

LE COMPETENZE DI UN ALLENATORE

di M. Moretti (Hi-tec Volley feb/mar02)

Una domanda che i giovani tecnici spesso rivolgono a colleghi più esperti, è "cosa bisogna fare per diventare un buon allenatore?"

Innanzitutto bisogna premettere che non esiste una scuola che insegni a diventare allenatori. Sicuramente né il diploma I.S.E.F (ora Laurea in Scienze Motorie), né i corsi delle Federazioni sportive, forniscono le competenze necessarie per svolgere quest'attività nel migliore dei modi. Spesso, l'allenatore si forma sul campo, attraverso una serie di prove e d'errori che scaturiscono dall'esperienza propria e degli altri allenatori. L'allenatore è sostanzialmente un autodidatta, che si forma da sé con l'esperienza di tutti i giorni e che cerca di "rubare" segreti ad altri allenatori più esperti e preparati che, a loro volta, si erano probabilmente formati nello stesso modo (quante volte ho cercato di carpire "segreti" agli allenatori che in quel dato momento erano considerati i migliori: Dan Peterson, Silvano Prandi, Enzo Bearzot, Julio Velasco. N.d.A.). Ascoltando i tifosi o i giornalisti, ogni tanto si sentono frasi come "quell'allenatore è bravo a fare lo spogliatoio, l'altro sa gestire benissimo la partita", oppure "sa fare andare in forma la squadra nel momento opportuno". Che cosa è necessario allora saper fare? Questi, a nostro parere, sono gli aspetti fondamentali:

1. Formare la squadra, selezionare
2. Gestire il gruppo
3. Saper agire all'interno dell'organizzazione
4. Conoscere la tecnica, la tattica e la metodologia dell'allenamento
5. Saper essere un buon tattico durante la partita
6. Mettere in forma fisicamente
7. Condurre la squadra

SELEZIONARE

All'inizio della stagione, quando l'allenatore viene contattato dalla società, insieme a lei si trova a dover "formare la squadra". Selezionare e scegliere gli elementi che dovranno costituire la squadra nella stagione successiva, è il primo compito determinante per costruire un gruppo che possa ottenere dei risultati. Selezionare è quindi molto importante, e per farlo bisogna conoscere bene tanto i giocatori quanto il campionato in cui ci si dovrà confrontare. Un allenatore che opera in un campionato nuovo (ad esempio, in caso di promozione) troverà maggiori difficoltà nella selezione. Per scegliere bene gli elementi è necessario avere dei criteri precisi da adottare nella scelta, quali:

Capacità tecniche: è la prima cosa che va considerata, avere degli atleti con una buona tecnica può risultare determinante in una partita, soprattutto nei momenti decisivi.

Qualità fisiche: lo sport di oggi si differenzia da quello di dieci - venti anni fa, soprattutto per un'evoluzione delle qualità atletiche dei suoi protagonisti; a parità di capacità tecniche, le qualità fisiche diventano determinanti, e mentre le prime si possono sviluppare con l'allenamento, sulle qualità fisiche ci sono pochi margini di miglioramento.

Salute: è una condizione importante. Solo un'atleta in condizioni psico-fisiche ottimali può pensare di sopportare l'attività di una o più stagioni nei campionati di alto livello sportivo di oggi.

Età: anche questo è un elemento che va tenuto in considerazione nella fase di selezione, tenendo presente che maggiore sarà l'intensità della stagione (numero di gare da disputare), minori saranno le possibilità di atleti/e non più giovani di essere efficienti per l'intera stagione. Di contro, esiste il fattore esperienza, per il quale è difficile raggiungere un risultato importante se non si ha in campo un certo numero di atleti che hanno già avuto quell'esperienza (ad esempio che abbiano già vinto un campionato o fatto dei play-off).

Mentalità: con questo termine desideriamo racchiudere tutte quelle qualità psicologiche (controllo emotivo, volitività, fiducia nei propri mezzi, autodisciplina, capacità di stare in gruppo...) che per un

atleta sono sempre più importanti. Capita spesso di sentire che squadre fortissime dal punto di vista tecnico e atletico, non riescano a vincere nei confronti di squadre sulla carta più deboli, che però in campo dimostrano una mentalità vincente.

Comportamento e disciplina: abbiamo inserito quest'elemento volutamente all'ultimo posto. Se è importante avere degli atleti che siano rispettosi dei loro compagni, dell'allenamento e dei compiti che gli vengono assegnati e, che abbiano delle capacità di autodisciplina, riteniamo, salvo in casi eccezionali (comportamenti che contrastano con la vita di un atleta), di dover considerare questo come ultimo criterio in ordine d'importanza. Sarebbe un errore enorme non scegliere un atleta con grandi doti tecniche e grandi qualità fisiche perché difficile da gestire. Detto questo, per evitare che uno possa pensare di formare una squadra solo con "bravi ragazzi", è necessario ribadire altrettanto che avere degli atleti disciplinati, professionali e soprattutto capaci di lavorare in gruppo facilita all'allenatore il compito di costruzione di una squadra.

Siccome non ricordiamo alcun atleta che rispondesse perfettamente a tutti questi criteri, selezionare significa proprio decidere a quali criteri si voglia dare maggiore importanza. a discapito di altri cui si è disposti a rinunciare.

Nei campionati di oggi il compito di selezionare continua anche durante la stagione. I trasferimenti, infatti, non si chiudono più, come in passato, prima dell'inizio della stagione, (oppure, se chiusi, vengono riaperti per un periodo durante il campionato o possono essere effettuati dei "tagli"). L'allenatore dovrà continuare, per questo motivo, la sua opera di selezione anche durante il campionato, decidendo se confermare la fiducia a tutti i suoi giocatori/trici o se sostituirne qualcuno.

IL MODELLO DI GIOCO

Ogni allenatore deve avere un suo modello di gioco, che ritiene il migliore per la sua squadra, al fine di conseguire un risultato (personalmente credo pochissimo nel bel gioco che non ottiene risultati, N.d.A.). Come fa l'allenatore a crearsi un suo modello di gioco?

Lo studio delle squadre più forti, quelle che, per intenderci, primeggiano a livello mondiale, o che hanno conseguito un ciclo di vittorie possono, se studiate attentamente, fornire gli elementi per stabilire il modello di gioco migliore. Detto così sembrerebbe che non ci sia spazio per nessuna novità dal punto di vista tattico, ma non è vero.

Premesso che la novità intesa unicamente come cosa originale non produce nulla di buono, è chiaro che l'allenatore deve essere capace di adattare il suo modello a quelle che sono le necessità e caratteristiche della sua squadra.

NON BISOGNA ESSERE MAI TROPPO RIGIDI

L'allenatore non può rinunciare ad avere degli atleti/e forti che contrastano con il suo modello ideale di gioco. Guai a preferire una squadra con un modello di gioco ideale, ma con atleti non molto forti, piuttosto che una squadra con atleti molto forti e un modello di gioco adattato alla situazione.

Crediamo che un allenatore debba sempre scegliere la seconda soluzione.

TROVARE UN BUON EQUILIBRIO

Selezionare validi giocatori e avere in mente un buon sistema di gioco, non è sufficiente: bisogna trovare un buon equilibrio, soprattutto tra i titolari e le riserve. Sia gli uni sia gli altri, devono essere a conoscenza del loro compito all'interno della squadra.

Ad esempio, una riserva deve sapere in che occasione verrà utilizzata e in che modo ci si aspetta che dia il suo contributo.

E' opportuno scegliere riserve che siano a conoscenza del proprio ruolo e che lo sappiano accettare (personalmente preferisco avere in panchina degli atleti/e giovani che devono ancora emergere, i quali in genere sono più disponibili a stare in panchina e la cui voglia di affermarsi li fa trovare pronti in caso di necessità, N.d.A.). Un equilibrio deve esserci anche nel gioco: ad esempio tra l'attacco e la difesa.

Nella pallavolo questo è un po' più complesso perché si attacca quando il possesso di palla è della squadra avversaria. Per essere efficienti in attacco, ad esempio, bisogna prima ricevere ed alzare la palla, attraverso l'equilibrio di tutto il sistema ricezione – alzata - attacco.

LO STAFF DELL'ALLENATORE

Altro compito dell'allenatore sarà di formare, o di organizzare dove è già formato, un gruppo di persone che collaborano con lui nelle attività della squadra.

In un gruppo ci sarà un responsabile organizzativo (team manager), un medico sportivo che avrà il compito di coordinare lo staff medico (fisioterapista, osteopata, ortopedico, radiologo, dietologo...), una serie di tecnici sportivi cui verranno delegate delle specifiche competenze (vice-allenatore, preparatore atletico, addetto alle statistiche, addetto ai montaggi video).

Delegare in maniera chiara ad ogni collaboratore quelli che dovranno essere i propri compiti, e coordinare in modo efficace il lavoro di tutti, diventa un obiettivo importante per l'allenatore affinché l'attività possa svolgersi in modo ottimale (ad esempio, attraverso riunioni settimanali con tutto lo staff).

SELEZIONARE ANCHE NEL SETTORE GIOVANILE

Ad un allenatore del settore giovanile non deve bastare essere un buon insegnante e educatore (anche se non è poco), ma deve essere in grado anche di ricercare talenti.

Un buon allenatore del settore giovanile (under 14 o 16), non si limita ad allenare i giovani atleti a sua disposizione, ma ne ricerca degli altri che posseggano delle qualità fisiche particolari. Organizzare attività nelle scuole, osservare tante partite nei campionati giovanili, instaurare un rapporto di collaborazione con le società minori, soprattutto se hanno delle giovani promesse, risulta essenziale se si vuole avere un buon reclutamento, che è la base di un buon settore giovanile.

Maurizio Moretti

Allenatore di 3° Grado

Insegnante di Educazione Fisica

Tecnico COTTON CLUB CARIFAC Fabriano

(A2 Femminile)