



C.O.N.I.  
F.i.J.L.K.A.M.

## **RONIN KAI JUDO KARATE CLUB MESTRE**

### **SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA**

Via A. Aleardi ,47 - 30172 MESTRE VENEZIA – Tel. & fax 041.454391  
Sede degli allenamenti: Via Catalani, 9 MESTRE c/o palestra Scuola Media  
[www.roninkai.it](http://www.roninkai.it) e mail [stefanotringali@libero.it](mailto:stefanotringali@libero.it)

**C.F. 90001650275**

**Iscr. Albo Comunale N° 842**

**Iscr. Albo CONI A.S.D N° 33997**

**C/C P.T. 33216367**

**Cod. F.i.J.L.K.A.M. : 05VEO318**

### **DECALOGO PER GENITORI CON FIGLI CHE PRATICANO SPORT**

- Non imporre le tue aspirazioni a tuo figlio: ricorda che ogni bambino migliora e progredisce seguendo i suoi tempi, quindi non giudicare i progressi di tuo figlio confrontandolo con le prestazioni di altri atleti o con le tue aspettative.
- Sii di supporto a tuo figlio: c'è solo una domanda che devi porre a tuo figlio a fine allenamento o a fine gara: “ Ti sei divertito?”; poiché se non si diverte non sarà motivato a partecipare.
- Non cercare di sostituirti all'allenatore: il tuo lavoro è quello di dare amore incondizionato e supporto. Di a tuo figlio quanto sei fiero di lui e lascia la parte tecnica all'allenatore.
- Stima l'allenatore di tuo figlio: il legame tra l'allenatore e l'atleta è speciale e contribuisce al successo e al divertimento del tuo bambino, quindi non criticare l'allenatore in sua presenza, perché lo ferirà.
- Non criticare gli accompagnatori: se non sei interessato o non hai il tempo per aiutare lo staff come volontario, non criticare chi sta facendo tutto il possibile per dare una mano.
- Di solo cose positive durante le gare: devi essere incoraggiante e non criticare mai tuo figlio o il suo allenatore, perché entrambi sanno se e quando hanno commesso errori.
- Riconosci e rispetta le paure di tuo figlio: la prima gara può essere una situazione molto stressante ed è normale che il tuo bambino sia spaventato. Non sgridarlo e non sminuire i suoi sentimenti, assicuralo che l'allenatore non lo avrebbe fatto partecipare, se non lo ritenesse in grado. Ricordati anche che la maggior parte delle sue paure sono quelle che tu gli trasmetti.
- Sii leale e di supporto alla squadra: non è saggio continuare a spostare il bambino da una società all'altra, ognuna ha i suoi problemi , anche quelle in cui crescono i campioni.
- Tuo figlio non deve avere come unico obiettivo quello di vincere: i campioni sono quelli che hanno saputo concentrarsi sull' allenamento, più che sul risultato.
- Non aspettarti che tuo figlio diventi un atleta olimpico: pensa a quanti atleti che praticano lo sport di tuo figlio ci sono in Italia, e a quanti posti sono disponibili ogni 4 anni: le possibilità reali che tuo figlio diventi un atleta olimpico sono lo 0,00....%. Fare sport è molto più delle Olimpiadi, aiuta a crescere persone oneste e civili, proprio come tu vorresti tuo figlio, quindi sii contento anche solo del fatto che voglia cimentarsi nello sport.

**Dott. Prof. Alberto Ferrando**

*Specializzato in pediatria Garante dell'infanzia e dell'adolescenza*