

S.U.I.S.M

**Scuola Universitaria Interfacolta' in Scienze Motorie
TORINO**

MATERIA: PSICOLOGIA SOCIALE

ANNO ACCADEMICO: 2005-2006

PROFESSORE: Prof.ssa GAMBARINO Claudia

STUDENTE: ORLANDO Alessandro

MATRICOLA: 030176

LAUREA: VECCHIO ORDINAMENTO

PROGETTO DI OSSERVAZIONE:

" LA LEADERSHIP IN UNO STAFF TECNICO "



L'ambiente di lavoro e di ricerca seguito come progetto "osservazione" è stata la società di pallavolo femminile di serie A1 ,

S.ORSOLA ASYSTEL VOLLEY NOVARA



Argomenti della relazione :

1. Programmazione annuale degli obiettivi agonistici per la stagione sportiva 2005-2006;
2. Leadership all'interno dello staff ;
3. Esempio pratico di dinamica di gruppo in uno staff:
collaborazione tra preparatore fisico e fisioterapista;
4. Conclusioni generali



1. PROGRAMMAZIONE ANNUALE DEGLI OBIETTIVI AGONISTICI PER LA STAGIONE 2005-2006.

La stagione 2005-2006 appena terminata prevedeva come impegni e appuntamenti importanti :

- Regular season
- Play - off scudetto (quarti - semifinale - finale)
- Coppa Italia
- Super coppa Italiana
- Top Team Cup (Coppa Europea)

Prima dell'inizio della preparazione fisica avvenuta a fine agosto 2005, lo staff tecnico al completo si è riunito in diverse occasioni per finalizzare un programma di massima di macrociclo annuale.

Il macrociclo annuale prevedeva delle fasi di "carico" (lavoro fisico pesante) soprattutto a inizio anno quando gli appuntamenti agonistici si limitavano alle partite di regular season, mentre una fase di lavoro meno pesante per la seconda parte della stagione nella quale si concentrava tutto il resto degli appuntamenti.

Nello specifico la stagione è stata divisa in:

- ▶ *Periodo pre-agonistico dal 22-8-05 / 9-10-06*
- ▶ *Periodo agonistico fase 1 dal 9-10-05 / 27-12-06*
- ▶ *Periodo agonistico fase 2 dal 27-12-05 / 12-2-06*
- ▶ *Periodo agonistico fase 3 dal 12-02-06 / 12-3-06*
- ▶ *Periodo agonistico fase 4 dal 12-3-06 / fine stagione*

Ogni suddetto periodo prevede delle settimane di lavoro piu' intenso e da altre meno intense; nello specifico è stato importante valutare i periodi dell'anno dove si giocavano tre partite alla settimana per due o tre settimane consecutive , con relativi trasferte di tre giorni in Europa.

La settimana tipo con partita alla domenica prevedeva i seguenti allenamenti:

- Lunedì riposo (terapie per infortunate)
- Martedì pesi al mattino + tecnica al pomeriggio
- Mercoledì tecnica al mattino + tecnica al pomeriggio
- Giovedì pesi al mattino + tecnica al pomeriggio
- Venerdì riposo al mattino + tecnica al pomeriggio
- Sabato tecnica al mattino + riposo al pomeriggio
- Domenica rifinitura al mattino + **PARTITA** di reg. season

Mentre la settimana tipo con partita infrasettimale prevedeva i seguenti allenamenti:

- Lunedì riposo al mattino + pesi al pomeriggio
- Martedì riposo al mattino + tecnica al pomeriggio
- Mercoledì rifinitura al mattino + **PARTITA** alla sera
- Giovedì riposo (terapie per infortunate)
- Venerdì pesi al mattino + tecnica al pomeriggio
- Sabato tecnica al mattino + riposo al pomeriggio
- Domenica rifinitura al mattino + **PARTITA** di reg. season

Un aspetto importante che è stato valutato a inizio anno insieme al supervisore della preparazione atletica è stato quello di dividere le atlete in due gruppi :

- Coloro che non hanno giocato nel periodo estivo nelle rappresentative del proprio Paese;
- Coloro che avevano giocato nel periodo estivo con le rappresentative del proprio Paese.

E quindi le atlete cosiddette "nazionali" hanno goduto di giorni di vacanza supplementari arrivando a ritiro estivo quasi terminato e con un livello di preparazione totalmente differente al resto del gruppo.

Per cercare di portare tutte le atlete ad un identico livello di condizione fisico-organica, si è proseguito con il lavoro di carico con le ragazze non "nazionali", e un lavoro cosiddetto di "rigenerazione" per le "nazionali".

Il programma è durato circa tre settimane e con due programmi paralleli, al termine dei quali sono state effettuate delle batterie di test fisici.

Dopo attenta valutazione dei risultati ottenuti , si è deciso di uniformare il programma di lavoro e continuare per tutto il gruppo di atlete fino al termine della stagione.

La stagione è terminata circa due settimane fa e gli obiettivi raggiunti sono stati i seguenti:

- ***Terza classificata in regular season;***
- ***Vincitrice della Super Coppa Italiana***
- ***Vincitrice della Top Team Cup***
- ***Eliminazione alle semifinali play off scudetto***

2. LA LEADERSHIP IN UNO STAFF

Per definizione di gruppo s'intende:

"Soggetto sociale, costituito da piu' membri che tra loro instaurano un rapporto di interdipendenza ,il cui risultato costituisce e genera un entita' che è piu' della somma dei suoi membri."

Lewin , 1951



Penso che ancor prima di parlare di leadership all'interno di uno staff sia giusto soffermarci sull' importanza di sapere la definizione di GRUPPO; il pensiero di Lewin e' estremamente importante e facile da comprendere: senza rapporti, interazioni e dinamiche fra persone legate tra loro non esisterà mai la parola GRUPPO.

Il gruppo a qualsiasi livello di professione deve essere formato da individui che hanno un interesse, passione, pensieri uguali fra loro . Senza la formazione di un Gruppo è prematuro affrontare dinamiche come status o leadership.

E' quindi determinante capire fin dal primo momento se le persone che ci stanno vicino abbiano veramente qualita', esperienze professionali e fiducia per far parte del nostro gruppo di lavoro.

Innanzitutto bisogna stabilire i ruoli e le competenze di ognuno con la conseguente formazione di un leader e la definizione di altri ruoli.

In uno staff tecnico esistono diversi ruoli con compiti diversi tra loro, e nello specifico:

1. *primo allenatore*
2. *secondo allenatore*
3. *fisioterapista*
4. *preparatore fisico*
5. *scout-man*

Emergono pero' delle semplici domande.....

chi è a capo di uno staff tecnico ?

chi è il leader dello staff?

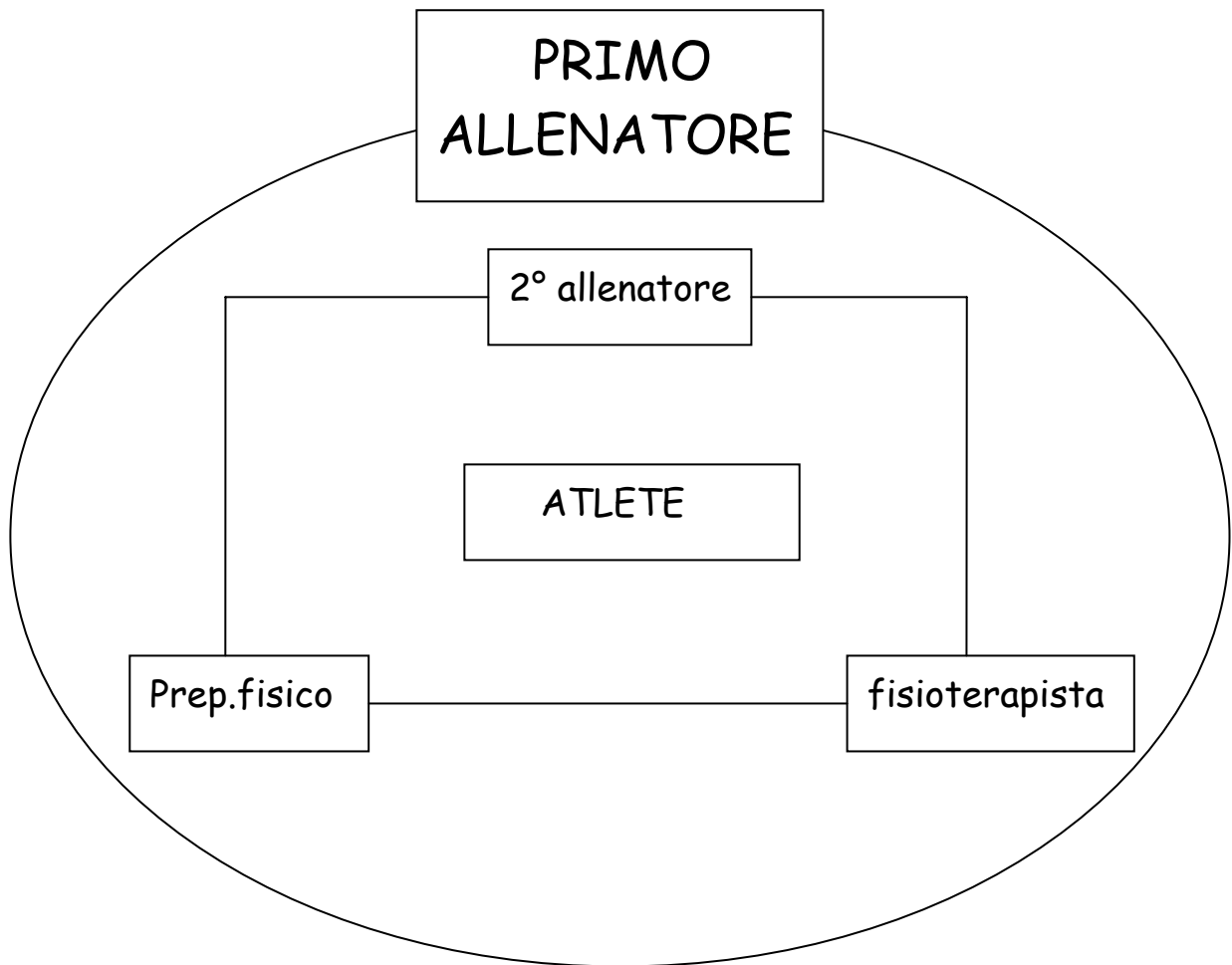
chi è il referente con la squadra?con la società?

chi sono i " gregari " di gruppo?

Dalla mia esperienza professionale ritengo che ogni componente dello staff tecnico abbia dei compiti da svolgere e decisioni da prendere ma colui che deve essere a capo di tutti come responsabile principale è il primo allenatore .

Il primo allenatore deve essere posizionato al centro di ogni situazione e conoscere nel dettaglio le eventuali problematiche che hanno le atlete.

Ad esempio il fisioterapista e il preparatore fisico devono aggiornare continuamente al primo allenatore sulla situazione fisico - organica di ogni atleta del gruppo.



Il primo allenatore è il leader di gruppo e adotta una leadership non autoritaria bensì democratica: ascolta il pensiero dei suoi collaboratori e delle atlete su problematiche , gestioni di situazioni particolari e personali, ma l'ultima parola spetta a lui.

Se il primo allenatore riesce a essere un ottimo leader, di conseguenza sarà un ottimo allenatore: il farsi rispettare deve essere alla base per gestire un gruppo di atlete soprattutto a livello professionistico.



Risulta determinante a questo punto che il primo allenatore sia affiancato nello staff tecnico da persone di fiducia: il secondo allenatore, il preparatore ed il fisioterapista devono essere di supporto al leader dello staff in ogni situazione e nel gestire quotidianamente le atlete.

Il concetto di Status si riferisce alla posizione che una persona occupa in un gruppo sociale .

E quindi in uno staff tecnico, dopo aver stabilito che il leader è il primo allenatore e che tutte le decisioni spettano a lui, le attenzioni si soffermano sugli "status" e quindi posizioni che hanno tutti gli altri componenti.

A parte il leader, il quale ha uno status superiore agli altri, il resto dello staff ha status uguali: fisioterapista , preparatore fisico e secondo allenatore sono sullo stesso livello.



Soprattutto a livello femminile è importante l'aspetto psicologico nel rapportarsi e interfacciarsi con le atlete.

Ho notato che gli allenatori del femminile curano nel dettaglio questa posizione ed ecco perché nella maggior parte delle volte, adottano un sistema di gestione meno autoritario e più comprensivo.

3. ESEMPIO PRATICO DI DINAMICA DI GRUPPO ALL'INTERNO DI UNO STAFF: COLLABORAZIONE TRA PREPARATORE FISICO E FISIOTERAPISTA

In uno staff tecnico di società professionistica è importante stabilire dal primo momento quali siano i ruoli e le competenze di ogni figura .

Tutti i componenti dello staff tecnico devono uniformare i propri comportamenti e i propri giudizi nei confronti di tutti gli atleti.

Esempio: un atleta che si infortuna dovrà affrontare "un percorso" riabilitativo e riceverà istruzioni quotidiane dallo staff (medico - fisioterapista - preparatore) .

E' importante quindi, che il pensiero e le indicazioni dei componenti dello staff chiamati in causa siano omogenei e in sintonia fra loro, allo scopo di evitare incomprensioni nelle atlete e limitare il più possibile i tempi di recupero .

Inoltre in questi anni di permanenza all'Asystel Volley ho notato che l'aspetto psicologico all'interno e dello staff e degli atleti, risulta determinante per la conquista di ogni successo : ogni azione , gesto tecnico o fisico anche i più difficili , risulteranno semplici.

Nella pallavolo moderna il preparatore fisico e il fisioterapista non possono limitarsi a fare solo il proprio lavoro, ma essere riferimento rassicurante, prima per l'atleta e non ultimo con il resto dello staff, e fra tutti ci deve essere

SINERGIA

In particolare tra il preparatore fisico e il fisioterapista ,i quali percorrono stesso binario e utilizzano stesso metro di giudizio soprattutto quando analizzano le caratteristiche fisiche e antropometriche delle atlete in fase di preparazione .

Il fisioterapista si occuperà della anamnesi medica e in particolare la funzionalità articolare e eventuali patologie osteopatiche mentre il preparatore fisico valuterà l'anamnesi fisica con una valutazione posturale generale e la specifica composizione corporea.

Seguirà da parte del preparatore fisico un programma di lavoro e di prevenzione generale per ridurre le percentuali di un possibile infortunio e per migliorare le qualità muscolari e organiche delle atlete, il tutto in sintonia con le indicazioni ricevute dallo staff medico , fisioterapista e non ultimo dall'allenatore

Altri compiti specifici non meno importanti di queste due figure professionali sono:

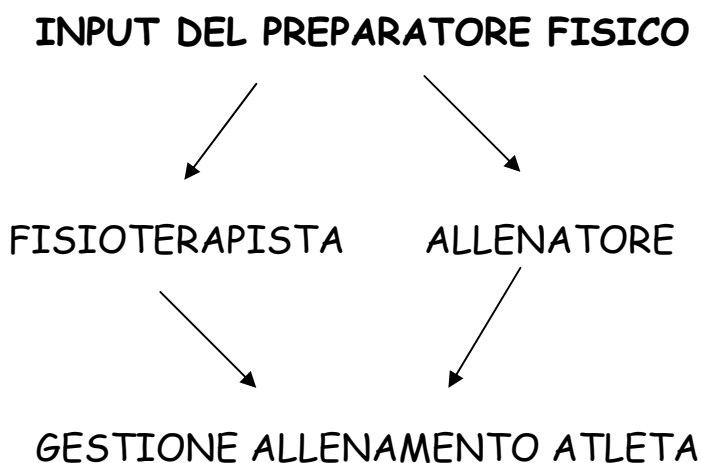
- professionalità e chiarezza nell'affrontare i rispettivi programmi di lavoro;
- puntualità alla base del lavoro quotidiano;
- reperibilità e disponibilità verso l'atleta e il resto dello staff.

La mia breve esperienza personale mi suggerisce quanto segue:

la presenza del preparatore fisico alle sedute di lavoro tecniche deve essere quotidiana e anticiparne l'inizio per confrontarsi e interfacciarsi con il fisioterapista ed eventualmente gli allenatori.

Uno dei compiti del preparatore ad esempio, è informare l'allenatore e il fisioterapista che il microciclo settimanale sarà di carico pesante a livello fisico-organico e ovviamente le atlete non potranno essere "brillanti" e reattive.

Sulla base degli input ricevuti dal preparatore fisico:
il fisioterapista saprà di avere una quantità di lavoro da svolgere (massaggi defaticanti , terapie) superiore rispetto alla norma , e l'allenatore saprà di non sovraccaricare ulteriormente le giocatrici nelle sedute tecniche (quantità di salti elevati) per non rendere inutile il lavoro impostato dal preparatore fisico .



Questo metodo di gestione tecnico-fisica qui sopra accennata dovrebbe essere la regola fondamentale di organizzazione e di correlazione di uno staff tecnico: lavorare in maniera corretta e con la giusta programmazione rende sicuramente più bassa la percentuale di infortuni.

Come ho detto in precedenza , la puntualita' nel lavoro quotidiano deve essere alla base per un preparatore fisico e fisioterapista.

Ho osservato come sia determinante la fase di riscaldamento che il fisioterapista applica ad ogni atleta: riscaldare con creme i muscoli e le articolazioni prima, e, l'applicazione del ghiaccio e il massaggio defaticante alla fine di ogni seduta, sono di sostegno per una maggiore tranquillita' dell'atleta nello svolgere l'allenamento.

4. CONCLUSIONI GENERALI

Risulta evidente a questo punto l'indispensabilità della presenza delle figure professionali sopra descritte all'interno di uno staff allo scopo di ottimizzare la crescita e la gestione completa di una squadra a qualsiasi livello.



Se tra preparatore fisico e fisioterapista (senza dimenticare gli altri componenti dello staff) nasce la consapevolezza di interfacciarsi e di relazionarsi continuamente, i risultati saranno senz'altro positivi, ma molto più importante la tutela e l'integrità psico-fisica delle atlete che andranno in campo.

Concludo facendo mio il pensiero riportato in un'intervista al neo allenatore Campione D'Italia Ferdinando De Giorgi della Lube Macerata Volley , nella quale sottolinea e afferma l'ottimo lavoro svolto dal preparatore fisico e fisioterapista che hanno contribuito in maniera determinante per una condizione psico-fisica ottimale durante tutta la stagione, culminata con la vittoria dello scudetto.

ORLANDO ALESSANDRO