

Don Alessio Albertini

NON ACCONTENTATEVI DI UN PAREGGIO MEDIOCRE



Prefazione del
card. Gianfranco Ravasi

INDICE

Prefazione <i>del card. Gianfranco Ravasi</i>	9
Introduzione <i>di don Alessio Albertini</i>	13
Discorso del Santo Padre Francesco ai partecipanti all'incontro promosso dal Centro Sportivo Italiano.....	15
CAPITOLO 1 Siete veramente a tutti gli effetti degli educatori	19
1.1 Dal Vangelo di Marco	
1.2 Fermati a pensare	
1.3 Parole da capitano	
1.4 Un tipo che piace	
1.5 Valore di un allenatore. <i>Perché è importante</i>	
1.6 Il ruolo dell'allenatore. <i>Che cosa fa</i>	
1.7 I saperi dell'allenatore. <i>Come lo fa</i>	
1.8 Bisogno di autorevolezza	
Messaggio del Santo Padre al Presidente del Pontificio Consiglio per i Laici in occasione del seminario internazionale di studio "Allenatori: educatori di persone"	
1.9 Una storia da ricordare: Ivan Klasni	
1.10 Lettera di una mamma alla "Gazzetta dello Sport" Allenatore a bordo campo	
CAPITOLO 2 La strada educativa dello sport	33
2.1 Dal Vangelo di Luca	
2.2 Fermati a pensare	
2.3 Quando parliamo di educazione	
2.4 Una storia da ricordare: Gianluca Vialli	
2.5 Colm O' Connell: il religioso che allena gli olimpionici kenyani Allenatore a bordo campo	
CAPITOLO 3 Nelle società sportive si impara ad accogliere	41
3.1 Dal Vangelo di Luca	
3.2 Fermati a pensare	
3.3 Accogliere: all'origine del tema	
3.4 Una storia per capire	
3.5 Una storia da ricordare: Luca che amava il calcio	
3.6 Quei baby calciatori licenziati con una lettera Allenatore a bordo campo	

CAPITOLO 4	Non accontentarsi di un “pareggio” mediocre, dare il meglio di se stessi.....54
	4.1 Dal Vangelo di Matteo
	4.2 Fermati a pensare
	4.3 Un pareggio mediocre
	4.4 La voglia di vincere
	4.5 Dieci anni o diecimila ore: la regola del successo
	4.6 Impegno
	4.7 L'importante è partecipare
	4.8 Una storia da ricordare: Herminator Maier
	4.9 L'incredibile storia di Bethany Hamilton Allenatore a bordo campo
CAPITOLO 5	Il valore di una sconfitta.....70
	5.1 Dal Vangelo di Matteo
	5.2 Fermati a pensare
	5.3 Una sconfitta da ricordare
	5.4 Perdere fa parte del gioco
	5.5 Imparare a perdere Allenatore a bordo campo
CAPITOLO 6	Che lo sport rimanga un gioco!77
	6.1 Dal Vangelo di Luca
	6.2 Fermati a pensare
	6.3 Giocare con Dio
	6.4 Vado a giocare
	6.5 Ci sto eccomi
	6.6 A che gioco giochiamo?
	6.7 Il maledetto United
	6.8 Liberi di giocare
	6.9 Non facciamo confusione
	6.10 Una storia da ricordare: Il pallone di Samir Allenatore a bordo campo
CAPITOLO 7	Vi auguro di sentire il gusto, la bellezza del gioco di squadra.....91
	7.1 Dal Vangelo di Marco
	7.2 Fermati a pensare
	7.3 Perché le squadre vincono?
	7.4 Spirito di squadra
	7.5 L'allenatore di una squadra
	7.6 Lo sport più pericoloso che esista
	7.7 Gioco di squadra
	7.8 Una storia da ricordare: Mister undici anelli Allenatore a bordo campo

CAPITOLO 8	Attraverso lo sport con i ragazzi delle periferie delle città108
	8.1 Dal vangelo di Matteo
	8.2 Fermati a pensare
	8.3 La rotta dei pescatori
	8.4 Contadini e pescatori
	8.5 Una Pastorale Giovanile missionaria
	8.6 Le sfide delle periferie
	8.7 È giusto dare a tutti la possibilità di giocare?
	8.8 Una storia da ricordare: O' maestro
	8.9 Rifugiati Football Club
	Allenatore a bordo campo
CAPITOLO 9	Se non c'è un gruppo sportivo in parrocchia, manca qualcosa...119
	9.1 Sguardo alla moviola
	9.2 Per una scelta pastorale
	9.3 Per riflettere insieme
	9.4 Persona al centro: vittoria assicurata
	9.5 Scelte da compiere
	9.6 Una storia da ricordare: La mia finale Mondiale
	9.7 Oratorio: festa, sogno e passione educativa
	9.8 La mia adolescenza a Rescaldina
	Allenatore a bordo campo
CAPITOLO 10	El milagro del San Lorenzo135
	10.1 All'inizio della stagione sportiva

PREFAZIONE

Una giornalista chiese alla teologa protestante tedesca Dorothee Sölle: “Come spiegherebbe la felicità a un bambino?”. La sua risposta fu sorprendente: “Non glielo spiegherei, gli darei un pallone per giocare”. Questo apologo, che il lettore troverà anche nelle pagine che seguiranno, scritte da don Alessio Albertini, consulente ecclesiastico del Centro Sportivo Italiano (Csi), sintetizza simbolicamente una tesi complessa legata alla questione dell’ominizzazione, ossia alla marcatura del trapasso dal primate all’*Homo sapiens*, in pratica alla definizione della nostra identità di uomini e donne. Il gioco – come l’arte e la stessa religione – va oltre la cura della mera sopravvivenza fisica e introduce la gratuità, la libertà, l’amore. In modo parallelo alla teologa cristiana di Colonia un pensatore giapponese zen, Kakuzo Okakura, nel suo saggio *La cerimonia del tè* (1907) affermava che il primo atto veramente “umano” avvenne quando l’uomo primitivo preparò e donò alla sua donna una corolla di fiori.

La gratuità, la libertà, la passione, la creatività sono i segni dell’umanità nella sua dimensione più alta. In questa luce nella Bibbia la metafora del gioco è divenuta a più riprese una via per rappresentare Dio stesso e il suo fedele. Nel *Libro dei Proverbi*, la Sapienza divina creatrice è raffigurata come una fanciulla che “gioca ogni istante, gioca sul globo terrestre ponendo la sua felicità tra i figli dell’uomo” (8,30-31). Anche san Paolo in una pagina della sua *Prima lettera ai Corinzi* (9,24-27) sviluppa un grappolo di metafore sportive in chiave spirituale.

Non sapete che, nelle corse allo stadio, tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo! Però ogni atleta deve allenarsi pienamente. Essi lo fanno per ottenere una corona che appassisce, noi invece una immortale. Io, dunque, corro ma non come chi non ha una meta; faccio pugilato ma non come chi batte solo l’aria; anzi, colpisco duramente il mio corpo riducendolo in schiavitù perché non accada che, dopo aver predicato agli altri, proprio io venga squalificato.

È interessante notare il rimando a due pratiche sportive, la corsa nello stadio e il pugilato. Il linguaggio adottato è tecnico: curioso è, ad esempio, il verbo *pyktèuô*, che ricorre solo qui in tutto il Nuovo Testamento, un verbo che descrive il gesto del pugile che non lancia colpi a vuoto, ma *hypopiázô*, letteralmente “cerca di colpire sotto l’occhio”, il punto più delicato del volto dell’avversario.

Anche nel suo “testamento” ideale, presente nella Seconda lettera indirizzata al fedele discepolo Timoteo (4,7), l’Apostolo farà il bilancio della sua vita ricorrendo all’immagine della corsa nello stadio, creando in greco persino una rima: *ton drómon tetèleka, ten pístin tetèreka*, “ho completato la corsa, ho conservato la fede”. D’altronde, il gioco, il divertimento, il tempo libero, la festa, l’intima connessione tra corpo e interiorità della persona fanno parte della civiltà, della cultura e della stessa religiosità di tutti i tempi. Si pensi solo al mondo greco classico che nell’esercizio sportivo vedeva la matrice della *paidèia*, cioè di una formazione basata sull’armonia fisica, psichica e intellettuale, come appariva negli eventi “olimpici”, generatori persino di poesia (le odi *Olimpiche* del poeta greco Pindaro), nelle immagini artistiche vascolari e plastiche (ad esempio, il *Discobolo* di Mirone) e nei giochi funebri cantati da Omero.

Non deve, perciò, stupire se una religione così “incarnata” come il Cristianesimo e, in particolare, il Cattolicesimo con la sua presenza strutturale nella società, abbia dedicato un’attenzione vivace allo sport. Quanti personaggi pubblici dello spettacolo o della canzone hanno rievocato i loro inizi adolescenziali proprio all’interno di un campetto di calcio di un oratorio. Pochi, però, sospettano che delle attività sportive si siano interessati i papi degli ultimi decenni, a partire dagli inizi del secolo scorso con Pio X, un santo sorprendentemente appassionato per questo fenomeno che allora non aveva ancora raggiunto gli odierni livelli di diffusione e popolarità. Pio XI, invece, lo sport l’aveva praticato: era stato, infatti, uno scalatore di vette alpine, al punto tale che alcune vette o sentieri di ascesa portano ancor oggi il suo cognome originario, Ratti.

Facile è pensare a san Giovanni Paolo II, definito l’“atleta di Dio”, mentre scia, fa canoa o nuoto e si rivolge incessantemente agli sportivi di ogni genere. Ormai tutti sanno che papa Francesco era, ed è, tifoso della squadra del San Lorenzo di

Buenos Aires della quale è anche tesserato (n. 88235N-O), versando la quota annuale di “*activo simple*”. Eppure anche figure papali apparentemente remote da questo orizzonte hanno compreso la verità di quanto affermava lo scrittore francese Jean Giraudoux: “Lo sport è l’esperanto dei popoli”.

Così Pio XII si dedicò alla “ricostruzione morale” della vita sportiva ed è impressionante la lista dei suoi incontri e discorsi per atleti, ciclisti, olimpionici, canottieri, alpinisti, corridori automobilistici, fantini e così via fino ai globetrotters e ai giocatori di baseball e di hockey. Altrettanto fitta è la serie di interventi di Paolo VI che, senza esitazione, dichiarava: “La Chiesa ammira, approva e incoraggia lo sport” e, rivolgendosi al Comitato olimpico internazionale, lo definiva come “la più alta e qualificata autorità in materia, l’interlocutore più valido che potremmo mai desiderare”.

Abbiamo voluto ricostruire questo grande fondale perché è in esso che si colloca il testo molto “mosso” e vivace che abbiamo tra le mani. Esso è posto, nel titolo, all’insegna di una frase di papa Francesco che si rivolgeva così soprattutto ai giovani: “Non accontentarsi di un pareggio mediocre, dare il meglio di se stessi, spendendo la vita per ciò che davvero vale e che dura per sempre. Non accontentarsi di queste vite tiepide, vite mediocrementemente pareggiate”. È, questa, non solo una legge dell’autentico agonismo sportivo ma anche della stessa vita e dell’esperienza religiosa. Infatti, chi s’adatta e si rassegna alle scelte ridotte e modeste diventa incapace delle grandi.

Tutto il percorso che don Alessio Albertini propone in queste pagine è scandito da una serie di verbi che si dispongono quasi come in una costellazione: essa illumina il ragazzo che, col suo allenatore o educatore, vuole seguire un itinerario completo di formazione umana e sportiva. Ecco una sequenza di questi verbi che hanno come avvio l’“ascoltare” la Parola di Cristo, dal quale sbocciano le varie riflessioni del volume: pensare, sapere, ricordare, interrogare, verificare, impegnarsi, partecipare, giocare, fare squadra, vincere e, al vertice, pregare (tant’è vero che le ultime pagine si trasformano in una preghiera-benedizione).

Ogni prefazione ha in chi la scrive un risvolto anche personale. Conosco, infatti, don Alessio dai suoi ultimi passi nel cammino di preparazione al sacerdozio: sono stato il suo docente di Sacra

Scrittura durante i corsi di teologia nel Seminario Arcivescovile Milanese. Ora i ruoli sembrano invertirsi perché, collaborando col Pontificio Consiglio della Cultura, che io presiedo, è lui a mostrarmi e a insegnarmi a entrare in un orizzonte come quello sportivo che conosco solo in quanto fenomeno socio-culturale. Queste sue pagine, infatti, mi conducono per mano ai bordi di un campo sportivo e, attraverso un caleidoscopio molto variegato di testimonianze, esempi, “storie da ricordare”, enumerazioni, grafici, mi svelano la ricchezza, la complessità, ma anche la difficoltà che quel terreno contiene.

Le sue righe, i paragrafi, i capitoli sono mobili come lo è il gioco e diventano simili a un puzzle molto ramificato che ha al centro, certamente, il ragazzo che gioca, ma soprattutto l'allenatore che, in un riquadro, è invitato a un severo esame di coscienza attraverso una batteria di domande che lo classificano variamente e anche crudamente: maniaco, impaziente, miope, despota, volgare, polemico, incontenibile, indipendente, globale, ricercatore, saggio... Egli, infatti, è sostanzialmente un educatore, che spesso condivide più ore coi ragazzi che allena di quanto accade ai genitori e ai maestri.

Il suo è un lavoro esaltante, ma anche faticoso, che fa sudare e ansimare, proprio come dice la parola stessa “allenare” che deriva dal verbo “anelare”, con un trasferimento (metatesi) di consonanti. Ma l'anelito ha anche una dimensione più alta, simbolica, di taglio spirituale, è la tensione verso l'alto, verso mete impegnative in un avanzare su sentieri d'altura. Un dinamismo che è anche nelle altre lingue, perché in inglese *coach* è la vettura che corre e *trainer* evoca il *train* del movimento che trascina. Proprio per attuare questo anelito superiore è necessaria, come scrive don Alessio, “un'alleanza educativa” tra Chiesa e sport. L'approdo finale è allora quello che il profeta Zaccaria sognava per la sua Gerusalemme: “Vecchi e vecchie siederanno nelle piazze di Gerusalemme, ognuno col bastone in mano per la loro longevità. Le piazze della città formicoleranno di fanciulli e di fanciulle, che giocheranno sulle sue piazze” (8,4-5).

card. Gianfranco Ravasi

INTRODUZIONE

Dicono che la bravura di chi va a calciare un calcio d'angolo non stia tanto nel lanciare la palla dove si trovano i propri compagni di squadra, bensì in quello spazio dove possono divincolarsi dal proprio marcatore per calciare a rete. Il suo compito non è facile: un buon pallone non è quello che va dritto sulla testa del compagno, bensì quello che obbliga a lottare e saltare in alto per superare l'opposizione del difensore o l'uscita del portiere. Dobbiamo riconoscere, allora, che il bravo calciatore d'angolo non offre mai una palla facile all'attaccante, ma lo obbliga a sforzarsi al massimo.

La bellezza di un gol su calcio d'angolo si vede nell'intesa perfetta tra chi crossa e chi spedisce la palla in rete.

È questa l'intenzione delle pagine che hai tra le mani. Papa Francesco ci ha offerto l'*assist* e adesso tocca a noi riuscire a trasformare quelle parole in azioni concrete.

Il 7 giugno 2014, in Piazza San Pietro, davanti a una folla colorata e festante del Centro Sportivo Italiano, in occasione del suo settantesimo anno di fondazione, papa Francesco con le sue parole ha lanciato un pallone che ora dobbiamo raggiungere per rendere davvero lo sport una straordinaria occasione educativa.

Parole semplici ma non facili, che ci obbligano a sforzarci per arrivare sempre più in alto. Parole ispirate dal Vangelo che invitano a trasformare lo sport in una grande occasione missionaria. Parole che affondano come un *tackle* per fermarci e rivedere il nostro promuovere lo sport.

L'augurio è di trovare in queste pagine una motivazione a intraprendere o continuare l'impegno nello sport. Qualche consiglio pratico per stimolare la riflessione. Alcune pagine evangeliche per non sentirti lontano dal cuore di Gesù che ama tutti e cerca tutti... anche quelli che corrono dietro un pallone.

don Alessio Albertini

CAPITOLO 1

SIETE VERAMENTE A TUTTI GLI EFFETTI DEGLI EDUCATORI

Conosco e apprezzo il vostro impegno e la vostra dedizione nel promuovere lo sport come esperienza educativa. Voi, giovani e adulti che vi occupate dei più piccoli, attraverso il vostro prezioso servizio siete veramente a tutti gli effetti degli educatori. È un motivo di giusto orgoglio, ma soprattutto è una responsabilità! Lo sport è una strada educativa

Papa Francesco

1.1 Dal Vangelo di Marco

Una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni, e che molto aveva sofferto da molti medici e aveva speso tutto ciò che possedeva senza nessun giovamento, anzi era piuttosto peggiorata, avendo udito parlare di Gesù, venne dietro tra la folla e gli toccò la veste, perché diceva: “Se riesco a toccare almeno le sue vesti, sarò salva”. In quell’istante la sua emorragia ristagnò; ed ella sentì nel suo corpo di essere guarita da quella malattia.

Mc 5,25-29

1.2 Fermati a pensare

Cosa spinge questa povera donna a cercare anche solo di toccare il lembo del mantello di Gesù? Possiamo dire che ha riconosciuto in Gesù una persona capace di offrirle la guarigione perché le sue parole e i suoi gesti, fino ad allora, hanno mostrato un amore capace di attirare e non di allontanare le persone. Con questo episodio l’evangelista Marco ha voluto mostrare che chi ha un messaggio da offrire dev’essere anzitutto una persona credibile, affidabile. Lo sappiamo bene per esperienza: chi vuole educare può farlo solo se è credibile. La credibilità di Gesù nasceva principalmente dal suo avere convinzioni e dalla sua coerenza tra ciò che pensava e diceva e ciò che viveva e ope-

rava. Non erano solo le sue parole che, raggiungendo l'altro, riuscivano a vincere le sue resistenze, non era un metodo o una strategia pedagogica: era la sua umanità. Una umanità autentica e coerente che non lasciava alcuno spazio tra le sue convinzioni e ciò che egli diceva e viveva.

Incontrando Gesù tutti percepivano che non c'era frattura tra le sue parole e i suoi gesti, i suoi sentimenti, il suo comportamento. Proprio da questa sua integrità nasceva la sua forza, la sua autorevolezza che spingeva gli uomini e le donne a cercarlo, perché non insegnava come gli scribi, come chi lo fa per mestiere, come chi ha solo una competenza tecnica.

Se avveniva una persuasione questa era causata soprattutto dalla testimonianza delle sue azioni: bastava vederlo.

Anche nelle nostre società sportive, chi si occupa dei ragazzi deve essere anzitutto affidabile. L'essere affidabile dipende dalla coerenza e l'affidabilità di un educatore risulta essere decisiva per educare.

PREGHIAMO

Signore!

È bello per me correre con i miei ragazzi,
nella gioia e nella fatica,
nella vittoria e nella sconfitta.

Grazie sia per le vittorie sia per le sconfitte
che rivelano il cammino della vita
e fanno maturare.

Là, in panchina, ci metto tutto me stesso:
insegnami a giocare la mia partita insieme a loro,
indicami il mio ruolo,
incoraggiami a dare sempre il meglio di me stesso.
Signore, aiutami a essere con loro un vero sportivo.

A vincere e restare modesto.

A perdere e conservare il sorriso e la dignità.

Ad accettare le decisioni dell'arbitro,
giuste o ingiuste che siano

Sii tu la mia guida e il mio maestro.

E quando saremo tentati di arrenderci
e di non impegnarci più,

ti prego vieni in panchina con me e poi
entra in campo con loro!

Con te vicino ricominceremo a giocare,
sul campo e nella vita.

1.3 Parole da capitano

Definendo gli adulti impegnati nelle attività sportive veri “educatori”, papa Francesco richiama l’attenzione a non dare per scontato che lo sport sia educativo di per sé, nella sua spontaneità, non bisognoso di decisioni e di impegno qualificato.

L’educazione è un percorso attraverso cui le giovani generazioni possono cercare, trovare e vivere un profilo alto di umanità.

Lo sport, allora, può aiutare le persone a realizzarsi, scoprendo sempre più una vita “bella, buona e felice”, evitando di cadere in una serie di pericoli, vizi, che la rendono infelice.

In questo contesto risulta decisivo il ruolo dei responsabili, soprattutto allenatori, nel proporre con la loro testimonianza questa vita buona. Non è sufficiente individuare principi e regole a cui uniformarci. Per crescere è necessario imparare da altri ad essere persone riuscite e lo si diventa non tanto ascoltando i loro insegnamenti quanto osservando il loro comportamento, il loro stile di vita.

Quando ci si trova a dover decidere in che cosa consiste la verità, e ad agire di conseguenza, è l’interpretazione che ne ha dato o darebbe la persona che stimiamo o apprezziamo, a costituire la misura a cui ispirarci. L’esperienza del vivere deve essere attinta e generata da un’altra esperienza.

1.4 Un tipo che piace

Capisci che il tuo ruolo può avere anche un aspetto formativo. Nel nostro ambiente questo, spesso, è troppe volte sottovalutato. Ed è un peccato. L’allenatore è un educatore. Anche in Serie A.

Roberto Donadoni

Un allenatore – ma un po’ tutti coloro che animano l’attività sportiva – deve sapere che viene eletto a modello di riferimento dai ragazzi. Di lui piace, soprattutto, la sua capacità relazionale: sa rapportarsi con ciascuno degli atleti della sua squadra e sa dialogare mettendosi in posizione di ascolto e di confronto. Questo dice quanto un ragazzo dia importanza alla qualità delle relazioni personali; desidera che il suo allenatore instauri con lui una relazione positiva prima di tutto come persona e poi come atleta. Per un ragazzo trovarsi accanto un adulto che sa

accettarlo e valorizzarlo, significa imparare a fidarsi di se stesso e delle proprie capacità, e muovere un livello di autostima sufficiente per affrontare le situazioni della vita. Significa, inoltre, avere a disposizione una persona a cui fare riferimento per riflettere, ragionare, acquisire valori e compiere delle scelte.

Un allenatore può facilmente essere preso come modello di riferimento, perché un ragazzo trova in lui una persona che ha già compiuto un percorso di vita che lo ha portato a esser forte, sicuro di sé, stabile emotivamente, capace di affrontare i problemi quotidiani e le scelte che riguardano il futuro.

Un allenatore viene scelto come modello da molti dei ragazzi di cui si occupa, perché risponde a un loro bisogno:

- ✓ è un adulto che vive con loro per molte ore la settimana;
- ✓ ha qualcosa di importante e gratificante da insegnare;
- ✓ ripone in loro aspettative positive;
- ✓ discute le strategie;
- ✓ rielabora gli insuccessi e si esalta con loro per i traguardi raggiunti;
- ✓ è un adulto che appartiene al contesto extra-familiare.

Un allenatore è un maestro. Spiega tecniche, regala segreti, insegna quei comportamenti che regolano i rapporti non solo sul campo, ma anche nella vita. Nello scambio tra lui e il calciatore, è quest'ultimo che deve brillare. Il protagonista del palcoscenico, il primo attore. L'allenatore è il regista e lavora dietro le quinte. Allenare un giovane è una missione. Bisogna avere la forza d'animo di non scendere in competizione con il giocatore, per non tarpargli le ali. Giuliano ci convocava quasi tutti i giorni nel campetto. Sempre lì, con noi. Felice di esserci.

Cesare Prandelli

1.5 Valore di un allenatore. *Perché è importante*

Un allenatore deve essere anche un educatore. Le regole le ho vissute su di me, le ho sempre accettate e rispettate ma non sono sicuro che riuscirei a insegnarle a qualcun altro. Non è paura, è proprio una responsabilità nei confronti degli altri.

Jury Chechi

A volte la dimensione educativa e relazionale di un allenatore viene fortemente penalizzata rispetto al ruolo tecnico che è chiamato a svolgere e sul quale gravano spesso le pressioni della società sportiva e di tanti genitori. Molti pongono l'accento sulla qualità delle prestazioni agonistiche e sui risultati da raggiungere.

In alcuni contesti la figura dell'allenatore sembra non venire considerata come risorsa educativa, esaltandone soltanto la sua funzione ricreativa. Non sembra trovare posto accanto alle catechiste, agli animatori, ai formatori perché impegnato solo nell'organizzazione sportiva, che sembra non essere così rilevante ai fini educativi per far crescere un ragazzo.

L'invito che viene da papa Francesco è quello di valorizzare l'allenatore come un vero educatore

ALLENATORE COME RISORSA EDUCATIVA

- ✓ L'impegno di allenare è una scelta per passione e per amore. Questo è un grande vantaggio perché presuppone una forte motivazione all'insegnamento della disciplina sportiva e un piacere profondo nel dedicarsi ai ragazzi.
- ✓ In genere l'allenatore è stato anche un atleta e conosce la disciplina sportiva. La sua storia è costituita da gioie e soddisfazioni, ma anche dalla sofferenza e dalle difficoltà sperimentate. Per questo motivo normalmente ha una buona capacità di comprensione nei confronti dei ragazzi che allena.
- ✓ Un aspetto gratificante del suo lavoro è vedere il raggiungimento da parte degli atleti, di livelli sempre più buoni e di risultati positivi.
- ✓ Per essere un buon allenatore è necessario aggiornarsi, partecipare a corsi di formazione, confrontarsi con altri, adattarsi e mediare rispetto alle esigenze esterne e della società sportiva.
- ✓ Per la relazione positiva che ha con i suoi atleti può incidere educativamente nella loro vita, può aiutare la loro crescita morale, personale e relazionale attraverso un contesto gioioso, dinamico, creativo.
- ✓ I ragazzi consegnano all'allenatore i problemi relativi ai vari ambiti della loro vita confidando le difficoltà che vivono in famiglia, a scuola, con gli amici. Proprio a loro si rivolgono per essere ascoltati, compresi, incoraggiati e sostenuti.

1.6 Il ruolo dell'allenatore. *Che cosa fa*

Nel calcio non sempre vincono i migliori. Io posso anche arrivare ultimo ma se ho ottenuto il massimo dai giocatori e li ho migliorati come allenatore ho vinto.

Zdenek Zeman

Allenatore è il termine con cui si definisce colui che ha competenze per preparare un atleta o una squadra al miglior rendimento. L'etimologia del termine richiama lena, dare lena, cioè dare forza per superare insufficienze, limiti ed esaltare pregi.

Il sostantivo inglese *coach* significa letteralmente “carrozza” mentre il verbo *to coach* significa istruire, preparare e, nello sport “allenare”. Il *coachman* è il cocchiere, colui che guida la carrozza.

Allora compito principale di ogni allenatore è quello di riconoscere e utilizzare tutte le risorse a disposizione e usare saggiamente il tempo a disposizione per portare i suoi atleti ai massimi livelli di prestazione. Il risultato di una prestazione è una concatenazione complessa di molti fattori: le qualità tecniche e fisiche degli atleti, il contesto nel quale si svolge una gara, le emozioni, la relazione allenatore-giocatore... Tuttavia nel tempo che ha a disposizione l'allenatore è chiamato a formare atleti maturi sviluppando e migliorando le loro abilità.

1.7 I saperi dell'allenatore. *Come lo fa*

La funzione di “docente” è la caratteristica più importante del ruolo dell'allenatore, ammettendo con onestà che se è relativamente facile acquisire e possedere competenze, molto più difficile è trasmetterle.

Sapere

Per allenare bisogna conoscere l'argomento; l'allenatore deve conoscere ciò che deve insegnare ai suoi atleti. Sapere è conoscenza dei contenuti della propria disciplina, anche attraverso un continuo aggiornamento personale (letture, partecipazione a corsi di formazione, conferenze, confronto con i colleghi). È conoscenza anche dei propri atleti e della loro realtà.

Saper fare

La progettazione didattica: l'improvvisazione e l'approssimazione renderebbero il lavoro di un allenatore improduttivo e superficiale. È indispensabile, quindi, un'accurata e puntuale progettazione, utilizzando al meglio le metodologie tecniche e pedagogiche. Va curata con attenzione la progressione didattica, cioè inserire gli esercizi in maniera logica e formativa per arrivare all'obiettivo previsto: capire quali esercizi inserire prima e quali dopo. Le competenze didattiche aiutano a strutturare gli allenamenti in modo sempre diverso, coinvolgente e stimolante.

Saper fare in campo

Dalla teoria alla pratica. Herbert Spencer afferma che "lo scopo supremo della formazione culturale non è l'erudizione ma l'azione". Riferendola allo sport possiamo dire che lo scopo principale della formazione di un atleta non è il sapere teorico ma il saper giocare in campo. Per fare questo è necessaria la capacità di trasferire sul campo i saperi e farli diventare azioni nei giocatori. Per riuscire a trasformare la teoria in prassi è fondamentale l'allenamento: in esso, utilizzando mezzi e metodi adeguati, l'allenatore dovrà trasmettere con chiarezza i contenuti e gli stimoli per insegnare ai suoi atleti soluzioni adeguate alle situazioni.

Non sono sufficienti, anche se importanti, competenze tecniche, cognizioni atletiche, conoscenza tattica, capacità gestionali per conseguire risultati apprezzabili.

Saper comunicare

Non si intende la capacità di parlare bene, con un linguaggio corretto o con una forma elegante. Comunicare ha a che fare con la relazione che esiste tra le persone e fa sì che questi si scambino amore, considerazione e sostegno oppure messaggi di significato opposto. La capacità di ascoltare e comunicare incoraggia un ragazzo e lo sostiene nel suo percorso di crescita.

Per comunicare efficacemente un allenatore deve:

- scegliere le parole giuste per esprimere un giudizio tecnico, una valutazione atletica evitando etichette negative;
- valorizzare l'impegno e l'energia profusi per favorire la motivazione, l'apprendimento e l'entusiasmo agonistico;
- pensare prima di parlare per evitare esternazioni che possono ferire;
- rimproverare ogni volta che un atleta mette in atto un atteggiamento inadeguato.

Saper essere

È la base su cui poggiare i bisogni dell'allenatore. È un esempio e la sua capacità di essere tale fa sì che il saper essere sia il fondamento su cui poggiare le conoscenze. Deve diventare sempre più un modello positivo, credibile, autorevole.

1.8 Bisogno di autorevolezza

L'educazione non può dunque fare a meno di quell'autorevolezza che rende credibile l'esercizio dell'autorità. Essa è frutto di esperienza e competenza, ma si acquista soprattutto con la coerenza della propria vitae con il coinvolgimento personale, espressione dell'amore vero. L'educatore è quindi un testimone della verità del bene: certo, anch'egli è fragile e può mancare, ma cercherà sempre di nuovo di mettersi in sintonia con la sua missione.

Benedetto XVI

Un allenatore deve essere autorevole perché credibile, credibile perché coerente e testimone. Bisogna testimoniare i valori professati. Educare non è trasmettere bagagli nozionistici, banche di dati, serie di principi nella mente degli educatori, con la pretesa che li trasferiscano a un atleta per via teorica, magari anche con ritmo ossessivo, senza la scelta dei tempi giusti, senza il rispetto del linguaggio opportuno. I valori si propongono nell'ordine dell'esperienza di vita e si trasmettono con la testimonianza di essi. Possiamo quasi dire che i valori passano da una vita all'altra per contagio, per rapporti simbiotici e per l'attrazione della testimonianza. Ciò che vale non va dimostrato ma mostrato: "Si educa attraverso ciò che si dice, di più attraverso ciò che si fa, di più ancora attraverso ciò che si è" (Ignazio di Antiochia).

Quando l'affermazione dei valori è smentita dall'incoerenza e dalla contro-testimonianza di un educatore, allora la reazione di un ragazzo è di delusione.

Kafka, toccato da questa delusione, con amarezza quasi acida scrive al padre nella sua famosa lettera: "Non ti attenevi ai precetti che imponevi".

**MESSAGGIO DEL SANTO PADRE
AL PRESIDENTE DEL PONTIFICIO CONSIGLIO PER I LAICI
IN OCCASIONE DEL SEMINARIO INTERNAZIONALE
DI STUDIO “ALLENATORI: EDUCATORI DI PERSONE”**

*Al Venerato Fratello
Signor Cardinale Stanislaw Rylko
Presidente del Pontificio Consiglio per i Laici*

Rivolgo il mio cordiale saluto a Lei e a tutti i partecipanti al seminario internazionale di studio sul tema “Allenatori: educatori di persone”, organizzato dalla sezione Chiesa e Sport del Pontificio Consiglio per i Laici. Proseguendo nel vostro percorso di riflessione e di promozione dei valori umani e cristiani dell’attività sportiva, in questo quarto seminario avete preso opportunamente in considerazione la figura dell’allenatore, ponendo l’accento sul suo ruolo di educatore, sia in ambito professionistico che amatoriale.

Tutti noi, nella vita, abbiamo bisogno di educatori, persone mature, sagge ed equilibrate che ci aiutano a crescere nella famiglia, nello studio, nel lavoro, nella fede. Educatori che ci incoraggiano a muovere i primi passi in una nuova attività senza aver paura degli ostacoli e delle sfide da affrontare; che ci spronano a superare momenti di difficoltà; che ci esortano ad avere fiducia in noi stessi e nei nostri compagni; che ci sono accanto sia nei momenti di delusione e smarrimento sia in quelli di gioia e di successo. Ebbene, anche l’allenatore sportivo, soprattutto negli ambienti cattolici dello sport amatoriale, può diventare per tanti ragazzi e giovani uno di questi buoni educatori, così importanti per lo sviluppo di una personalità matura, armonica e completa.

La presenza di un buon allenatore-educatore si rivela provvidenziale soprattutto negli anni dell’adolescenza e della prima giovinezza, quando la personalità è in pieno sviluppo e alla ricerca di modelli di riferimento e di identificazione; quando si avverte vivamente il bisogno di apprezzamento e di stima da parte non solo dei coetanei ma anche degli adulti; quando è più reale il pericolo di smarrirsi dietro cattivi esempi e nella ricerca di false felicità. In questa delicata fase della vita, è grande la responsabilità di un allenatore, che spesso ha il privilegio di passare molte ore alla settimana con i giovani e di avere grande influenza su di loro con il suo comportamento e la sua personalità. L’influenza di un educatore, soprattutto per i giovani, dipende più da ciò che egli è come persona e da come vive che da quello che dice. Quanto è importante allora che un allenatore sia esempio di integrità, di coerenza, di giusto giudizio, di imparzialità, ma anche di gioia di vivere, di pazienza, di capacità di stima e di benevolenza verso tutti e specialmente i più svantaggiati! E com’è importante che sia esempio di fede! La fede, infatti, sempre ci aiuta ad alzare lo sguardo verso

Dio, per non assolutizzare alcuna delle nostre attività, compresa quella sportiva, sia essa amatoriale o agonistica, e avere così il giusto distacco e la saggezza per relativizzare sia le sconfitte che i successi. La fede ci dà quello sguardo di bontà sugli altri che ci fa superare la tentazione della rivalità troppo accesa e dell'aggressività, ci fa comprendere la dignità di ogni persona, anche di quella meno dotata e svantaggiata. L'allenatore, in questo senso, può dare un contributo assai prezioso per creare un clima di solidarietà e di inclusione nei confronti dei giovani emarginati e a rischio di deriva sociale, riuscendo a trovare modi e mezzi adeguati per avvicinare anche loro alla pratica sportiva e a esperienze di socializzazione. Se ha equilibrio umano e spirituale saprà anche preservare i valori autentici dello sport e la sua natura fondamentale di gioco e di attività socializzante, impedendo che esso si snaturi sotto la spinta di tanti interessi, soprattutto economici, oggi sempre più invadenti.

L'allenatore può essere, dunque, un valido formatore dei giovani, accanto ai genitori, agli insegnanti, ai sacerdoti, ai catechisti. Ma ogni buon formatore deve ricevere una sua solida formazione. È necessario formare i formatori. È opportuno per questo che il vostro seminario richiami tutte le organizzazioni che operano nel campo dello sport, le federazioni internazionali e nazionali, le associazioni sportive laiche ed ecclesiali, a prestare la dovuta attenzione e a investire le necessarie risorse per la formazione professionale, umana e spirituale degli allenatori. Come sarebbe bello se in tutti gli sport, e a tutti i livelli, dalle grandi competizioni internazionali fino ai tornei degli oratori parrocchiali, i giovani incontrassero nei loro allenatori autentici testimoni di vita e di fede vissuta!

Prego il Signore, per intercessione della Vergine Santa, perché il vostro lavoro di questi giorni sia ricco di frutti per la pastorale dello sport, e perché si continui a promuovere la santità cristiana anche in questo ambiente, nel quale tante giovani vite possono essere raggiunte e trasformate da gioiosi testimoni del Vangelo. Vi chiedo per favore di pregare per me e con affetto vi benedico.

Dal Vaticano, 14 maggio 2015
Festa di san Mattia Apostolo

Francesco

1.9 Una storia da ricordare: Ivan Klasnic

Ivan Klasnic, nato in Germania da genitori croati di origine bosniaca, ex bomber del Werder Brema e della Nazionale croata, è cresciuto con la paura addosso. Fra il gennaio e il marzo 2007,

due operazioni per il trapianto di un rene: il primo con rigetto dell'organo materno, e il secondo, a buon fine, con l'organo paterno. Ci è voluto lo stesso coraggio di quando combatte in campo per avere ragione della malasorte. Chissà se Ivan ha pensato qualche volta a Giusy Versace, colpita da un handicap 100 volte più grave! Se lo ha pensato, è solo per confrontarsi con quel tipo di "volontà", capace di scalare le montagne. Anzi: addirittura di spostarle.

Sta di fatto che, alla fine, questo coraggio è andato premiato, perché, se il primo intervento è stato come sbagliare un rigore (può succedere), il secondo è stato segnare il gol della vita. Non solo riprendere una esistenza normale, ma anche la carriera sportiva con le stesse doti precedenti, e forse di più.

In un'intervista, infatti, Ivan ha dichiarato di sentirsi "più veloce" con il rene nuovo, alludendo a una maggiore leggerezza non fisica ma spirituale. Quando si è sull'orlo del baratro, e si riesce a fare tre passi indietro, senza finire giù, si ha la consapevolezza, in ogni frangente, di cosa sia il buio.

Quando si ricomincia, le energie sono doppie, perché si è in grado di apprezzare tutto quanto veniva dato per scontato. Prima il rene della madre, poi il rene del padre: Klasnic gioca con i suoi genitori "dentro". A volte anche con ciò che un allenatore è stato capace di insegnargli.

1.10 Lettera di una mamma alla "Gazzetta dello Sport"

Un giorno, mentre lo riaccompagnavo a casa dopo una partita, mio figlio mi disse che il suo allenatore era un po' stanco perché non aveva riposato bene la notte precedente la gara per la tensione. Provocatoriamente, allora, gli ho chiesto come mai, secondo lui, queste persone si impegnassero così tanto per allenarli e seguirli nello sport.

Mi aspettavo che mi rispondesse che lo facevano in quanto appassionati di calcio e della loro professione, invece mi rispose: "Lo fanno perché ci vogliono bene".

Questa risposta mi colpì perché – glielo dico con franchezza – ero sempre stata un po' restia all'ambiente calcistico in quanto, per diversi aspetti, lo ritenevo un ambiente poco educativo a livello generale.


Poi accade che la realtà ti metta davanti a delle evidenze alle quali non puoi sottrarti, così tramite il mio lavoro (sono una psicologa) ho voluto conoscere meglio l'ambiente della società (il Settore Giovanile dell'U.S. Delta 2000 [N.d.A.]) nella quale gioca mio figlio e ho così potuto apprezzare l'intento educativo e la passione umana profusa per la crescita dei ragazzi loro affidati e in particolare modo del loro tecnico, che a suo tempo propose a mio figlio di far parte della squadra e a noi genitori di accompagnarlo in questa avventura.

Anche se questo impegno ha richiesto un certo sforzo a mio figlio, che deve conciliare anche gli impegni scolastici e familiari, l'ho visto poi felice di quello che stava facendo, nonostante i risultati non brillanti delle gare.

In particolare, ed è questo il motivo che mi ha spinto a scrivere, l'ho visto contento del rapporto instaurato col suo allenatore e con i suoi compagni di squadra e, pertanto, ho dovuto ricredermi su tante mie posizioni che si sono rivelate solo dei pregiudizi.

Insieme a mio figlio ho avuto modo di leggere un'intervista fatta a Clarence Seedorf e devo dire che le parole del calciatore ricalcano perfettamente quello che è il desiderio di ogni genitore: vedere cioè il proprio figlio adolescente iniziare a spiccare il volo staccandosi progressivamente dall'ambito protettivo della famiglia che, tuttavia, non potrebbe lasciarlo andare allo sbaraglio e, pertanto la famiglia ha bisogno dell'aiuto di altri adulti ai quali affidarlo.

Adulti che abbiano una sintonia educativa con i principi morali della famiglia e, soprattutto, adulti che sappiano accompagnare mio figlio attraverso questa sua passione, con la quale noi, la sua famiglia, dobbiamo fare i conti, pur non essendo stati mai particolarmente appassionati di sport. Per questo ci sentiamo di dover rivolgere un pubblico ringraziamento al tecnico per il suo prezioso lavoro svolto in questi mesi.



Una giornalista chiese alla teologa protestante tedesca Dorothee Sölle: ‘Come spiegherebbe la felicità a un bambino?’. La sua risposta fu sorprendente: ‘Non glielo spiegherei, gli darei un pallone per giocare’. Il gioco – come l’arte e la stessa religione – va oltre la cura della mera sopravvivenza fisica e introduce la gratuità, la libertà, l’amore. In modo parallelo alla teologa cristiana di Colonia un pensatore giapponese zen, Kakuzo Okakura, nel suo saggio *La cerimonia del tè* (1907) affermava che il primo atto veramente “umano” avvenne quando l’uomo primitivo preparò e donò alla sua donna una corolla di fiori.

Questo di don Alessio Albertini è un libro esaltante ma anche faticoso che fa sudare e ansimare, proprio come dice la parola stessa ‘allenare’ che deriva dal verbo ‘anelare’, con un trasferimento (metatesi) di consonanti. Ma l’anelito ha anche una dimensione più alta, simbolica, di taglio spirituale, è la tensione verso l’alto, verso mete impegnative in un avanzare su sentieri d’altura. Un dinamismo che è anche nelle altre lingue, perché in inglese *coach* è la vettura che corre, e *trainer* evoca il train del movimento che trascina. Proprio per attuare questo anelito superiore è necessaria, come scrive don Alessio, ‘un’alleanza educativa’ tra Chiesa e sport. L’approdo finale è allora, quello che il profeta Zaccaria sognava per la sua Gerusalemme: “Vecchi e vecchie siederanno nelle piazze di Gerusalemme, ognuno col bastone in mano per la loro longevità. Le piazze della città, formicoleranno di fanciulli e di fanciulle, che giocheranno sulle sue piazze” (8,4-5).

Dalla prefazione del card. Gianfranco Ravasi

ISBN 978-88-6153-521-3



Euro 15,00 (I.i.)