

LA MOTIVAZIONE ELEMENTO TRAINANTE NELLA PALLAVOLO E NELLA VITA

La figura del moderno Allenatore ha assunto una importanza strategica per la crescita dell' atleta, soprattutto negli sport di squadra e quindi nello specifico della pallavolo. L'allenatore, ha assunto un ruolo più ampio che in passato, infatti, da semplice suggeritore o dispensatore di consigli tecnici e tattici è diventato anche educatore e soprattutto motivatore della squadra.

Gestire un gruppo di atleti è difficile e complesso poichè numerosi sono gli aspetti che bisogna considerare. L'allenatore infatti, deve cercare di creare una situazione di equilibrio nel gruppo/squadra che non sia alterato nè dai fattori esterni quali genitori, amici, fidanzate ecc., nè da fattori interni quali i compagni, i dirigenti, gli avversari; il suo perciò, sarà un intervento fermo e deciso, improntato sulla motivazione del singolo atleta in particolare e della squadra nel generale; per questi motivi è importante che si stabiliscano alcune regole che devono essere accettate e rispettate da tutti.

L'Allenatore quindi cerca di mettere tutti i giocatori sullo stesso piano, evitando favoritismi, per dare una direzione comune alla squadra, comportamenti diversi, infatti, darebbero come risultato la perdita della stima e del rispetto verso l'Allenatore stesso.

Importante dovrà essere anche l'attenzione posta nel gestire il gruppo, l'entusiasmo che si trasmette agli atleti e i ruoli che vengono assegnati ad ognuno, perché si sa bene che su 12 giocatori solo 7 andranno in campo regolarmente, due o tre entreranno ogni tanto durante le partite, gli altri giocheranno pochissimo o quasi mai.

Bisogna quindi dare la giusta attenzione a ciascuno, attraverso delle motivazioni che riguarderanno non solo l'aspetto tecnico pratico ma anche e soprattutto l'aspetto psicologico, facendo capire ad ognuno che il proprio ruolo è fondamentale nell'insieme per il raggiungimento dei risultati, che non saranno soltanto quelli della vittoria della partita o del campionato, ma anche quelli della partita più difficile e cioè **"la partita della vita"**.

E' necessario fare in modo che tutti gli atleti, anche quelli che giocano poco, si sentano importanti e apprezzati da tutti, poichè, anche loro lavorano per raggiungere l'obiettivo prefissato, e la maniera per ottenere tutto ciò è **creare entusiasmo.**

L'entusiasmo servirà a superare tutti gli ostacoli, i momenti difficili, le sconfitte che inevitabilmente si presenteranno o semplicemente permetterà di andare avanti senza distrazioni, alla ricerca del miglioramento e del raggiungimento dell'obiettivo prefissato.

Un altro aspetto molto importante per la crescita dell'atleta è senz'altro quello di porsi delle domande su cosa è stato fatto durante l'allenamento ma soprattutto perché è stato fatto, la ricerca delle risposte deve essere il più possibile individuale. Ma qualora i singoli non dovessero riuscire a trovarla sarà compito dell'allenatore cercare la soluzione per suggerire la strada migliore da percorrere;

Gli atleti infatti, devono avere chiaro che l'obiettivo principale è quello di migliorarsi e di collaborare con i propri compagni per creare il cosiddetto "Spirito di squadra" che consentirà di superare i momenti difficili, permettendo a ciascuno di dare il meglio a livello tecnicotattico ed umano. Per questo l'allenatore deve comunicare sia con il singolo sia con l'intera squadra facendo partecipare tutti a discussioni guidate che hanno lo scopo di far esplicitare i dubbi, le perplessità e le insicurezze.

E' chiaro, che questo discorso, va applicato nell'arco di una intera stagione, tenendo presente che nella didattica di insegnamento la motivazione influenza

l'apprendimento e l'apprendimento stesso influenza la motivazione, perciò è indispensabile cercare di impostare in modo **'affascinante'** e **'coinvolgente'** il lavoro che svolgeremo in palestra, affinché divenga un'esperienza significativa e possa essere di rinforzo effettivo per ulteriori impegni e per il prosieguo della carriera pallavolistica e non.

Altro aspetto importante dell'attività di un Allenatore, è quello di riuscire a pensare e parlare sempre in maniera positiva, sia della squadra in generale e sia del singolo atleta, per questo motivo nell'affrontare i problemi che si presentano, l'atteggiamento deve essere sempre propositivo, proattivo e costruttivo, cercando di osservare la situazione anche dal punto di vista degli atleti e cercando di gestire al meglio gli stati d'animo delle persone prima ancora che degli atleti. L'Allenatore dovrebbe, anche, ascoltare di più i propri atleti, perché ascoltandoli riuscirà a capire e a captare molte sensazioni e situazioni, e soprattutto a crescere professionalmente e umanamente.

Ogni atleta riconosce e coglie i pensieri del proprio allenatore.

Sarà compito dell'allenatore contribuire a promuovere e sviluppare l'autostima, la consapevolezza e la capacità di collaborazione, scegliendo naturalmente le modalità e le strategie più appropriate, tali, da trasformare in esperienza gratificante anche quelle prestazioni di scarso valore. Se si riuscirà in questo, l'obiettivo dell'allenatore sarà stato raggiunto.

2 dicembre 2004

Giovanni Stomeo
g.stomeo@email.it