



Effetti dello sviluppo in età scolastica delle capacità cognitive, emotive e sociali sulla tattica offensiva individuale e collettiva

Tesi Corso Allenatori Livello L3 Federazione Italiana Hockey

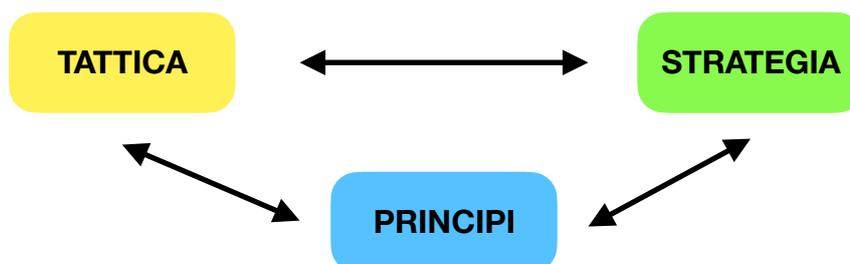
Autore: Matteo Vaccargiu

1. INTRODUZIONE

La tattica offensiva, in generale a livello sportivo, si può definire come la linea di condotta adottata da una squadra in funzione di determinati obiettivi posti al fine di ottenere un certo risultato. Essendo l'hockey su prato uno sport di squadra, la tattica offensiva sarà costituita da due componenti fondamentali:

- *Tattica collettiva*: azione coordinata tra più giocatori finalizzata ad ottenere uno scopo determinato in precedenza
- *Tattica individuale*: accorgimenti e movimenti per mezzo dei quali la prestazione del singolo risulta utile ed economica al fine del raggiungimento dell'obiettivo di squadra

La tattica deve essere sempre accompagnata da un'accurata strategia, cioè da un piano d'azione che si basi su principi e linee guida per conseguire un obiettivo. Tattica, strategia e principi sono tre tasselli interconnessi che stanno alla base del raggiungimento dell'obiettivo di squadra.

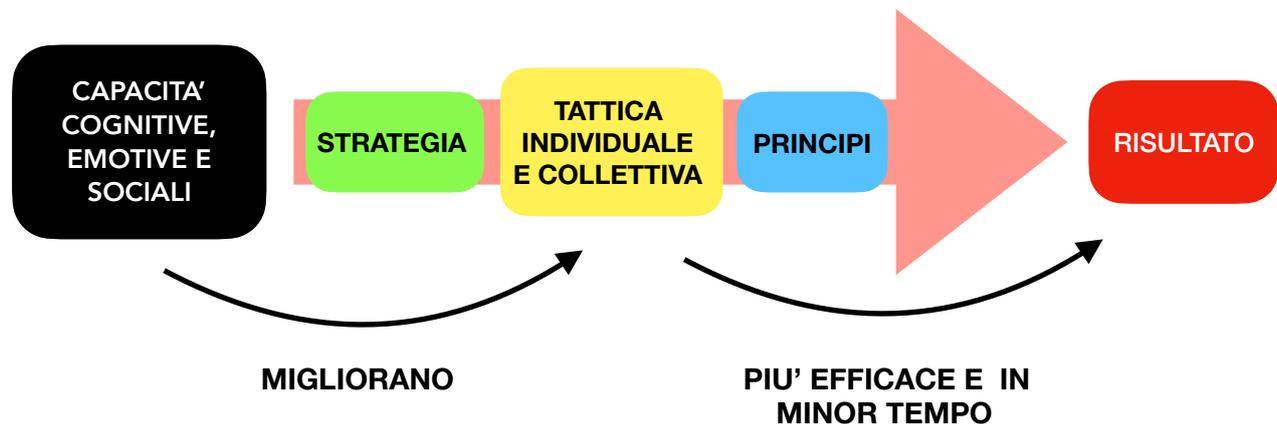


L'allenamento e lo sviluppo di questi tre concetti cambia a seconda dell'età e del livello degli atleti con cui si lavora. Per tanto è fondamentale programmare un processo graduale che porti all'apprendimento basato non solo su aspetti hockeistici ma che comprendano anche abilità motorie, cognitive e relazionali nel singolo e nel collettivo.

Le capacità di prestazione, per Semprini, si possono classificare in:

- Capacità tecnico-coordinative (funzionali)
- Capacità emotive e sociali
- Capacità cognitive
- Capacità fisiche (strutturali)

In questa tesi presenterò come, a partire dallo sviluppo delle capacità cognitive, emotive e sociali su atleti in età scolastica (da Semprini 6-12 anni), sia possibile ottenere effetti positivi nell'allenamento della tattica offensiva individuale e collettiva. In particolare mi focalizzerò su come lo sviluppo capacità cognitive, come la presa di decisioni da parte di un atleta all'interno del gioco, possa migliorare l'efficacia in un 2vs1 offensivo e come la presa di decisione unita allo sviluppo di capacità emotive e sociali, ad esempio l'interazione e la collaborazione con i compagni, possano avere effetti positivi sullo sviluppo di una tattica e una strategia in un gioco di basic tasks 4vs4 e più in generale tramite small side games.



2. METODOLOGIA DIDATTICA

La **metodologia didattica** consiste nello studio dei metodi e dei processi di insegnamento e di apprendimento. I **metodi d'insegnamento** non sono altro che i concetti e i principi che stanno alla base di un'azione formativa e che pianificano in maniera articolata le variabili del processo di apprendimento, in questo caso motorio. La scelta delle tecniche d'insegnamento più appropriate varia in base all'età degli atleti, al tempo a disposizione, alle strutture e attrezzature a disposizione, all'esperienza pregressa degli atleti e al concetto da insegnare. Per tanto qui entra in gioco la programmazione da parte degli allenatori che in base a queste variabili sceglie il metodo migliore al fine di ottenere il risultato prefissato.

L'**apprendimento motorio**, per quanto detto prima, possiamo definirlo (Singer, 1980) come l'insieme di processi associati con l'esercizio o l'esperienza che determinano cambiamenti relativamente permanenti in un comportamento. Per l'apprendimento si possono seguire due approcci metodologici:

- Approccio cognitivista
- Approccio dinamico

Nel primo ad un input segue un'elaborazione da parte dell'atleta che genererà poi un output da parte dello stesso. Nel secondo c'è un'interazione tra organismo (abilità motorie, cognitive, esperienza, ecc...), ambiente (impianti, attrezzature, pressioni, ecc...) e compito (caratteristiche, regole, modelli, strumenti, ecc...).

Per lo sviluppo di capacità cognitive, emotive e sociali da applicare poi in un contesto specifico come l'hockey su prato la scelta migliore, come sottolineato sia dalla Prof.ssa Bortoli che dal Prof. Robazza, è l'abbinamento dei due approcci. Partendo da un'approccio più cognitivo, in cui ci si focalizza principalmente sulle abilità dell'organismo, passare approccio dinamico inserendo il contesto e applicando le abilità apprese all'hockey su prato.

Nel caso specifico del tema di questa tesi, il metodo che presenterò nelle sezioni successive è quello del **gioco** abbinato alla **scoperta guidata** e all'**esperienza diretta** degli atleti.

Questo metodo richiede sicuramente più tempo di apprendimento, ma il target di età scolastica (da Semprini 6-12 anni) ci permette di costruire una programmazione a lungo termine che non sia condizionata dall'obiettivo agonistico ma volta all'apprendimento e allo sviluppo degli atleti.

Nel caso delle capacità cognitive il gioco sarà di tipo *Decision Training*, cioè ad alto impegno cognitivo, mentre per le capacità emotive e sociali sarà di tipo *Behavioral Training*, cioè a basso impegno cognitivo ma più volto al contesto e all'interazione con l'ambiente.

Lo stesso approccio si può seguire nell'insegnamento della tattica offensiva individuale, sviluppando in forma cognitiva la presa di decisione del singolo individuo in una situazione specifica di gioco e della tattica collettiva utilizzando un approccio dinamico e interattivo tra gli atleti. L'obiettivo finale sarà quello di formare giocatori in possesso di autoefficacia e autonomia (da Bortoli) in grado di prendere decisioni individuali e collettive all'interno di una partita di hockey.

Infine in un programma di *periodizzazione* dell'apprendimento i criteri seguiti (Plisk Stone 2003) sono:

- distribuzione nel tempo o variazione pianificata dei metodi e mezzi di allenamento su base ciclica o periodica
- sfruttare gli effetti complementari dell'allenamento nel momento giusto, gestire la fatica e prevenire gli stati di sovrallenamento
- risposte biologiche all'allenamento, stato di sviluppo ed evoluzione dell'atleta, caratteristiche specifiche dello sport
- passare da tappe generali a quelle specifiche

Nelle sezioni successive presento alcuni giochi ed esercizi che possono essere alternati con varianti e tra loro al fine di strutturare un programma di lavoro su questo tema.

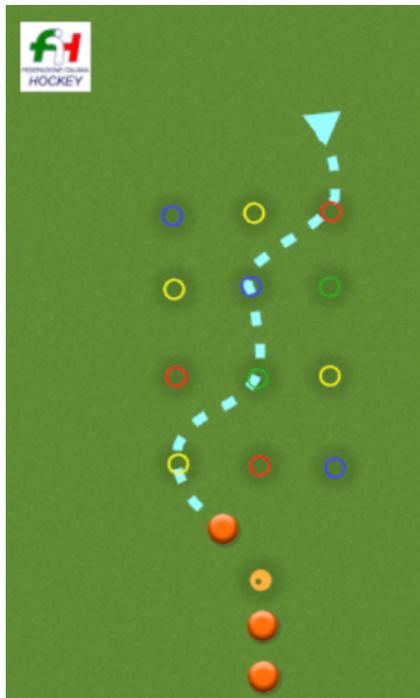
3. CAPACITA' COGNITIVE

Le **abilità** o **capacità cognitive** sono tutti i processi e attività mentali che coordinano le nostre conoscenze: sono quindi delle abilità dal cervello che elaborano e organizzano le informazioni, processi fondamentali per l'apprendimento.

Alcuni esempi di abilità cognitive in ambito sportivo sono: l'ascolto e la comprensione di un gioco, il ragionamento, l'attenzione, la memoria, le abilità visuo-spaziali, la presa di decisione.

In questa sezione presento un piccolo gioco chiamato TROVA IL PERCORSO GIUSTO che contribuisce allo sviluppo nell'atleta delle capacità cognitive sopra elencate.

Questo gioco può essere utilizzato durante una sessione di allenamento come riscaldamento sia senza bastone e pallina che in uno step successivo attraverso una conduzione di hockey su prato. Così facendo a delle capacità cognitive si unisce anche l'allenamento di differenti tecniche di conduzione della palla, passando da un approccio monodisciplinare ad uno multidisciplinare che si avvicina sempre di più al contesto dell'hockey su prato.



TROVA IL PERCORSO GIUSTO

I bambini partendo dal cono arancione devono scoprire quel'è il percorso giusto passando ad ogni livello per il cerchio del colore corretto.

Ad esempio il primo bambino parte e al primo livello deve scegliere tra il cerchio giallo, rosso o blu. Se il cerchio scelto è quello di colore corretto può andare al livello successivo e scegliere un nuovo colore altrimenti torna indietro e parte il compagno.

Così facendo si genera una sfida tra i bambini per chi scopre prima il percorso, sviluppando contemporaneamente presa di decisione (devo scegliere tra tre colori diversi), memoria (devo ricordarmi il colore che avevo sbagliato al round precedente o quello corretto che ha scelto un compagno) e strategia.

Un'altro esercizio più focalizzato sulla presa di decisione nel contesto hockeistico è chiamato **IL PASSAGGIO MIGLIORE**. Qui l'atleta è chiamato a osservare, ragionare, valutare e scegliere quello che per lui in quel contesto, in quella determinata posizione e con quei determinati compagni è la scelta di passaggio migliore.



IL PASSAGGIO MIGLIORE

L'atleta A parte con la palla in conduzione e deve fare un passaggio a B o C che si muovono correndo nella direzione e nella forma che ritengono più opportuna per fornire un'opzione di passaggio ottimale.

VARIANTE 1: Far partire la palla da B o da C

VARIANTE 2: Stabilire un numero fisso e maggiore di uno di passaggi "ottimali" da fare prima di entrare in area, cosicché tutti i giocatori possano sviluppare la presa di decisione ottimale sia con che senza palla

Sarebbe utile e interessante in questo esercizio chiedere ai giocatori al termine di ogni giro perchè per loro quelle prese erano le decisioni ottimali. Questo fornisce un ottimo strumento di riflessione sia per gli atleti che per l'allenatore, il quale avrebbe un utile feedback di apprendimento e di pensiero da parte dei suoi atleti.

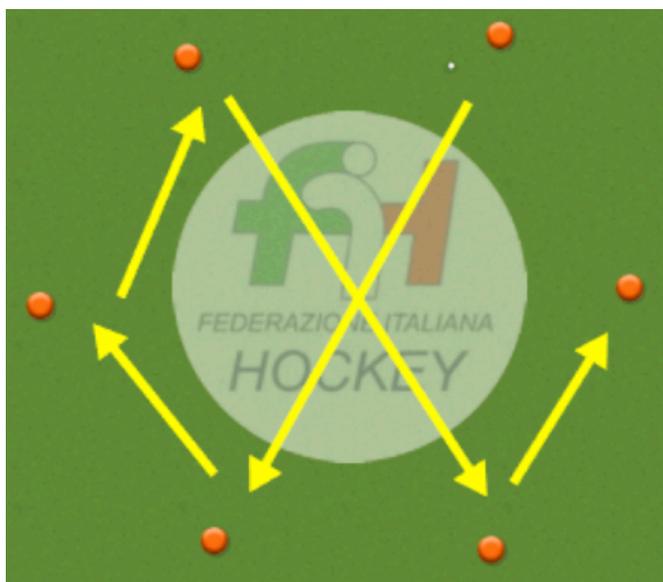
4. CAPACITA' EMOTIVE E SOCIALI

Le **competenze socio-emotive** riguardano la capacità di riconoscere, comprendere e gestire le proprie emozioni, saper sviluppare empatia con chi ci circonda grazie all'apprendimento delle emozioni altrui, prendere buone decisioni, costruire amicizie, gestire efficacemente le situazioni sfidanti. Esse possono essere suddivise secondo il Casel, ossia il più importante istituto di ricerca mondiale sul tema, in cinque tipologie:

- Consapevolezza di sé: valutare le proprie emozioni, interessi e valori;
- Capacità di gestirsi: regolare i propri stati d'animo per gestire lo stress, controllare gli impulsi, esprimere emozioni nel modo giusto, prendere consapevolezza dei propri progressi;
- Consapevolezza sociale: comprendere gli altri apprezzando le opinioni altrui, le somiglianze e le differenze;
- Abilità relazionale: costruire e mantenere relazioni positive e gratificanti basate sulla cooperazione, e chiedere aiuto in caso di difficoltà;
- Capacità di prendere decisioni responsabili: nel rispetto degli altri, delle norme sociali, e tenendo conto delle possibili conseguenze delle proprie azioni.

In questa sezione presento due giochi della Dott.ssa Rosalba Marchetti di Joy of Moving [<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-le-abilita-di-vita>] chiamati A CHI PASSO LA PALLA? A NESSUNO ESCLUSO! e COSTRUIAMO IL NOSTRO GIOCO, adattandoli all'hockey su prato. Questi contribuiscono allo sviluppo negli atleti capacità di socializzazione, cooperazione, dialogo e accordo con i compagni, nonché cognitive come la presa di decisione dentro del gioco collettivo. Entrambi i giochi possono essere utilizzati come riscaldamento e sia nella variante con un pallone grande (volley, calcio, gommapiuma), che con una pallina da tennis ed infine anche con bastone e pallina da hockey. Il cambio di oggetto utilizzato genera una variabilità e un'interferenza contestuale che aumenta il carico cognitivo dei giochi.

Nel gioco **A CHI PASSO LA PALLA? A NESSUNO ESCLUSO!** sono richieste agli atleti opportune strategie di *problem solving*. Infatti, con l'introduzione di varianti mirate, l'obiettivo diventa quello di far raggiungere la palla a tutti i partecipanti attraverso passaggi uno diverso dall'altro. Il gioco si trasforma così in un compito semistrutturato in cui ciascuno può e deve cercare soluzioni inusuali e creative.



I bambini si dispongono in cerchio e dopo aver provato il gioco base cercano di effettuare i passaggi in modo sempre diverso. A questo punto è possibile ripetere l'esperienza introducendo uno o due palloni oltre quello già in gioco, disponendo i giocatori in posizioni diverse e/o utilizzando il bastone e la pallina da hockey. Nel caso di un numero elevato di atleti si possono formare due squadre che si sfideranno. Ogni volta che si completa un giro e tutti i partecipanti hanno toccato la palla. Una volta terminati un tempo concordato l'allenatore decreterà la squadra vincitrice.

In **COSTRUIAMO IL NOSTRO GIOCO** i bambini devono immaginare il proprio gioco e definirne lo svolgimento senza istruzioni predefinite. Si tratta di un gioco deliberato composto da compiti aperti che con la collaborazione dei bambini diventa un gioco di regole. L'educatore da ai bambini una sola istruzione: *bisogna inventare un gioco in cui i protagonisti siano dei cacciatori e delle volpi*. I bambini hanno a disposizione un campo da gioco e una palla leggera; combinando questi elementi devono costruire il gioco e stabilire delle regole. I cacciatori devono stabilire una strategia di squadra per catturare le volpi e viceversa le volpi organizzarsi affinché non vengano cacciate. Definita la struttura di base dell'attività, l'educatore coordina le proposte dei bambini senza però interferire nella creazione delle regole. Il gioco viene quindi sperimentato. Se sorge qualche difficoltà l'educatore può interromperlo invitando i bambini a riflettere su possibili soluzioni. Man mano che il gioco viene dettagliato sia nello svolgimento che nel regolamento, l'educatore stimola i bambini ad indirizzarlo verso forme di gioco cooperativo.

5. TATTICA OFFENSIVA INDIVIDUALE E COLLETTIVA

Per **tattica sportiva**, come detto nell'introduzione, si intende il comportamento che è stato pianificato in vista di una competizione ed impostato sulla propria capacità di prestazione, su quella dell'avversario e sulle condizioni esterne.

Per **abilità tattica** si intende invece la possibilità di applicare le tecniche padroneggiate in modo consapevole e variabile sulla base delle condizioni della situazione, presupposto fondamentale per una corretta impostazione di gara.

L'hockey è considerato uno sport di situazione con ambiente variabile e non prevedibile. Pertanto le abilità in questo sport sono prettamente di tipo non stereotipato, in cui gli obiettivi fondamentali della tecnica sportiva sono quelli di intuire le situazioni tattiche e regolamentari contingenti, adeguando la propria tecnica e strategia organizzativa, individuale e/o collettiva, disorientando quelle dell'avversario o degli avversari.

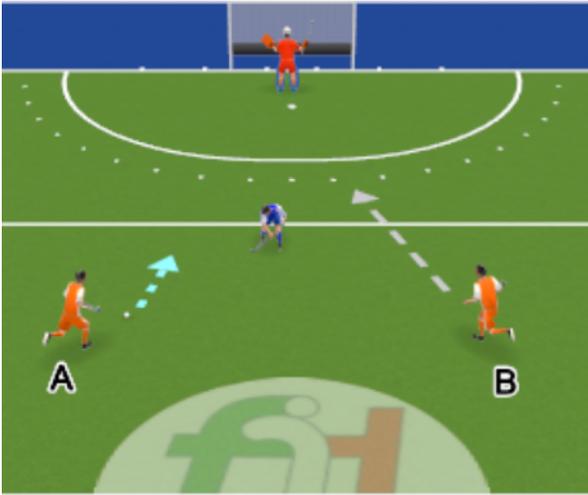
Nelle prossime due sotto-sezioni vedremo come, sfruttando le capacità cognitive, emotive e sociali apprese con i giochi visti in sezione 4 e 5, l'atleta sarà più performante nella risoluzione di situazioni reali, non stereotipate e non prevedibili del gioco dell'hockey su prato.

A. TATTICA OFFENSIVA INDIVIDUALE

Spesso, quando si parla di tattica offensiva, ci si concentra solo sulla strategia che deve seguire la squadra, tralasciando però che la stessa è costituita da individui che dentro del gioco dovranno prendere delle decisioni tattiche.

Come sottolineato da Valentin Altenburg "The aim of a coach is to make her or his players and team able to optimize their behaviour depending on the situation." Pertanto è fondamentale allenare anche i singoli giocatori ad ottimizzare il loro comportamento a seconda della situazione di gioco in cui si trovano. Questo può essere allenato riproponendo situazioni di gioco che si verificano in una partita ed il nostro lavoro diventa più semplice se siamo stati in grado di fornire ai nostri giocatori competenze cognitive come la presa di decisione.

Come caso esempio porto in questa tesi il 2vs1 offensivo.



Il giocatore A con la palla ha 3 opzioni:

1. condurre nello spazio vuoto
2. dribblare il difensore
3. passare la palla a B

La scelta ottimale che prenderà A dipende da:

1. cosa fa il difensore
2. cosa fa il compagno B
3. il livello della propria autoefficacia e autonomia

Il punto 3 che influisce sulla scelta ottimale è il centro della tesi che sto sviluppando; costruire dei giocatori con solide capacità cognitive fin dall'età scolastica permetterà poi di avere degli atleti in grado di prendere decisioni tattiche corrette ed in poco tempo.

Per enfatizzare la presa di decisione nel 2vs1 si può interrogare al termine dell'esercizio il proprio atleta sulla motivazione di questa scelta. Uno strumento utile sia per gli allenatori che per gli atleti è l'utilizzo di filmati video; l'atleta una volta terminato l'allenamento potrà rivedere il video della propria giocata riflettendo sull'ottimalità o meno delle scelte prese nel gioco.

In agonistica spesso si condizionano e si indirizzano le scelte dei giocatori in base a quella che è la tattica decisa dall'allenatore, in età scolastica invece è bene lasciare gli atleti liberi di sperimentare e di scoprire nuove soluzioni tattiche. Di questa forma l'apprendimento sarà più lento ma sicuramente più solido e duraturo nel tempo.

Una variante del precedente esercizio può essere il 2vs1 verticale, con l'attaccante B che parte dietro il difensore o partendo da zone diverse del campo, ad esempio laterali o in difesa. In questo caso si creeranno diverse situazioni che genereranno nei giocatori nuovi problemi da risolvere.

In caso di mancanza del portiere o se si volesse utilizzare questo esercizio come riscaldamento fisico-tecnico-tattico una soluzione è quella di utilizzare due linee simulando delle mini partite dove il gol degli attaccanti vale 1 mentre il gol del difensore vale 2.

Per diminuire il tempo di presa di decisione aumentando la pressione si può diminuire lo spazio o inserire un tempo limite entro cui si deve eseguire il tiro.

Gli stessi principi possono essere utilizzati per allenare altre situazioni di gioco come il 3vs1, 3vs2, ecc. ciò che cambierà in questi casi saranno le situazioni in cui si troverà il giocatore che deve prendere una decisione. Importante, come sottolineato prima, è enfatizzare che il nostro obiettivo è la ricerca della soluzione ottima e nel minor tempo possibile.

B. TATTICA OFFENSIVA COLLETTIVA

La tattica offensiva collettiva invece è la condotta globale seguita dalla squadra. Può essere vista come un insieme di accordi e collegamenti condivisi tra tutti i giocatori al fine di conseguire un obiettivo di gruppo.

Il gioco che presento in questa sotto-sezione è un 4vs4 con basic tasks concordate tra i giocatori stessi prima dell'inizio della gara e corrette durante la stessa.



In un campo da gioco standard a 11 ci sono circa 225 m² a giocatore. Se volessimo simulare che le due squadre giocano in 3/4 di campo lo spazio per ciascun giocatore si riduce a 175 m² circa. Per tanto basandoci su questi calcoli il campo da gioco, diviso in tre zone, sarà di dimensione 30x45 m. Queste misure possono essere rimodulate se si vuole simulare una pressione maggiore o minore. L'area di tiro può essere tutta la zona prossima alla porta oppure possono essere segnate delle opportune aree più piccole con delle strisce.

Prima dell'inizio del gioco ogni squadra si riunisce e i giocatori hanno 1 minuto di tempo per scegliere quanti giocatori mettere in ogni zona del campo e che strategia seguire (basic tasks).

Una volta disposti i giocatori si gioca una partita a zone fisse, cioè ogni giocatore non può uscire dalla zona assegnata, per 8/10 minuti.

Terminato il tempo le squadre si possono riunire per 2 minuti, riflettere e confrontarsi su ciò che ha funzionato della strategia stabilita e cosa invece si deve migliorare, apportando eventualmente delle modifiche alla struttura di gioco.

Una volta terminata la pausa la partita riprende per altri 8/10 minuti.

Al termine del tempo l'allenatore riunisce la squadra e chiede un feedback di confronto.

VARIANTE: essendo il focus dell'allenamento la tattica offensiva si può permettere ad un atleta per zona di avanzare alla zona successiva quando in fase di possesso, in modo tale da allenare anche il turn over offensivo.

Lo stesso esercizio può essere adattato anche ad un 5vs5 o è possibile aggiungere i portieri

Questo semplice gioco permette ai giocatori di confrontarsi e accordarsi su una strategia, valutarla ed eventualmente migliorarla trovando soluzioni. Stimola l'autoefficacia, l'autonomia e la presa di decisioni all'interno di un gruppo, nonché la cooperazione e il confronto tra pari, tutte caratteristiche spesso sottovalutate ma che fanno la differenza una volta che gli stessi si troveranno in campo in una partita.

6. PIANIFICAZIONE DELL'ALLENAMENTO

A partire dalle sezioni 3, 4 e 5 e seguendo la metodologia esposta in sezione 2 la struttura di un allenamento tipo della durata di 1 ora su tattica individuale e collettiva in età dello sviluppo può essere:

PROPOSTA 1 più focalizzata su capacità cognitive e tattica individuale:		
<i>TEMPO</i>	<i>ESERCIZIO</i>	<i>STRUTTURA</i>
3 min	Apertura dell'allenamento	l'allenatore anticipa lo scopo dell'allenamento dando degli obiettivi
5 min	Riscaldamento	sfruttando la struttura del gioco successivo si formano tre gruppi, uno di fronte ad ogni cerchio iniziale e si lavora sulle differenti tecniche di corsa o su balzi, salti e altri gesti motori di base.
10 min	TROVA IL PERCORSO GIUSTO	senza palla e bastone, può essere una staffetta a squadre per rendere la competizione più divertente
5 min	Riflessione e confronto sugli obiettivi del gioco proposto	ogni bambino espone quelli che per lui sono stati gli obiettivi del gioco e cosa può migliorare
10 min	TROVA IL PERCORSO GIUSTO	con palla e bastone, può essere una staffetta a squadre per rendere la competizione più divertente
10 min	2vs0	scelta tra condurre la palla o passarla al compagno
5 min	Riflessione sul gioco proposto e cambiamenti con il difensore	ogni bambino espone quelli che per lui sono stati gli obiettivi del gioco e cosa può migliorare
10 min	2vs1	scelta tra condurre, passare la palla o dribblare
2 min	Chiusura dell'allenamento	l'allenatore evidenzia quello che era lo scopo dell'allenamento, sottolineando ciò di buono fatto da ciascun atleta

PROPOSTA 2 più focalizzata su capacità socio-emozionale e tattica collettiva:		
<i>TEMPO</i>	<i>ESERCIZIO</i>	<i>STRUTTURA</i>
3 min	Apertura dell'allenamento	l'allenatore anticipa lo scopo dell'allenamento dando degli obiettivi
10 min	Riscaldamento A CHI PASSO LA PALLA? A NESSUNO ESCLUSO!	primi 4 minuti passaggi semplici per comprendere il gioco e riscaldare i muscoli, il restante tempo dividere i bambini in squadre e fare delle gare
5 min	Definizione delle regole di COSTRUIAMO IL NOSTRO GIOCO	l'allenatore stimola il confronto tra i ragazzi portandoli a definire un regolamento di gioco a partire dalla struttura base dei cacciatori e delle volpi
12 min	COSTRUIAMO IL NOSTRO GIOCO	i bambini sperimentano il gioco con le regole che hanno definito, l'allenatore lascia liberi gli atleti senza intervenire
3 min	Riflessione sul gioco proposto	ogni bambino espone quelli che per lui sono stati gli obiettivi del gioco e cosa può migliorare

10 min	4vs4 basic tasks	Le squadre scelgono autonomamente la struttura, la tattica e la strategia da seguire
5 min	Riflessione sul gioco proposto e cambiamenti per il secondo tempo	ogni squadra si riunisce e discute quelli che sono stati gli obiettivi del gioco e cosa si può cambiare/migliorare nel secondo tempo
10 min	4vs4 basic tasks	le squadre correggono eventualmente la struttura, la tattica e la strategia da seguire, nel secondo tempo si può inserire la sovrapposizione da una zona all'altra in fase offensiva
2 min	Chiusura dell'allenamento	l'allenatore evidenzia quello che era lo scopo dell'allenamento, sottolineando ciò di buono fatto da ciascun atleta

I due allenamenti si possono poi combinare insieme, modificando alcuni esercizi, complicandoli o inserendo obiettivi differenti. Importante è stimolare sempre l'autoriflessione negli atleti e il confronto tra gli stessi. Questo, come indicato nelle due proposte precedenti, può essere effettuato durante le pause in cui i giocatori possono riposarsi ma rimanendo concentrati sull'obiettivo dell'allenamento.

In tutte le proposte è importante sottolineare come il filo conduttore sia il gioco e l'esperienza diretta dei giocatori, ulteriormente consolidata dal confronto e la discussione tra gli stessi. Non meno importante il ruolo dell'allenatore che nell'apertura dell'allenamento inizia ad introdurre l'obiettivo dello stesso, preparando la mente dei giocatori ad essere focalizzata su un particolare tema. Durante la sessione l'allenatore deve lasciare spazio agli atleti affinché possano vivere delle nuove esperienze e crescere ed imparare tramite esse. Le correzioni e gli interventi devono essere poche e mirate affinché le stesse siano efficaci e che non saturino i giocatori. Infine altrettanto importante è la chiusura dell'allenamento, in cui lo stesso allenatore riprende l'attenzione dell'allenamento sottolineando le cose positive fatte da ciascun atleta e dando degli obiettivi da migliorare per le sessioni successive. Fondamentale in questa parte è che tutti i messaggi, anche di correzione di un errore, siano in chiave positiva e di miglioramento.

7. CONCLUSIONE

Come evidenziato da Merni la ricerca del talento può essere un processo lungo e caratterizzato da stimoli e indirizzamenti da parte dell'allenatore che durante il processo di sviluppo e formazione dell'atleta identifica le caratteristiche individuali di ciascun giocatore tramite l'analisi della prestazione.

Spesso gli allenatori, condizionati dalla vicinanza di partite, si focalizzano solo sulle tecniche e tattiche specifiche dello sport insegnato, trascurando parte degli aspetti cognitivi e sociali caratteristici di ogni singolo giocatore. Un dettaglio che non deve essere perso di vista è che prima di tutto i nostri giocatori sono delle persone, con un carattere e un aspetto psicologico da formare e plasmare al fine di costruire una squadra unita e coesa nello svolgimento di compiti tecnici e tattici. Un altro aspetto non indifferente è che l'allenatore propone dei compiti tattici alla squadra ma poi i giocatori devono trovare soluzioni e accorgimenti tattici in poco tempo dentro delle situazioni di gara non prevedibili e non strutturate, almeno in generale per l'hockey su prato. Pertanto diventa di fondamentale importanza lavorare durante l'allenamento sulle capacità cognitive, emotive e sociali, costruendo l'intesa e la capacità di problem solving collettivo tra i giocatori, fattori che poi incideranno positivamente sul piano tattico che stabiliremo per una determinata gara.

In età dello sviluppo è importante alternare giochi a situazioni tattiche vere e proprie del gioco dell'hockey, in quanto il focus non dev'essere la performance e la gara ma la formazione di atleti che una volta arrivati ad un livello agonistico saranno in grado di capire e applicare il piano gara proposto dall'allenatore e in caso prendere accorgimenti tattici individuali e collettivi all'interno di una partita in tempi ridotti e sotto pressione.

Chiudo questa tesi con una riflessione personale, il ruolo dell'allenatore è anche quello di formatore ed educatore. La nostra figura svolge un ruolo fondamentale nella crescita dei nostri atleti, sia come sportivi ma anche e soprattutto come persone. Il tempo, la pazienza, la perseveranza e la fiducia ci porterà a formare atleti in età scolastica che successivamente saranno pilastri delle nostre squadre senior e delle nazionali italiane. Il tutto e subito può dare un risultato illusorio oggi ma non un futuro domani. Il lavoro, non obbligatoriamente focalizzato sull'ottenere una vittoria oggi, ci garantisce un futuro domani, dopo e se siamo stati bravi ci porta qualche risultato anche oggi!!!