

# IL BUON ALLENATORE COACH IVANO LICCIARDI

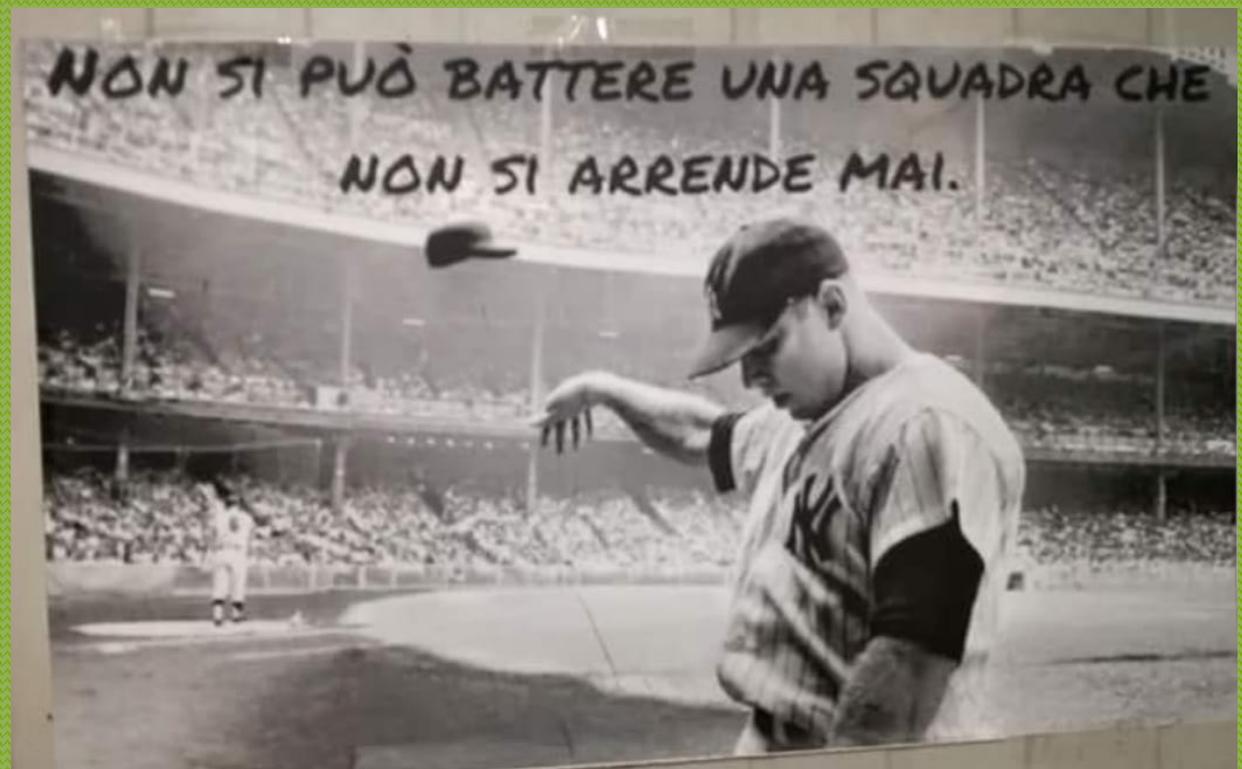
L'allenatore non è solo colui che insegna. Per poter rimanere sempre aggiornato e migliorarsi, deve avere la voglia di apprendere : essere consapevoli del fatto che c'è qualcosa da imparare da ogni persona e da ogni situazione è il punto di partenza per chiunque voglia toccare l'eccellenza

Allenare non è un compito semplice, occorre che il tecnico sia in grado di miscelare qualità tecniche, tattiche, educative e comunicative.

Requisiti e qualità fondamentali dell'allenatore sono considerati la passione, la capacità di relazionarsi, una personalità equilibrata, una sufficiente autostima, l'ascolto.

Compito del tecnico è dare un obiettivo all'atleta che sia impegnativo e nel contempo raggiungibile, tuttavia rapportarsi a giocatori professionisti o a ragazzi che coltivano lo sport in quanto hobby è diverso

Gli allenatori preferiti sono quelli che trasmettono sensazioni positive, rinforzano la prestazione, incoraggiano e danno indicazioni tecniche dopo un errore, sono organizzati, preparati e competenti, utilizzano uno stile autorevole.



Gli allenatori preferiti sono quelli che trasmettono sensazioni positive, rinforzano la prestazione, incoraggiano e danno indicazioni tecniche dopo un errore, sono organizzati, preparati e competenti, utilizzano uno stile autorevole (né autoritario né lassista).

È quindi importante che l'allenatore sappia sottolineare i comportamenti positivi di un atleta attraverso dei rinforzi positivi come «Bravo», «Bene» e valorizzare ogni suo progresso per aumentarne l'autostima.

In quale modo dovrebbe comportarsi un bravo allenatore? Sicuramente dovrebbe manifestare interessamento e vicinanza, apprezzamento, fiducia e incoraggiamento, dovrebbe fornire il giusto aiuto per risolvere le difficoltà e concorrere alla formazione di un buon senso di autoefficacia e di autostima nell'atleta. Un bravo allenatore dovrebbe arrivare all'allenamento carico di entusiasmo e trasmettere sicurezza, affetto, accoglienza, serenità; dovrebbe essere munito di enorme pazienza e non rimproverare ma, al contrario, incoraggiare e motivare, rinforzando i comportamenti positivi.

L'allenatore ha una grande importanza nello sviluppare le motivazioni giuste. Sa graduare le prove con le quali l'atleta dovrà cimentarsi e riesce a trovare le ragioni migliori per metterlo ogni volta alla prova, negoziando il raggiungimento di mete sufficientemente (ma non esageratamente) difficili, monitorando i suoi progressi e insegnandogli a trarre lezioni dagli insuccessi. È colui che guida gli individui e il gruppo che compongono fino al raggiungimento degli obiettivi. Deve dimostrare non solo di essere dotato di una serie di competenze tecniche e tattiche, ma anche di saper gestire lo stress causato da situazioni a volte difficili da gestire.

Per essere un buon allenatore è importante sviluppare abilità relazionali da utilizzare sia con ciascun giocatore sia all'interno della squadra, per mantenerla unita: senza una forte coesione e una totale collaborazione tra i membri della squadra, non si potrà mai ottenere alcun risultato importante.

Per essere un buon allenatore è importante sviluppare abilità relazionali da utilizzare sia con ciascun giocatore sia all'interno della squadra, per mantenerla unita.



L'allenatore è il punto di riferimento, è lui che prende le decisioni, che si assume le responsabilità di eventuali errori, risponde dei risultati conseguiti: quando una stagione sta andando male, il primo a pagare è l'allenatore che viene esonerato.

È fondamentale che l'allenatore analizzi con la massima obiettività le prestazioni fornite dai singoli e dal gruppo, senza dimostrare di avere preferenze o, al contrario, antipatie personali per qualcuno.

Deve possedere la capacità di mantenere sempre la calma, il contatto con la realtà, la lucidità per esaminare problemi e cercare possibili soluzioni, in modo tale da riuscire a trasmettere tranquillità alla sua squadra, che in questo modo sarà capace di non esaltarsi oltremisura nelle vittorie e di non perdere la fiducia nei momenti di affanno.

L'allenatore nel guidare la sua squadra ha a che fare con caratteri diversi e si trova a contatto con situazioni differenti da gestire. Non sempre può adottare il medesimo comportamento e neppure rapportarsi con tutti utilizzando lo stesso tipo di comunicazione. È possibile guidare un gruppo in due modi: con uno stile autoritario o con uno stile cooperativo.

Una caratteristica importante della personalità, dalla quale non si può prescindere quando si guida un gruppo, è l'empatia, cioè quella capacità di assumere come proprio il punto di vista di altri individui.



Lo stile autoritario è caratterizzato da un atteggiamento di chiusura dell'allenatore in rapporto alle decisioni da prendere: egli conduce il gruppo senza tener conto delle opinioni né degli atleti né dei suoi collaboratori e si sente l'unico responsabile nella direzione della squadra.

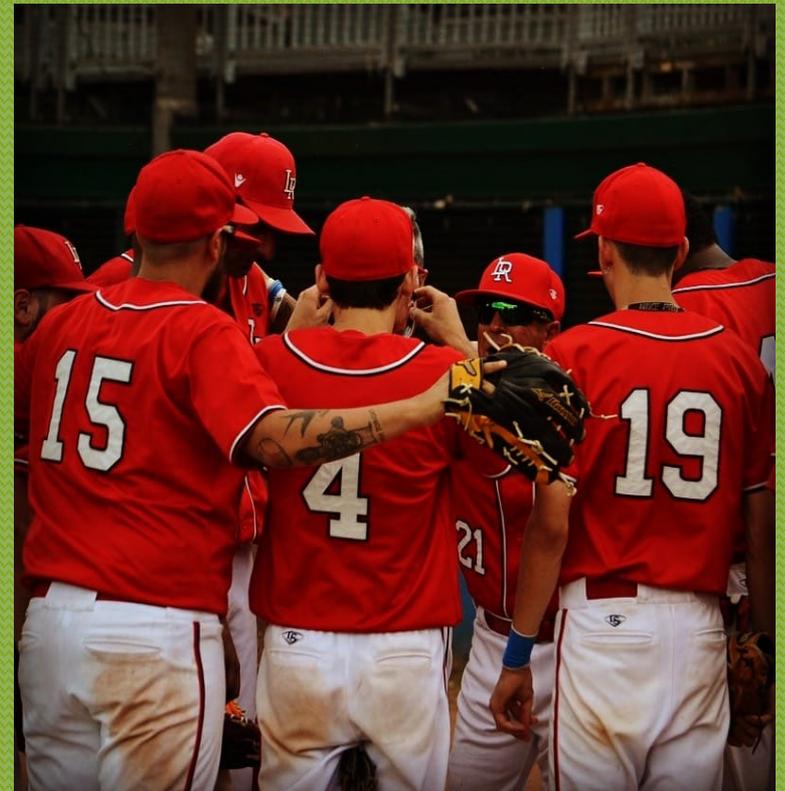
Lo stile cooperativo tiene conto delle idee degli atleti e dei collaboratori, anche se la decisione resta sempre dell'allenatore.

L'allenatore autoritario punta solo alla vittoria, che viene prima di qualunque altra cosa e che è l'unico obiettivo di cui tenere conto, per lui non hanno alcuna importanza né lo stato mentale degli atleti né le loro motivazioni. L'allenatore collaborativo, diversamente, cerca di capire i suoi atleti, di conoscere i loro processi psicologici e le loro motivazioni, per questo motivo predilige giocatori motivati intrinsecamente, perché ha più fiducia nella loro volontà di migliorarsi al fine di raggiungere l'obiettivo. Un allenatore deve sapersi mettere in discussione, nel momento in cui si rende conto di aver commesso degli errori, in modo tale da riuscire a modificare in corsa alcuni atteggiamenti sia personali sia tecnico-tattici.

Una caratteristica importante della personalità, dalla quale non si può prescindere quando si guida un gruppo, è l'empatia, cioè quella capacità di assumere come proprio il punto di vista di altri individui, per capire come ognuno percepisce e vive eventi ed emozioni: è questa la risorsa alla quale l'allenatore può attingere per comprendere gli interessi e i bisogni dei suoi atleti

Secondo me questa è la risorsa alla quale noi allenatori possiamo attingere per comprendere gli interessi e i bisogni dei nostri atleti







Se puoi  
Sogmarlo ,  
puoi  
Farlo !!!!

Grazie a tutti per l'attenzione!

