

Decalogo per i genitori dei nuotatori



USA/SWIMMING, la federazione americana, diffonde questo decalogo per genitori, utile a tutti per accostarsi all'attività natatoria agonistica, mondo complesso e articolato, non semplice da comprendere. La proponiamo ai nostri genitori come spunto di riflessione.

- 1) Non imporre le tue ambizioni a tuo figlio. Ricorda che **il nuoto è la sua attività**. **Miglioramenti e progressi dipendono dalle caratteristiche individuali**. Non giudicare i progressi di tuo figlio in base al confronto con altri atleti e non criticarlo in base alle tue impressioni.
- 2) Sostieni comunque tuo figlio. L'unica domanda che devi porgli dopo una gara è "ti sei divertito?" Se gare e allenamenti non rappresentano un divertimento, tuo figlio non deve essere costretto a prendervi parte.
- 3) Non allenare tuo figlio. Non minare la credibilità dell'allenatore interferendo negli allenamenti. Il tuo compito è dare amore e sostegno. L'allenatore è responsabile del versante tecnico della preparazione. Non dare suggerimenti sulla tecnica o la strategia di gara. Non devi premiare tuo figlio per un buon risultato: ciò serve solo a confonderlo riguardo alle reali motivazioni per praticare questo sport e indebolisce la figura dell'allenatore.
- 4) Nel corso di una manifestazione esprimi solo commenti positivi. Devi essere di incoraggiamento e non devi mai criticare tuo figlio o il suo allenatore. Sanno riconoscere gli sbagli da soli.
- 5) Conosci le paure di tuo figlio. Le nuove esperienze possono essere stressanti. **E' assolutamente normale che tuo figlio sia impaurito**. Non minimizzare, confortalo nella convinzione che se il suo allenatore l'ha iscritto a una gara è perché ha dimostrato di essere pronto. Ricorda che il tuo compito è sostenerlo durante tutta la sua esperienza natatoria.
- 6) Non criticare gli ufficiali di gara. Non criticare persone che stanno facendo del proprio meglio, senza essere retribuiti in alcun modo.
- 7) Rispetta l'allenatore di tuo figlio. **La fiducia reciproca tra allenatore e nuotatore è indispensabile**. Contribuisce in maniera determinante al successo di tuo figlio. Non criticare l'allenatore in presenza di tuo figlio.
- 8) Sii leale nei confronti della squadra. Non è saggio che un genitore faccia "saltare" il figlio da un club all'altro. L'acqua del vicino non è necessariamente più blu. Tutti i club hanno i propri problemi, anche quelli che sfornano campioni. Cambiare continuamente squadra può essere emotivamente difficile. Raramente un atleta migliora in modo significativo dopo un cambio di squadra.
- 9) Dai a tuo figlio altri obiettivi oltre alla vittoria. Molti nuotatori di successo hanno imparato a concentrarsi sull'allenamento e non sui risultati. **Dare il massimo di sé stessi indipendentemente dai risultati è molto più importante che vincere**. Un campione olimpico diceva "Il mio obiettivo era stabilire un primato del mondo. Beh, l'ho fatto, ma nella stessa gara un altro atleta ha fatto ancora meglio. Questo mi rende un fallito? Per niente: vado fiero di quella gara".
- 10) Non aspettarti che tuo figlio partecipi alle Olimpiadi. Ogni 4 anni ci sono circa 50 convocati per i Giochi Olimpici, tra maschi e femmine. La possibilità che tuo figlio un giorno rientri fra i convocati è di circa lo 0,0002%