoli giovanili in toto. (vedremo in seguito note sui vincoli e sui parametri NAS)...

- considerando (senza vincolo di trasferimento, ma per i discorsi economici) una grossa % a chi ha iscritto per primo il bambino a minibasket il primo anno (chi fa iniziare il bambino a giocare ha molto più merito di tutti gli altri!!!)

- eliminando la possibilità di rifiutare un prestito, ma inserire un obbligo di parametro per ciascun prestito... parametro che deve partire da una base (es: 300€, che poi è una media abbastanza verosimile delle quote di iscrizione in circolazione qui) e avere una serie di moltiplicatori che ne alzano la cifra in funzione dell'importanza di chi riceve: serie della prima squadra di chi lo prende, n° scudetti giovanili negli ultimi anni, n° finali nazionali negli ultimi anni

- inserendo un limite minimo (es: 10 volte la cifra del prestito) al trasferimento del cartellino per via definitiva

- nella distribuzione dei parametri di questo tipo, la prima società del primo anno che ha giocato (anche mini) dovrebbe prendersi il 40% ad esempio... il resto andrebbe diviso equamente per ciascun anno che ha giocato e dato il 50% alla società di appartenenza del cartellino (anche mini) ed il 50% alla società dove giocava davvero in quell'anno (solo se diversa da quella che l'ha attualmente in prestito... se lo sta avendo oggi in prestito, deve lasciare il 100% alla società di appartenenza)

- revisione del sistema parametri senior, partendo da queste modifiche

Vi assicuro che così non solo sarebbe meglio, si eliminerebbero problemi, discussioni... le società forti lavorerebbero di più per investire sui propri e prenderebbero solo gente che gli interessa davvero investirci su, non gente da tenere parcheggiata per non farla avere agli altri...

E non dite che ruberebbero più giocatori... note società di A che oggi rubano in giro ad under13 (o prima) 16 giocatori, lo farebbero ancora se questa costa gli costasse ogni anno $600€ \times 16 = 9600€$? Probabilmente ne prenderebbero solo qualcuno importante e gli altri cercherebbero di crescerli da soli... E anche se lo facessero, almeno chi perde i giocatori avrebbe un ritorno per poter meglio investire sui ragazzi della propria società.

Soluzione valida ,difficile dirsi,l'unica via da percorrere e' di vedere come altre federazione di basket operano in questo conteso e valutare l'opportunita' di farlo nostro.

Facciamo un po' di economia in campo sportivo, in questo caso relativo al basket,partendo da un presupposto "nessuno puo' pensare di determinare il prezzo di un parametro".

Dal momento che si stabilisce che il giocatore e' un bene (vincolo cartellino) in quanto portatore sano di un valore(€) esso e' soggetto a delle regole economiche che sono:

1)Il prezzo del bene che si va' ad acquistare , il giocatore non e' in realta' 'acquistato' , essendoci un prestito, in quanto il suo valore viene ammortizzato in "n" anni.

2)La disponibilita' del consumatore (societa' di pallacanestro)

3)Le aspettative soggettive del consumatore(societa' di pallacanestro), sapendo che un'eventuale promozione comporta un aggravio del costo.

4)Bisogni del consumatore(societa' di pallacanestro): e qui bisogna capire chi ha bisogno e di chi.

Siccome oggi tenere in panca giocatori di proprieta' costa meno che prenderli a parametro sul "mercato", gran parte delle societa' con poche ambizioni e soldi a disposizione, stanno facendo questa scelta.

Queste sono da sempre le fondamenta economiche nella quale la nostra pallacanestro si e' mossa .Non e' possibile che qualcuno possa stabilire il prezzo delle prestazioni sportive di un giocatore a priori.

Esistono pero',ancora oggi, delle societa' minori medie o medio piccole che vivono di prestiti prestitini o svincolati e giocatori non di prodotti a casa loro che non hanno ancora capito la portata devastante dell'aggravio di costi per allestire un organico che possa giocare in Csilver o Gold senza pagarne le conseguenze negli anni successivi.

Lo slogan "Puntiamo sul settore giovanile: in prima squadra tutti i giocatori li abbiamo formati noi".

Per poter capire le strategie di business sottostanti lo slogan di cui sopra è necessario, a mio avviso, avere chiari i seguenti pilastri:

– esistenza/cessazione del **vincolo sportivo**

– disciplina dello **svincolo** e premi **NAS**.

Analizzati velocemente piu' sopra.

Ricordiamo che ciascun atleta, o meglio i suoi genitori, nel corso del primo anno Under 13, firmano il cd. "cartellino" che vincola il ragazzo alla specifica società, che da quel momento possiamo definire "società reclutante".

Il vincolo sportivo sussiste fino al compimento del ventunesimo anno di età del giocatore:

questo è lo spartiacque chiave nella carriera di un atleta: proseguire o smettere di "giocare". Da questo momento in avanti, infatti, **il giocatore**, che prosegue nell'attività, è libero da vincoli sportivi, **può accasarsi presso qualsiasi società ma questa deve corrispondere un contributo**, il noto Contributo NAS, **alle società che hanno reclutato e addestrato il giocatore**, secondo criteri quantitativi differenziati per campionato e modalità di ripartizione ben definite nei documenti federali, che si possono consultare al seguente indirizzo: http://www.fip.it/public/statuto/contribuiti_non_prof_15_giugno.pdf

Il meccanismo sopra descritto si apre a diverse chiavi di lettura, che ritengo interessanti. In primis, **il meccanismo può essere visto sia come un costo che come un ricavo per le società**: costo, per chi tesserà gli svincolati; ricavo per chi ha reclutato/addestrato il giocatore.

Considerando che **per gli under 35, qualora società reclutante, addestrante e tesserante post svincolo coincidano, il contributo non è dovuto, lo slogan in esame già assume una connotazione diversa.**

Fare un **buon settore giovanile** significa anche rendere i **prodotti del proprio vivaio "appetibili"** post svincolo per le altre società: in altre parole, offre **un'ulteriore fonte di ricavo.**

Se a questo sommiamo i ricavi da quote di partecipazione ai corsi di basket, fare un buon settore giovanile presenta diversi aspetti positivi dal punto di vista economico, anche se è necessario considerare nel ragionamento, i costi legati al settore giovanile e allo svolgere attività federale.

Nuovi parametri NAS: In vigore dal 01/07/2018

Ripartizione contributo NAS atleti nati nel 1998 e successivi

Nati nel 1998 e successivi (1999, 2000...) sono soggetti al versamento del contributo.

Il 97% del contributo sarà di seguito suddiviso come da tabella 10 A.

- 15% alla Società che ha reclutato, tesserandolo per la prima volta a titolo definitivo nei termini ed i limiti

previsti entro la categoria giovanile.

- 10% alla Società che ha tesserato l'atleta a titolo definitivo, nelle annate sportive successive al primo

tesseramento fino al sesto anno di attività giovanile.

- 15% alla Società che ha tesserato l'atleta a titolo definitivo, nell'annata sportiva relativa al settimo anno

di attività giovanile.

- 20% alla Società che ha tesserato l'atleta a titolo definitivo, nell'annata sportiva precedente l'anno del

primo svincolo.

La base della ripartizione costi e' la seguente:

Campionato	Contributo * (€)
Serie A	12.500,00
Serie A2	9.000,00
Serie B	6.000,00
Serie C Gold	2.500,00
Serie C Silver	1.250,00
Serie D	300,00

Tabella 9 – Contributi NAS per campionato.

3.1.2 Tabella contributo NAS atleti nati nel 1998 e seguenti (1999, 2000, 2001, 2002.....)

1°anno giovanile	2°anno giovanile	3°anno giovanile	4°anno giovanile	5°anno giovanile	6°anno giovanile	7°anno giovanile	8°anno giovanile
15%	10%	10%	10%	10%	10%	15%	20%

Tabella 10 A – Ripartizione contributo NAS annate 1998 e successivi.

3.1.3 Stagioni sportive per atleti nati nel 1998

L'

1°anno giovanile	2°anno giovanile	3°anno giovanile	4°anno giovanile	5°anno giovanile	6°anno giovanile	7°anno giovanile	8°anno giovanile
2010/11	2011/12	2012/13	2013/14	2014/15	2015/16	2016/17	2017/18

Tabella 10 B – Stagioni sportive per nati nel 1998

eterno problema di molte piccole società':

Molte società tendono a chiamare i migliori per poter vincere il campionato eccellenza o di Elite', dimenticando che allenare i giocatori di altre società non fa il bene della propria, perché è miope spendere soldi per uno staff di allenatori competenti messi a disposizione di giocatori il cui cartellino è proprietà di altre società.

Premessa doverosa per parlare di questo argomento, vedremo di seguito alcune esperienze, che ha come fulcro lo "scippo" dei ragazzi alle società minori a partire dal passaggio dal settore monibasket a quello giovanile.

La ricerca si focalizza sui ragazzi e su i loro percorsi, che però portano a delle problematiche.

Penso che sia normale in Eccellenza il fenomeno della selezione, che fa il paio con il reclutamento... man mano l'asticella si alza e non tutti arrivano a saltarla, o anche semplicemente non vogliono saltarla perché interessati ad altro, inizia il percorso inverso o

addirittura si smette di giocare a basket

Quello che sicuramente diventa complicato è la gestione del rientro nel provinciale soprattutto se l'esperienza eccellenza viene fatta molto lontano da casa (tale per cui ci siano modifiche anche all'interno del menage familiare o delle scelte scolastiche) e magari molto presto... e spesso in effetti genera abbandoni.

In questo senso avere due o più percorsi all'interno del medesimo ambito societario (e non parlo del medesimo codice FIP), con uguale dignità ma decisamente diverso impegno (dell'atleta e della famiglia), è sicuramente un grosso plus per la gestione psicologica del passaggio eccellenza/provinciale in ambo le direzioni.

Ho sempre pensato che tutte queste potessero essere solo come lo specchietto per le allodole, soprattutto per i genitori che pensano di avere dei campioncini come figli. Il risultato è stata la "migrazione" di ragazzini da una società ad una limitrofa (ma anche no) perché andavano a fare "l'Elite". Poi non interessava se miglioravano tecnicamente, se trovavano spazio, l'importante era "fare l'Elite". come se "il provinciale" fosse da evitare come la peste bubbonica!. E posso dirlo con cognizione di causa.

C'è chi paventa (Schiavi, attualmente allenatore Urania), di demandare a quelle solite 6/8 squadre la crescita dei giovani talenti, mi pare che sia logico siano le società con più possibilità strutturali ed economiche a farlo, se poi iniziassero a farlo da U15 in su ancora meglio, si eviterebbe di "sballottare" ragazzini U13 ed U14 (come età) attirati dalla possibilità di fare Elite' ed in seguito l'Eccellenza

Le suddette 6/8 società dovrebbero pensare che se un ragazzo è "futuribile" lo sarà anche a 15/16 anni, altrimenti significa che non era un "prospetto". Quanti ragazzi queste società hanno reclutato giovanissimi per poi "tagliarli" un paio di anni dopo, per loro buone ragioni per carità, ma creando illusioni e disillusioni sfociate, a volte, nell'abbandono del basket?

La selezione c'è ad ogni livello, ed è commisurata alle ambizioni ed ai traguardi che ci si prefigge; affrontarlo deve essere un insegnamento per la crescita del ragazzo, perché fa parte della vita che dovrà affrontare da grande; come gestirlo è il problema e qui entrano in causa soprattutto i genitori e la loro capacità di dare il giusto peso ed indicare le priorità nella formazione del proprio figlio. Detto ciò ribadisco che trovo inutile la "corsa" all'Eccellenza o all'Elite a 13/14 anni perché troppo aleatoria per il percorso cestistico. Se delle società non rispettano le regole, o anche solo lo spirito sportivo, non fanno il bene di nessuno ed andrebbero sanzionate in qualche modo.

Le cose sono oggi cambiate come molte società hanno richiesto, (e vi assicuro che sono d'accordo moltissimi buoni allenatori, di quelli che pensano ai ragazzi, non alle vittorie):

1. eliminando sia élite sia eccellenza per il gruppo under13
2. lasciando elite' per under14
3. lasciando sia élite sia eccellenza da under15 in poi
4. under13 campionato che inizia anche presto a 3 fasi, dove nella prima si divide il tutto

in 3 (o 4) fasce di livello (fasce non con pari numero di squadre), nella seconda fase si ripareggiano le cose scambiando cima e fondo di ogni fascia ,l'ultima fase sempre mischiando le province

Per avere qualche idea in piu' relativamente a quanto scritto due esperienze di genitori relativamente ai loro figli in ottica U13 (quando esisteva l'elite')

ESPERIENZE 1

Mi permetto di intervenire in questa discussione per esporvi la mia esperienza. Io sono il papà di un Under 13. L'esperienza di mio figlio la scorsa stagione e' cominciata in una di quelle realtà che, in questo Forum, spesso viene velatamente citata come una di quelle che ruba giovani giocatori alle altre società . Quella squadra che magari altri genitori farebbero carte false per farci entrare il figlio. Noi invece ci siamo trovati semplicemente perché e' la squadra della nostra città. Fortunati direte voi. Forse. Dipende dai punti di vista. Mio figlio e' abbastanza portato per il basket: non ha ancora 13 anni, e' alto 175cm e se la cava abbastanza. Non e' un fenomeno e non lo diventerà mai. Gli piace giocare a basket e stare con gli altri. E con questo spirito gioca e si allena con discreti risultati. Tutto perfetto direte voi. Insomma. Questo perché poi ci sono le "esigenze" e gli obiettivi della società. Tre allenamenti a settimana (come tutti del resto), ma poi gli impegni del week end che spesso diventavano doppi impegni per l'impiego in più campionati, e i tornei durante festività e ponti vari. Risultato sportivo: serie di vittorie e medagliette varie. Risultato pratico/ umano (tralasciando i costi di iscrizioni e il tempo che noi genitori abbiamo dovuto spendere): figlio stressato, sempre stanco e imbronciato, impegnato solo con il basket, senza possibilità di coltivare amicizie e con risultati scolastici appena sufficienti.

Alla fine della scorsa stagione una confessione: "Mi sono rotto di giocare a basket. Non mi diverto più. Voglio cambiare sport." Poi in estate fa uno di quei tornei 3 vs 3 all'aperto (invitato da alcuni amici) torna la passione, e a settembre vuole ricominciare ma : "PER FAVORE NON IN QUELLA SQUADRA". Mi faccio il giro delle province limitrofe, mettendo in chiaro le cose: partecipazione a un solo campionato, niente doppio impegno nei week end, niente ricerca morbosa della prestazione. Riesco a trovare un'altra società che, per ora, mantiene le promesse e trovo un coach contento come una pasqua per il piccolo pivot che gli mancava e che gli e' caduto dal cielo. Mentre l'ex coach che incontri per strada nel paese, ti ricorda ogni volta che sei andato a giocare in una squadretta, mentre avevi la possibilità di giocare in una società seria con grandi prospettive. Per non parlare dei genitori degli ex compagni che ti guardano come se avessi la lebbra.

Mio figlio ora perde qualche partita in più (forse anche troppe), e non ha più una macchina da guerra come la ex società alle spalle, con quelle divise che intimoriscono gli avversari, ma gli e' tornata la gioia di giocare a basket. E' tornato ad essere sempre sorridente ed ha il tempo di uscire con gli amici mentre il rendimento scolastico e' migliorato notevolmente. Ora non voglio demonizzare nessuno o fare di tuttata l'erba un fascio. Magari e' solo colpa di mio figlio che non si e' integrato. Volevo solo darvi la mia esperienza al contrario rispetto a quella che si fa di solito. Vorrei semplicemente che quando si pensa a

campionati e riforme si pensasse semplicemente a come tutelare i ragazzi e non solo le società. Il discorso dei genitori poi lasciamolo stare. Non cambieranno mai.

ESPERIENZA 2

Al contrario dell'esperienza ,sopracitata, mio figlio 13enne è passato da una squadra (diciamo) minore ad una d'eccellenza. Mio figlio galvanizzato da tornei internazionali (dove ha incontrato veramente i fenomeni) voleva a tutti i costi imparare, crescere, migliorare, confrontarsi con quelli più forti, più bravi; e devo dire che è molto soddisfatto della scelta fatta, anche se impegnativa.

Premetto che sono completamente ignorante di basket, ho cominciato a conoscere questo sport da quando mio figlio, a 6 anni, l'ha scelto al posto del calcio, e ne sono contentissimo. Però ho notato, ma non lo dirò mai in presenza di mio figlio, che questi allenatori d'eccellenza (magari non tutti) puntano a vincere, tralasciando la formazione tecnica e atletica, che a 13 anni ancora manca. La sensazione, del tutto personale, è che allenano come se avessero in mano una squadra di professionisti che sa già fare tutto, ma purtroppo non è così.

Finalmente!!!!!!Un genitore che si è reso conto che un ragazzino,pur bravo che sia,ha bisogno e deve avere priorità che non ruotino attorno al solo basket.

A quell'età un ragazzo deve avere anche altre prioritá necessarie ad una crescita equilibrata del giovane.Quindi l'exasperazione dell'impegno e della prestazione sono controproducenti.Se le società che operano in tal modo si rendessero conto che stanno trattando con ragazzi in una fase delicata della loro crescita probabilmente tanti di loro non finirebbero per respingere lo sport che amano "nauseati" dall'ambiente.Però i primi a rendersene conto dovrebbero essere i genitori,che sono a contatto tutti i giorni con i loro figli,invece di inseguire chimere che si realizzano nell'1% dei casi,se va bene.La FIP,a mio modo di vedere,dovrebbe obbligare le società che hanno come obiettivo questa competitività ai massimi livelli ad avere un proprio centro MB come serbatoio(in alternativa avere centri MB satelliti da cui "pescare" a livello U13,per le giovanili di età bassa.Solo oltre un limite prefissato di età,magari dopo il 1° anno delle superiori,concedere di fare reclutamento in altre società.Secondo me la scelta delle società sarebbe più mirata,quella dei ragazzi e genitori più consapevole e ne trarrebbe beneficio tutto il movimento.

Sui parametri o la regolamentazione dello svincolo penso si dovrebbero trovare delle linee guida condivise dalla maggioranza delle società: impedire ad un giovane di scegliere dove giocare mi sembra anacronistico; che le società debbano versare un obolo ad ogni "acquisizione" di tesseramento "altrui", sacrosanto.

Se il centro minibasket ,espressione di una società è fonte di risorse, sia tecniche che economiche per la società stessa, può valere lo stesso discorso "dell'obolo" nel caso al termine del percorso formativo il ragazzo scelga di effettuare il 1° tesseramento per altra società; diverso il caso di centri MB il cui utile non viene utilizzato come sopra,nel caso diventa società di lucro e non dovrebbe usufruire di ulteriori guadagni.

Considerazioni conclusive:

L'intervento del genitore neofita (esperienza 1, ma anche 2) è illuminante sullo stato in cui versa, in molti casi, il basket giovanile.

Non ne faccio un problema di livello di società, perché questi comportamenti sono trasversali, è il malintendere il proprio ruolo che genera tali atteggiamenti.

Molti pensano che i risultati siano l'unico mezzo per aumentare la propria reputazione nell'ambiente, se non addirittura per fare carriera.

E le società sono complici, da qui la corsa all'Elite, nel dare più importanza all'apparire che alla sostanza.

Chi ne fa le spese sono i ragazzi che, invece di essere aiutati a crescere individualmente attraverso l'impegno costante, la potenzialità ed il talento ed a mettere il tutto al servizio della squadra, vengono utilizzati per il conseguimento di fini altrui.

Lo scopo primario di chi allena deve essere il miglioramento dei singoli allenamento dopo allenamento, la vittoria in partita la conseguenza eventuale.

Più tecnica di base, correzioni ripetute degli errori e meno tattica e lavagnetta dovrebbe essere il credo di ogni allenatore.

E le società dovrebbero valutare con questo metro il loro lavoro, non in conseguenza del posto in classifica ottenuto.

Questo sì è un po' perso, generalizzando, negli ultimi anni perché la **società** che ci circonda propone esempi in cui primeggiare è importante, apparire indispensabile, competere imprescindibile..

Così si è persa la pazienza del fare le cose gradualmente, di assaporare il gusto del passo dopo passo; la fretta conduce inevitabilmente a scorciatoie, la voglia del tutto e subito a tralasciare quella parte di lavoro necessario a conseguire successi e soddisfazioni più appaganti perché più faticosi, più sudati, più meritati.

Giocare a pallacanestro non è come la scuola dell'obbligo. Deve essere una scelta, frutto di passione e voglia di imparare al meglio questo sport.

E come tante altre scelte, se la si vuole fare al meglio delle proprie possibilità, implica delle rinunce.

Rinunciare non è un dramma e nemmeno una sconfitta. Fa parte della vita. Perché ad un ragazzo bisogna anche far capire che nella vita dovrà sempre fare delle scelte. E ogni scelta comporterà sempre delle rinunce.

Soprattutto se si vuole fare/imparare bene qualcosa.

Vincere nello sport dovrebbe essere innanzitutto rivolto a se stessi, a vincere i propri limiti, le proprie incapacità, le proprie paure.

Lo stress fa parte dello sport, della pallacanestro ma soprattutto della vita. Aiutate i vostri figli a convivere con lo stress in maniera positiva.

Poi se il coach che avete di fronte è un pazzo torturatore, cambiate squadra o coach.

Ma non sottraete vostro figlio al rispetto dell'impegno preso (verso i compagni e l'allenatore), alla capacità di organizzare il proprio tempo ("stasera non ci sono perché ho i compiti da fare!!!!" quante volte l'abbiamo sentito?!?! e i genitori che ti parlano dicendo che la scuola prima di tutto. ci mancherebbe. ma forse l'organizzazione prima di tutto, a costo di prendere un brutto voto!) e alla possibilità che ognuno di noi ha dei limiti, che non rappresentano un fallimento ma una sfida per migliorarsi.

Allora forse, dopo tutto ciò, anche se vostro figlio non sarà arrivato in serie A, avrà appreso una lezione ben maggiore che gli servirà per affrontare al meglio i problemi di ogni giorno

E noi genitori, in base all'interesse sportivo di nostro figlio, dobbiamo innanzitutto trovare la giusta collocazione che concili con gli impegni scolastici, familiari, attitudini e quant'altro; cercando di spronarlo all'impegno sano e costruttivo, evitando, però, di contrapporci alle linee della Società sportiva scelta. So che è difficile, perchè spesso, da incompetenti (parlo x me) diventiamo esperti organizzativi, preparatori, coach o allenatori di serie A.

Che poi in definitiva tutto questo scandalo non ce lo vedo, e mi spiego: se i genitori/ragazzi si rendono conto di non farcela con l'impegno penso non sia così difficile concordare una riduzione, magari facendo un campionato minore, o addirittura saltando qualche allenamento (certo a fronte di meno convocazioni o minuti) poi la "selezione naturale" farà il suo corso, finendo in società che partecipano a livelli più bassi e fanno soprattutto funzione sociale, oppure trovando soddisfazione nell'allenarsi di meno e giocare di meno rispetto agli altri. Tutto cercando di capire che non si può fare tutto, e prima o poi si devono anche fare delle scelte se si vuole fare le cose per bene, poi un elemento di valutazione può essere anche quanto avanti con l'età si arriva a fare scelte/rinunce, ma poi andrebbe anche valutato dove si fa attività e quali opportunità alternative ci sono, non è così semplice...

Ricordi da bordo campo

Sono ormai 30 ANNI , prima accompagnando i miei due figli nelle loro attività', che bazzico nelle palestre condividendo con gli altri i bei momenti che le attività' sportive ci presentano quotidianamente.

In tutto ciò ho sempre visto nello sport, soprattutto in quelli di squadra, una bellissima opportunità di aggregazione dove i nostri piccoli e meno piccoli possono condividere momenti di gioia, di tensione, di delusione, sensazioni comunque diverse da quelle che si propongono a loro nella quotidianità. Esperienze che fanno crescere dando ai nostri figli l'opportunità di mettersi in gioco e di affrontare le piccole difficoltà e le piccole sfide con le loro capacità e con la voglia di migliorare e di emergere. In tutto questo i genitori sono sempre stati per tutti noi fonte di saggezza, di consiglio, di incoraggiamento nei momenti più duri di consolazione in quelli più difficili e perché no, di rimprovero quando necessario.

Negli ultimi anni, ho potuto però notare l'affiorare di una nuova chiara minaccia per i nostri piccoli atleti. La società di oggi autorizza tutti a sapere tutto e più di tutti, non esiste più il rispetto dei ruoli come ci hanno dimostrato alcuni fatti di cronaca dove addirittura insegnanti di scuola sono stati minacciati e in alcuni casi aggrediti per aver dato un brutto voto al figlio; cose che indignano tutti noi ma poi, sotto sotto, a volte ci rendiamo protagonisti, pur non rendendocene conto di vicende, non sicuramente paragonabili a queste, ma che in qualche modo evidenziano una difficoltà nel rispetto dei ruoli.

I nostri bimbi o ragazzi, fanno parte di una squadra, fanno parte di un gruppo di crescita che ha diverse fasi, alcuni crescono sportivamente prima, altri crescono un pò più lentamente ed in molti casi acquisiscono capacità anche superiori ai primi per tutto ciò ci vuole tempo, costanza, determinazione, entusiasmo, tutte cose bellissime che però un genitore con un atteggiamento sbagliato può disintegrare in un secondo, gettando alle ortiche sogni, aspettative e desideri di chi dovrebbe volergli piu' bene.

I genitori affidano i propri figli ad una società sportiva esattamente come affidano i propri figli all'insegnante di scuola; società che da tempo (40 anni) svolgono questo tipo di attività che nel corso degli anni hanno dimostrato capacità e attenzioni in particolar modo verso il settore giovanile .

Hanno sicuramente le credenziali per far crescere sportivamente i nostri figli decisamente superiori a quelle che abbiamo noi genitori a volte accecati da una deviana e fuori luogo protezione sportiva.

L'allenatore è concentrato a far crescere sportivamente i nostri bimbi, tutte creature con teste diverse, caratteri diversi emotività più o meno accentuate, tutti elementi che devono adeguatamente essere gestiti condividendoli nella loro singola evoluzione; l'allenatore inserisce in campo i nostri bimbi, in relazione a come li vede crescere durante la settimana in palestra, sia a livello agonistico sia a livello caratteriale / emotivo conoscendoli dal quel punto di vista, in alcuni casi, meglio di noi genitori.

Noi genitori non possiamo imputare ai nostri figli e ancor peggio a chi ha la "mission" di farli crescere sportivamente, quello che noi vorremmo che loro facessero, cercando di inculcare loro o a chi li ha in gestione, le nostre repressioni o quello che noi non siamo mai stati in grado di fare; i nostri figli hanno la loro testa, le loro capacità, e le loro debolezze. Non mascheriamoci dietro al fatto mia figlia/o si lamenta che , no, NOI ci lamentiamo che ci lamentiamo sempre se le cose non vanno come vorremmo noi, guardando semplicemente nel nostro orticello pensando in questo modo di far il bene dei nostri figli

Per non rischiare di essere pedante voglio solo dire a tutti i genitori di stare al loro posto, di incoraggiare sempre i propri figli a "combattere" quotidianamente per migliorarsi, a fare gruppo e gioire e in alcuni casi anche a rattristarsi con le compagne fondamentalmente a **VIVERE LO SPORT e a DIVERTIRSI !!!!!**

Cari genitori facciamo i genitori, consigliamo costruttivamente i nostri figli e gestiamoli quando sono a CASA.

Pensiero finale:

"Lunga vita alle squadre che giocano con le divise spaiate, o scolorite, o fuori moda, ma dove nessuno sembra farsene un problema, tranne l'arbitro. A quelle che hanno sempre qualche numero rimediato col nastro da fasciature. Alle palestre col fondo in linoleum, dove appena c'è un filo di polvere non si sta in piedi. Alle squadre che si allenano

all'aperto, anche di sera, anche d'inverno. A quelle che non hanno mai l'acqua calda alle docce, e dove il Comune sembra sparito nella nebbia. Ai tabelloni di plexiglass, alle retine stracciate, ai Voit duri come legno massello. Alle società che per allenarsi hanno cinque o sei palloni in croce, e c'è sempre una lotta per arrivare primi alla cesta. A quelle che non sanno nemmeno cosa sia una double face e dove l'unico camp estivo è l'oratorio feriale. Alle squadre che quando dici: "domani allenamento facoltativo..." si presentano tutti come se fossero superprofessionisti. A quelle dove: "Oggi ho portato un compagno di scuola. Non ha mai giocato, può allenarsi lo stesso?". Lunga vita a questa pallacanestro. I giocatori più forti li ho visti arrivare da posti così. Ed erano giocatori forti perchè erano uomini semplici. -Tratto dal gruppo Facebook "Allenare è un dono" (Phil Jackson)-"

ALLEGATI:



APPUNTI PER UN PROGETTO

Presupposti per un buon progetto , partiamo dalla domanda sottostante, con la quale Fabrizio Pellegrini ci interroga ed espone i suoi pensieri :

Ma il minibasket è un progetto sportivo educativo o una "app" della pallacanestro?

“Quando il sole è al tramonto,
le ombre dei nani si allungano”
(Anonimo santone indiano)

La sottile metafora racchiude la riflessione secondo la quale ... **quando il sole è al tramonto...** nel nostro caso e nel nostro ambito, si riferisce all'imbarbarimento dei saperi e relativo impoverimento culturale conseguente al declino cui, prima o poi, vanno incontro le grandi progettualità; mentre ... **l'allungamento delle ombre dei nani** ... denuncia l'altrettanto inevitabile imporsi di mediocri "oves boves et universa pecora" che, grazie a tale funesta circostanza, possono finalmente pontificare dal sacro soglio della tecnica.

Con tutte le dovute distinzioni e forzando (ma non poi tanto) il rigore delle “leggi transitive”, azzardo parallelismi con il triste fenomeno che da qualche tempo, e sotto gli occhi (forse sarebbe più appropriato definire indifferenza) degli addetti ai lavori, sta malinconicamente caratterizzando il presente e il futuro destino di tante nobili primigenie progettualità di casa nostra, almeno fino a quando qualcuno non ha permesso diventassero "cosa nostra".

L'interrogativo del titolo

E' quindi il caso adesso di affrontare l'inquietante interrogativo che ho posto nel titolo : **ma il minibasket è un progetto sportivo educativo o una "app" della pallacanestro ?** Aggiungerei un " ... oppure cosa altro ? What else ? " E badate bene che alla fine non sarò certamente io a dare una risposta all'interrogativo. Sono e saranno, se volete, nel tempo i fatti e le circostanze che daranno risposte all'interrogativo, assieme a tutte, ma proprio tutte le proprie personali e legittime opinioni in merito.

Intanto e per fissare degli inamovibili paletti pedagogici ci si muove nell'ambito **delle differenze nette tra "progetto" da una parte e "programma" dall'altra.** E per fissare un altro inamovibile paletto sul piano delle attuali conoscenze chiarisco che **una "app" è un programma e non un progetto.**

Quindi delle due l'una: o il minibasket è un **progetto educativo sportivo** come ci indicano le sue radici storiche e culturali o è un **programma tecnico-didattico**, cioè una "app" della pallacanestro così come si va di recente sempre più configurando; oppure ... cosa altro ? What else ?

E a proposito delle differenze (ho opportunamente usato il plurale) tra programma e progetto, (F.Tessaro - SISS-Veneto – I modelli della progettazione didattica – Teorie, processi e metodologie dell'insegnamento) ci rammenta che " **Un programma** è una raccolta di intenti che esprime la volontà di portare a termine delle attività per ottenere uno specifico risultato: ecco quindi che la maggior parte dei programmi si presenta come un elenco di obiettivi da raggiungere e/o azioni da svolgere."

Ne consegue che un programma didattico:

1. Si riferisce all'insegnamento (didassi) e considera la dimensione cognitiva come funzionale all'apprendimento degli obiettivi.
2. Presuppone la centralità dell'adulto (che prepara le attività e, attraverso esse, trasmette conoscenze al bambino).
3. Configura un adulto che guida il bambino con stile direttivo a prescindere dai metodi didattici usati. **Un metodo didattico quale che sia non è identificabile con le tecniche** in quanto la sua scelta si determina in base ad un insieme di ragioni che legittimano l'intervento didattico ed educativo, e che indicano la via che conduce all'efficacia dei processi di insegnamento-apprendimento.
4. Ha una relazione diretta tra la presentazione di una attività e l'aspettativa di chi la propone, considerato e posto che il bambino acquisisca una competenza (raggiungendo l'obiettivo previsto dall'attività stessa).
5. Presume uniformità tra i bambini nel raggiungimento degli obiettivi delle attività (l'adulto non interviene per aiutare il bambino "non alla pari degli altri" o "che non riesce" a raggiungere gli obiettivi in tutto o in parte).
6. Parte da cosa l'adulto vuole sia appreso dal bambino (gli obiettivi del programma didattico) a prescindere dai diversi, singoli, unici e personali "punti di partenza".

Per altro verso, sempre F.Tessaro (op.cit.) ci rammenta che viceversa " **Un progetto educativo** è il disegno di ricerca e di azione che determina le strategie operative, le conoscenze e i saperi, i metodi e le tecniche, i sistemi di valutazione e di verifica, a partire da situazioni effettivamente analizzate e ottimizzando le risorse a disposizione. Un progetto deve essere pertinente rispondendo ai bisogni reali dell'utenza, fattibile rispetto alle risorse e praticabile in attività didattiche concrete."

Ne consegue che un progetto educativo:

- Si riferisce allo sviluppo e all'apprendimento di ciascun bambino considerando tutte le dimensioni dello sviluppo: cognitive affettive relazionali e sociali.
- Postula la centralità del bambino (che acquisisce conoscenze, abilità e competenze attraverso le sue esperienze, intenzionalmente predisposte dagli adulti). In tali esperienze ciascun bambino è protagonista attivo attraverso il gioco e l'esplorazione.

- Pretende un adulto che facilita, riconosce e avvalorizza quanto sta facendo ciascun bambino e apprezza il suo operato. Facilita perché interviene sul contesto attraverso la scelta degli spazi, dei tempi e dei materiali per offrire al bambino situazioni significative.
- Prevede che una proposta o un'esperienza può far riferimento a obiettivi molteplici, coinvolgendo più dimensioni di sviluppo. Ciascun bambino può esaltare una o più dimensioni previste, o introdurne di nuove.
- Privilegia l'individualizzazione e l'obliquità delle proposte didattiche: ciascun bambino può raggiungere i propri traguardi di sviluppo seguendo un percorso personale, individualizzato dall'educatore sulla base degli stili cognitivi e affettivi, tratti temperamentali e ritmi apprenditivi propri, unici e personali.
- Parte da cosa ciascun bambino necessita per svilupparsi armonicamente al meglio e per diventare competente.

N.B. Il punto 5) è il focus dell'azione dell'istruttore educatore , mentre il punto 6) è la chiave della costruzione stessa del Progetto Educativo.

Non conclusioni

Sul piano squisitamente pedagogico il Minibasket per quanto mi riguarda si configura **come l'insieme delle strategie, delle procedure, dei metodi, dei mezzi, dei contenuti**, (n.b. tutto al plurale) attraverso cui s'intende favorire l'apprendimento e la pratica in forma educativa di un modello semplificato e adattato di pallacanestro dedicato ai bambini dai 5 ai 10 anni.

Il destinatario dell'attività di Minibasket è ciascuno dei bambini in età evolutiva primaria considerato nella sua integrità, unicità, diversità e identità antropologica, culturale e sociale.

I prerequisiti dell'apprendimento e della pratica del Minibasket sono costituiti dallo sviluppo delle funzioni organiche, motorie, cognitive, emotive e relazionali.

L'insegnamento del Minibasket si realizza attraverso **l'azione educativo-didattica** che dovrà essere:

- **Intenzionale** sul piano educativo e formativo.
- **Progettata** secondo fasi temporali a breve, medio e lungo termine.
- **Condizionata** dal principio della unità ed unicità della persona.
- **Rispettosa** dei tempi e dei modi individuali d'apprendimento.
- **Connotata** dal clima e dall'intenzionalità ludica e sportiva.
- **Programmata** secondo un rapporto insegnamento/apprendimento di tipo neocognitivista.

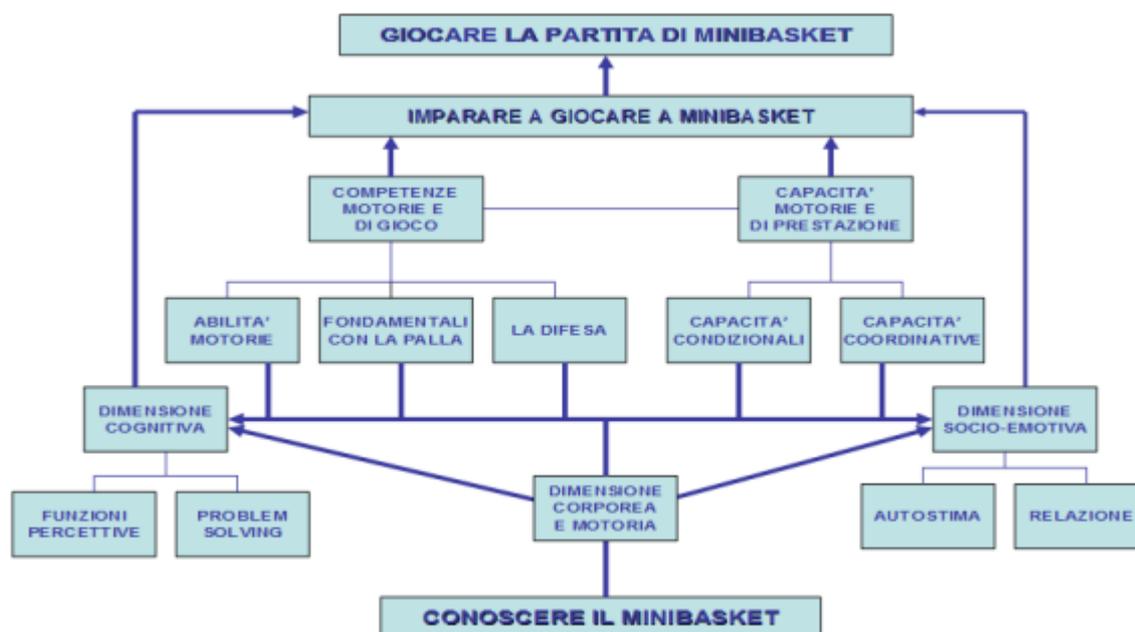
Le conoscenze, le abilità e le competenze nell'ambito del Minibasket si conseguono attraverso l'applicazione di:

- Stili e metodi d'insegnamento appropriati di tipo induttivo e deduttivo
- Metodiche di allenamento di tipo multilaterale generale e orientato
- Mezzi e contenuti ludici ad indirizzo formativo di base, ad indirizzo multidisciplinare e monodisciplinare.

La consapevole, efficace, intelligente e responsabile, azione educativo-didattica dell'educatore aiuterà i bambini a :

- Acquisire le **conoscenze** utili per imparare minibasket
- Apprendere le **abilità** che occorrono per praticare il minibasket
- Impadronirsi delle **competenze** migliori per giocare una partita di minibasket

Da queste affermazioni nasce l'identità e la connotazione neo-cognitivista dell'approccio all'insegnamento ed all'apprendimento del Minibasket, tenendo conto che, nel confronto con concezioni di segno comportamentista o funzionalista varrebbe la pena di affrontare la questione non arroccandosi su posizioni autoreferenti e fornendo le indispensabili evidenze scientifiche e culturali a confutazione. Di seguito un diagramma schematico in ipotesi.



f.m.pellegrini © 2010

Se così fosse (e la pongo come ipotesi a seguito di una tesi) mi sento di poter definire che il Minibasket si configura sul piano pedagogico come un progetto educativo con le sue radici culturali e storiche ben salde e riconoscibili in relazione alla pallacanestro.

Ma è sul piano della narrazione tecnica e della rappresentazione didattica che se ne fa oggi che si marca la differenza, la distanza, l'appartenenza, ovvero come ormai si sostiene, **il modello di riferimento**.

Ed è l'adesione o meno ad un modello di riferimento, che mette persino in discussione le libere scelte metodologico-didattiche che ogni istruttore ed ogni centro è libero di fare e che ne configura **un'inquietante indentità come "app" della pallacanestro**.

E a proposito di libere scelte, consentitemi in chiusura di citare una breve storia asiatica, vecchia di secoli, riportata nell'ultimo libro del giornalista scrittore (di recente scomparso) Tiziano Terzani:

" Un uomo va dal suo re che ha fama di grande saggezza e gli chiede: "Sire, dimmi, esiste libertà di scelta nella vita? "Certo" gli risponde quello. Ad esempio "Quante gambe hai?" L'uomo sorpreso dalla domanda risponde "Due mio Signore" "E tu sei capace di stare su una?" "Certo." "Prova allora. Decidi su quale." L'uomo pensa un po', poi tira su la sinistra, appoggiando tutto il peso sulla gamba destra. "Bene", dice il re. "E ora tira su anche l'altra." "Come? E' impossibile mio Signore!" "Vedi? Questa è la libertà di scelta. Sei libero, ma solo di prendere la prima decisione. Poi non più." What else ? Appunto.

MINIBASKET

Minibasket è attività fisica eseguita secondo determinate regole in forma di competizione individuale o collettiva e tendente, perlopiù, a fini agonistici.

Per il bambino il gioco è una "cosa seria", del quale non può fare a meno per la sua crescita

fisica e intellettuale. Ha un grande ruolo nella sua vita e risulta determinante sulla strutturazione e lo

sviluppo degli schemi motori di base.

La pratica di un Gioco-Sport (giocare allo sport) rappresenta quindi uno strumento efficace per avviare il bambino all'attività motoria attraverso un percorso di conoscenza e di esplorazione di

se stesso (schema corporeo), del mondo esterno (tempo – spazio) e del movimento (educazione e

sviluppo delle capacità senso-percettive, degli schemi motori di base e degli schemi posturali).

Per ottenere questo si deve agire attraverso un processo che vede il bambino soggetto del gioco posto sotto varie forme, da quello di esplorazione, a quello spontaneo, fino ad arrivare al gioco di regole e quindi all'approccio al Minibasket.

La fascia di età a cui è rivolta tale attività, compresa tra i 5 ed i 10 anni, non lascia dubbi sul compito delicato a cui conseguentemente è chiamato l'Istruttore.

L'Istruttore è figura di riferimento del Minibasket e principale regista/conducente del gioco;

deve rispettare il ritmo di apprendimento dei bambini/attori, senza pretendere anzitempo determinate azioni o movimenti (performance), anche perché le caratteristiche dinamiche del

Minibasket, legate al repentino cambiamento delle situazioni di gioco, richiedono continui adattamenti e quindi capacità decisionali che hanno bisogno di tempo per concretizzarsi (strutturazione e sviluppo dei processi cognitivi – elaborazione dell'informazione – azione finale).

Le lezioni di Minibasket devono essere improntate sia sulla strutturazione e lo sviluppo della

capacità di gioco sia sulla sana e leale competizione, sul desiderio innato che hanno i bambini di

confrontarsi e di giocare se l'attività proposta risulta interessante e stimola curiosità.

Questi ultimi aspetti hanno come filo conduttore la **motivazione**, in quanto è senz'altro quest'ultima che rappresenta l'elemento che produce e sostiene l'azione del bambino a questa

delicata e complessa età.

Sarà quindi compito dell'Istruttore trasformare la motivazione intesa come interesse e voglia

di fare, in risultati tangibili, ovvero nel miglioramento delle capacità ed abilità motorie e di conseguenza del gioco.

Per fare questo è necessario partire dall'osservazione dei propri bambini mentre giocano ed individuare, in relazione alle caratteristiche degli stessi (requisiti strutturali e funzionali) e della loro spinta motivazionale, gli elementi da modificare per proporre e sviluppare dei giochi progressivamente più complessi (dal facile al difficile – dal semplice al complesso – dal globale all'analitico), con situazioni problematiche da risolvere e che stimolino l'interesse e la fantasia, insegnando loro in modo "mascherato" gesti, movimenti, situazioni, che probabilmente risulterebbero difficili e "pesanti" da far acquisire se pretesi in modo diretto e con schemi rigidi (ripetizione sistematica del gesto tecnico e/o di situazioni globali di gioco).

Sarà importante, soprattutto nel primo anno di attività di Minibasket, cioè quando i bambini si trovano di fronte ad una novità, verificare come questi reagiscono agli stimoli che ricevono, cercando di capire ed interpretare i loro atteggiamenti.

Ogni bambino proviene da una realtà propria, da un proprio "background" socio-familiare ed il suo comportamento ne è la diretta conseguenza.

Sarà differente l'approccio alla lezione di Minibasket di un bambino spinto dal genitore ex cestista, rispetto a quello avvicinato spontaneamente perché magari lo ha provato a scuola nel Progetto-Scuola piuttosto che al campetto con altri coetanei.

Scuola piuttosto che al campetto con altri coetanei.

Un Istruttore deve necessariamente tener conto di tutti questi aspetti, saper valutare le diverse situazioni che gli si presentano e, per non risultare impreparato, dovrà programmare sempre le sue lezioni in funzione di queste problematiche.

L'importanza di una corretta metodologia e di una progressione didattica adeguata al gruppo di bambini a disposizione, è indispensabile in un gioco come il Minibasket che, con ca-

ratteristiche di dinamicità e di situazioni variabili, passa senza soluzione di continuità attraverso le seguenti tre fasi:

- *Attacco;*
- *Difesa;*
- *Conversione Attacco – Difesa.*

Uno dei problemi più evidenti che si trova ad affrontare un bambino che si appresta a giocare una partita (soprattutto a livello di Aquilotti, magari “alle prime armi”, dove il ritmo di gioco risulta frenetico e generalmente dominato dalla confusione a causa della presenza in campo di 10 bambini), è legato al riconoscere ed integrarsi alla mutabilità delle situazioni di gioco.

Capita ogni tanto di vedere bambini che, disorientati dalla repentina **conversione attacco-difesa**,

situazione normale nella pallacanestro ma che rappresenta una fase critica delle partite di Minibasket, perdono i punti di riferimento e magari realizzano un “magnifico auto-canestro”.

L'Istruttore deve quindi insegnare a capire il gioco attraverso situazioni reali, mettendo in condizione il bambino di assumere una decisione e produrre una azione giusta per la situazione gioco in atto.

Non importa se il tiro o il passaggio inizialmente risulteranno sbagliati o tecnicamente natto. Non importa se il tiro o il passaggio inizialmente risulteranno sbagliati o tecnicamente mal eseguiti, ci sarà tempo per migliorare tali abilità mentre solo ponendo le basi per “capire il gioco” attraverso le situazioni, si potrà consentire al bambino di farle proprie, interiorizzarle e di riviverle ogni volta che entra in campo riuscendo ad adattare le proprie scelte al mutare delle situazioni.

Nel Minibasket **la tattica** (intesa come la capacità di scegliere l'azione o la soluzione migliore in relazione alla situazione contingente di gioco) **deve prevalere sulla tecnica** (che definisce le modalità precise per eseguire un gesto tecnico, un movimento) e da tale considerazione emerge l'importanza di un approccio globale e dinamico d'insegnamento, che privilegi l'incertezza e la variabilità del gioco in situazioni di gioco comunque reali e riconducibili quindi a quello che verosimilmente accade in campo durante una partita “vera”.

Le lezioni, variano dal semplice al complesso e devono essere adattate alle caratteristiche dei singoli bambini e del gruppo nella sua totalità.

L'Istruttore dovrà aver cura di:

- *sviluppare una progressione dell'insegnamento*, dal semplice al complesso, dal facile al difficile, dal globale all'analitico, privilegiando in tale contesto la tattica (cosa, dove e quando) alla tecnica (in che modo);
- *presentare esercizi che sviluppino la capacità di scelta* e che prevedano situazioni di gioco incerte e variabili, anche se comunque riconducibili a momenti di gioco-sport reali;
- *creare situazioni di disturbo ambientale*, finalizzate ad aumentare l'attenzione dei bambini al gioco a discapito dell'esecuzione corretta e guidata del gesto tecnico (inizialmente il risultato positivo di un movimento è da preferire perché comunque fortifica il bambino dal punto di vista emotivo e della gratificazione, avendo poi tempo per affinare la tecnica);
- *scegliere esercizi stimolanti e dall'esito incerto*, attraverso i quali calamitare l'attenzione

dei bambini che fisiologicamente tendono facilmente a distrarsi e si concedono diverse “pause riflessive” all’interno di una lezione;

- *ridurre progressivamente tempi e spazi a disposizione per l’esecuzione di gesti e movimenti*, creando in tal modo le condizioni per accelerare i processi mentali e predisporre

le basi affinché in un momento successivo il gesto tecnico possa essere automatizzato perché “completamente interiorizzato”.

Per poter migliorare la qualità della lezione, l’Istruttore dovrà evitare la maggior parte di perdite di tempo, iniziando la lezione in orario, evitando pause inutili, spiegazioni lunghe e organizzando la propria attività in maniera efficace e produttiva. Alla base di questo ci sono una serie di punti, che definirò come “regole”, che permetteranno di migliorare e sfruttare al meglio tutti i minuti della lezione di minibasket.

Le categorie

Bambini

5/6 anni – Pulcini

7/8 anni – Scoiattoli

9/10 anni – Aquilotti

11 (10) anni – Esordienti

Bambine

5/6/7 anni – Paperine

6/7/8 anni – Libellule

7/8/9 anni – Gazzelle

9/10/11 anni – Esordienti

Emozione – Scoperta - Gioco

Piccola ed estremamente sintetica illustrazione della didattica generale che guida il nostro lavoro di programmazione:

Il minibasket è:

1. Emozione – 5/6 anni
2. Scoperta – 7/8 anni
3. Gioco – 9/10 anni

Emozione

(Bambini di 5/6 anni): spesso è la prima volta che entrano in una palestra, spesso sono timorosi e

impauriti dal pallone da minibasket. E’ qui che si vedono le capacità di un Istruttore: deve regalare

emozioni e divertimento, deve far scoprire tutti i movimenti che si possono fare con o senza la

palla, non deve sviluppare nei bambini nessuna abilità specifica per la pallacanestro, bensì aiutarli a

sviluppare la multilateralità motoria. È da questa convinzione che nascono i seguenti obiettivi

didattici ed educativi:

1. *corpo e movimento- senso/percezione- schemi motori di base*
2. *giocare con la palla*

3. *provare a palleggiare e tirare*

Scoperta

(Bambini di 7/8 anni): è l'inizio del viaggio, è il momento delle forti motivazioni, è l'incontro con il minibasket. È la scoperta del fondamentale, in situazioni/problemi sempre motivanti. È l'incontro con l'entusiasmo spesso esagerato dei bambini, con la loro voglia di confrontarsi e di giocare. È qui che l'Istruttore rivela le sue capacità didattiche e comunicative, programmando lezioni adeguate e ricche di proposte. È l'incontro con i fondamentali (palleggio, tiro, passaggio, difesa), sono le prime occasioni di gioco e di confronto. Su questi importanti presupposti nascono gli obiettivi didattici ed educativi della stagione:

1. *schemi motori di base*
2. *capacità motorie coordinative*
3. *i fondamentali e le prime conseguenti problematiche di gioco*

Gioco

(Bambini di 9/10 anni): L' Istruttore deve manifestare tutta la sua competenza per appassionarli definitivamente, sostenendo i processi di apprendimento di tutti i bambini valorizzando il significato educativo del minibasket. È in questa fase che si deve sviluppare il senso e l'idea di appartenenza e migliorare la capacità di gioco, programmando con pazienza e gradualità gli obiettivi didattici ed educativi in modo coerente ed adeguato:

1. *le capacità motorie*
2. *i fondamentali del minibasket*
3. *la capacità di gioco*
4. *i primi riferimenti tecnici*
5. *insegnare a giocare*

L'Istruttore di Minibasket deve essere una persona preparata, deve far circolare una corretta cultura motoria e sportiva, deve conoscere i bambini e le bambine che frequentano le sue lezioni deve saper osservare il loro comportamento mentre giocano, ma soprattutto deve conoscere IL PRODOTTO FINITO, ovvero l'obiettivo finale di ogni bambino: IL GIOCATORE DI PALLACANESTRO

L' Istruttore deve avere professionalità e serietà, conoscere esattamente caratteristiche tecniche, tattiche e motorie di giocatori evoluti e del basket giocato; il tutto rapportato ovviamente alla situazione di un bambino che entra per la prima volta in una palestra.

Per il mini-atleta l'Istruttore deve essere un punto di riferimento unico:

Ogni bambino deve poter credere di avere il miglior istruttore di minibasket e ogni atleta deve poter avere tutte le possibilità per riuscire ad arrivare ad essere un giocatore di pallacanestro (autonomo – responsabile – creativo e intelligente).

Insegnare a giocare deve essere l'obiettivo primario per l'Istruttore, non il vincere la partita; questo può essere l'unico modo per rispettare il bambino e le sue motivazioni.

E' necessario mettersi in discussione e non dimenticarsi mai di essere stati bambini e provare a ritornarci ogni qual volta nascono delle difficoltà di comunicazione.

Ricordarsi sempre che anche se non si ha una mente esplosiva di idee e contenitore eccelso

di esercizi ad effetto, l'importante è avere con il bambino un rapporto di fiducia e complicità.

RAFFORZIAMO ALCUNI ASPETTI:

_ Le proposte devono contenere gli aspetti:
motorio funzionale, socio relazionale, tecnico.

Attraversate costantemente dall'aspetto cognitivo

_ Il minibasket è un gioco di "letture", i bambini risolvono autonomamente se ne capiscono il

senso

_ Durante la lezione gestire il carico: intensità e pause

_ Dal punto di vista motorio, curare: schemi motori di base, stabilità, visione periferica

_ Non specializzare

_ Il minibasket è un gioco-sport di regole: vanno abituati ed educati attraverso il gioco, le regole

che vengono date, vanno obbligatoriamente rispettate

_ Evitare le perdite tempo. Rendere funzionali anche le pause e le "punizioni"

_ Abituare i bambini a comunicare mentre giocano

L'istruttore non deve mai abbandonare il principio di dare al bambino l'opportunità di stare bene in palestra!!!!!!

Permettetemi di citare il pensiero di Maurizio Cremonini , massimo esperto di minibasket in Italia, che ho avuto il piacere di conoscere quando ha tenuto una lezione agli allenatori CSI utilizzando alcuni ragazzi delle nostre squadre



Il nostro obiettivo futuro, che spero venga condiviso, dovrà essere quello di sviluppare competenze cognitive prima che tecniche.

Fare in modo che, il Minibasket che proporremo, consenta ai bambini di capire, prima possibile ,come si gioca.

Dia loro progressivi strumenti per riconoscere – affrontare e risolvere le diverse situazioni che il gioco presenta, e che sono la natura stessa del Minibasket.

Sviluppare la Capacità di Gioco significa dunque accompagnare i bambini alla conquista dell'essere "padroni" del gioco,più consapevoli di ciò che accade,e quindi più sicuri di se stessi, nel gioco come nella vita.

A seguire alcuni appunti programmatici tratti dalla dispensa sul minibasket sempre di Cremonini

PROGRAMMA SETTORE MINIBASKET(Estratto dispensa Cremonini))

PROGRESSIONE DIDATTICA.

Ci siamo mai chiesti che cosa deve saper fare un bambino che finisce il suo lungo viaggio in un centro minibasket (fino alla categoria under13)

la programmazione del nostro lavoro deve essere improntata sugli obiettivi.

l'obiettivo ideale finale e' di avere alla fine del percorso un bambino "intelligente" che ha sviluppato buone qualita' di gioco e che abbia acquisito delle abilita' che potrebbero essere, secondo me, le seguenti:

obiettivi

capacita' occorrenti

saper **quando** palleggiare e palleggiare senza perdere la palla "vedendo" il campo anche con pressione da parte di un difensore.

coord.din.gen.-bilater. -or.spaz.-
equil.-differ. vel.-cap.antic.trasf. e
scelta-rapidita'-organiz.temporale
sensibiliz. delle mani

saper tirare e **quando** tirare con una mano da fermo, dopo arresto in palleggio e dopo arresto su ricezione con buona approssimazione anche con pressione da parte di un difensore.

coord.din.gen.-equil.-
differ.traiet. e forza/cap.
di ritmo-or.spaz. e
temp.-capac. antic. e
Scelta-rapidita'.

saper tirare in corsa e **quando** poterlo fare in palleggio e su ricezione di dx e di sin. con sufficiente precisione, anche con la pressione di un difensore.

coord.din.gen.-equil.in volo-cap. Tras. e di anticipo.-cap di ritmo-or. spaz e temp. diff.traiet. e forza-bilater.-forza spaz. e temp.-diff.traiet.

saper passare e **quando** passare con palla in mano e dal palleggio, a due mani a un movimento anche con la pressione di un difensore.

coord.din.gen.-coord.
oculomanuale-differ.compagno fermo e in forza e mira-equil.-cap.org.spaz.
cap.trasf. e anticp.-rapidita'-forza

saper ricevere e **quando** ricevere un passaggio, da fermi e in movimento offrendo al compagno le 10 dita come bersaglio, anche con la pressione di un difensore.

coord.din.gen.-or.spaz.
e temp.-cap. di trasf. e
anticip.-equil.-rapidita'- forza

saper battere e **quando** battere un difensore in palleggio e/o con palla in mano, avendo sempre una buona lettura della situazione(posizione dei difensori e dei compagni di squadra).

coord.din.gen.-bilater.-
or.spaz. e temp.-equil.-
cap. di trasf. e antic.-
rapidita'-forza-resist.

saper giocare senza la palla:

- . superando un difensore per ricevere.
- . occupando una posiz. per favorire 1c1 del compagno e per ricevere un event. scarico.
- . prendendo rimbalzo per poter effettuare un secondo tiro.

coord. spaz. e temp.-cap.
di trasf. e antic.-
rapidita'-forza-resist.

saper difendere con mentalita' aggressiva, cercando di avere sempre l'iniziativa, sia sull'attaccante con palla, sia su quello senza palla conoscendo e occupando le linee di riferimento(uomo-canestro e uomo palla) e aiutando se occorre un compagno battuto(buona lettura situazione-visione campo).

orient. spaz. e temp.-
visione periferica
capac.di trasf. e antic.-
resistenza-forza.

saper trasformare un'azione difensiva in una offensiva e viceversa, nel piu' breve tempo possibile, occupando gli spazi utili a disposizione lasciati liberi dai compagni di squadra e dagli avversari.

cap. di anticip. e trasf.-
rapidita'-orient.spaz. e temporale

saper attaccare la difesa schierata tutto campo e meta' campo, usando 1c1 senza e con la palla, dai e vai, e movimento continuo dei giocatori, rispettando lo spazio occupato dai compagni e i loro movimenti avendo una buona lettura della situazione.

capac. di antic. e trasf.-
orient. spaz. e temp.-
differ.dinam.-resistenza-rapidita'

Inoltre, essere pronti per allenarsi con intensità, aver fiducia in ciò che sappiamo fare, conoscere i propri limiti.

Entusiasmo nel venire in palestra, cercando di migliorare giorno per giorno.

Essere innamorati della pallacanestro e capire l'importanza di appartenere a una squadra. essere attaccati ai colori della società.

Ho volutamente evidenziato il quando e il saper giocare, in quanto dobbiamo cercare di sviluppare la capacità di gioco dei nostri ragazzi, la capacità di scelta e non il puro gesto tecnico.(il come)

Il raggiungimento degli obiettivi finali, passa attraverso obiettivi intermedi che vi propongo con la seguente progressione didattica per le quattro categorie che ci interessano.

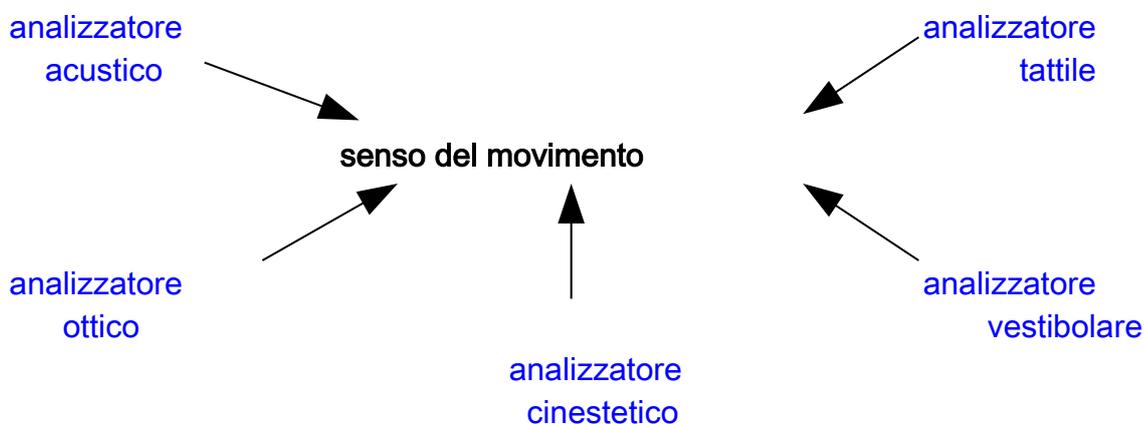
primo ciclo:pulcini(5-6anni).

in questa fascia di età lavoreremo sullo sviluppo del sistema di relazione che ha due polarità, il polo sensoriale o capacità senso-percettive, e il polo motorio o capacità coordinative(schema corporeo).

1)sviluppo delle capacità senso-percettive.

la senso percezione non è altro che l'insieme del rapporto sensoriale e neurologico che il soggetto instaura con il proprio corpo ed il mondo esterno e la relativa presa di coscienza.il contatto con il mondo esterno avviene attraverso i recettori(esterocettori, propriocettori e enterocettori).

nel nostro caso ci interessano maggiormente gli esterocettori(analizzatori degli stimoli provenienti dall'ambiente)e i propriocettori(analizzatori che raccolgono informazioni a livello muscolare, tendineo, articolare e vestibolare.).



lo sviluppo degli analizzatori si ottiene mediante esercizi-gioco di:

- . discriminazioni visive / acuità visiva / memoria visiva / contrasto figura sfondo.
- . discriminazioni uditive / memoria uditiva / acuità uditiva / orientamento uditivo.
- . discriminazioni tattili.
- . discriminazioni olfattive.
- . discriminazioni cinestetiche.

2)strutturazione dello schema corporeo(sviluppo capacita' coordinative.).

nella strutturazione dello schema corporeo si possono individuare le seguenti funzioni fondamentali:

- ❖ **funzione di adattamento attivo.**(capacita' di coordinazione generale, capacita' di equilibrio, capacita' di trasformazione, capacita' di anticipazione e scelta e creativita'.)

questa funzione e' la capacita' che ha il bambino, partendo dalle acquisizioni motorie precedenti di riadattarle e rielaborarle per risolvere i nuovi problemi che si sono venuti a creare(acquisizione di nuovi schemi motori piu' complessi, rielaborando schemi motori piu' semplici acquisiti in precedenza.).

il bambino procede cioe' nell'esperienza motoria per prove ed errori.

le fasi operative che permettono lo sviluppo di questa funzione sono:

giochi ed attivita' libere ed espressive. :

esercizi-gioco di coordinazione generale.

Capacita' di abbinamento

esercizi di equilibrio.

- ❖ **percezione e conoscenza del corpo.**

siamo nella fase del corpo percepito, non esiste ancora l'intenzionalita' dell'azione.la conoscenza del proprio corpo e la capacita' di usarlo, si affermano attraverso l'azione, ogni nuovo modo di usare il corpo contribuisce ad organizzare e ad arricchire lo schema corporeo.

il bambino in questa fase diventa cosciente delle informazioni che arrivano dai recettori percettivi.lo sviluppo di questa funzione avviene con:

esercizi-gioco da fermi, in movimento, a coppie e con piccoli attrezzi.

giochi.

- ❖ **evoluzione della lateralita'.**

e' il problema psicomotorio piu' grande per il bambino tra i 5 e i 7

anni.l'organizzazione della dominanza deve essere una conquista attiva e

personale.non ci deve essere nessuna pressione per l'uso di una mano in particolare.

lo sviluppo di questa funzione si ha con:

esercizi-gioco di coordinazione oculo-manuale.

esercizi-gioco di coordinazione oculo-podalica.

esercizi-gioco per il riconoscimento della destra e della sinistra sul proprio corpo

- ❖ **organizzazione dello spazio.**

per ottenere una buona organizzazione dello spazio occorre procedere

parallelamente alla percezione del proprio corpo, in quanto il bambino riesce in

questa fase ad organizzare il mondo circostante prendendo come punto di

riferimento il proprio corpo(egocentrismo).

si useranno per lo sviluppo di questa funzione:

esercizi-gioco per la percezione delle forme, delle dimensioni e relazione tra gli oggetti.

esercizi-gioco per la percezione delle lunghezze e delle distanze.

❖ **percezione del tempo.**

dai 5 anni, i bambini sono in grado se guidati, di prendere coscienza delle sensazioni sonore; una delle caratteristiche fondamentali del movimento è rappresentata dalla ritmicità. l'educazione alla percezione temporale permette di costruire una buona coordinazione motoria.

per sviluppare questa funzione si userà una attività motoria uditiva e grafica.

un esercizio, un gioco, sviluppano sempre più di una capacità motoria, sta a noi individuare lo scopo principale di ciò che si vuole insegnare e proporlo in modo che soddisfi il nostro obiettivo.

3)capacità condizionali.

le capacità condizionali non devono essere allenate specificatamente, la forza e la rapidità subiscono un miglioramento con il lavoro sulle capacità coordinative e senso-percettive, la resistenza viene stimolata con i giochi proposti durante la lezione.

ricordiamoci anche di proporre esercizi-gioco per lo sviluppo della mobilità articolare e di educare ad una corretta respirazione.

4)fondamentali del minibasket.

esercitazioni e giochi con la palla per lo sviluppo delle capacità viste in precedenza, e non esercizi mirati allo sviluppo del fondamentale specifico.

le indicazioni di massima sono:

- . palleggiare come si vuole.
- . tirare come si vuole.
- . passare come si vuole.
- . difendere come si vuole.

secondo ciclo:scoiattoli(7-8 anni).

in questa fascia di età, il nostro lavoro sarà rivolto soprattutto alla strutturazione del polo motorio(capacità coordinative), all'insegnamento dei fondamentali partendo dalle regole del minibasket e alla socializzazione.

si daranno ancora stimoli per lo sviluppo del polo sensoriale e si allenerà con proposte adeguate la capacità di reazione.

1)sviluppo del polo motorio.

❖ **funzione di adattamento attivo.**

il secondo livello che collochiamo tra i 7 e i 12 anni presenta un tipo di motricità più ponderata e non più strettamente dipendente da dati puramente percettivi.

il bambino attraverso operazioni concrete, interiorizza gli schemi del movimento e

affina la motricità globale (rappresentazione mentale).

Le fasi operative che consentono il pieno sviluppo di questa funzione sono le stesse elencate in precedenza, gli esercizi-gioco dovranno essere gradualmente più complessi.

❖ **percezione e conoscenza del corpo.**

dai 6 agli 8 anni, il bambino è nello stadio del corpo rappresentato (in forma statica), si continuerà con le proposte del primo ciclo.

❖ **dominanza e lateralizzazione.**

Lo sviluppo della dominanza è un processo che termina intorno agli 8 anni, ma è molto soggettivo; per questo motivo, nel bambino che non avrà raggiunto ancora una lateralità stabile non si deve imporre l'uso di una mano, di un piede o altro in particolare. Negli altri, invece, che avranno preso coscienza della propria lateralità, si inizierà a rafforzare la dominanza laterale (7 anni) e a introdurre esercitazioni (8 anni) per l'inizio della bilateralizzazione:

- . riconoscimento della destra e della sinistra sugli altri.
- . esercizi-gioco di manipolazione (destrezza e coordinazione oculo-manuale).
- . esercizi-gioco di coordinazione generale.
- . esercizi-gioco di presa di coscienza degli spostamenti segmentari.
- . giochi e attività di libera espressione.

❖ **educazione spaziale.**

intorno ai 6-7 anni il bambino è in grado di conoscere su se stesso la destra e la sinistra, questo permetterà di accedere allo stadio del corpo orientato, sarà cioè in grado di scegliere come punti di riferimento altre persone e oggetti (capire la relatività dell'orientamento). Le nostre proposte saranno:

- . esercitazioni di esplorazioni.
- . giochi con cerchi e piccoli attrezzi.
- . giochi a coppie.
- . percorsi.

❖ **educazione temporale.**

la nozione del tempo è data da:

- . idea del tempo (concetto di successione).
- . stima del tempo come esperienza personale (concetto di presente, futuro, di durata e di simultaneità).
- . percezione del tempo.
- . conquista del tempo.
- . ritmo.

la presa di coscienza delle sensazioni temporali avviene a 5 anni circa e deve essere allenata, proponendo esercitazioni sui concetti espressi prima.

2) capacità condizionali.

le capacità condizionali possono essere incrementate con giochi e gare a squadre mirati all' incremento della rapidità (capacità di reazione e movimenti gestuali) e della forza rapida. la resistenza avrà uno sviluppo con opportune proposte-giochi, di durata, con relative pause.

la mobilità articolare, se stimolata, può raggiungere ottimi livelli.
si continuerà ad educare ad una corretta respirazione.

3) fondamentali del minibasket.

nella categoria scoiattoli insegneremo i fondamentali partendo dalle regole del gioco. i nostri obiettivi sono i seguenti:

palleggio.

- sapere che per muoversi si usa il palleggio.
- . saper usare con disinvoltura il palleggio per muoversi.
- . conoscere la regola del doppio palleggio (tira o passa la palla dopo aver interrotto il palleggio).
- . saper palleggiare da fermo, camminando, e correndo usando la mano preferita per brevi tratti senza perdere la palla.
- . saper utilizzare il palleggio con entrambe le mani in modo adeguato per spostarsi liberamente per il campo e durante gli esercizi-gioco proposti.
- . saper palleggiare da fermo, camminando e correndo con entrambe le mani per brevi tratti senza perdere la palla.
- . saper palleggiare cambiando velocità e direzione usando entrambe le mani evitando ostacoli fissi e in movimento senza perdere la palla.
- . saper eseguire una partenza e un arresto in palleggio a velocità moderata.
- . saper combinare il palleggio al tiro e al passaggio con buona approssimazione.

tiro.

- . saper tirare da fermo con due mani, con i piedi rivolti a canestro (piedi=occhi) e capirne l'importanza.
- . saper tirare da fermo rivolti a canestro in posizione di equilibrio con due mani al petto e capirne l'importanza.
- . saper tirare da fermo rivolti a canestro in posizione di equilibrio con distensione del corpo (idea della "molla").
- . saper tirare da fermo rivolti a canestro in posizione di equilibrio con distensione del corpo, dopo aver compromesso con esercitazioni mirate questa posizione.
- . capire se è meglio tirare subito o avvicinarsi e tirare (valutazione della distanza dal canestro).
- . saper abbinare il tiro al palleggio con buona approssimazione.
- . saper eseguire un'entrata in palleggio con la mano forte con discreta precisione.

passaggio.

- . saper passare la palla da fermo, ad un compagno fermo, da distanze diverse e colpire un bersaglio fisso di varie dimensioni a distanze diverse.
- . idem, ma palleggiando sul posto.

- . saper passare la palla da fermo ad un compagno in movimento a velocità moderata e colpire un bersaglio in movimento di varie dimensioni a distanze diverse.
- . idem, ma palleggiando sul posto.
- . saper ricevere la palla da fermo o in movimento da un compagno fermo offrendo come bersaglio le dieci dita.
- . saper valutare la distanza tra passatore e ricevente e se occorre, saper abbinare il passaggio al palleggio per avvicinarsi al bersaglio.
- . saper passare la palla a un compagno anche con la presenza di un difensore usando all'occorrenza il palleggio.
- . saper passare la palla in movimento, palleggiando a velocità moderata a un compagno fermo da diverse distanze e colpire un bersaglio fisso di varie dimensioni da diverse distanze.

difesa.

- . saper difendere sull'uomo assegnato (i bambini istintivamente vanno tutti sulla palla, oggetto dei loro desideri) – **capacità di abbinamento**.
- . saper difendere sull'attaccante con palla, cercando di rubare la palla (aggressività) al momento opportuno – **conoscenza delle linee canestro/avversario**.
- . saper difendere sull'attaccante senza palla, cercando di non fargli ricevere la palla – **conoscenza della linea palla/avversario**.
- . saper affrontare in una situazione di campo aperto un avversario, anche se non si tratta del proprio uomo – **capacità di cambio mentalità da attaccante a difensore**.
- . avere sempre un atteggiamento aggressivo, e cercare di avere l'iniziativa.

principi generali di squadra.

- . se ho la palla e sono libero, andare a canestro il più velocemente possibile, seguendo la via più breve.
- . se ho la palla e c'è soltanto un avversario tra me e il canestro cercare di batterlo.
- . se ho la palla e tra me e il canestro c'è un mio compagno in una posizione migliore rispetto alla mia, cercare di passargli la palla.
- . se non ho la palla cercare sempre la posizione migliore per poterla ricevere, andando dove non ci sono avversari e altri compagni di squadra.
- . appena abbiamo il possesso di palla, andare verso il canestro avversario il più velocemente possibile.
- . appena perdiamo il possesso di palla, tornare verso il nostro canestro il più velocemente possibile e cercare di riconquistarla.

terzo ciclo: aquilotti (9-10 anni).

in questo biennio, il nostro compito è di stimolare i ragazzi a completare lo sviluppo dello schema corporeo (continuando il lavoro sulle capacità coordinative, sulla

mobilità articolare e sulle capacità condizionali), di continuare con le nostre proposte di autostima, di insegnare i fondamentali individuali e di squadra, e di lavorare sulla mentalità di gruppo.

1) sviluppo del polo motorio.

❖ **funzione di adattamento attivo.**

siamo nella fase delle operazioni concrete, si presuppone l'interiorizzazione degli schemi del movimento, attraverso le immagini anticipatrici.

il ragazzo sa eseguire cioè un progetto motorio concreto (capacità di anticipazione), e ricco della sua esperienza potrà modificarlo nel corso della sua esecuzione adattandolo alle nuove esigenze (capacità di trasformazione e di scelta).

gli esercizi da proporre per lo sviluppo di questa funzione sono ancora:

- . giochi e attività libere ed espressive (creatività e fantasia motoria).
- . esercizi-gioco di coordinazione motoria generale e oculo-manuale.
- . esercizi-gioco per lo sviluppo dell'equilibrio.

❖ **percezione e conoscenza del proprio corpo.**

siamo nella fase del corpo rappresentato in forma dinamica, esiste cioè l'intenzionalità dell'azione. il fanciullo è sempre più capace di rappresentarsi mentalmente l'azione, prima di realizzarla.

❖ **dominanza e lateralizzazione.**

il ragazzo, in questa fase dovrebbe aver raggiunto una lateralità stabile, quindi dovremo proporre esercitazioni per rafforzare la dominanza laterale e per la bilateralizzazione.

❖ **educazione spaziale.**

il ragazzo accede alla conoscenza della destra e della sinistra sugli altri e della relatività dell'orientamento nello spazio (scelta e riconoscimento di punti di riferimento diversi dal proprio corpo per individuare il suo spazio d'azione).
le esercitazioni sono le stesse del ciclo precedente.

❖ **educazione temporale.**

si propongono le esercitazioni del biennio precedente.

2) capacità condizionali.

in questo biennio si può iniziare a lavorare sullo sviluppo delle capacità condizionali in modo specifico.

le esercitazioni, di carattere ludico, dovranno mirare all'incremento della rapidità (stimolando l'attenzione e la concentrazione), della forza rapida e della resistenza.

continueremo a proporre esercitazioni di mobilità articolare e di educazione respiratoria.

3)fondamentali del minibasket.

palleggio.

- . saper palleggiare da fermo, camminando e correndo usando entrambe le mani per tratti lunghi senza perdere la palla.
- . saper palleggiare cambiando velocita', direzione e mano, reagendo alle situazioni create da un difensore, senza perdere la palla.
- . saper aprire e chiudere il palleggio, in posizione di equilibrio, con entrambe le mani senza fare passi, alla massima velocita'.
- . saper combinare il palleggio al tiro e al passaggio con buona precisione senza fare passi(arresto-tiro, palleggio-entrata, ricezione-palleggio).
- . saper palleggiare alla massima velocita' con entrambe le mani senza perdere la palla.(palleggio-spinta).
- . saper palleggiare cambiando velocita', direzione e mano, sotto pressione di un difensore, "vedendo il campo".
- . sapere perche' e quando palleggiare.

tiro.

- . saper tirare in posizione fondamentale a una mano da fermo.
- . saper tirare dopo un arresto in palleggio in buon equilibrio.
- . saper entrare a canestro in palleggio con la mano forte con buona precisione.
- . saper entrare a canestro in palleggio con la mano debole con buona approssimazione.
- . saper tirare dopo un arresto su ricezione con buona approssimazione.
- . capire se e' meglio tirare(difesa vicino al canestro)o entrare(difesa assente).
- . saper entrare dopo ricezione con la mano forte con buona approssimazione.

passaggio.

- . saper passare la palla in movimento, palleggiando a grande velocita', a un compagno fermo o colpire un bersaglio fisso di varie dimensioni e a distanze diverse.
- . saper passare la palla in movimento, palleggiando a velocita' moderata a un compagno in movimento da varie distanze o colpire un bersaglio in movimento di varie dimensioni.
- . saper ricevere la palla da fermo e in movimento da un compagno in movimento a velocita' moderata offrendo come bersaglio le dieci dita.
- . saper abbinare il palleggio alla ricezione senza fare passi.
- . saper creare in presenza di un difensore una linea di passaggio con lo spostamento del passatore in palleggioe/o con spostamento del ricevente nello spazio piu' opportuno.
- . capire se e' meglio passare, tirare, o palleggiare.

difesa.

- . saper difendere sull'attaccante con palla mantenendosi tra lui e il canestro con

- aggressività – **rinforzo dell'occupazione della linea canestro/palla.**
- . saper difendere sull'attaccante senza palla "vedendo la palla" – **rinforzo dell'occupazione della linea palla/avversario e visione periferica**
- . saper difendere sull'attaccante senza palla che esegue un dai e vai.
- . saper difendere sull'attaccante senza palla e all'occorrenza saper aiutare un compagno battuto.
- . conoscere l'importanza di prendere il rimbalzo, cercando di essere sempre nella posizione giusta per conquistarlo.

principi generali di squadra.

- . se conquistiamo la palla, andare verso il canestro avversario il più velocemente possibile, occupando gli spazi utili a disposizione con buona lettura della situazione.
- . se perdiamo la palla, tornare il più velocemente possibile a protezione del canestro con buona lettura della situazione, per poi riprendere il nostro uomo.
- . saper giocare a difesa schierata, usando gli spazi utili a disposizione, con buona lettura della situazione (uno contro uno con e senza palla e dai e vai).
- . sapersi disporre sulle rimesse, occupando lo spazio utile a disposizione e sapersi smarcare per ricevere con sicurezza la palla.
- . saper difendere di squadra sapendo sempre dove si trova la palla in modo da poter aiutare un compagno battuto.

quarto ciclo: categoria esordienti – Under 13 (11-12 anni).

si tratta del passaggio dal minibasket al basket, e' l'ultimo periodo d'oro per lo sviluppo delle capacità coordinative, la capacità di apprendimento raggiunge i suoi massimi livelli.

oltre a colmare le lacune degli anni precedenti, cercheremo di costruire una solida base motoria e tecnica.

1) capacità coordinative:

per quel che riguarda le capacità coordinative si continuerà con le proposte del biennio precedente; da sottolineare che un ragazzo intorno ai 10-12 anni, ha la possibilità di modificare un automatismo nel corso di una esecuzione senza troppe sincinesie (movimenti involontari) e conservando la struttura dell'insieme.

una riflessione merita, anche, una capacità molte volte nominata, ma poco documentata come l'equilibrio.

l'equilibrio e' il requisito di base di ogni situazione motoria e non e' mai possibile prescindere da esso.

gli esercizi di equilibrio coltivano il sistema nervoso, la coordinazione, il portamento e la sensibilizzazione muscolare, ed e' anche uno dei fattori centrali della strutturazione dello schema corporeo. allenare l'equilibrio e' mettere in difficoltà il nostro equilibrio in modo da sollecitare la nostra capacità di aggiustamento mettendo in funzione movimenti compensatori ad ogni causa tendente a sbilanciare il corpo da una data posizione (capacità di reazione).

le proposte saranno quindi esercitazioni che metteranno in crisi il nostro senso

dell'equilibrio e saranno mirate allo sviluppo delle tre condizioni seguenti:

- . equilibrio statico.
- . equilibrio dinamico.
- . equilibrio in volo.

2) flessibilità o mobilità articolare:

la capacità di mobilità articolare è fondamentale per la corretta ed economica esecuzione dei movimenti.

è una capacità da sviluppare in tutte le età, ma il periodo ottimale per il suo miglioramento è tra i 10 e i 14 anni. vanno proposte esercitazioni per lo sviluppo della mobilità attiva (movimenti semplici del genere flessione-estensione e movimenti di slancio) e della mobilità passiva (stretching).

3) capacità condizionali:

le singole qualità fisiche risultano essere allenabili in misura maggiore o minore dal 10° anno di età.

forza: è consigliabile un lavoro di sviluppo della forza resistente e della forza veloce che incrementeranno di conseguenza anche la forza massima; in questa età ci si deve attenere a quattro principi generali:

- . gli esercizi devono rispondere ad esigenze ludiche.
- . il carico deve essere al massimo il peso del corpo (si possono utilizzare circuiti per potenziare i distretti muscolari, usando balzi, lanci con palle mediche, salite alla pertica e alla fune, ecc.).
- . gli esercizi devono avere un carattere generale.
- . gli esercizi devono essere di carattere dinamico.

resistenza: nei giovani dai 10 ai 15 anni, la resistenza aerobica è particolarmente elevata. importante è non esasperare la durata delle sedute di allenamento in quanto l'apparato locomotore non può sopportare carichi troppo prolungati. quale fondamentale forma di allenamento, la corsa di media durata con impegno muscolare generalizzato e rispetto dello steady-state.

rapidità: è una funzione molto allenabile nei corsi dell'età evolutiva nelle sue due componenti, la rapidità di reazione e la velocità gestuale.

- . la rapidità di reazione si migliora con la creazione di situazioni di emergenza che richiedono una risposta cinetica immediata (utili a tale scopo sono gli esercizi – gioco tipo rubabandiera e anche l'utilizzo, durante i giochi di segnali diversi).
- . la velocità gestuale si migliora, invece, con esercizi che abbiano un carico minimo e recuperi adeguati (gare di ball-handling, lanci con attrezzi leggeri, scatti fino ai 60 metri, corsa in discesa, ecc.).

utilizzo dei piedi:

il giocatore di pallacanestro (e anche quello di minibasket) esegue continui sprint, cambi di direzione, salti, ecc., e quindi sollecita molto i piedi e le

articolazioni tibio-tarsiche.

e' utile allora, gia' nelle nostre fasce di eta' proporre esercitazioni per la sensibilizzazione, e per lo sviluppo della rapidita', della coordinazione e della robustezza dei piedi e delle caviglie.

3)fondamentali individuali e di squadra.

fondamentali individuali senza palla:

- . conoscere e mantenere la posizione fondamentale.
- . conoscere e mettere in pratica il cambio di velocita', il cambio di senso e l'arretramento, il cambio di direzione e la virata.
- . conoscere e usare movimenti di smarcamento, tenendo conto dei punti di riferimento(palla/difensore/canestro/linea dei tre punti), con buona lettura della situazione.
- . riconoscere ed occupare le posizioni che possano facilitare l'uno contro uno di un compagno, e non restare piu' di due secondi nella stessa posizione.
- . andare a rimbalzo.

il palleggio:

- . saper aprire il palleggio in posizione di equilibrio con entrambe le mani con disinvoltura, usando la partenza incrociata e omologa senza commettere passi.
- . conoscere ed usare all'occorrenza anche la partenza reverse.
- . saper chiudere il palleggio con arresto un tempo e due tempi in posizione di equilibrio con entrambe le mani, senza commettere passi.
- . saper eseguire il cambio di direzione senza cambio di mano, e con cambio di mano davanti, tra le gambe e la virata, abbinando sempre un cambio di velocita'.
- . saper usare il cambio di velocita', di senso, di direzione, e di mano, scegliendo le soluzioni piu' adatte sotto la pressione di un difensore, con buona lettura delle situazioni e mantenendo una buona visione del campo.
- . sapere quando e perche' palleggiare.

Il passaggio:

- . saper passare e quando passare dal palleggio in corsa, a un compagno in movimento, anche con pressione di un difensore, con buona lettura della situazione.
- . saper passare e quando passare dal palleggio e/o con palla in mano, a un compagno che sta tagliando in dai e vai o che si sta smarcando, tenendo sotto pressione il proprio difensore, minacciando una conclusione a canestro.
- . saper passare due mani al petto diretto e indiretto, baseball e due mani vario anche dal palleggio.
- . saper ricevere la palla in corsa, abbinando alla ricezione l'uso del palleggio, del tiro, dell'entrata o del passaggio, con buona lettura della situazione.
- . saper ricevere la palla dopo un taglio a canestro o uno smarcamento, abbinando all'occorrenza il palleggio, l'arresto-tiro, l'entrata o il passaggio con buona lettura della situazione.

- . saper assumere la posizione delle tre minacce subito dopo la ricezione.

Il tiro:

- . saper tirare piazzato con una mano dopo arresto in palleggio e dopo ricezione.
- . saper tirare con una buona tecnica globale.
- . saper entrare con entrambe le mani dal palleggio e su ricezione da diverse posizioni e con conclusione classica e non solo (soluzioni personali per non mortificare la fantasia).
- . saper quando entrare o tirare con pressione di un difensore con buona lettura della situazione.

La difesa:

in questo biennio, il nostro obiettivo è di dare mentalità difensiva, intesa come capacità di capire il gioco, e di iniziare a dare alcune sollecitazioni tecniche. si devono sempre considerare i seguenti quattro aspetti: abbinamento difensivo – linea canestro/avversario con palla – linea avversario/palla – linea canestro/canestro (lato debole e lato forte).

. marcamento dell'attaccante in palleggio e con palla in mano:

“non farti battere”, cerca di chiudere la strada che porta a canestro senza sbilanciarti a rubare la palla. inoltre si può iniziare l'insegnamento globale della posizione difensiva e dare qualche flash sui scivolamenti.

. marcamento dell'attaccante vicino alla palla:

“non fargli ricevere la palla”, cerca di restare sulla linea di passaggio con il tuo braccio, rivolgendo il sedere alla palla (guardia chiusa), di avere sempre una buona visione del campo (uomo-palla) e di mantenere la posizione se il tuo avversario taglia verso il canestro.

. marcamento dell'attaccante lontano dalla palla:

“non fargli ricevere la palla”, cerca di restare sulla linea di passaggio con il tuo braccio, di essere in una posizione che ti permetta di aiutare un compagno battuto e di mantenere la posizione se il tuo avversario esegue un taglio verso la palla.

- . dopo un tiro cerca di prendere sempre il rimbalzo.
- . saper prendere sfondamento (offrendo il gelato a chi ci riesce).

Principi di squadra:

- . saper passare dalla difesa all'attacco in modo rapido da un rimbalzo, da palla recuperata e da canestro subito, occupando gli spazi utili a disposizione con buona lettura della situazione.
- . saper giocare cinque fuori a difesa schierata, rispettando lo spazio, usando l'uno contro uno senza e con la palla, e il dai e vai.
- . saper passare dall'attacco alla difesa in modo rapido con buona lettura della situazione.
- . saper difendere tutto campo con aggressività dalle rimesse e con la palla in campo, pressando la palla e occupando le linee di passaggio per gli attaccanti senza palla, e all'occorrenza aiutando un compagno battuto.
- . saper giocare per lettura delle situazioni.
- . avere spirito di squadra e attaccamento ai colori della società.

PROGETTO SETTORE GIOVANILE

Obiettivo:

Miglioramento individuale dei giocatori.

- Miglioramento comportamentale
- Miglioramento tecnico individuale
- Miglioramento tattico individuale

Il gioco deve migliorare attraverso il miglioramento del giocatore.

- Miglioramento tattico di squadra

Creare abitudine al gioco della pallacanestro.

Come:

Miglioramento comportamentale

- Presenza obbligatoria agli allenamenti, rispetto degli impegni e dei compagni, capacità di organizzazione.
- o La presenza agli allenamenti è un dovere di ogni singolo atleta.
- Abbigliamento curato, rispetto di se stessi, dei compagni e del materiale indossato (es. maglietta nei pantaloncini), rispetto delle strutture utilizzate.
- Concentrazione e attenzione durante gli allenamenti.

Miglioramento tecnico individuale

- Abitudine al contatto fisico (il basket è sport di contatto).
- Fondamentali senza palla (80% del gioco è senza palla).
- Conoscere gli spazi e le posizioni sul campo.
- Uso dei piedi e del corpo (mani, braccia, testa, etc.).
- Capacità di sfruttare i vantaggi individuali e di squadra.
- Smarcamento e tagli.
- Tagli dal lato debole.
- Fondamentali con palla.
- Tiro (qualità e quantità).
- Passaggio (lettura, tempi e tecnica).
- Palleggio (uso adeguato e non abuso del palleggio).
- Trattamento di palla, migliorare il contatto tra mani e palla.

Miglioramento tattico individuale

- Lavorare sempre in situazione agonistica con la difesa, abituare il giocatore alla scelta migliore (tattica individuale).
- Migliorare la capacità di 1c1 dei giocatori.
- Correggere durante il gioco, abitua l'istruttore alla lettura e il giocatore nelle scelte.
- Timing di gioco, quando e perché di una scelta.
- "Punire" e correggere l'errore di scelta, non condannare l'errore di esecuzione (anche in partita).

Miglioramento tattico di squadra

- All'interno delle linee guida di gioco (gioco comune), migliorare i fondamentali individuali.
- Allenare i giocatori alla scelta corretta creando e provando situazioni adeguate di gioco in allenamento.
- L'istruttore deve avere ben chiaro come si sviluppa il gioco 5c5 e saperlo spezzare lavorando in modo analitico in situazioni di 2c2, 3c3 e 4c4.
- Lavorare sulle spaziature (le regole saranno uguali per tutte le categorie).
- Abituare i giocatori a giocare dentro e fuori dall'area.
- Nessuna regola difensiva tipo mandare sul fondo, etc, ma abituare i giocatori a difendere uno contro uno con energia (responsabilità individuale) e abituarli alle rotazioni difensive (responsabilità di squadra) seguendo questo principio: **nessun aiuto dal lato forte ma solo aiuti dal lato debole.**
- Abituare i giocatori ad essere aggressivi, in ogni posizione e situazione, per togliere l'iniziativa all'attacco.
- Creare abitudine al tagliafuori.

Date le regole programmatiche analizziamo le differenze di come viene concepito il minibasket fra Italia e Spagna, ricordandoci che il nostro lavoro programmatico non è inferiore a quello spagnolo, se al Prof. Cremonini è stato chiesto di tenere alcune lezioni a Valencia, la differenza molto importante è il minibasket in Spagna viene insegnato da molto tempo nelle scuole durante le ore scolastiche mentre da noi non viene fatto nemmeno nelle ore curricolari.

Per approfondire l'articolo che segue :

Il minibasket origine dell'illusione ed espansione della pallacanestro di Josep Bordas

Negli ultimi dieci anni il basket spagnolo è stato caratterizzato dal suo brillante palmares internazionale, grazie ai risultati ottenuti dalle sue selezioni nazionali nei differenti campionati cui hanno partecipato.

Questa situazione non è derivata dal caso, ma è frutto di un lavoro organizzato e programmato, iniziato dal primo gradino della pallacanestro: il minibasket.

La F.E.B, la Federazione Spagnola di Pallacanestro, ha previsto che il minibasket abbia una sua presenza nella Commissione Tecnica, a conferma di come sia considerato come l'inizio di tutta la nostra pallacanestro.

Al minibasket è data un'importanza ed un trattamento di prim'ordine, considerando che l'attività che deve svolgere di somma importanza per la formazione dei giocatori e delle squadre del futuro.

Il minibasket è diffuso in tutta la Spagna, con le Federazioni Autonome delle varie regioni che hanno la responsabilità di diffondere e fare crescere il movimento e lo spirito del minibasket.

Come massimo organismo di pallacanestro del paese la F.E.B, delega alle Federazioni Autonome le competenze dell'organizzazione del minibasket, come, ad esempio, le competizioni, la formazione d'allenatori, i programmi tecnici, le selezioni regionali: ogni regione spagnola ha una sua competizione di minibasket organizzata e strutturata.

Il minibasket è preso in considerazione nelle sue varie fasi: accettazione, rilevamento, formazione.

Accettazione: Tutti i bambini e bambine hanno le capacità per giocare, non c'è selezione e a tutti è dato il proprio spazio "partecipativo".

Rilevamento: In differenti fasi continuiamo ad attuare studi per scoprire i futuri talenti.

Formazione: E' il processo d'avanzamento; è strutturato attraverso vari giochi, con i bambini e bambine divisi per età e termina a 12 anni.

I bambini e le bambine continuano a crescere e a sviluppare le proprie capacità nelle scuole o nei club, disputando i campionati locali e provinciali.

Nelle fasi di rilevamento e formazione, le Federazioni Autonome regionali, hanno alcuni programmi speciali chiamati "di tecnica" dove i giocatori e giocatrici più dotati sono invitati a partecipare. Da questi programmi escono i gli atleti più forti, che faranno parte delle selezioni regionali e che disputeranno il campionato nazionale.

Il campionato nazionale di minibasket riunisce tutte le diciannove Federazioni regionali, con la partecipazione di 38 squadre e con un totale di 400 bambini e bambine e che giocano partite tra loro durante la settimana.

partecipazione di 38 squadre e con un totale di 400 bambini e bambine e che giocano. Questi bambini e bambine sono i migliori del paese e da qui usciranno i futuri giocatori delle squadre nazionali.

Collegato al Minibasket esiste un *programma di 3 contro 3 nelle scuole, cui partecipano la maggior parte dei centri studenteschi di tutta la Spagna.*

E' una struttura e un modo di fare pallacanestro differente, ma in definitiva è in ogni caso sempre un modo di fare pallacanestro nell'orario scolastico. I bambini disputano una competizione all'interno della scuola, i migliori partecipano al campionato provinciale, successivamente a quello regionale ed, infine, al campionato nazionale, gran festa della pallacanestro che riunisce oltre 2000 bambini e bambine.

Dal campionato nazionale di minibasket e del 3 contro 3 si ha un seguito con la selezione di giocatori e giocatrici che hanno le migliori qualità per questo sport. In tal modo si forma un gruppo selezionato che entra a far parte del programma di rilevamento e formazione, sotto la *utela e il controllo diretto del Ministero dello Sport e della F.E.B. Da questo gruppo saranno formate le basi delle future selezioni nazionali.*

Indipendentemente dal fatto che il minibasket così concepito abbia una forma piramidale, che parte da una base molto ampia per arrivare ad un gruppo selezionato, per la F.E.B. il minibasket è e rimane un'attività ludica e, soprattutto, educativa - formativa.

Va rilevato che, in questa tappa, il bambino o la bambina non deve solo affinare le proprie abilità sportive, ma deve migliorare la propria formazione educativa, integrandola al processo e all'avanzamento sociale.

Per questo motivo, il minibasket ha due obiettivi:

- Dare la possibilità a tutti di praticare uno sport, in questo caso la pallacanestro.
- Creare processi selettivi generazionali, ma, prima di tutto, diffondere il minibasket che è soprattutto un gioco, con tutto l'apporto ludico-educativo che può implicare.

Il Dipartimento Tecnico della F.E.B ha un costante contatto con il minibasket, cioè la permanente formazione degli allenatori, un punto fondamentale per i destini del minibasket.

La formazione degli allenatori _ un aspetto basilare e, per questo motivo, i lavori di ricerca, gli studi realizzati, le analisi degli eventi hanno una divulgazione costante e permanente. Gli allenatori si formano in corsi organizzati dalla propria Federazione regionale, fino ad arrivare al corso massimo realizzato della F.E.B, con la possibilità di essere permanentemente informati e messi a conoscenza di novità grazie a seminari e corsi di aggiornamento, realizzati in tutto il paese.

Il minibasket non è un processo isolato, bensì il primo anello della nostra pallacanestro che necessita dell'aiuto di tutti, Il Ministero dello Sport, la F.E.B, le Federazioni Autonome, i club, le scuole, gli allenatori, gli arbitri, i giocatori, i genitori, etc.

Solo con il lavoro consensuale e pianificato di tutte queste elemento possiamo ottenere:

- 1 La diffusione della pallacanestro
- 2 La pratica della pallacanestro
- 3 I gruppi d'Elite
- 4 Le selezioni nazionali

In definitiva, ciò comporta l'avanzamento programmato delle qualità che ci portano a rimanere nell'Elite internazionale, senza dimenticare la gran base di praticanti che vi è in Spagna.

Pianificazione del lavoro:

Contenuti

Attività motorie

Fondamentali

- 1 - Schemi motori di base
- 2 - capacità coordinative basilari
- 3 - Introduzione alla pallacanestro

Schemi motori di base

6-8 anni

Sviluppo degli schemi motori di base

Camminare - correre, saltare, lanciare - prendere, ruotare, arrampicarsi.

Introduciamo il concetto di schema motorio di base e lo sviluppiamo in maniera generale mediante giochi

8-10 anni - Rinforzare lo sviluppo degli schemi motori di base

Camminare - correre, saltare, lanciare - afferrare

Lavoriamo sugli schemi motori di base, ma relazionati con la pallacanestro, in contenuti più specifici.

10-12 anni - Introduzione delle capacità condizionali

Resistenza, forza, velocità, flessibilità

Introduzione verso un apprendistato ludico sperimentale, senza cercare il rendimento

Capacità coordinative basilari

6-8 anni - Sviluppo delle capacità coordinative basilari

Differenziazione dinamica e spazio - temporale, orientamento, ritmo, anticipazione motoria,

fantasia motoria, combinazioni, motricità.

Introduciamo questi concetti in forma libera e generale, dando al bambino o bambina la massima esperienza motoria.

8-10 anni - Ampliamento delle capacità coordinative basilari della pallacanestro.

Scatto, entrata e tiro, ricezione e passaggio, introduzione delle differenti risorse del gioco, uso del piede perno, uscite

Adattamento alla capacità coordinativa di base sviluppandone i fondamentali basilari.

10-12 anni

Ampliamento delle capacità coordinative basilari adattate alla pallacanestro.

Scatto, entrata e tiro, ricezione e passaggio, ampliamento delle differenti risorse del gioco, piede perno, uscite.

Aumentiamo quest'adattamento cercando il miglioramento dei fondamentali basilari.

Introduzione alla pallacanestro

6-8 anni

Apprendimento degli elementi basilari tecnici

Controllare e mantenere il pallone, progredire nel palleggio, orientarsi con il pallone, apprendimento degli elementi tecnici basilari, tecnica individuale con il pallone, tecnica individuale senza il pallone, tiro a canestro

Introduzioni di conoscenze basilari con le implicazioni di elemento tecniche

8-10 anni - Introduzione dei principi basilari tecnico-tattici

Attacco: Giocare col pallone, giocare vicino e lontano dalla palla

Difesa: Giocare con e senza pallone, recuperare il pallone

Contropiede: Introduzione generale del gioco del minibasket

Approfondire la conoscenza dei fondamentali basilari, per inserirli nel gioco.

10-12 anni - Tecnica individuale e collettiva

Offensiva

Difensiva,

Contropiede

Approfondire il lavoro tecnico, affinché i ragazzi e le ragazze possano affrontare tutte le situazioni che si creano durante il gioco. Prima di tutto, la parte offensiva.

Metodologia

6-8 anni 8-10 anni 10-12 anni

Competizione Partite Competizioni Competizioni

Prestabilite Federali Regionali Federali Regionali

Tipo di competizione 3 contro 3 5 contro 5 5 contro 5

Attività babybasket minibasket minibasket

Sessioni di allenamento 2 2 3

Durata allenamenti 60' 60' 75'

Gruppo Misto Maschile Maschile Femminile Femminile

Numero partecipanti 15 12 12

Metodo di Libera interpretazione Scoperta aiutata Risoluzione problemi

Insegnamento Scoperta Risoluzione problemi Direzione complessiva costruita

Aspetto cognitivo Percezione libera Familiarizzazione Assimilazione dei concetti e spontanea del contenuto basilari

Abbiamo così illustrato la nostra pianificazione, ma non dobbiamo dimenticare quattro fattori molto importanti, che sono alla base della nostra metodologia:

1 - I calcoli ottico - motori

2 - la percezione spazio - temporale

3 - La presa di decisioni dipendenti dall'età e dal livello

4 - Gli schemi motori e motrici in tal modo cerchiamo di ottenere uno stile di gioco caratteristico della nostra scuola nazionale e di creare dei giocatori che possano essere in grado di interpretarlo con libertà e creatività

Dopo aver visto le differenze programmatiche vediamo quelle strutturali, utilizzando un post del Prof. Mondoni:

“Entendemos el Minibasket como Promocion del Baloncesto, y como un juego”.

“Intendiamo il Minibasket come la promozione della Pallacanestro e come un gioco”.

Con queste parole è definito il Minibasket in Spagna e la struttura che lo gestisce è la Commissione Federale della Federazione Spagnola di Pallacanestro, composta da 20 rappresentanti (uno per Regione ed uno nominato dalla Federazione Spagnola di Pallacanestro).

La Spagna è suddivisa in 19 regioni e ogni regione è autonoma e ha un proprio regolamento di gioco del Minibasket.

L'attività specifica di Minibasket inizia a 8 anni e termina a 11 anni ed è svolta nelle Scuole e nei Club di base.

L'attività di Minibasket (tornei di 3 c 3 e di 5 c 5 nelle piazze e negli spazi pubblici) è gestita autonomamente (è possibile reperire Sponsor) dalle singole province di ciascuna regione (nelle Scuole di Minibasket e nei Club di base) ed ogni anno si organizza una Festa Nazionale Minibasket (Jamboree) con la partecipazione di squadre provenienti dalle 19 Regioni ed è supportata economicamente della Federazione Spagnola di Pallacanestro.

I migliori giocatori/trici della festa Nazionale Minibasket sono successivamente seguiti e allenati (programma della scoperta dei talenti).

La Commissione Federale Minibasket organizza nelle singole regioni Corsi di formazione per Educatori-Minibasket e a livello nazionale Corsi di formazione per Allenatori Iniziali di Pallacanestro; le partite sono arbitrate da Arbitros-Amigos (Arbitri-Amici).

Le categorie (m. e f.) Minibasket in Spagna sono le seguenti:

– Benjamin 1° anno: 8 anni

– Benjamin: 9 anni

– Preminibasket: 10 anni

– Minibasket: 11 anni

Tutti i bambini/e sono tesserati presso la Federazione Spagnola di Pallacanestro.

Il Regolamento di gioco è diverso da quello proposto dalla FIBA Minibasket e in linea di massima è così articolato:

– minimo 8 giocatori/trici, massimo 12; con 5-6-7 giocatori/trici la partita si gioca ugualmente “pro forma”;

– le squadre possono essere maschili, femminili o miste;

– 6 tempi di gioco (si cambia campo dopo 3 tempi) della durata di 8' ciascuno (1' di riposo tra ogni tempo, 3' di intervallo dopo 3 tempi);

– se il risultato al termine dei 6 tempi è in parità, si fanno disputare tanti tempi supplementari (della durata di 5' ciascuno) fino a quando il risultato di parità non verrà risolto (1' di intervallo prima del primo tempo supplementare e 1' di intervallo tra ogni tempo supplementare);

– in alcune Regioni è ammesso il risultato di parità;

– ogni bambino/a deve giocare almeno 2 tempi interi;

– ogni bambino/a può giocare al massimo 4 tempi interi;

– le sostituzioni sono permesse solo nel sesto tempo e nei tempi supplementari;

– se durante la partita vi sono 30 punti di differenza tra le due squadre la partita viene sospesa;

– è possibile chiedere un solo minuto di sospensione per tempo per ciascuna squadra;

– se alla partita si presentano 12 giocatori/trici devono giocare tutti;

- si ferma il cronometro solo nell'ultimo tempo;
- non esistono: la regola di metà campo, i tiri da 3 punti, il bonus dei falli;
- se l'Arbitro ravvisa che una squadra non vuole concludere a canestro, conta 10" ad alta voce e poi il possesso di palla passa all'altra squadra;
- è obbligatoria la difesa individuale a tutto campo e a metà campo;
- è vietata la difesa a zona, sono vietati gli aiuti difensivi e i raddoppi.

Siccome siamo "sadici" e ci vogliamo far del male a seguire una ipotetica programmazione di un camp per il minibasket, naturalmente tutto tratto da uno vero made in Spagna:

IL PROGRAMMA DI ALLENAMENTO DI PALLACANESTRO PER BAMBINI e BAMBINE

Il campo estivo de minibasket ha come obiettivo prioritario migliorare i fondamentali del minibasket:

- *Gruppi di allenamento organizzati per età e livello*
- *Far sviluppare ai bambini e alle bambine abilità fisiche fondamentali nella pratica del basket*
- *Introdurre ai bambini le nozioni tattiche del basket- gioco di squadra-*
- *Equilibrare il lavoro portato avanti nelle loro squadre durante la stagione.*

Altro obiettivo fondamentale è far divertire i bambini mentre giocano a basket

- *Dare un'impostazione positiva alla gara: giochiamo per divertirci*
- *Uno degli obiettivi del campus è trasmettere il basket come un'occasione di divertimento sana da praticare con amici e amiche*
- *Far sì che i bambini prendano coscienza del rispetto, del cameratismo e del lavoro in squadra*

Sessioni di allenamento al Camp di minibasket per bambini tra i 9 e gli 11 anni

ALLENAMENTI DI MATTINA: QUATTRO BLOCCHI DI LAVORO

- *psicomotricità: posizioni di base, equilibrio, spostamenti e gioco di piedi*
- *tecnica del palleggio e dei passaggi: tiri, decisione e scelta del tiro*
- *tecniche di tiro: tiro in corsa, tiro esterno e tiro libero*
- *tecnica di base di difesa: posizione di base, spostamenti, rimbalzo difensivo*

ALLENAMENTI DI POMERIGGIO: PROGRESSO E SVILUPPO DEI FONDAMENTALI

- *1x1 + compagno (avviamento alle tattiche e strategie) 2x2, avviamento all'associazione, gioco di squadra*
- *strategia 3x3*
- *per far sì che i bambini e le bambine si divertano mentre giocano a basket in una modalità meno controllata, e far sì che mettano in pratica, attraverso il gioco, tutti gli*

obiettivi, comportamenti e valori su cui si lavora di giorno, tutte le sere viene organizzato un gioco di gruppo 5x5, gioco di squadra.

In molti Paesi i fondamentali di gioco sono insegnati analiticamente sin dalla più tenera età, non è dato spazio alla creatività e alla fantasia motoria, l'Istruttore è poco Educatore ma tanto tecnico.

Invece, secondo noi, il bambino deve "giocare" a palleggiare, a tirare, a passare, a smarcarsi, a difendere, nello spazio e nel tempo, con e senza palla, cercando di migliorarsi sempre, seguendo i consigli dell'Istruttore (capacità di gioco).

PROGRAMMA

Obiettivo:

Al termine di ogni Categoria Giovanile il giocatore deve saper fare:

ESORDIENTI – UNDER 13

Attacco

Fondamentali individuali con palla

1. Ball-handling (miglioramento del contatto mani-palla)
2. Palleggio analitico e in situazioni reali di gioco.
 - a. Jo-Jo con mano sopra la palla e frequenza alta
 - b. Palleggio spinto con mano dietro la palla
 - c. Palleggio arretrando con uso del corpo per proteggere la palla
3. Cambi di mano analitici e in situazioni reali di gioco
 - a. Frontale (palla indietro e mani pronte)
 - b. Fra le gambe (piedi “dispari”, palleggio indietro e mani pronte)
4. Partenze analitiche e in situazioni reali di gioco
 - a. Incrociata e incrociata con contatto
 - b. Incrociata ricevendo in corsa (contropiede)
5. Passaggio in situazioni reali di gioco.
 - a. 2 mani in corsa
 - b. laterale mano esterna (diretto e battuto a terra)
 1. incrociato e stessa mano stesso piede
 - c. laterale mano interna (diretto e battuto a terra)
 1. incrociato e stessa mano e stesso piede
6. Tiro
 - a. Grande attenzione all’uso degli arti inferiori.
 - b. Tecnica per apprendimento del gesto.
 - c. Tiri in corsa
 1. Terzo tempo dx e sx
 2. Secondo tempo dx e sx
 3. Tiro a proteggere dx e sx
7. 1c1 con palla – prendere e mantenere vantaggio – abitudine al contatto

Fondamentali individuali senza palla

8. Uso dei perni – cambi di direzione – cambi di senso.
9. Ricezione con mani pronte (10 dita), uso dei piedi in ricezione.
- 10.** Uso del corpo – prendere e mantenere il vantaggio - abitudine al contatto
11. Uso degli arti superiori solo per ricevere la palla.
12. Smarcamento – andare dove la linea di passaggio è libera (devo vedere la palla)

- a. Riferimenti: linea dei 3pt e semicerchio “no sfondamento” (smile)
- 13. 1c1 senza palla (lettura degli spazi e dei tempi [concetto di precedenza]).

Fondamentali di squadra

- 14. Spaziature (lavorare su collaborazioni 2c2 – 3c3)
 - a. Tagli e rimpiazzi
 - b. Tagli dal lato debole
- 15. Concetto di ribaltamento di lato

Contropiede

- 1. lavorare sulla mentalità di trasformazione immediata da difensore ad attaccante
 - a. Occupare lo spazio (corsie laterali)
 - b. Conquistare la linea di fondo (“smile”)
 - c. Passare al compagno avanti (limitare il palleggio)
 - d. Limitare il numero di passaggi
 - e. Correre in cinque
 - f. Dare segnali visivi e uditivi (“mia”, “centro”, “destra”, “sinistra”, “lunga”)
 - g. Dare ruoli e posizioni – spazio sul campo

Difesa

Individuale

- 1. Tecnica di scivolamento - equilibrio
 - a. Uso dei piedi
 - b. Uso degli arti inferiori
 - c. Uso degli arti superiori
 - d. Dissociazione arti superiori e arti inferiori
- 2. Pressione sulla palla (stare a “MURO”)
- 3. Incrementare il concetto di anticipo
 - a. Saltare sulla linea della palla
 - b. Corpo sulla linea della palla
 - c. Guardia dx e guardia sx

4. Aggressivi a tutto campo

- a. Togliere iniziativa all’attacco
- 5. Tagliafuori – abitudine al contatto (tenere lontano da canestro il proprio uomo)

Di squadra

- 6. Accoppiarsi in modo rapido
 - a. Tenere subito 1c1 (almeno 2 scivolamenti)

Lavoro atletico

- 1. Rapidità
- 2. Saper mantenere la posizione fondamentale in equilibrio
- 3. Saper mantenere la posizione di equilibrio con semplici movimenti dinamici (spostamenti in tutte le direzioni)

UNDER 14

Attacco

Fondamentali individuali con palla

1. Ball handling (miglioramento del contatto mani-palla)
2. Palleggio analitico e in situazioni reali di gioco.
 - a. Protetto contro pressione difensiva
 - b. Controllo del palleggio con i contatti fisici
3. Cambi di mano analitici e in situazioni reali di gioco
 - a. Dietro schiena (in corsa)
 - b. Sotto il sedere
4. Partenze analitiche e in situazioni reali di gioco
 - a. Incrociata e incrociata con contatto
 - b. Incrociata ricevendo in corsa (contropiede)
 - c. Partenza stessa mano e stesso piede
 - d. Stop & Go
5. Passaggio in situazioni reali di gioco
 - a. Due mani in corsa
 - b. Passaggio "SKIP" due mani sopra la testa
 - c. *Passaggio in area*
 - d. Timing nel passaggio su giocatore in back-door
6. Tiro
 - a. Grande attenzione all'uso degli arti inferiori.
 - b. Miglioramento della tecnica del gesto.
 - c. Tiri in corsa
 1. Lay up rovesciato dx e sx
 2. Secondo tempo dx e sx cambiando lato (testa sotto retina)
 3. Tiro a proteggere dx e sx cambiando lato (testa sotto retina)
7. Arresto e tiro
 - a. Arresto a due tempi (con secondo appoggio simultaneo)
8. 1c1 con palla – prendere e mantenere vantaggio – abitudine al contatto
9. 1c1 in post basso (senza specializzazione)
 - a. piede perno sul fondo
 - b. fare vedere il piede perno
 - c. conquistare il centro area (numero illimitato di palleggi) per il tiro
 1. hook shot

Fondamentali individuali senza palla

10. *Usa dei perni* – cambi di direzione – cambi di senso.
11. Ricezione con mani pronte (10 dita), uso dei piedi in ricezione.

12. Uso del corpo – prendere e mantenere il vantaggio - abitudine al contatto
13. Uso degli arti superiori solo per ricevere la palla.
14. 1c1 in post basso (senza specializzazione)
 - a. prendere posizione (allineamento palla-ferro)
 - b. accorciare il passaggio
 - c. ricezione con due mani (10 dita)
15. Smarcamento – andare dove la linea di passaggio è libera (devo vedere la palla)
 - a. Riferimenti: linea dei 3pt e semicerchio “no sfondamento” (smile)
 - b. Uso del back-door
16. 1c1 senza palla (lettura degli spazi e dei tempi [concetto di precedenza]).

Fondamentali di squadra

17. Spaziature (lavorare su collaborazioni 2c2 – 3c3)
 - a. Tagli e rimpiazzati
 - b. Tagli dal lato debole
 - c. Uso di giocatori in post basso (senza specializzazione)
18. Inserimento di uso dei blocchi: BLOCCO CIECO
 - a. concetto di “sandwich”
 - b. smarcamento per il bloccante (seconda linea di passaggio)
19. Concetto di ribaltamento di lato (anche con passaggio skip)

Contropiede

1. Insistere sulla mentalità di trasformazione immediata da difensore ad attaccante
 - a. Occupare lo spazio (corsie laterali)
 - b. Conquistare la linea di fondo (“smile”)
 - c. Passare al compagno avanti (limitare il palleggio)
 - d. Limitare il numero di passaggi
2. Lettura del soprannumero e sfruttare il vantaggio (2c1 e 3c2)

Difesa

Individuale

1. Tecnica di scivolamento - equilibrio
 - a. Uso dei piedi
 - b. Uso degli arti inferiori
 - c. Uso degli arti superiori
 - d. Dissociazione arti superiori e arti inferiori
2. Pressione sulla palla (stare a “MURO”)
3. Incrementare il concetto di anticipo
 - a. Saltare sulla linea della palla
 - b. Corpo sulla linea della palla
 - c. Guardia dx e sx
 - d. Cambio guardia sui back-door
4. Posizionamento sul lato debole – volare con la palla

- a. Corpo
- b. Arti inferiori
- c. Arti superiori
- 5. Tenere 1c1 sul recupero
 - a. Tecnica – recupero e contenimento
 - b. Equilibrio (“piccoli passi”)
 - c. Spalla interna
 - d. Tagliare la linea della palla
- 6. Principi di difesa sul post (senza specializzazione)
 - a. 1c1 su giocatore senza palla (anticipo – petto contro spalla)
 - b. 1c1 su giocatore con palla

Di squadra

- 7. Situazione di rotazioni difensive 2c2 e 3c3
- 8. Principi di difesa sui blocchi ciechi
 - a. Comunicazione
 - b. Difensore del bloccante a protezione dell’area e in aiuto al compagno
- 9. Difesa a tutto campo con raddoppi e rotazioni

Lavoro atletico

- 1. Rapidità
- 2. Saper mantenere la posizione fondamentale in equilibrio
- 3. Saper mantenere la posizione di equilibrio con semplici movimenti dinamici (spostamenti in tutte le direzioni)
- 4. Allenare i propriocettori e gli stabilizzatori statici

UNDER 15/16

Attacco

Fondamentali individuali con palla

1. Ball handling (miglioramento del contatto mani-palla)
2. Palleggio analitico e in situazioni reali di gioco.
 - a. Consolidamento di tutte le situazioni viste in precedenza
3. Cambi di mano analitici e in situazioni reali di gioco
 - a. Partenza reverse (incrociata) in situazione di anticipo
 - b. Partenza dietro schiena
 - c. Partenza "fra le gambe"
 - d. Partenza con cambio mano (movimento Mancinelli)
4. Passaggio in situazioni reali di gioco
 - a. Passaggio diretto e battuto dal palleggio
 - b. Miglioramento del passaggio dentro l'area e in post basso
 - c. Miglioramento del timing nel passaggio
5. Tiro
 - a. Perfezionamento della tecnica con cura degli arti superiori
 - b. Cura dell'associazione tra arti inferiori e arti superiori nella spinta
 - c. Aumento delle difficoltà nei tiri in corsa
 - d. Aumento della velocità di esecuzione sia nei tiri in corsa sia nei movimenti di arresto e tiro
6. Arresto e tiro
 - a. Arresto a due tempi (due appoggi "singoli")
7. 1c1 con palla – prendere e mantenere vantaggio – abitudine al contatto
8. 1c1 in post basso (senza specializzazione)
 - a. piede perno sul fondo
 - b. fare vedere il piede perno
 - c. conquistare il centro area (numero illimitato di palleggi)
 - d. hook shot
 - e. tiro in Up & Under

Fondamentali individuali senza palla

9. Ricezione con mani pronte (10 dita), uso dei piedi in ricezione.
10. Uso del corpo – prendere e mantenere il vantaggio - abitudine al contatto
 - a. Miglioramento nel sentire il contatto in post basso
11. Uso degli arti superiori solo per ricevere la palla.
12. 1c1 in post basso (senza specializzazione)
 - a. utilizzo del corpo e dei piedi per prendere vantaggio

- b. concetto di “mentre” (lavorare in funzione al movimento della palla)
- 13. Smarcamento in allontanamento (back-door in fade away).

Fondamentali di squadra

- 14. Spaziature (lavorare su collaborazioni 2c2 – 3c3 – 4c4).
- 15. Uso di giocatori in post basso (senza specializzazione)
 - a. Allinearsi con il giocatore in post basso e il ferro – uso del palleggio
- 16. Blocchi: BLOCCO CIECO E BLOCCO VERTICALE
 - a. Lettura degli spazi
 - b. Collaborazione tra compagni rispettando i tempi e gli spazi
 - c. Seconda linea di passaggio del bloccante
- 17. Attaccare gli spazi contro la difesa a zona (giocare nei buchi)
 - a. Lettura
 - b. Spazi da occupare (linea di fondo [dietro la difesa] e post alto)

Contropiede

- 1. Insistere sulla mentalità di trasformazione immediata da difensore ad attaccante
- 2. Lettura del soprannumero 4c3
- 3. Allineamento rapido con il post basso
- 4. Aprire gli spazi per l’inserimento del 4° giocatore

Difesa

Individuale

- 1. Tecnica di difesa sul post (senza specializzazione)
 - a. 1c1 su giocatore senza palla (anticipo – petto contro spalla)
 - b. 1c1 su giocatore senza palla (3/4 in anticipo)
 - c. 1c1 su giocatore con palla (uso del corpo e degli arti)

Di squadra

- 1. Situazione di rotazioni difensive 3c3 e 4c4
- 2. Principi di difesa sui blocchi verticali
 - a. Comunicazione
 - b. Andare a “treno”
 - c. Difensore sul bloccante: stare in posizione di anticipo occupando spazio
- 3. Inserimento della difesa a zona **1-3-1** a metà campo

Lavoro atletico

- 1. Rapidità
- 2. Saper mantenere la posizione fondamentale entro la propria soglia funzionale di equilibrio
- 3. Saper controllare il proprio corpo in situazioni dinamiche (dalla corsa allo scivolamento, aiuto e arresto, accelerare e decelerare..)
- 4. Saper ulizzare correttamente i sovraccarichi artificiali in appoggio bi podalico

(manubri, elastici, palle zavorrate, cavi)

5. Allenare gli stabilizzatori statici e dinamici

6. Lavoro metabolico

UNDER18

Attacco

Fondamentali individuali con palla

1. Ball handling (miglioramento del contatto mani-palla)

2. Palleggio e cambi di mano

a. Miglioramento di tutte le situazioni viste in precedenza

b. Aumento delle difficoltà in termini di rapidità, destrezza e di traffico

3. Tiro

a. Miglioramento dell'arresto e tiro in termini di rapidità e di traffico

b. Step-back

c. Fade away

4. Passaggio

a. Timing del passaggio in uscita dai blocchi

5. 1c1 con palla – prendere e mantenere vantaggio – abitudine al contatto

6. 1c1 in post basso (senza specializzazione)

a. piede perno sul fondo

b. fare vedere il piede perno

c. conquistare il centro area (numero illimitato di palleggi)

d. hook shot

e. tiro in Up & Under

f. reverse

g. reverse più Up & Under

Fondamentali individuali senza palla

7. Ricezione con mani pronte (10 dita), uso dei piedi in ricezione.

8. 1c1 in post basso (senza specializzazione)

a. utilizzo del corpo e dei piedi per prendere vantaggio

b. concetto di "mentre" (lavorare in funzione al movimento della palla)

9. Smarcamento con auto blocco

Fondamentali di squadra

10. Spaziature (lavorare su collaborazioni 2c2 – 3c3 – 4c4).

11. Uso di giocatori in post basso (anche con specializzazione)

a. Allinearsi con il giocatore in post basso e il ferro – uso del palleggio

b. Miglioramento della circolazione di palla (anche skip) per fornire palloni ai giocatori interni

12. Blocchi: BLOCCO ORIZZONTALE, BLOCCO DIAGONALE E BLOCCO SULLA PALLA

- a. Lettura degli spazi
- b. Soluzioni di tiro in uscita (riccioli)
- c. Blocchi sulla palla (pick & roll e pick & pop)
- d. Concetto di seconda linea di passaggio

Contropiede

- 1. Insistere sulla mentalità di trasformazione immediata da difensore ad attaccante
- 2. Lettura del soprannumero 4c3
- 3. Allineamento rapido con il post basso
- 4. Aprire gli spazi per l'inserimento del 4° e 5° giocatore
- 5. Entrare subito in situazioni di gioco a difesa schierata
 - a. Transizione offensiva

Difesa

Individuale

- 1. Miglioramento di capacità di lettura e miglioramento nella capacità di togliere il vantaggio all'attacco

Di squadra

- 2. Situazione di rotazioni difensive 3c3 e 4c4
- 3. Difesa sul blocco orizzontale
- 4. Difesa sul blocco su palla
 - a. "Show"
 - b. Raddoppio
 - c. Contenimento
- 5. Miglioramento della difesa in uscita e sui riccioli
- 6. Difesa 1-3-1 a tutto campo
- 7. Inserimento di una difesa a zona 2-3 e di una zone-press

Lavoro atletico

- 1. Rapidità
- 2. Avere il controllo della posizione fondamentale in tutte le situazioni (anche con elementi di disturbo, quali spinte, trazioni elastici, sovraccarichi)
- 3. Saper utilizzare correttamente i sovraccarichi artificiali in appoggio monopodalico (manubri, elastici, palle zavorrate, cavi)
- 4. Allenare gli stabilizzatori funzionali
- 5. Lavoro metabolico

UNDER 20

Obiettivo

Puntare al perfezionamento di tutti i fondamentali individuali e di squadra proposti in precedenza per preparare i giocatori ad entrare da protagonisti nel basket seniores sia dal punto di vista tecnico sia dal punto di vista tattico.

Lavoro atletico

1. Rapidità
2. Avere il controllo della posizione fondamentale in tutte le situazioni (anche con elementi di disturbo, quali spinte, trazioni elastici, sovraccarichi)
3. Saper utilizzare correttamente i sovraccarichi artificiali in appoggio monopodalico e in combinazioni (manubri, elastici, palle zavorrate, cavi)
4. Allenare gli stabilizzatori funzionali
5. Lavoro metabolico

Abbiamo preso spunto dalla metodologia spagnola per la ricerca dei talenti ma vediamo in questo articolo come cio' avviene, attenzione pero' stiamo parlando del TOP.

“Viaggio all'interno delle metodologie di lavoro della Federazione Spagnola a livello giovanile.”

L'estate appena trascorsa ha ribadito il **dominio della Spagna a livello giovanile**: il bottino della FEB recita 4 ori (Under 20 maschile e femminile, Under 16 maschile e femminile) ed 1 argento (Under 18 femminile) nei cinque europei disputati.

Se vi state domandando quali sono stati i **risultati ottenuti dall'Italia, il dato degli ultimi 10 anni è allarmante**: 3 medaglie conquistate, equamente distribuite tra oro, argento e bronzo. Premesso che imitare un modello non è un reato, abbiamo analizzato le metodologie di lavoro della Federazione spagnola: un lavoro che inizia dagli Under 12 (ultimo anno di minibasket, in Italia) e si sviluppa durante tutto l'arco dell'anno.

Il fulcro del lavoro spagnolo con le giovani promesse è il progetto *“Academia de iniciación FEB”* ed è dedicato alla **ricerca e sviluppo dei ragazzi tra i 12 e i 15 anni**.

La selezione dei giocatori inizia a livello Under 12 con raduni molti ampi per monitorare il maggior numero di giovani possibile ed è curioso notare come il **lavoro della FEB sulle giovani promesse si sviluppi in tutti e 12 i mesi dell'anno**.

LE 4 TAPPE DELLA “ACADEMIA” •

In base all'annata di riferimento, la Federazione Spagnola si pone obiettivi differenti:

- **Under 12**: inizio dei raduni; gruppi di lavoro molto ampi

- **Under 13:** divisione in gruppi di lavoro; prime valutazioni delle caratteristiche generali; a fine anno torneo tra i migliori prospetti della nazione.
- **Under 14:** riduzione gruppi lavoro; prima strutturazione della nazionale relativa all'annata; inizio tornei internazionali
- **Under 15:** ulteriore riduzione dei gruppi di lavoro; strutturazione "definitiva" della nazionale

Il primo test internazionale per i giovani spagnoli è il Torneo BAM destinato alla categoria Under 14, per poi proseguire con il Torneo dell'Amicizia in Under 15. Dall'anno successivo, invece, si parte con gli Europei di categoria organizzati dalla FIBA.

DOVE SI CERCANO I GIOVANI TALENTI•

Il primo raduno viene effettuato con 42 giocatori "scovati" durante l'ultimo anno di minibasket ed il raduno è composto da 42 giocatori e 20 allenatori, per un impressionante rapporto giocatore – allenatore di 2 a 1!

Per essere sicuri di scovare il maggior numero di prospetti disponibili la Federazione Spagnola attua altri tre programmi oltre alla "Academia":

- **"Tribasket"**: campionati scolastici gestiti direttamente dalla federazione per ragazzi dai 12 ai 18 anni. Il torneo si suddivide in diverse gare come quelle di tiro, ball handling e gioco (1c1, 2c2, 3c3)
- **"Operación Talento"**: altro programma di ricerca e sviluppo per i giovani spagnoli. Della durata di tre giorni, vengono coinvolti: 40 giocatori, 40 giocatrici, 16 allenatori, 2 preparatori atletici, 2 medici e 2 fisioterapisti. L'obiettivo è lavorare sui giovani giocatori a tutto tondo, partendo con la parte tecnica, passando per la parte fisica e terminando con la parte nutrizionale per la corretta crescita
- **"Campus de Tecnificación"**: camp estivi con selezioni di ragazzi di 13 e 14 anni, con l'obiettivo di migliorare il gioco individuale e di squadra. Questi camp organizzati dalla federazione vengono gestiti direttamente da grandi giocatori spagnoli (come i fratelli Gasol, Calderòn, etc...), che mettono a disposizione il loro talento e la loro esperienza ai giovani giocatori

Il lavoro e l'attenzione maniacale della Federazione Spagnola dimostrano come la "Generación de oro" dei Gasol e Navarro non sia una casualità. Alla base di tutto c'è però una meticolosa programmazione, attraverso la quale si ottengono risultati evidenti e duraturi nel tempo.

Le strade percorribili per il sistema giovanile italiano, in questo momento, sono tre:

1) proseguire con il lavoro intrapreso, che non ha però portato grossi frutti negli ultimi 10 anni;

2) strutturare un innovativo programma di lavoro, da mettere in pratica fin da subito;

3) prendere come modello di riferimento chi ha dimostrato con i fatti di essere avanti rispetto a noi.

Noi, nel nostro piccolo, siamo dell'opinione che un cambiamento sia necessario: è il campo a chiederlo

Chiudiamo il tutto con una battuta di Dido Guerrieri.

Sapeste che fatica quando si comincia a insegnare ai principianti il terzo tempo. La cosa più difficile per loro è "sentire il ritmo". Il basket è gioco di ritmo e coordinazione. Il grande Ramsey dice che, quando è ben giocato, è come una forma altamente artistica di balletto...

Dido Guerrieri

Sintesi identificativa “percorso formativo”

MINIBASKET

ANNI 5/6

ANNI 10



OBIETTIVI:

Specializzazione motoria
 Senso di appartenenza
 Aspetto relazionale
 Aspetto alimentare
 Educazione
 4/5 anno fondamentali di base (difensivi /offensivi)
 Aspetto formale(atteggiamento panchina,divise,uso materiale sociale)
 Spigazioni e coinvolgimento nel progetto

OBIETTIVI:

Specializzazione motoria

(solo atletica da definire con preparatore atletico)

Specializzazione tecnica

(fondamentali base difensivi/offensivi
 Collaborazioni a 2 a 3 a 4 a 5 in particolare difesa-concetto di aggressività' difensiva su fattori spazio/tempo

ASPETTO PSICOLOGICO:

(Sicurezza sportiva”in campo”
 Abituare il giocatore ad essere partecipe del suo miglioramento attraverso:
 Capacita' di analisi
 Capacita' di riconoscere che il suo buon percorso motorio e' alla base di ottime prestazioni
 Che l'analisi del feedback ricevuto dall'allenatore e' necessario per migliorare ed evitare in futuro gli errori commessi e serva ad aumentare le prestazioni tecniche(esecuzioni fondamentali offensivi/difensivi).a proprio pro e a pro della squadra.
AQUISIZIONE DI TERMINOLOGIA CESTISTICA CORRETTA
SENSO DI APARTENENZA(alla societa' ed alla propria squadra)
ASPETTO RELAZIONALE(verso i compagni/allenatore e dirigente)
ASPETTO ALIMENTARE
EDICAZIONE
ASPETTO FORMALE(stile /attenzione nel vestiario in partita in allenamento ed in panchina-VS ARBITRO)

GIOVANILI

11/14

OBIETTIVI:

Preparazione fisica:

(Solo atletica almeno una volta alla settimana secondo scheda predisposta da preparatore atletico-coordinazione/equilibrio/rapidita'/potenziamento)

Specializzazione tecnica:

(Fondamentali base-difensivi/offensivi collaborazioni a 3 a 4 a 5. In particolare DIFESA-concetto di aggressivita'difensiva su fattori spazio/tempo/letture/difesa ad uomo/difesa a zona/aiuto a recupero/rotazioni.In particolare ATTACCO-letture/triplice minaccia/contropiede/gestione contropiede/transizione-attacco contro difesa a zona-spaziature1 vs 1 senza palla)

Allenamento una volta alla settimana individuale con coach su un particolare fondamentale difensivo ed offensivo.

Interscambio giocatori con gruppo di eta' maggiore e prima squadra.

Apetto psicologico

Acquisizione di leadership

Capacita' "problem solving" in situazione-visione

Capacita' di analisi ed utilizzo dle feedback ricevuto dall'allenatore necessario al proprio auto miglioramento ed a non sbagliare piu' in futuro in situazione analoghe,a pro , proprio e della squadra.

Abituare il giocatore ad essere partecipe e consapevole del suo miglioramento , e conseguente automotivazione.

Consapevolezza da parte del giocatore che il buon"percorso motorio" e' alla base di ottime prestazioni, a proprio e pro squadra,che l'analisi del feedback ricevuta dall'allenatore e' necessario.

Acquisizione di terminologia correttamente

Senso di appartenenza(alla societa' ed al proprio gruppo)

Aspetto relazionale (verso compagni/allenatori e dirigenti)

Aspetto alimentare

Educazione

Aspetto formale(stile e attenzione nel vestiario in partita in allenamento ed in panchina-VS arbitro)

GIOCATORE "PENSANTE"EVOLUTO

Pianificazione settore giovanile /minibasket

MINIBASKET		SETTORE GIOVANILE					
Aquilotti – 2 anni		2018/2019	Under 13	Under 14	Under 15	Under 16	Prima divis.
Gioco/impegno		GENERALE	<u>il lavoro</u>	<u>l'attenzione</u>	<u>la sfida</u>	<u>l'aiuto</u>	<u>la serietà</u>
Palleggio		Cura particolare	passaggio	tiro	penetr./scar.	penetr./scar.	specializz.
20 x gruppo		Numero. Atleti (tot.)					
2/3 di 1/1,5 ore		Numero allenamenti (tot)	3 di 1,5 ore	3 di 1,5 ore	3 di 1,5 ore +	3 di 1,5 ore +	2 di 1,5+
2/3 +partita		ore settimanali+partita	4,5 + partita	4,5+partita	4,5 + partita	4,5 + partita	3 + partita
NO		Lavoro fisico settimanale	45'	45'	45'	1 ora	1 ora+pesi

FONDAMENTALI

Responsabilità individuale

vicino x mettere in difficoltà
vicino x rubare il passaggio

DIFESA

Sulla palla

a un passaggio

a due o piu' passaggi

lato debole

rotazioni

blocchi

tagliatori

ATTACCO

palleggio

cambi di mano

passaggio

tiro

tiri in movimento

arresti

partenze

uno contro uno

respons.indiv.
pressione

antic.chiuso
verso palla

verso la palla

rotazioni

blocchi

contrasto

vedere il pallone

protetto/in velocità

tra le gambe

due mani laterale

elevazione

arresto di forza

uno e due tempi

incrociata

+ uso delle finte

respons.indiv.
pressione

antic.chiuso
verso palla

no taglio davanti

rotazioni

blocchi

contrasto

attac. lo spazio

estrazioni

dietro la schiena

una mano laterale

elevazione

passo e tiro

uno e due tempi

omologa

+uso delle finte

respons.squad
pressione

antic.chiuso
verso palla

fermo 1'1c1 da ff fermo 1'1c1 da ff

(a due)

cambio

contrasto

creare lo spazio

con finte

dal palleggio

elevazione

secondo tempo

in corsa

in corsa

condizionare

pressione

antic.chiuso

aiuto il dif.vicino

aiuto il dif.vicino

a due

cambio/forzare

tecnica

dietro schiena

sospensione

sospensione

condizionare

condizionamen.

+antic.aperto

aiuto il dif.vicino

aiuto il dif.vicino

atre

show

tecnica

due contro uno
individuale tc
dai e val/penetra

CONTROPIEDE
DIFESA SQUADRA
ATTACCO SQUADRA

tre contro due
individuale tc
penetr./scarica

quattro contro tre
individuale tc
penetr./scarica

5 contro 4
+ individuale
sistema

transizione
piu' zone
schemi

