

## **GENITORI E SPORT**

I genitori devono incoraggiare i figli che scelgono di dedicarsi ad uno Sport, ma prima di tutto devono capire che lo Sport è una forma di socializzazione e un divertimento. Devono evitare di cadere in gelosie e ambizioni che il più delle volte causano sgradevoli problemi e ostacolano una serena e promettente attività sportiva dei figli. Al contrario, un'attività sportiva ben supportata diviene uno dei mezzi più potenti per sostenere i figli a crescere in un ambiente sano in cui sono spronati ad impegnarsi, a migliorare, a mettersi alla prova, a stringere rapporti sociali, a capire i sacrifici e l'umiltà, ad assumersi delle responsabilità e a diventare membri di una società nella quale valgono diritti e doveri per tutti. I genitori devono capire che nello sport, anche la delusione di una "non vittoria" diventa il mezzo per crescere, perché la sconfitta stimola a migliorare attraverso esercizi, allenamenti e fatiche, e questo atteggiamento si riflette positivamente sullo svolgimento delle attività scolastiche e più tardi di quelle lavorative. La competizione fa parte della natura umana e i bambini competono per natura perché senza questo stimolo non evolvono in adulti, ma è il modo in cui gli adulti alle loro spalle interpretano la competizione che è lontano dalla loro mente: i bambini giocano una partita per volta e, vada come vada, la terminano per cominciarne un'altra, senza mai perdere la serenità e misura dei loro limiti.

## **SPORT E GIOCO**

La pratica dell'attività sportiva non consiste solo in Tecnica ed Allenamento. Anche il gioco è da considerare un'attività motoria fondamentale in grado di contribuire alla fortificazione e alla crescita del bambino. Se ben pilotato, il gioco diventa un elemento fondamentale nello sviluppo delle capacità motorie generali e propriocettive, della prontezza dei riflessi, della "Forza Veloce", dell'equilibrio e della personalità dell'individuo.

## **SPORT, TALENTO e CARRIERA SPORTIVA**

I genitori devono avere ben presente che con il talento non si va da nessuna parte se questo non è sostenuto da un lavoro tecnico costante e completo. Genitori e tecnici che basano il successo di un giovane atleta solo sul suo talento saranno presto delusi.

## **DECALOGO DEL GENITORE NELLO SPORT**

Qui di seguito sono elencati alcuni suggerimenti che aiuteranno i genitori a tenere un modello di comportamento positivo nei riguardi dei propri figli; modello che non deve essere preso come verità indiscussa, ma solo come una corretta e schietta traccia di riflessione.

**IN AMBITO AMATORIALE (PER CHI INIZIA)** I genitori devono stimolare e incoraggiare la pratica sportiva, lasciando che le scelte ed i ritmi dell'attività siano condivisi dai figli. I genitori devono cercare di non sottolineare più del dovuto una gara mal riuscita evitando nel modo più assoluto rimproveri perché producono solo ansia da prestazione. Tantomeno non devono porre ricatti morali del tipo "se tu... allora io..." fatti con la convinzione "Lo si fa per il loro bene". Queste indebite pressioni rischiano di condizionare negativamente il rendimento agonistico dei giovani e, fatto ancora più grave, di danneggiarne lo sviluppo psicologico ed emotivo. I genitori devono incitare i figli a migliorare facendo capire che l'impegno alle lezioni e agli allenamenti sarà una futura fonte di soddisfazioni, così come avviene per l'impegno a scuola. Devono dimostrarsi interessati alle competizioni dei figli mettendo in evidenza i miglioramenti. Devono far sentire la loro presenza nei momenti di difficoltà, sdrammatizzando gli aspetti negativi (o pseudo-tali) incoraggiando quelli positivi per tutelare la soddisfazione psicologica dei figli. In altri termini, devono far vedere il bicchiere "mezzo pieno" e non "mezzo vuoto". I genitori devono aiutare i figli a stabilire tappe e obiettivi realistici adeguate alle loro possibilità. I genitori devono avere un atteggiamento positivo ed equilibrato in rapporto ai risultati. Devono capire che "saper perdere" è difficile, ma è più importante che saper vincere, perché nello sport, così come nella vita, il più delle volte non si vince, ma che dopo una caduta è solo necessario rialzarsi. I genitori devono tener conto che l'attività sportiva è svolta da bambini e non da adulti e che i compagni e gli avversari dei propri figli sono anche loro bambini da rispettare e, come tali non si

devono offendere con paragoni o giudizi di qualsiasi genere. Si eviteranno in tal modo situazioni di tensione, o peggio, per tutti. I genitori devono offrire le opportunità per un'educazione globale. In altri termini devono trasmettere i concetti di rispetto delle regole, comprese quelle del gioco, di rispetto dei compagni, degli impegni, delle priorità, degli orari, degli indumenti e dell'igiene personale e devono collaborare al raggiungimento degli obiettivi stabiliti dagli istruttori. I genitori devono stimolare la crescita dell'individuo che dimora nei propri figli attraverso lo sviluppo della loro indipendenza, evitando di essere sempre onnipresenti a tutti i costi e in tutte le situazioni. I genitori devono evitare di decidere sempre e su tutto per i figli per paura che possano sbagliare. Devono evitare di assisterli in tutte le azioni che possono svolgere tranquillamente da soli; in particolare, sempre che sia concesso, non devono sostare negli spogliatoi prima delle gare perchè il danno da ansia che trasmettono ai figli è spesso superiore al beneficio tratto dalla loro presenza.

**IN AMBITO AGONISTICO** I genitori **NON** devono limitare l'attività sportiva dei figli per punizione, anche se per cause esterne allo sport, perché la punizione ricade anche sui compagni di Squadra (o di Coppia). Tantomeno devono farlo per ripicca contro eventuali decisioni non gradite prese dagli istruttori. Questi atteggiamenti sono decisamente mal sopportati da tutte le persone coinvolte, istruttori in testa, e sono fonte di problemi non indifferenti soprattutto in quegli sport dove non esiste la "panchina". I genitori **NON** devono interferire nelle scelte tecniche e nelle decisioni degli Istruttori. Prima di criticare l'operato dei tecnici (e/o dell' Associazione) dovrebbero chiedere chiarimenti ai diretti responsabili che saranno ben contenti di ascoltare e di spiegare. Devono evitare di dare giudizi negativi in pubblico sull'operato degli organi societari quando possono tranquillamente esprimere la loro opinione alle assemblee annuali. Atteggiamenti di contrasto, se pesanti e recidivi, sono sanzionabili con la radiazione dal sodalizio. In altri termini, se un genitore non ha fiducia nella società e/o nei suoi tecnici è inutile che ci rimanga ! I genitori devono rispettare le votazioni dei giudici (nel caso in cui la disciplina preveda questa figura) che sono insindacabili. Gli atteggiamenti di contestazione verso gli ufficiali di gara sono sanzionabili con pesanti ammende alle Società sportive, le quali possono rivalersi sui diretti responsabili in più modi, compresa l'espulsione. I genitori devono capire che le manifestazioni sportive non sono una entità "mordi e fuggi" in cui il bambino entra, esce, viene premiato e subito dopo " Tutti alla spiaggia ! " Gli incontri sportivi, soprattutto per alcuni sport di massa, non sono per loro natura comprimibili a un'ora di impegno, ma devono essere presi per quello che sono , cioè "una giornata dedicata ai figli". La cosa peggiore che un genitore possa fare è quella di entrare in un palazzetto, accorgersi che deve attendere un paio di ore (per ricompensare mesi di fatica dei figli) e mettersi a protestare davanti a loro o peggio ancora andarsene.

**IN TUTTI GLI AMBITI:** I genitori non devono intervenire nelle normali relazioni e/o nelle assunzioni di responsabilità dei figli con gli altri componenti del gruppo. Se il figlio ha un problema con i compagni, questo deve essere fatto presente ai responsabili della Società Sportiva, i quali saranno pronti ad intervenire nel modo più equilibrato possibile - sempre che la cosa sia necessaria - Gli interventi diretti dei genitori, a torto o a ragione, sono sempre deleteri e contribuiscono solo a deteriorare le situazioni in essere.

## **CONCLUSIONI**

I genitori devono imparare vivere lo sport in modo tranquillo e sereno, rendendo l'agonismo un oggetto interessante e piacevole, ricordando che si tratta sempre e comunque di un gioco, anche se diverso. (Fonte: [www.semplicementedanza.com](http://www.semplicementedanza.com))