

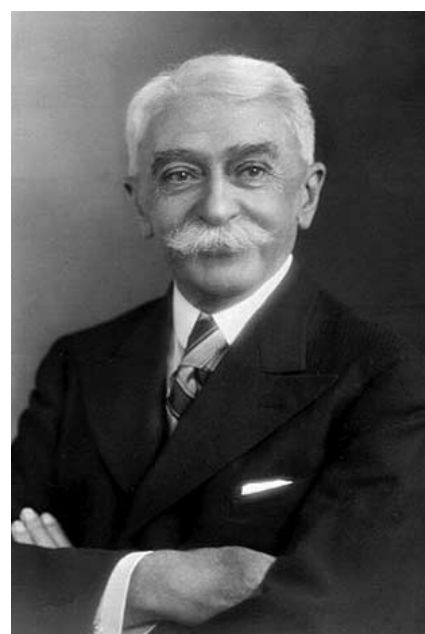
Mentalità sportiva è anche imparare a vincere (mentalità vincente), che si sviluppa attraverso un processo complesso (ma che non deve essere complicato) che conosce alcune tappe importanti:

- Conoscere, riconoscere i nostri avversari per competere al loro livello;
- Vincere le difficoltà interne ed esterne;
- Operare con metodo per ricercare la qualità.

Già precedentemente ci siamo posti il problema: ma chi sono, che cosa fanno e come agiscono i nostri concorrenti? Come posso competere al loro stesso livello? E' il punto di partenza che si esprime in una domanda semplice: "se voglio vincere con i miei avversari, che cosa posso fare per essere migliore di loro?" Posso andare a casa loro per studiare ed imparare? A questa e ad altre simili domande, francamente, oggi ho l'impressione che proviamo a rispondere timidamente. Ancora troppo spesso ho l'impressione che non solo i nostri atleti pensino: "gli altri sono più allenati, più bravi, concentrati, quindi non posso fare nulla!!!" Anzi, a volte sembra ci creiamo delle difficoltà e degli alibi a loro collegati per sostenere questa "mala idea": è un po' come se ci allenassimo a fare le cose sbagliate. In partita rischiamo oltre il lecito oppure manteniamo un atteggiamento passivo, quasi volessimo accelerare i tempi della sconfitta. Al contrario ... e se provassimo a procedere con certa convinzione? Provassimo ad allenare aspetti positivi? Ad esempio se ho delle lacune in risposta al servizio, posso provare ad individuare il problema (magari l'impugnatura della racchetta...) e provare a risolverlo? Se mi sposto con difficoltà, posso provare a migliorare la coordinazione e l'efficienza fisica? Se non sempre ho tempo (per via della scuola) di allenarmi due volte al giorno, posso immaginarmi di utilizzare comunque tutti i momenti liberi, magari anche durante le festività? Se ho una condizione atletica precaria (perché non mi piace faticare.....), posso vincere questa mia pigrizia? Se non ho opportunità di crescita nell'ambiente in cui mi trovo, posso pensare di trovare soluzioni alternative? La vittoria numero uno sarebbe proprio questa, vincere i nostri limiti. La seconda affermazione, di fatto collegata alla precedente, è rappresentata dal voler prevalere

sulle difficoltà esterne rappresentate da tutti gli ostacoli che si frappongono (le condizioni di allenamento, i budget limitati, i quotidiani impegni, la mancanza di stimoli dell'ambiente in cui si vive) al nostro procedere. La terza ed ultima coinvolge più direttamente tutti noi, dirigenti, tecnici di club e dell'organizzazione federale: infatti come possiamo pensare di produrre reali cambiamenti (una crescita sportiva concreta) se non operiamo con metodo? Ma che cosa significa operare con metodo? Significa innanzi tutto conoscere, padroneggiare, il proprio mestiere e la propria attività: infatti è innegabile che gli interventi del Tecnico, soprattutto durante il match, possano facilitare la prestazione dell'atleta, riconoscendogli sicurezze e soluzioni concrete. Mettere in campo una strategia per poi progettare che cosa fare, come agire, quali soluzioni individuare, coinvolgendo gli atleti per renderli consapevoli, documentando quali cambiamenti fossero attesi e i feedback del campo. Significa ancora, riconoscere continuità nel tempo ad una gestione delle attività di preparazione e di competizione, in modo che possano produrre apprendimenti acquisiti. Accettando quindi che un piano di lavoro per la Squadra Nazionale debba essere sviluppato in toto e non solo per le parti che ci interessano. Avere il coraggio di verificare continuamente se il proprio lavoro produce reali cambiamenti che si traducono nell'acquisizione e nel consolidamento di abilità motorie e di gara per l'atleta. Ricerare favorevoli ambienti di allenamento, nei quali si possano trovare sparring, atleti e tecnici fortemente motivati, pronti a dare il massimo impegno senza un attimo di tregua. Comprendere a quale livello di riuscita vogliamo ambire per attuare i comportamenti più efficaci. Avere la voglia di andare ad imparare presso quelle realtà sportive più evolute, là dove il tennistavolo è sport vero e le persone lottano per riuscire. Mi sono senz'altro dilungato per esprimere tanti personali convincimenti. Ma se qualcuno di coloro che sono riusciti ad arrivare in fondo lo ritenesse opportuno, provi a scrivermi con la posta elettronica per dire che cosa ne pensa. Ogni contributo ponderato, ne sono convinto, può farci crescere.

LA PRATICA SPORTIVA HA GENERATO UNA MENTALITÀ CHE ANCORA OGGI AFFASCINA TANTI, ESPRESSA IN IMPEGNO QUOTIDIANO, VOGLIA DI MIGLIORARSI E CONFRONTARSI, RICERCA CONTINUA, RISPETTO DEL LAVORO, DELL'IMPEGNO DEGLI ALTRI, E SOPRATTUTTO DI AMORE VERSO LA PRATICA DEL TENNISTAVOLO. LA CULTURA SPORTIVA SI SVILUPPA GRAZIE AL CONTRIBUTO DELLE PERSONE CHE ANIMANO LA PRATICA: DIRIGENTI, ARBITRI, TECNICI, ATLETI. TUTTI QUINDI POSSIAMO, ANZI DOBBIAMO, CONTRIBUIRVI



Il barone De Coubertin