



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO

# GRASSROOTS E - Entry Level CORSO ISTRUTTORI ATTIVITA' di BASE

## *Le relazioni psicologiche nella scuola calcio*

**Dott. Ennio Martin**

Psicologo Collaboratore

F.I.G.C. S.G.S FRIULI VENEZIA GIULIA

**Casarsa della Delizia**

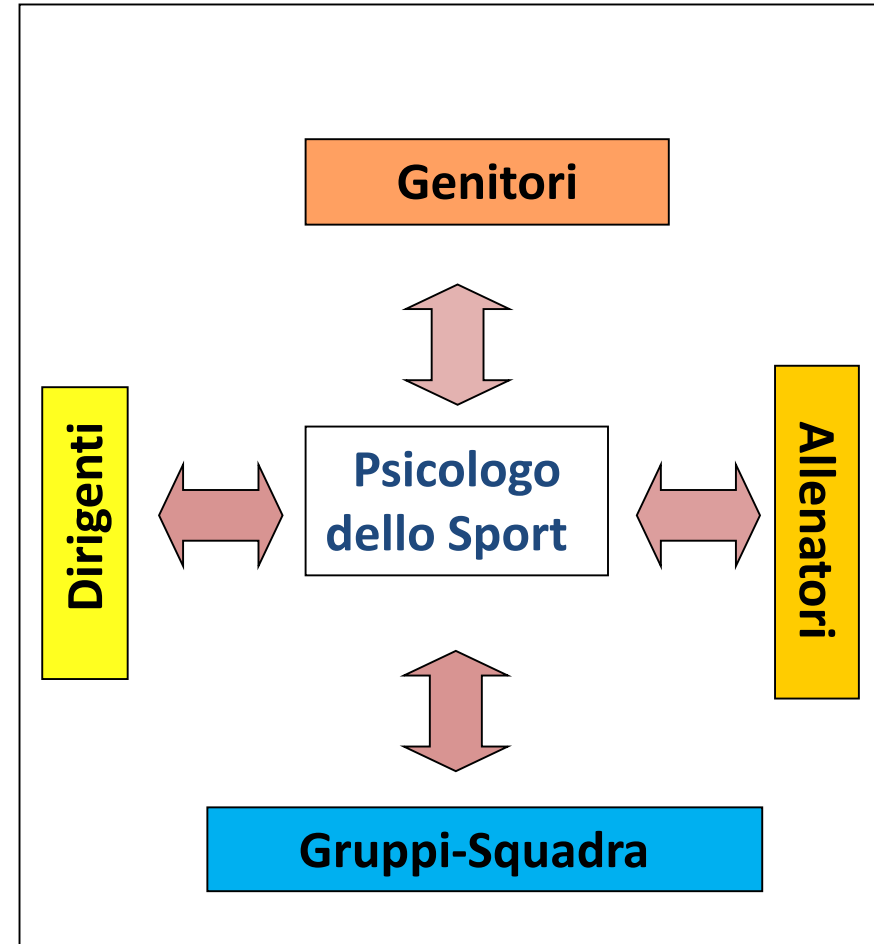
**17 Ottobre 2019**

## Argomenti

- 1) La relazione allenatore - allievo
- 2) Come creare una positiva relazione tra istruttori, genitori, dirigenti, allievi.
- 3) Gli errori da evitare
- 4) Interventi.....

# Ruolo e competenze dello Psicologo dello Sport nei contesti giovanili

- **Favorisce** la realizzazione di **programmi** orientati a sostenere ed **incrementare la motivazione** allo sport;
- **Aiuta** a comprendere e gestire efficacemente le **dinamiche di gruppo**;
- Fornisce informazioni e **ottimizza** le **competenze psicologiche degli adulti** al fine di lavorare in modo efficace;
- **Amplia** le **conoscenze** relative agli **aspetti psicologici** implicati nella pratica sportiva dei giovani;
- **Insegna tecniche** idonee alla corretta **gestione delle emozioni**;
- **Facilita i processi comunicativi** tra le diverse componenti del sistema



10... l'ist



# Lo sport è sempre educativo?

## Lo sport non è educativo di per sé:

diviene un potentissimo strumento educativo a patto che **TUTTI** coloro che, a vario titolo, si occupano di formazione giovanile ne condividano i seguenti **requisiti basilari**

- **diritto di divertirsi e di giocare**
- **diritto di fare sport**
- **diritto di beneficiare di un ambiente sano**
- **diritto di essere circondato ed allenato da persone competenti**
- **diritto di seguire allenamenti adeguati alle proprie capacità**
- **diritto di misurarsi con giovani che abbiano le sue stesse possibilità di successo**
- **diritto di partecipare a competizioni adeguate all'età**
- **diritto di praticare sport in assoluta sicurezza**
- **diritto di avere i giusti ritmi di riposo**
- **diritto di non essere un campione**
- **diritto di giocare come ragazzi e non come adulti**

## I BAMBINI NON SONO ADULTI IN MINIATURA

- Quando si tratta di insegnare una qualunque tecnica sportiva ai bambini è indispensabile conoscere come sono fatti, cosa pensano, come ragionano, cosa sono in grado di fare, ecc.
- Occorre tenere presente che spesso l'età cronologica non coincide con quella biologica e che esistono molte differenze individuali \*

\*Fonte: Sara Landi (2016)

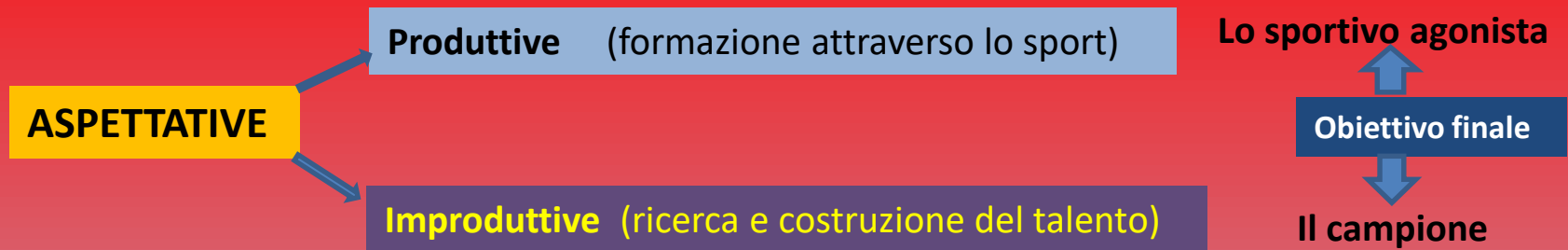
# ASPETTATIVE

Verso l'istruttore convergono molteplici aspettative



**UN RUOLO COMPLESSO CHE RICHIEDE MOLTEPLICI COMPETENZE**  
(TECNICHE, TATTICHE, ATLETICHE, ORGANIZZATIVE, GESTIONALI, RELAZIONALI, PSICOLOGICHE)

## ....e a proposito delle aspettative del mister....



L'investimento e le aspettative improduttive che gli allenatori riversano sui giovani atleti portano ad innescare dei meccanismi che possono alterare il modo in cui lo sport è vissuto dai ragazzi.

Le aspettative disfunzionali si originano:

- proiettando su di loro le proprie ambizioni
- chiedendo inconsciamente di realizzare
- accentuando le difficoltà che possono presentarsi
- attribuendo un eccessivo peso agli errori

- \* Perché faccio l'Istruttore? .....
- \* Facendo l'Istruttore che scopi mi prefiggo? .....
- \* Sono un buon Istruttore? .....
- \* Cosa posso fare per diventare un Istruttore migliore? .....



# Fattori costitutivi il **Se'** professionale dell'allenatore

Massimo Cabrini

- L'esperienza da calciatore.
- La personalità e le motivazioni del soggetto.
- L'esperienza come allenatore.
- La cultura sportiva (conoscenze scientifiche)

# PROFESSIONALITA'



# **QUAL È IL RUOLO DI UN ISTRUTTORE ?**

Allenare significa assumersi  
contemporaneamente  
le funzioni di

**EDUCATORE/FORMATORE**

**TECNICO/ORGANIZZATORE**

**LEADER (GUIDA)**

*avendo la capacità di passare da  
una funzione  
all'altra in base alla specifica  
situazione in cui si trova*



# Ruolo di guida dell' istruttore-allenatore

si esplica

- Supporto sociale e motivazionale;
- Trasmissione e sviluppo delle competenze sportive;
- Programmare le attività in funzione degli obiettivi prefissati;
- Mantenimento di ordine e disciplina educativa;
- Costruzione del clima di gruppo e di apprendimento;

# CLIMA DI GRUPPO

1. Il clima deriva dall'insieme degli atteggiamenti, delle opinioni, delle percezioni dei singoli membri che determinano il tipo di **atmosfera emotivo-affettiva** presente nel gruppo.
2. Una buona percezione del clima si verifica quando c'è un giusto sostegno e calore nel gruppo, la comunicazione è aperta e fornisce feedback accettabili sui comportamenti delle persone e sui risultati conseguiti dal gruppo.
3. Una leadership partecipativa e gli obiettivi calibrati sulle capacità del gruppo sono tra i fattori che maggiormente influenzano il clima.



# CLIMA



**E' IL VISSUTO "EMOTIVO" DEL GRUPPO,  
L'ATMOSFERA E SI PUÒ OSSERVARE ATTRAVERSO I  
SUOI PRINCIPALI INDICATORI**



**SOSTEGNO**

**CALORE**

**RICONOSCIMENTO E STIMA**

**APERTURA E FEEDBACK**

**SODDISFAZIONE**

## TIPOLOGIE DI CLIMI

### CLIMA DI GRUPPO ORIENTATO ALLA **PRESTAZIONE**

- L'accento è posto sul risultato
- L'allenatore rimprovera per gli errori e la prestazione scadente
- Maggiore attenzione riservata ai giocatori migliori
- Stimolata la competizione all'interno del gruppo

### CLIMA DI GRUPPO ORIENTATO ALLA **COMPETENZA**

- L'allenatore riconosce l'impegno
- Sottolinea i progressi
- Valorizza il contributo di ciascun atleta
- Incoraggia la collaborazione tra compagni

## Clima di lavoro e apprendimenti

L'importanza cruciale delle emozioni nell'apprendimento è messa in evidenza dal **collegamento che c'è tra le stesse emozioni e la memoria**, pertanto i vissuti ad alto impatto emotivo verranno catalogati nella nostra mente come importanti e quindi ricordati più facilmente.

**Le emozioni partecipano in maniera attiva al processo di apprendimento, sono strettamente correlate al successo, all'interiorizzazione degli argomenti e al trasferimento degli stessi.** Non a caso ci colpisce maggiormente e **apprendiamo di più ciò che ci tocca dal punto di vista emotivo**

**Il giovane atleta agisce in base alla percezione che ha di sé e, nel caso questa sia positiva, affronta le situazioni consapevole delle proprie abilità, mentre, in caso contrario, sarà proprio l'immagine negativa di sé a costituire un primo forte ostacolo per il giovane.**

**Valorizzando la dimensione emozionale, il bambino si sentirà libero di esprimersi nella costruzione del suo processo di apprendimento anche sbagliando.**

**L'errore infatti, deve essere considerato come uno strumento di crescita e miglioramento e non un limite o segno di incapacità.**

**Se il giovanissimo atleta vive in maniera positiva la scuola calcio non ci saranno aspetti emozionali che lo ostacoleranno nei processi di apprendimento sportivo.**



## LE QUALITÀ DEL BUON ISTRUTTORE

Lascia il segno l' Istruttore che dona ai suoi giovinetti :

- ❑ Sorriso e voglia di fare;
- ❑ Scelta di obiettivi adeguati.
- ❑ Sapiente equilibrio fra impegno e pause di recupero;
- ❑ Buona concentrazione;
- ❑ Corretto rapporto con l'errore;
- ❑ Capacità di approfondire;

Questo è determinante per permettere all'atleta, di qualunque età, di evolvere sulla base di ciò che apprende e di imparare a comportarsi produttivamente in ogni contesto.

Fonte: Barbara Rossi (2018)–Nuovo calcio n 306





## Il “potere di influenza” dell’ Istruttore

L’allenatore esercita potenzialmente vari tipi di potere di influenza sul giocatore:

- **il potere di orientamento** (l’Allenatore guida il Giocatore che ne segue le indicazioni);
- **il potere d’esempio** (A. fa da esempio con i suoi comportamenti e G. si identifica con lui.);
- **il potere di competenza** (A. è portatore di competenze preziose per G.);
- **il potere di giudizio** (A. valuta le qualità, le prestazioni, i comportamenti di G.);
- **il potere di ricompensa** (A. con le sue scelte può gratificare G.)
- **il potere di deprivazione** (A. con le sue decisioni può frustrare G.).

# FUNZIONI DELLA COMUNICAZIONE

- **Funzione EMOTIVO-ESPRESSIVA**  
(sentimenti, pensieri, opinioni,... )
- **Funzione INFORMATIVA**  
(trasmissione "oggettiva" di dati, di informazioni)
- **Funzione DI CONTATTO**  
(per entrare in contatto mantenerlo o interromperlo: saluti, esclamazioni,...)
- **Funzione PERSUASIVA**  
(per convincere l'altro)
- **Funzione FORMATIVA**  
(istruire, apprendere)

## I FEEDBACK

Sono le risposte/commenti dell'allenatore alla prestazione dell'atleta

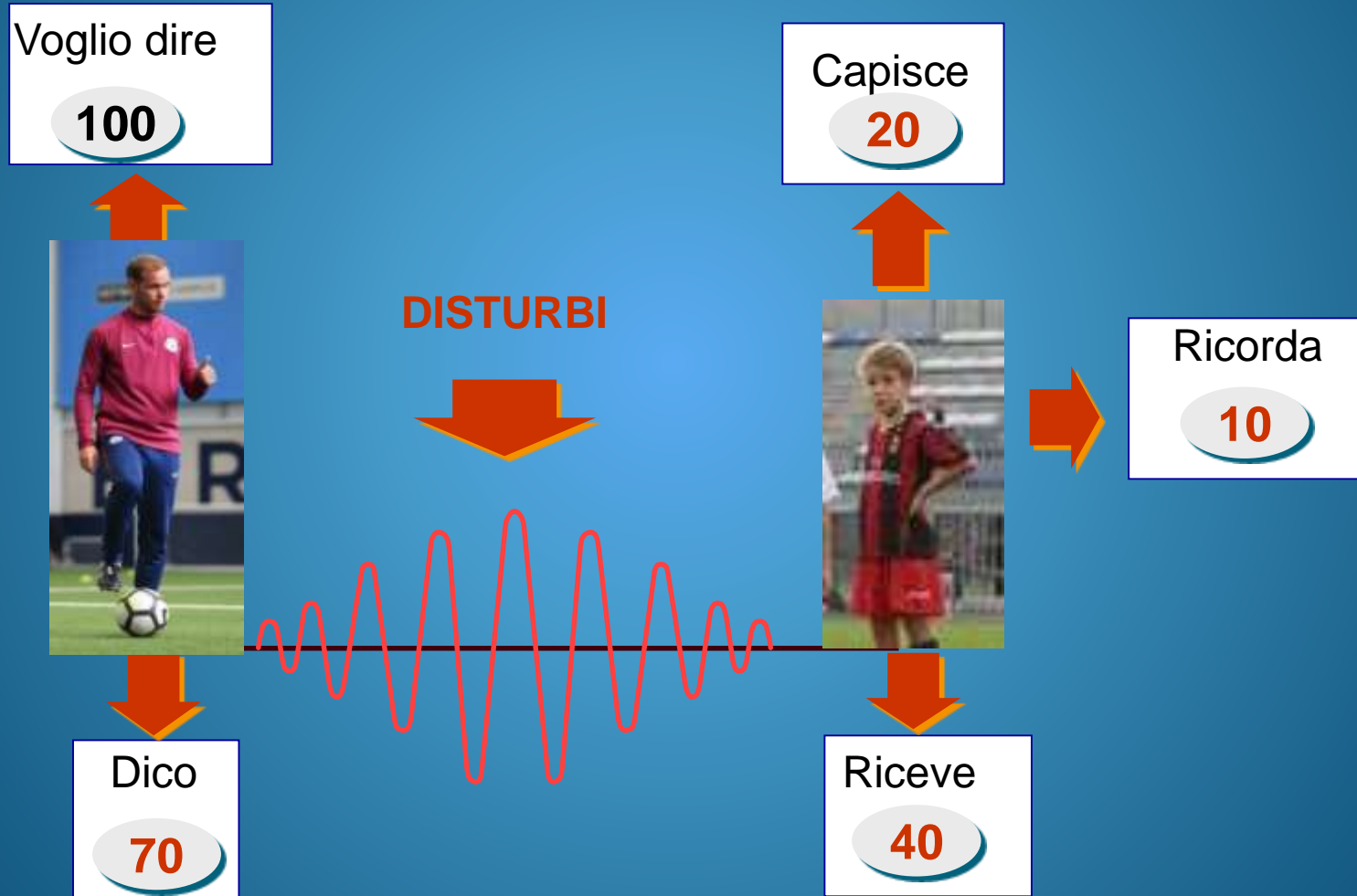
Possono essere di due grandi categorie:

**feedback positivi** = elogi, complimenti, rinforzi

**feedback negativi** = critiche, critiche costruttive

**Il feedback positivo aiuta a crescere!**

# La comunicazione didattica avviene tra un docente e un discente



LORO ..... i bambini



## SPORT E PIACERE



- Nel campo dello sport giovanile la condizione imprescindibile è che sport e piacere devono sempre viaggiare su binari paralleli.
- Lo sport infatti può essere un' importante strumento educativo fin tanto che riesce a procurare alla persona, piccola o grande che sia, uno stato di piacere, di benessere, di miglioramento e di crescita.



## GLI STADI DI SVILUPPO DELLA PERSONALITA'

- La prima infanzia da 0 a 1 anno
- La seconda infanzia da 2 a 6 anni
- La fanciullezza dai 6 ai 12 anni
- L'adolescenza dai 12 ai 18-20 anni
- Prima età adulta dai 20 ai 30 anni ca



# PROPORZIONI TRA GIOCO E SPECIALISMO

- 6 – 8 anni.

Attività motoria ludica, gioco in tutte le sue forme (100%)

- 9 – 11 anni

attività motoria ludica (80%) e formazione di base (20%)

- 12- 14 anni

formazione fisica generale (50-60 %) e apprendimento tecnico specialistico (40- 50%)

15 – 16 anni

formazione fisica generale (40-50 %) allenamento sportivo specifico (50-60 %)



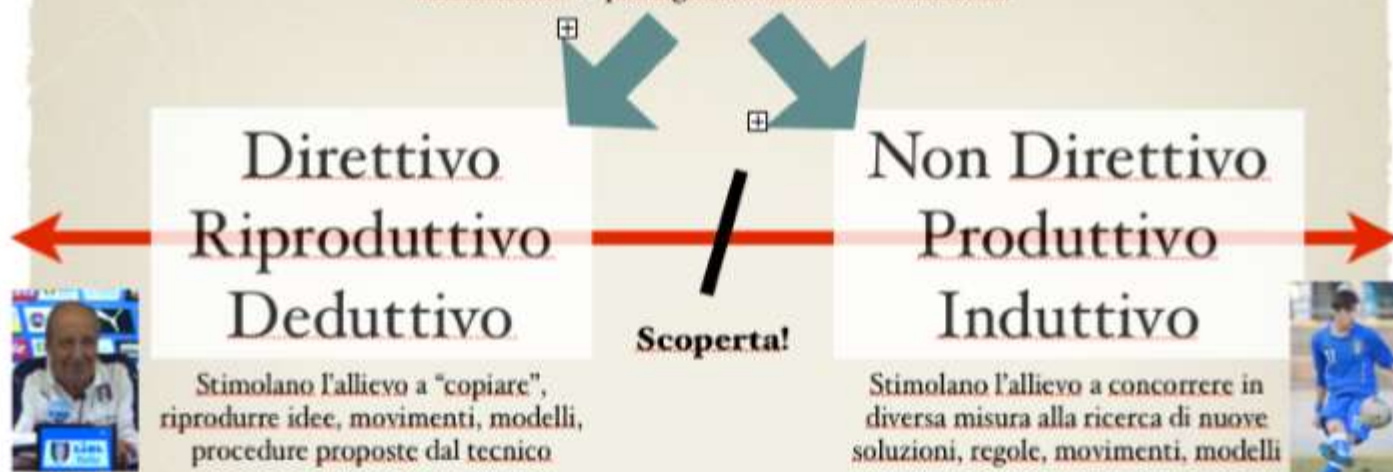
# L'ALLENAMENTO

## STILE DI CONDUZIONE



### Stili d'insegnamento

Interazione tra il tecnico e il giocatore, in cui i comportamenti di uno influenzano quelli dell'altro e consentono di perseguire determinati obiettivi



- Ordini
- Comandi
- Prescrizioni

- Domande
- Situazioni
- Problemi

Utilizzo dipende da obiettivo/compito/gruppo ecc.

# PRIMI CALCI 6-8 ANNI

Categoria	Saper fare
Piccoli Amici	Voler bene Fare divertire Lasciare giocare Aiutare nelle difficoltà Incoraggiare Credere nelle capacità dei propri ragazzi Dare suggerimenti

- Gioca soprattutto per se stesso, per il suo piacere
- Sviluppo motorio variabile da bambino a bambino
- Manca la cognizione di causa ed effetto
- Si misura con la paura del contatto con il suolo e con l'avversario
- Non conosce e rispetta le regole
- Motivazione oscillante
- Identificazione con il suo istruttore
- Percepisce le aspettative degli adulti

- Esprimere entusiasmo, accoglienza, affettività
- Praticare la filosofia dell'imparare giocando
- Obiettivi maturativi attraverso il gioco
- Proporre attività sempre coinvolgenti
- Non dare spiegazioni troppo lunghe
- Rinforzare l'impegno e i miglioramenti
- Poche e semplici regole da far seguire
- Stimolare l'ordine, la puntualità e la custodia del materiale



# PULCINI 8-10 ANNI

Pulcini	
	Insegnare
	Alutare nelle difficoltà
	Correggere gli errori
	Far migliorare
	Voler bene
	Incoraggiare
	Crederne nelle capacità dei propri ragazzi
	Dare suggerimenti
	Rimproverare in modo dolce

- Maggior controllo motorio e buona coordinazione
- Motivazioni: gioco, destrezza, agonismo, affiliazione
- Difficoltà a valutare contemporaneamente più soluzioni di gioco
- Migliora la capacità di concentrazione
- Riconosce maggiormente la dimensione del gioco di gruppo
- Crescente sensibilità al successo/insuccesso sportivo
- L'allenatore e il gruppo diventano centrali nella vita del bambino.



- Incentivare la collaborazione tra i giocatori
- Scoraggiare le critiche dei mini atleti tra loro
- Rinforzare generosamente i comportamenti positivi;
- Educare a evitare facili giustificazioni agli errori
- Stimolare al pensiero e alle decisioni mentre si gioca
- Incoraggiare l'assunzione di piccoli rischi di gioco
- Gestire precocità e ritardi di sviluppo senza fare confronti
- Valorizzare l'iniziativa, la creatività, la fantasia

## ESORDIENTI 10-12 ANNI

- Temporanea riduzione della capacità di equilibrio e movimento.
- Incremento della forza fisica
- Riconfigurazione dello schema corporeo
- Aumentano le capacità di collaborare
- Maggiore capacità di gestire la frustrazione
- Bisogno di essere tenuto in considerazione
- Ricerca conferme del suo valore



- Evitare la specializzazione precoce
- Quando è in difficoltà mandare feed-back rassicuranti
- Non deridere o solo stigmatizzare i comportamenti incongrui
- Porre attenzione alle comunicazioni non-verbali.
- Far sentire tutti importanti nel gruppo, chiedere semplici pareri
- Valorizzare l'impegno e le buone intenzioni di gioco
- Rafforzare l'atteggiamento empatico

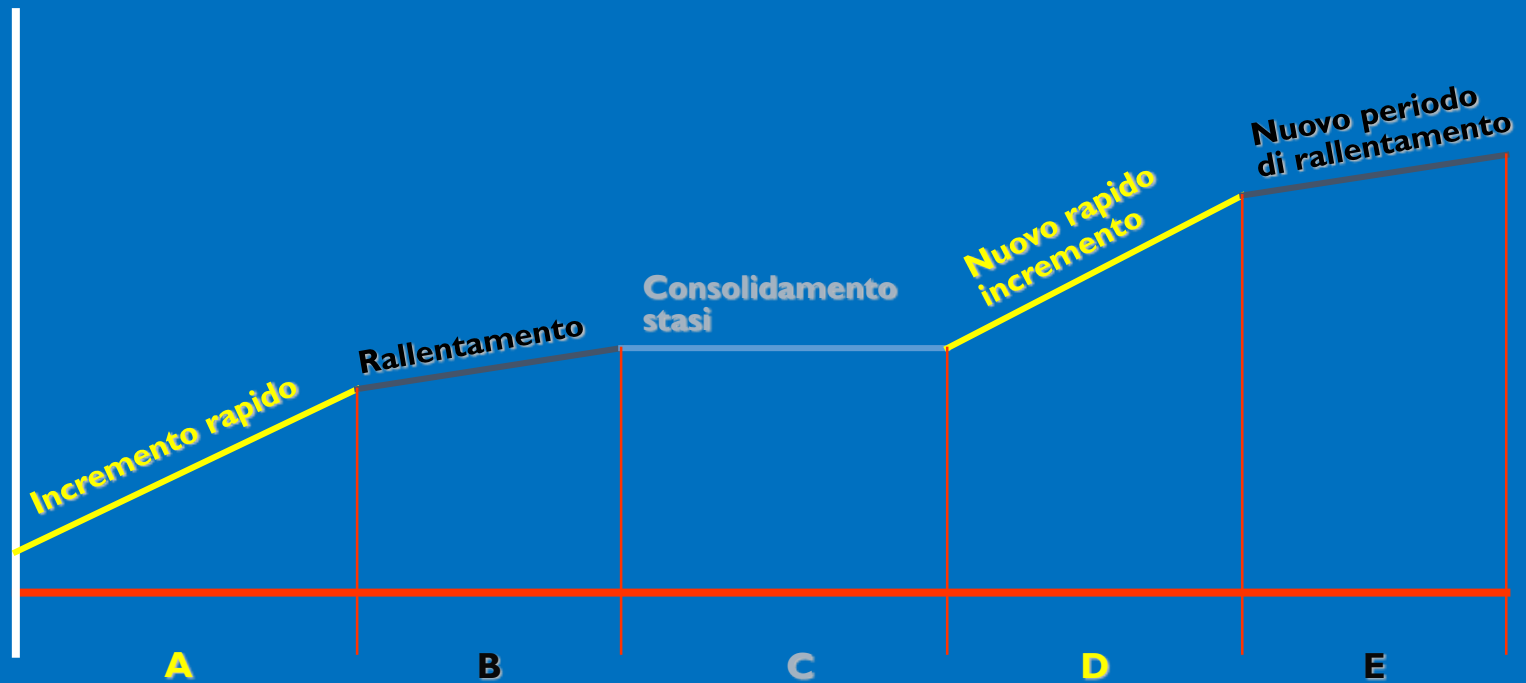
# GIOVANISSIMI 12-14 ANNI

- Modificazione morfologica
- Motivazioni, agonismo, successo, affiliazione
- Matura un'idea di sé come giocatore
- L'allenatore può essere visto con occhio critico
- Minore disponibilità adattativa, motivazioni oscillanti
- Possibili situazioni di disaccordo e conflitto con l'allenatore
- Rischio abbandono

- Adottare un atteggiamento comprensivo, disponibile, coerente
- Fermezza sui principi base del comportamento (orari, cura dell'ambiente, assenze, parolacce, dispetti, critiche).
- Rivolgere l'attenzione alla motivazione individuale
- Condividere i piccoli/medi obiettivi di miglioramento
- Illustrare l'allenamento e spiegare l'utilità degli esercizi
- Abituare i ragazzi a usare gli errori in senso auto-migliorativo
- Sottolineare e rinforzare l'impegno profuso dai ragazzi
- Istituire momenti di scambio di opinione sugli aspetti sportivi



# DINAMICA DEGLI APPRENDIMENTI



# LA COMUNICAZIONE DIDATTICA

Quando nella comunicazione è implicato un processo formativo si parla di comunicazione didattica. Si parla di comunicazione didattica quando:

- ❑ Essa è mirata e intenzionale
- ❑ E' diretta ad un fine educativo generale oppure a un fine di apprendimento specifico;
- ❑ Richiede un'attività mentale di elaborazione complessa da parte dei soggetti:  
**L'istruttore** per applicare tecniche e metodi adeguati di insegnamento  
**L'allievo** per l'attività cognitiva necessaria all'apprendimento dei contenuti
- ❑ si sostanzia con

## Indicazioni generali sulla somministrazione dei Feedback

- Orientati al positivo;  
**Evidenziare** i comportamenti che descrivono il tipo di giocatore che volgiamo
- Dati nel momento corretto;  
Scegliere **quando** intervenire
- Adattati all'obiettivo della proposta;  
Orientare gli interventi verso gli elementi prevalenti
- Con la frequenza adatta  
**Non c'è un numero** predefinito di feedback per stazione, quanti il tecnico ritiene che servano
- Alternanza di stili con indirizzo prevalente  
Saper **variare consapevolmente lo stile** di conduzione in funzione del contesto





## Categoria - GENERICO -

Sotto categoria	Descrizione	Esempi
<p><b>Rinforzo Positivo</b></p> <p><b>Sigla R+</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>CARATTERISTICHE</b></p> <p>Fanno parte di questa categoria tutte gli <u>incoraggiamenti</u>, i <b>rinforzi</b> e le gratificazioni generali che non identificano una soluzione specifica o evidenziano un comportamento particolare. Fanno parte di questa categoria anche tutte le indicazioni generali quali: "<i>Bel passaggio!</i>"; "<i>Bel Goll!</i>" che pur specificando l'azione corretta non forniscono informazioni, nonché gli <u>incoraggiamenti dopo un errore come "Dai, va bene lo stesso"</u></p> <p>La frase "<i>Bel passaggio, dato con i tempi giusti</i>" oppure, "<i>Ottimo passaggio, coraggioso e dato forte nello spazio</i>", specificano elementi tecnici e atteggiamenti che permetteranno al feedback di essere classificato all'interno dei descrittivi, positivi, (D+).</p> <p>E' importante ricordare che una serie di feedback di questo tipo, dati in una sequenza ravvicinata, vengono classificati come un unico feedback, ad esempio "<i>dai, dai, forza, sù!</i>" pronunciati in sequenza, si registrano con un unico feedback. Per registrare più feedback di questo tipo è necessario che passino alcuni secondi tra un intervento e l'altro o l'allenatore faccia riferimento ad un'azione diversa da quella su cui era intervenuto precedentemente.</p> <p>Vengono registrati in questa categoria anche gli atteggiamenti non verbali di tipo positivo, ad esempio <i>alzare il pollice, fare segno ok, applausi e altri comportamenti di esultanza.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>EFFETTI</b></p> <p>Incoraggiare e spronare in modo generale può essere utile in alcune situazioni per <u>rilanciare l'attività</u>. Tuttavia, sebbene i feedback generici tendano ad agire nel campo relazionale-affettivo, hanno <u>bassissimo valore informativo</u> per gli allievi in quanto non danno delle <u>chiarificazioni</u> sulle né caratteristiche dell'azione né sul motivo per cui questa è stata positiva ed efficace.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Dai!</i></li> <li>- <i>Forza!</i></li> <li>- <i>Sù!</i></li> <li>- <i>Bravo/Bravil!</i></li> <li>- <i>Bella palla!</i></li> <li>- <i>Bel goll!</i></li> <li>- <i>Ottimo passaggio!</i></li> <li>- <i>Bel controllo!</i></li> <li>- <i>Buona soluzione!</i></li> <li>- <i>Dai, va bene lo stesso</i></li> <li>- <i>Dai, andrà meglio la prossima volta</i></li> </ul>
<p><b>Rinforzo Negativo</b></p> <p><b>Sigla R-</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>CARATTERISTICHE</b></p> <p>In questa classificazione vengono registrate tutte le espressioni generali indirizzate ad <u>evidenziare situazioni negative</u>, comportamenti sbagliati o gesti tecnici scorretti. I feedback all'interno di questa categoria includono anche <u>esclamazioni ed imprecazioni</u>.</p> <p>Vengono registrati in questa categoria anche gli atteggiamenti non verbali di tipo negativo/punitivo, ad esempio: <i>mani nei capelli, gesti di sconforto, braccia al cielo ecc.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>EFFETTI</b></p> <p>Esattamente come quello positivo, anche il feedback generico negativo ha scarso valore informativo per gli allievi. Tuttavia, in questo caso, l'intervento del tecnico sottolinea errori e controprestazioni e può impattare negativamente sul clima emotivo e sulla possibilità, per gli allievi, di esprimersi liberamente e senza condizionamenti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Non così!</i></li> <li>- <i>No, no!</i></li> <li>- <i>Mammamia!, Oddio! ecc.</i></li> <li>- <i>Quasi!</i></li> <li>- <i>Ma cosa fai?</i></li> <li>- <i>Con questo atteggiamento si perde palla!</i></li> <li>- <i>Non ci siamo</i></li> </ul>

### Rinforzi generici.

Espressi in forma positiva e indirizzati a rilanciare l'attività e stimolare i giocatori, in alcune situazioni possono avere la funzione di mantenere alto il ritmo e la motivazione, ma forniti con frequenza eccessiva, possono perdere utilità, in quanto non trasmettono informazioni utili per il miglioramento del gioco

## Categoria SPECIFICO - DESCRITTIVO –

Sotto categoria	Descrizione	Esempi
<p><b>Descrittivo Positivo</b></p> <p>Sigla D+</p>	<p align="center"><b>CARATTERISTICHE</b></p> <p>Si ottiene quando il tecnico descrive il comportamento appena realizzato dall'allievo o dal gruppo sia in termini di giudizio di valore, (ad esempio: "Buona iniziativa, passaggio filtrante effettuato con i tempi giusti") che di descrizione su come è stato eseguito il gesto (ad esempio: "Sì! Passaggio eseguito forte, proprio come vogliamo") mettendo in risalto scelte positive che intende rinforzare.</p> <p>Evidenzia un comportamento desiderato <b>gratificando</b> l'allievo ed indicando in modo specifico ciò che è stato fatto correttamente <u>definendone chiaramente alcune caratteristiche positive dell'azione.</u></p> <p>Nei feedback di questo tipo può risultare importante specificare il nome del giocatore che ha eseguito il gesto coinvolto dal feedback in modo tale da gratificarlo davanti a tutti e stimolare così la riproduzione dell'azione desiderata, anche da parte degli altri giocatori, un esempio: "Bravo Maurizio, la palla è uscita e tu sei andato a recuperarla rapidamente per riprendere il gioco! Ottimo atteggiamento!".</p> <p>Questo tipo di feedback viene somministrato <b>durante o in seguito</b> all'esecuzione di un'azione o di un gesto.</p> <p align="center"><b>EFFETTI</b></p> <p>Evidenziare il positivo porta ad orientare il clima dell'allenamento verso una serenità ed una motivazione al fare che è alla base dell'attività tecnica dei Centri Federali Territoriali.</p> <p>Denota competenze tecniche da parte dell'allenatore perché, oltre a definire un'azione come corretta ne descrive alcuni parametri: temporali, etici, tecnici, spaziali ecc. che sono importanti da sottolineare per trasmettere i principi di gioco alla base del progetto CFT.</p> <p>Inoltre, somministrare il feedback in seguito all'azione permette al giocatore di prendere delle decisioni autonome, senza condizionamenti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Ottimo controllo orientato per guadagnare spazio, molto efficace!</i></li> <li>- <i>Marco è venuto bene incontro guardando il campo!</i></li> <li>- <i>Bravo, questa è un'osservazione e molto positiva!</i></li> <li>- <i>Ottimo stacco di testa, coraggioso ed effettuato nel tempo giusto</i></li> <li>- <i>Alberto, atteggiamento ottimo, stai dimostrando di volere la palla!</i></li> </ul>
<p><b>Descrittivo Negativo</b></p> <p>Sigla D-</p>	<p align="center"><b>CARATTERISTICHE</b></p> <p>E' un feedback che sottolinea un errore o un atteggiamento scorretto specificando il comportamento non adeguato nelle sue caratteristiche, sia in termini di giudizio di valore che di descrizione su come è stato eseguito il gesto.</p> <p>Solitamente viene somministrato durante o in seguito all'azione indicando le caratteristiche negative o il comportamento errato.</p> <p align="center"><b>EFFETTI</b></p> <p>Questa tipologia di feedback non rappresenta il tipo di intervento ideale da utilizzare nella conduzione delle attività tecniche previste nei CFT, in quanto pone l'accento sui comportamenti non desiderati e sugli errori, enfaticizzandoli e rimarcandoli di fronte al gruppo.</p> <p>Per questa tipologia di feedback, sarà importante annotare con particolare attenzione la componente non verbale del comportamento che lo accompagna e il contenuto informativo veicolato.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Diego, sei messo male in campo!</i></li> <li>- <i>Non partiamo troppo presto</i></li> <li>- <i>calciamo senza convinzione</i></li> <li>- <i>con un atteggiamento molle si perde palla</i></li> </ul>

In questo modo essi prendono coscienza di ciò che ha prodotto l'apprendimento e sono in grado di rappresentarsi il processo mentale con cui essi stessi producono la conoscenza. Questo determina l'apprendimento, ed è un processo ben diverso dalla memorizzazione e ripetizione: alla mente intesa come contenitore di nozioni si sostituisce la mente concepita e vissuta come «macchina» che produce conoscenza e quindi produce la capacità di costruire, su questa.

### Feedback descrittivi

Feedback descrittivi forniti al termine dell'azione, possibilmente orientati ad evidenziare un comportamento positivo, possono essere validi in quanto rinforzano i comportamenti eseguiti, sottolineandoli e trasmettendo agli allievi competenze tecniche specifiche

## Categoria SPECIFICO – INTERROGATIVO –

Sotto categoria	Descrizione	Esempi
<p><b>Interrogativo</b></p> <p><b>Sigla</b> <b>I</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>CARATTERISTICHE</b></p> <p>Il feedback interrogativo si ottiene quando l'allenatore fa domande, coinvolge il giocatore nelle scelte, stimola il suo ragionamento. Le domande possono essere generali o più specifiche, evidenziare anche più opzioni di scelta, riguardare sia comportamenti desiderati che errori/controprestazioni.</p> <p>Ad esempio: "Come arrivi sul pallone per cercare di vincere il contrasto?", è una domanda che stimola la ricerca di una soluzione per arrivare ad una situazione favorevole, positiva: vincere il contrasto e conquistare il pallone; oppure "Palla persa: cosa avresti/avreste potuto fare di diverso?" è una domanda che, se posta secondo una modalità non giudicante, stimola la ricerca di una soluzione dopo un errore e pone le basi per condizionare i comportamenti futuri dell'allievo.</p> <p>Fanno parte di questa classificazione anche domande che contengono la risposta all'interno della frase stessa: "Hai spazio davanti a te, conviene portare palla o passarla subito?" in quanto stimolano una scelta personale, pur restringendo il numero di opzioni a disposizione del giocatore.</p> <p>NB: Al fine di semplificare la raccolta dei dati, la sottocategoria Interrogativo è stata presentata senza distinguere un'accezione positiva o negativa. Pertanto, le domande internegative (rare), vanno registrate in questa casella anche se non costituiscono un tipo di feedback adatto al CFT. Sarà cura dell'operatore evidenziare nelle note, una eventuale predominanza di questo tipo di interventi del tecnico rispetto alle domande rivolte in positivo.</p> <p style="text-align: center;"><b>EFFETTI</b></p> <p>Uno stile di conduzione prettamente non direttivo ed induttivo tende a creare un ambiente sereno in cui l'allievo è stimolato a sperimentare, provare e vivere in prima persona situazioni di gioco e proposte tecniche.</p> <p>Una volta presa confidenza con questo stile, risulterà importante porre delle domande che prevedono una risposta dettagliata e specifica e che risulti tarata al livello di competenza del giocatore. I feedback inseriti in questa categoria comprendono solitamente delle domande che possono essere rivolte sia ad un singolo giocatore che all'intero gruppo.</p> <p>Come sempre, sarà importante prestare attenzione alle componenti non verbali del comportamento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Come mi posiziono quando ricevo?</li> <li>- Se conduco palla, lo aspetti o lo aggredisci?</li> <li>- Cosa avresti potuto fare di diverso per riuscire a difendere la palla?</li> <li>- Cosa possiamo fare sul controllo per allontanarci dall'avversario?</li> <li>- Come arrivi sul pallone per cercare di vincere il contrasto?</li> <li>- Invece che darla in orizzontale, dove avresti potuto trasmetterla?</li> <li>- Mentre conducete palla, vi lascio qualche secondo per pensare: che scelte posso fare nella situazione X?</li> <li>- In questo caso era meglio passare o tirare?</li> <li>- Non si tira così, vero?</li> </ul>

### feedback interrogativi

Una forte presenza di feedback interrogativi orientati a far emergere comportamenti e atteggiamenti tecnici virtuosi favoriscono un clima sereno e gioioso, improntato sulla fiducia, sulla condivisione e sull'autonomia decisionale.

# La spirale mentale dell'errore

Errore tecnico,  
tattico  
individuale



# MODALITA' PER CORREGGERE GLI ERRORI

Tabella 1. Indicazioni didattiche per la correzione degli errori nell'insegnamento della tecnica

1. Fornire informazioni in modo frequente in una prima fase di apprendimento o quando il compito non è stato compreso
2. Ridurre gradualmente il feedback estrinseco al progredire dell'apprendimento
3. Correggere gli errori uno alla volta a partire da quelli più rilevanti
4. Permettere che il soggetto modifichi subito l'esecuzione dopo un intervento correttivo
5. Fornire istruzioni in positivo descrivendo l'azione richiesta, limitando istruzioni in negativo, centrate su ciò che non va fatto
6. Utilizzare parole stimolo e frasi brevi per richiamare l'azione corretta
7. Coinvolgere il soggetto con domande volte ad analizzare e discutere la prestazione personale
8. Coinvolgere il soggetto con domande volte ad analizzare la prestazione di un compagno
9. Utilizzare anche incoraggiamenti ("bravo", "ben fatto", "continua così") per innalzare la motivazione, aumentare l'interesse e rinforzare l'azione corretta

# USO EFFICACE DEL RINFORZO

cosa	quando	quanto	tipo
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Rinforzare la <u>prestazione</u> e non solo il risultato.</li><li>▪ Rinforzare gli atleti per <u>l'impegno</u> e non solo per il loro successo.</li><li>▪ Rinforzare i piccoli <u>miglioramenti</u> e non solo il raggiungimento di grandi obiettivi.</li><li>▪ Rinforzare non solo l'apprendimento delle abilità sportive e la prestazione ma anche l'apprendimento delle <u>abilità emotive e sociali</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ In presenza di compiti nuovi rinforzare sempre immediatamente <u>dopo un'esecuzione corretta</u> o soddisfacente.</li><li>▪ I ragazzi con scarsa autostima vanno rinforzati <u>di frequente</u> e subito dopo esecuzioni corrette.</li><li>▪ Solo in qualche caso rinforzare anche se non se lo meritano.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Rinforzare <u>frequentemente</u> quando un giovane atleta sta imparando una nuova abilità sportiva.</li><li>▪ I rinforzi devono essere forniti in <u>modo sincero</u> e devono contenere informazioni tecniche precise.</li><li>▪ Quando l'apprendimento di una abilità è stato consolidato deve essere rinforzata solo <u>più occasionalmente</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ I rinforzi possono essere materiali o simbolici</li><li>▪ I rinforzi <u>materiali</u> sono premi tangibili quali: <u>i trofei</u>, le medaglie, i soldi, il materiale sportivo e così via.</li><li>▪ I rinforzi <u>simbolici</u> sono ogni forma di riconoscimento fornito dall'allenatore quali : <u>gesti o parole di approvazione</u>, espressioni di <u>interesse</u>, sorrisi e così via.</li></ul>

# FRUSTRAZIONI NELLO SPORT

Bisogni/desideri	Situazione gratificante come scopo	Ostacolo che interferisce <sup>1</sup>
Eseguire bene un esercizio in allenamento o un'azione in gara	Essere elogiato dall'allenatore Dimostrare ai compagni di cosa si è capaci Vedere il genitore contento Essere soddisfatto di se stesso	Non aver capito la spiegazione dell'allenatore Non disporre della maturità motoria per eseguire le prestazioni richieste Non disporre delle attitudini personali Essere disattento per le interferenze esterne che distraggono
Farsi valere con i compagni	Assumere un ruolo di spicco Essere rispettato Avere potere decisionale nel contesto di gruppo	Non saper reagire agli scherzi o alle critiche e mettersi a piangere Non sentirsi coinvolto nei discorsi degli altri Non essere ascoltato dagli altri Verificare che con difficoltà si è coinvolti nel gioco
Avere un aspetto esteriore prestante e gradevole	Essere soddisfatti di sé Sentirsi accettato dagli altri Riuscire a livello prestazionale a dare buoni risultati	Essere più grassi degli altri Non essere molto portato per lo sport che si è scelto di praticare Confrontarsi con bambini che hanno sviluppato i tratti sessuali prima di lui/lei Avere qualche problema fisico più o meno evidente
Soddisfare i genitori	Vederli allegri e sereni grazie ad una sua prestazione Sentirsi amato Appagare le loro aspettative	Non avere i genitori presenti nella sua vita sportiva Sentirli borbottare o criticare il proprio operato Vederli distratti, percepirlti concentrati su altri pensieri
Soddisfare l'allenatore	Alimentare la propria autostima grazie ai suoi elogi Avere la sua attenzione Poter essere il capitano della squadra Essere convocato	Non mostrare particolari attitudini per lo sport Essere ripreso ripetutamente dall'allenatore e pensare così di non essere bravo

Mostrarsi bravo di fronte ai compagni	Sentirsi rispettato Sentirsi indispensabile al gruppo Far vedere di cosa si è capaci al bambino con cui si è entrati in competizione Acquisire la fiducia dei compagni Acquisire la stima in se stesso	Essere svalorizzato dal mister Vedere che l'allenatore si rivolge di più ad altri bambini che a lui
Vincere	Dimostrare di essere bravo e di saper fare bene tutto Pensare che da vincente si è accettato da tutti Soddisfare le aspettative dei genitori e dell'allenatore	Non avere elogi dagli altri Essere deriso Essere escluso dal gruppo
		Perdere Non giocare bene Essere distratto Sentirsi agitato, avere mal di pancia, mal di testa Stare in panchina, non essere convocato

(fonte: Isabella Gasperini, 2005)

Per frustrazione si intende la mancata gratificazione di un desiderio, oppure l'impedimento alla soddisfazione di un bisogno.

### 3. Come il bambino reagisce alla frustrazione

Modalità con cui il bambino reagisce alla frustrazione	Come si manifesta la reazione
Assumere una <u>reazione aggressiva rivolta all'esterno</u>	Appare <u>fastidioso</u> , rumoroso Picchia i compagni Fa dispetti anche pesanti
Assumere una reazione aggressiva rivolta verso <u>se stessi</u>	Si <u>svalorizza</u> <u>Non vuole più</u> andare a giocare a pallone Si fa male
Diventare <u>ansioso</u> o addirittura angosciato	Non vuole giocare perché ha paura di sbagliare Ricorre a reazioni <u>psicosomatiche</u> (gli fa male la testa, gli fa male la pancia) Mostra delle <u>paure per eventi</u> apparentemente non correlati allo sport (teme che piova e si possa ammalare quindi non vuole andare all'allenamento, ha paura che i genitori non tornino a prenderlo)
Diventare <u>apatico</u>	Si protegge dall'angoscia apparendo <u>anestetizzato</u> a qualsiasi evento gli accada attorno Appare forzatamente disattento ai compagni <u>Non si integra</u> e non partecipa alla vita della squadra
Utilizzare <u>meccanismi inconsci</u> , di cui quindi non è consapevole	Possono essere svariati, tra questi l'evasione ( <u>sognare di andare a giocare in nazionale</u> ) o la <u>sublimazione</u> (controllare l'aggressività rivolta verso un bambino più bravo, mostrandosi gentile con lui)

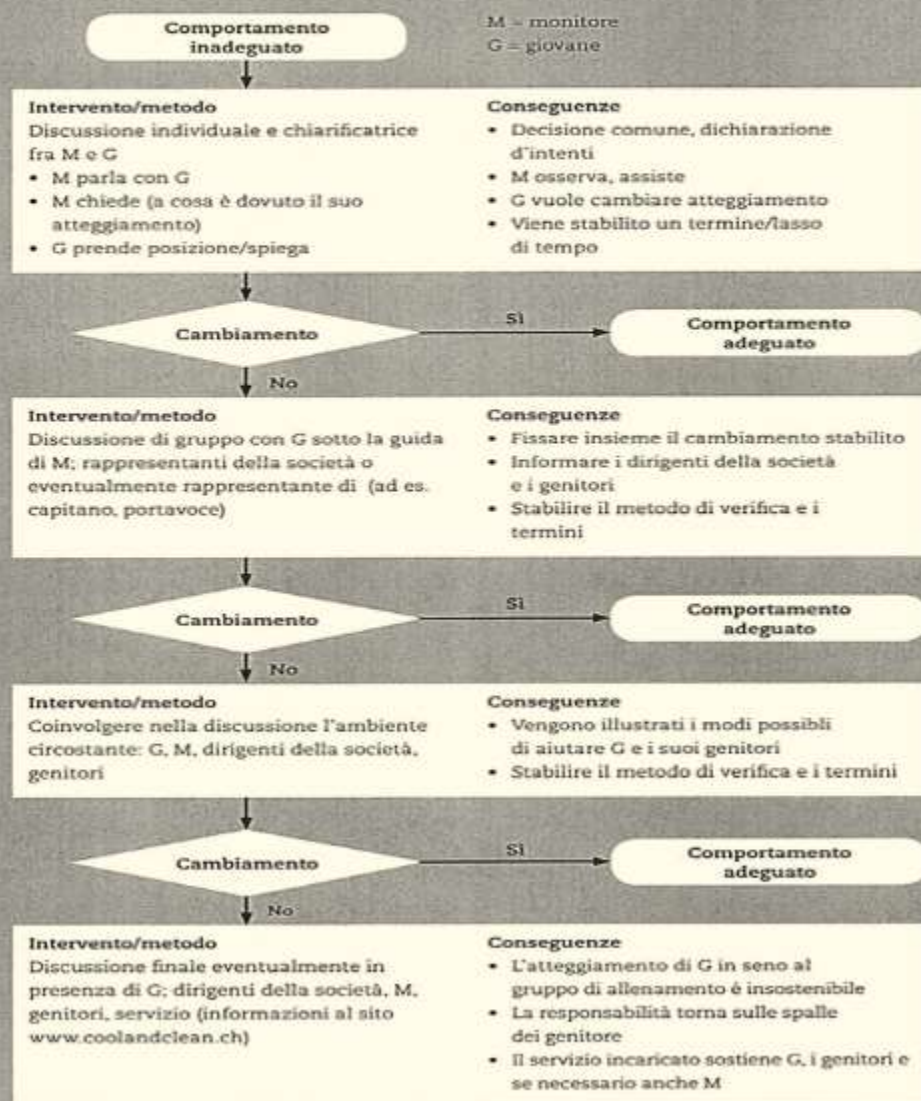


# Punizioni

1. L'obiettivo della punizione è la correzione di comportamenti errati
2. Spiegare cosa si punisce (un gesto, un comportamento, una parolaccia...) e perché
3. La punizione deve essere fornita in modo impersonale
4. Bisogna fornire la possibilità di non ripetere l'errore
5. Nel fornire le punizioni bisogna essere coerenti
6. Terminata la punizione non bisogna dare all'atleta l'impressione di essere un sorvegliato speciale
7. Evitare di punire un atleta per errori di gioco
8. Ugualmente negativo è servirsi di esercizi fisici come forma di punizione

# Modello d'intervento passo per passo

Se un giovane si comporta in modo tale da mettere in pericolo sé stesso o gli altri si può procedere seguendo il percorso schematico illustrato di seguito. Normalmente, questo tipo d'intervento avviene al di fuori degli orari di allenamento per evitare di disturbare lo svolgimento normale delle sedute. Inoltre, agli atteggiamenti negativi non dovrebbe essere prestata troppa attenzione.



## **I RAPPORTI con le FAMIGLIE**

Se si chiede ad un allenatore di Settore Giovanile quali difficoltà incontri più frequentemente nel proprio lavoro, è probabile che risponda ***"Rapportarmi con i genitori dei miei allievi!"***

### **GLI ERRORI DA EVITARE: SPUNTI PER GLI ISTRUTTORI**

**Il dialogo tra Scuola Calcio e Famiglie diviene problematico quando ...**

- **Le comunicazioni non sono chiare e vi sono regole a cui si "concedono" tante, troppe deroghe...**
- **I rapporti tra staff e famiglie sono informali e amichevoli, non c'è chiarezza tra i diversi ruoli**
- **I genitori vengono visti come "il nemico" e non ci sono spazi appositamente dedicati all'ascolto delle loro esigenze e delle loro eventuali critiche**
- **I genitori non vengono coinvolti attivamente, laddove sia possibile, nel progetto educativo della Società, né informati correttamente sulle finalità dell'offerta formativa proposta**

# Comunicazione pro-attiva tra adulti

## COSA IL GENITORE PUÒ COMUNICARE ALL'ALLENATORE

- Stabilire un contatto offrendo una collaborazione
- Difficoltà del figlio (problemi caratteriali, fisici, di adattamento).
- Problemi pratici (concomitanze di orari, studio, etc.)



## COSA L'ALLENATORE PUO' COMUNICARE AI GENITORI:

- Filosofia di lavoro
- Le sue aspettative sul ragazzo
- L'organizzazione delle attività

## IL CLUB PUO' FACILITARE LA COMUNICAZIONE

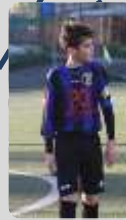
- Istituire una figura di interfaccia
- Fissare incontri di scambio G+A+D
- Elaborare un POF condiviso G+A+D
- Istituire il referente, utilizzare questionari

# Cooperazione pro-attiva tra adulti



## GENITORE

- ✓ ACCOMPAGNARE L'ESPERIENZA SPORTIVA
- ✓ ALLEANZA CON LA SOCIETA' SPORTIVA
- ✓ RINFORZARE L'IMPEGNO DEL RAGAZZO
- ✓ VALORIZZARE COMPORTAMENTI FAIR PLAY
- ✓ INCORAGGIAMENTO E APPREZZAMENTO



## ALLENATORE

- ♦ ORIENTAMENTO AL COMPITO
- ♦ CURA E VERIFICA CLIMA DI GRUPPO
- ♦ MONITORAGGIO QUALITA' RELAZIONI
- ♦ ATTENZIONE INDIVIDUALIZZATA
- ♦ OFFRIRE FEED-BACK COSTRUTTIVI
- ♦ INCORAGGIARE L'INTRAPRENDENZA
- ♦ NON STIGMATIZZARE L'ERRORE



## SOCIETA'

- DELINEARE LA FILOSOFIA SOCIETARIA
- COERENZA E CORRETTEZZA NEGLI ATTI
- MONITORARE IL CLIMA DI LAVORO
- FORMARE I PROPRI TECNICI
- INTERAZIONE CON I GENITORI





FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO

# GRASSROOTS E - Entry Level CORSO ISTRUTTURI ATTIVITA' di BASE

*Grazie per la vostra attenzione*

**Casarsa della Delizia  
17 Ottobre 2019**

**Dott. Ennio Martin**  
Psicologo Collaboratore  
F.I.G.C. SGS FRIULI VENEZIA GIULIA