



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

“Il ciclismo a misura di bambino”

Educare, formare e comunicare in bicicletta

Prof. Silvano Perusini

Vittoria/Risultato



La maggior parte dei problemi del ciclismo
attuale derivano dalla vittoria

- Abbandono precoce
- Ansia da prestazione
- Invidie
- Slealtà sportiva
- Non rispettare il regolamento
- Carico eccessivo degli allenamenti
- Specializzazione precoce
- Selezione precoce
- Diminuzione di tesserati
- Sentimento di inferiorità ed inadeguatezza



- Crea illusioni (bambino, genitori, ds, società...)
- Premia lo sviluppo fisico
- Il bambino non è valorizzato nel suo insieme
- Il bambino pensa di non rispettare le aspettative
- Attività monotona basata su aspetti condizionali



Per quale motivo un bambino pratica sport ?

Per quale motivo un Direttore Sportivo
allena ?

Per quale motivo un genitore avvicina
suo figlio a ciclismo ?

La motivazione è sempre la vittoria ?

Noooo !!

Per quale motivo allora si verificano questi inconvenienti ?

- Abbandono precoce
- Ansia da prestazione
- Invidie
- Slealtà sportiva
- Non rispettare il regolamento
- Carico eccessivo degli allenamenti
- Specializzazione precoce
- Selezione precoce
- Diminuzione di tesserati
- Sentimento di inferiorità ed inadeguatezza
- Crea illusioni (bambino, genitori, ds, società...)
- Premia lo sviluppo fisico
- Il bambino non è valorizzato nel suo insieme
- Il bambino pensa di non rispettare le aspettative
- Attività monotona basata su aspetti condizionali



**Nel ciclismo, nello sport e nella società attuale
in genere si giudica tutto valutando il risultato**

LA VITTORIA O LA NON VITTORIA

**Non si investe in educazione, formazione e comunicazione per
formare le persone, ma si vogliono risultati**

SUBITO

**Noi genitori
Noi allenatori
Noi dirigenti**

VOGLIAMO RISULTATI

Perché ?

- Per essere gratificati dell'impegno che ci mettiamo
- Per riscattare una vita non gratificante attraverso le vittorie dei nostri figli ed/od dei nostri atleti
- Perché pensiamo che un buon allenatore faccia vincere i propri atleti
- Perché pensiamo che un buon allenatore faccia vincere i propri atleti
- Perché siamo stati dei buoni atleti e vogliamo che a loro volta lo siano anche i nostri figli od i nostri atleti
- Perché vogliamo che nostro figlio possa avere una vita gratificante diventando professionista
- Per migliorare la visibilità della società e della squadra
- Per lo sponsor

Non dobbiamo servirci della vita
dei nostri figli o dei nostri atleti
per gratificarci e nascondere i
nostri limiti come persone

Fasi sensibili ed attività ciclistica

		Componenti Coordinative						TOT.	Componenti Fisiche				TOT.
Età	Categorie	Apprend.	Differenz.	Reaz.	Orientam.	Capacità	Capacità		Resist.	Forza	Rapid.	Mobilità	
	FCI	Motorio	direzione		Spaziale	Ritmica	Equil.						
7	G1	8	4	8	4	8	4	36	4		12	12	28
8	G2	8	4	12	4	8	4	40	4		12	12	28
9	G3	8	8	12	4	12	6	48	8	4	12	12	36
10	G4	12	10	4	8	12	8	54	8	4	12	12	36
11	G5	12	12	4	8	8	8	52	12	4	12	12	40
12	G6	4	8	4	12	8	4	40	12	8	12	12	44
13	ES 1°	4	4	4	12	4	4	32	12	12	12	8	48
14	ES 2°	8	8	4	12	4	4	40	12	12	4	8	40

ATTIVITA' GENERALE

Tutta l'attività motoria che non si svolge in bicicletta:
la pratica di altri sport (nuoto, basket, sci, calcio, ecc),
giochi in palestra, esercitazioni di coordinazione, giochi con
attrezzi,
palloni, schemi motori di base, conoscenza del proprio corpo,
mobilità, ecc.

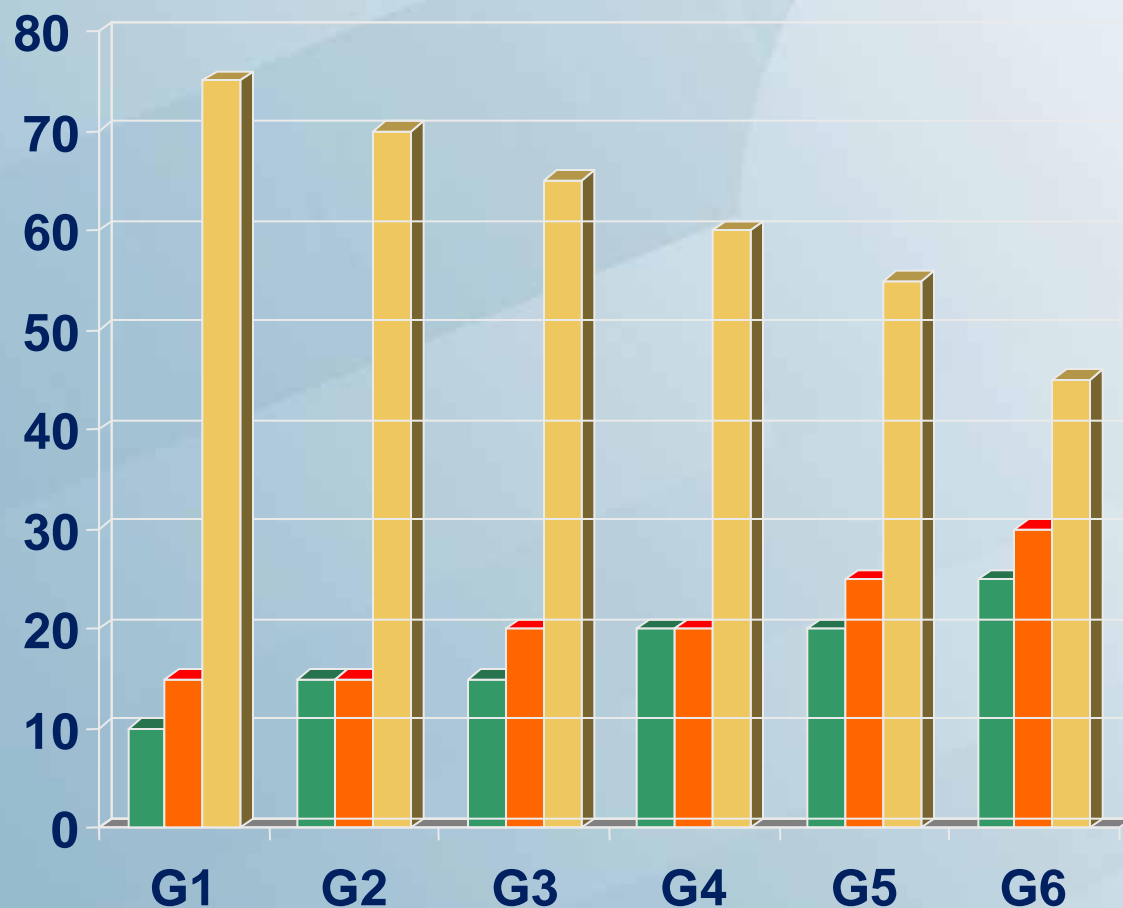
ATTIVITA' GENERALE SPECIFICA

Esercitazioni che prevedono l'uso di biciclette diverse
(BMX, Mountain Bike, ecc) partecipando ad attività su fondi
diversi
da quelli abituali, lavori per il raggiungimento di obiettivi
tecnici,
coordinativi e tattici.

ATTIVITA' SPECIFICA

L'attività che prevede le esercitazioni prettamente inerenti le
attività di gara :

gara su strada, minisprint, gimcana,
con la bicicletta da strada.



Il ruolo dell'allenatore



Quali sono le competenze in ambito educativo ?

Quali sono i contenuti che deve trasmettere ?

Quali sono le metodologie per educare ad una sana crescita ?



Quali sono le sue competenze in ambito sportivo ?

Quali sono i contenuti che deve trasmettere ai propri figli in un contesto sportivo?

Quali sono i comportamenti che deve attuare nei confronti dell'allenatore e della società ciclistica?



They Have a Dream

Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA



They have a dream



Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Divertirsi

Partecipare

Stare con gli amici

Giocare

Vincere



Direttore
Sportivo



Have we a Dream ?

La famiglia ?



Qual è il suo sogno ?



UN CICLISTA

Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA



UNA PERSONA



scuola

famiglia

sport

Capacità coordinative

tecnica

Senso di appartenenza

relazione

fiducia

tattica

Alimentazione

ALLENATORE

Regolamento Tecnico

Comportamento

Rispetto delle regole

Capacità condizionali

L'efficacia del raggiungimento di determinati obiettivi da parte dell'educatore/allenatore dipende dal legame, dal rapporto personale che instaura con il ragazzo

feedback
positivo
sincero
emotivo



È un problema di comunicazione



Potere Personale

Proporre

Chiedere

Persuadere

Ordinare

Minacciare

Forzare

Potere Derivante dal Ruolo



Alfabetizzazione motoria

Alfabetizzazione del rispetto delle
regole

Scuola

Insegnanti

Esperti Esterni

Progetti - Attività

Sport

Allenatori

D.S.

Dirigenti

Famiglia

Genitori

Nonni

Fratelli

Società

Televisione – Radio – Giornali

Riviste – Settimanali

Amici – Conoscenti – Ragazza/o



Le regole di una società ciclistica giovanile



Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

1

Ho scelto io di portare mio figlio in questa società ciclistica, sarò quindi rispettoso delle regole, delle persone e delle cose che ne fanno parte

2

Devo portare mio figlio puntuale agli allenamenti ed alle gare, o se sono in ritardo devo avvisare i dirigenti e l'allenatore

3

Agli allenamenti ed alle gare devo portare mio figlio con la borsa e gli indumenti della società in ordine come indicatomi, controllare e responsabilizzare il mio bambino

4

Il mio ruolo è quello del genitore e me lo devo ricordare sempre. Non devo intromettermi in aspetti tecnici e tattici. Se richiesto posso collaborare con la società mantenendo il mio ruolo.

5

Quando assisto alle gare od agli allenamenti di mio figlio non devo fare commenti: sui compagni di mio figlio, sull'allenatore ed i dirigenti societari, sui giudici; perché queste persone sono volontari e possono anche sbagliare. Non è educativo urlare e giudicare sulla strada.

1

Ho scelto io di correre in questa società ciclistica, sarò quindi rispettoso delle regole, delle persone e delle cose che ne fanno parte. Mi sento partecipe della squadra con cui corro.

2

Devo essere puntuale sia negli allenamenti che nelle gare, in caso di assenza o ritardo devo avvisare con anticipo e spiegarne i motivi.

3

Sarò sempre corretto ed educato perché è negativo il comportamento di chi rompe, rovina, sporca le attrezzature, urla, non tiene pulita la bicicletta, danneggia il furgone o l'ammiraglia.

4

Imparerò a capire quello che si può e quello che non si può fare nei vari momenti in cui si articola l'attività sportiva; durante l'allenamento non è consentito distrarsi e scherzare. Devo sempre pensare che la bicicletta è un mezzo di trasporto e come tale deve rispettare il codice stradale

5

Mi sforzerò di esprimermi educatamente, evitando parolacce ed atteggiamenti scorretti o da “bullo” nei confronti dei compagni e degli avversari, chi si comporta male non deve essere accettato dal gruppo.

6

Sarò leale e sportivo in ogni circostanza: dopo una vittoria esulterò (senza deridere l'avversario) e mi sforzerò di imparare la “cultura” della sconfitta quando incontrerò degli avversari più preparati.

7

Alle gare ed agli allenamenti mi devo presentare con la bicicletta ed il vestiario della società in ordine e puliti, secondo le indicazioni dell'allenatore. Quando sono in gara non rappresento solo me stesso ma rappresento la mia società.

8

In gara ed in allenamento devo ascoltare solo l'allenatore ed il mio "cuore", non devo dare peso a commenti ed a consigli di altri.

9

Porterò sempre massimo rispetto verso l'allenatore, i dirigenti che sono a disposizione per aiutare la squadra, ma devo tenere presente che la loro opera non è dovuta e ci dedicano tanto tempo. Devo essergli riconoscente per ciò che fanno.

10

Al termine della gara o dell'allenamento devo curare il materiale, l'ammiraglia, il furgone, le borracce, l'immondizia. I dirigenti e l'allenatore sono persone disponibili ma non sono addetti ai servizi.

Radio
Allenatore



Parla
Trasmittente

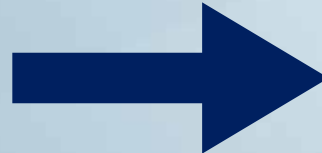


102.5 rtl



Ascolta
Ricevente

La televisione è il
principale mezzo per
influenzare l'economia
ed il pensiero



Educare non produce
capitale o guadagno



Multinazionali

Ingenti investimenti di capitali

Ingenti investimenti di professionalità

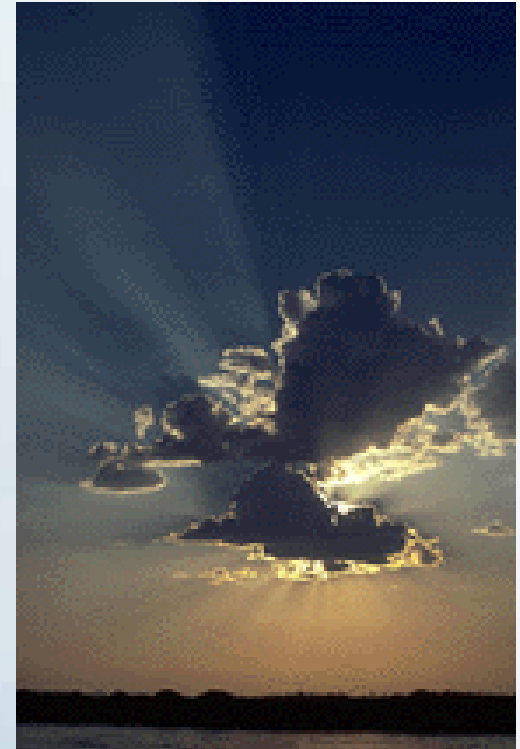
Marketing – Comunicazione Immagine -
Ricerca

Creazione di bisogni

Bombardamento Mediatico

L'allenatore, l'educatore e
la famiglia sono sempre
meno efficaci nel processo
educativo

C'è sempre più difficoltà a
trovare un canale preferenziale
per una comunicazione
proficua con l'atleta e la sua
famiglia per il raggiungimento
di obiettivi legati al rispetto
delle regole





La bicicletta, oggi,
rappresenta uno stile di vita,
interpreta bisogni reali di
salute, ecologici, di difesa
dell'ambiente, di attività e di
svago, sempre più diffusi
nella società contemporanea.
Se non riusciamo ad esplorare
ed esprimere tutte queste
potenzialità è solo colpa
nostra

Il Direttore Sportivo è il punto di riferimento per i giovani ciclisti

SETTORE
STUDI



Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

RUOLO DEL DIRETTORE SPORTIVO



conoscenze e competenze
specifiche



esperienze

Ma soprattutto...

COMPETENTE NELLE
TECNICHE FORMATIVE

SUPPORTO
ALL'APPRENDIMENTO



Condizionale

Tecnico

Tattico

Psichico

Morale ed intellettuale

avendo come obiettivi:

educativi x farne l'uomo

tecnici x farne un atleta

specifici x farne un ciclista

**specialistici x farne uno
specialista**

FUNZIONE DEL CICLISMO RICONDUCIBILE A :

**educazione dell'uomo ed alla sua personalità
attività sportiva considerata come una scienza
dell'educazione**



**teorie educative
tecniche didattiche
aspetti dell'individuo**

D. S.



INSEGNANTE ED EDUCATORE

**Qual'è il bagaglio di conoscenze che io direttore sportivo
devo avere?**



Cosa devo insegnare?

Cosa devo dire?

Cosa devo fare?

In quale modo?



**Educazione al
comportamento**

Capacità morali

Capacità coordinative

Tecnica - Tattica

Capacità condizionali



L'esigenza di perseguire obiettivi educativi, oltre che tecnici, è un obbligo morale di tutti gli istruttori

Solo così anche il ciclismo si pone alla pari con altre discipline sportive.



Interessarsi solo dell'aspetto corporeo è sicuramente limitativo, non si può certo tralasciare la personalità, l'aspetto affettivo, sociale ed intellettuale.

Attraverso le varie attività proposte si ottiene un positivo riscontro emotivo sugli allievi.

**IL PRIMO APPROCCIO QUINDI SARA':
DEVO CONQUISTARE LA FIDUCIA DEL RAGAZZO/A**

**SETTORE
STUDI**



***SOLO COSI' SARA' RITENUTO
UN LEADER PREPARATO E COSCIENTE***

L'AMORE PER "LA BICICLETTA"

Il ciclismo a misura di bambino



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

GLI STRUMENTI:

Accoglienza → **il clima psicologico, saper dare fiducia**

Accompagnamento → **stare insieme saper comunicare**

Competenza → **trasmettere nozioni e azioni sapere
interdisciplinare e sapere specifico**



Metodi di insegnamento

- induttivo**
- deduttivo**



- x comprensione
- x imitazione
- x tentativo ed errore
- x intuizione
- x soluzione dei problemi

DIDATTICA NORMATIVA – INDUTTIVA

- 1 - dipende dagli altri
- 2 - scarso concetto di sé e scarsa fiducia in sé
- 3 - non prende decisioni non c'è scambio di idee
- 4 - manca il confronto e la relazione

DIDATTICA BASATA SULLA RICERCA - DEDUTTIVA

- 1 – PRIVILEGIA L'ESPLORAZIONE, LA SCOPERTA E LA RISOLUZIONE**
- 2 - IL PROBLEMA DIVENTA PERSONALE**
- 3 - ACCRESCE LA CREATIVITA' E L'INDIPENDENZA**
- 4 - AUTOCONTROLLO**
- 5 – COOPERAZIONE COLLABORAZIONE**
- 6 - SENTIMENTO DI RESPONSABILITA' E DI AUTOSTIMA**

COMPORTAMENTALI

IL CICLISTA CON SE STESSO

PULIZIA

EDUCAZIONE

RISPETTO

ORDINE

SENSO DI APPARTENENZA

RELAZIONE

COMUNICAZIONE

DONAZIONE

ADATTAMENTO

TENACITA'

IL CICLISTA CON GLI ALTRI

CON I COMPAGNI DI SQUADRA

CON I PROPRI DIRIGENTI

CON GLI AVVERSARI

CON I GIUDICI

CON I FAMIGLIARI

CON LA BICICLETTA

CON LA GARA

CON GLI IMPEGNI

E' questa la "vittoria" che va ricercata
a livello giovanile ?

SETTORE
STUDI



E' questa la "vittoria" che va ricercata
a livello giovanile ?

