



## IL VADEMECUM PER I GENITORI

1. Insistete con le vostre figlie sul valore di un sano allenamento che, se eseguito con impegno, vale per sé stessi ed anche per il gruppo.
2. Abbiate fiducia: un clima di sospetti crea alibi (un grosso ostacolo alla formazione sportiva delle ragazze) e favorisce la loro non responsabilizzazione.
3. Non siate troppo protettivi: favorite invece l'autonomia, la capacità di affrontare le difficoltà e l'assunzione di responsabilità.
4. E' auspicabile partecipare a tutte le manifestazioni della società, in quanto esse vengono organizzate ad esclusivo vantaggio delle vostre figlie.
5. Cercate di comprendere l'impegno e la difficoltà degli allenatori e dei dirigenti. Aiutateli, ricordate che il loro fine è sempre il bene delle ragazze e di tutto il gruppo.
6. Abbiate pazienza: la formazione di un atleta è un processo lungo e difficile, ogni ragazza ha un suo percorso, con i suoi ritmi personali.
7. Rispettate ed insegnate a rispettare le compagne, i giudici, e le avversarie.
8. Incoraggiate sempre le vostre figlie, e le loro compagne di squadra. Non deridetetele, la voce di un genitore, anche se nel frastuono di una palestra, si sente sempre prima e meglio.
9. Ricordate che le vostre figlie praticano il volley per il loro divertimento, e per migliorare la loro capacità. Provate a riflettere sui loro progressi a livello motorio e nei rapporti con il gruppo. Non sempre lo sport produce un "campione" ma sempre deve aiutare a crescere.
10. Non entrate in questione tecniche che non vi riguardano. Non sovrapponetevi agli allenatori. Sarebbe poi difficile per una ragazza seguire i consigli di chi viene definito incompetente dai propri genitori. Abbiate un comportamento corretto e leale con l'allenatore: è uno degli artefici dei progressi dell'atleta, e non è saggio mettere in dubbio la sua figura agli occhi delle proprie figlie. E' colui che concorre allo sviluppo di una corretta educazione sportiva (rispetto delle regole, puntualità, ordine, riposo, tutela della salute, ecc.)



11. Insegnate alle ragazze che una prestazione onesta, (ho dato il mio massimo) vale tanto quanto una vittoria. Stimolate la loro voglia di migliorare.
12. Aiutate vostra figlia a vivere lo sport serenamente, imparando a gestire la sconfitta come stimolo al miglioramento, e la vittoria come un frutto del lavoro svolto tutte insieme.
13. Non trasmettete alle vostre figlie l'eventuale vostra voglia di emergere o la rivincita su risultati sportivi da voi non raggiunti. Lasciate che l'attività sportiva sia per le vostre figlie un sano intermezzo nelle altre importanti attività quotidiane.
14. I genitori devono incoraggiare e aiutare la ragazza ad apprezzare la sfida che lo sport comporta, insegnarle a non arrendersi e a sopportare la fatica, condividere con lei il sacrificio per ottenere un obiettivo, farle capire la stima per il suo impegno e che la sicurezza del loro amore sia di fronte ad una sconfitta che ad una vittoria.
15. La vostra presenza gratifica le vostre figlie e la loro autostima, permetterà loro di sentirsi sostenute, a chiaro vantaggio dei risultati sociali oltre che sportivi.  
Ricordatevi che il vostro sostegno e la vostra partecipazione sono anche per noi un rinforzo positivo per continuare le attività.
16. Per una crescita armonica e globale dell'individuo è opportuno che ad un buon allenamento sportivo sia collegato un buon rendimento scolastico.
17. Se ci accorge di problemi relativi alla propria figlia (problemi personali) è bene affrontarli subito prima che diventino gravi, eventualmente parlandone con il team manager, e con l'allenatore.
18. La pallavolo è uno sport collettivo: gli interessi sociali e di squadra vengono prima di quelli individuali (dei dirigenti, degli allenatori, degli atleti). Il comportamento dei genitori non deve turbare la vita del gruppo e della squadra. Il gruppo dei genitori deve essere sempre di buon esempio nei confronti della squadra e delle proprie figlie.



19. Non tenere comportamenti che arrechino danno all'immagine della società. In gara (con l'arbitro), con gli avversari (atleti e supporter), dentro e fuori dal campo. È necessario avere un buon autocontrollo, equilibrio e discrezione. Se vivete una partita in modo appassionato, cercate di esercitare solo un tifo positivo.
20. Non cercate di risolvere i problemi a caldo quando si è alterati. Con calma è più facile risolverli sia con la propria figlia, ma anche con gli altri adulti. (genitori, allenatori e dirigenti).
21. Sostegno sempre!! durante le partite tifate per vostra figlia, ma soprattutto per tutta la squadra, se ognuno in campo dà il massimo, che gli incitamenti e gli applausi non manchino mai! Per le vostre figlie è una iniezione di fiducia e voi vi potreste trasformare nel settimo giocatore in campo.
22. Appassionatevi. Quello che sta facendo vostra figlia è uno sport dove ci sta mettendo tutta la sua passione. Non tenete un atteggiamento distaccato, provate a condividere questa passione con lei, informatevi, guardate una partita assieme, fatevi spiegare da lei quello che non capite, (o informatevi in società troverete sempre qualcuno disposto a darvi tutte le spiegazioni), può essere un ottimo modo per conoscere, e passare del piacevole tempo insieme a vostra figlia, e se poi la cosa vi piace....
23. La GEAS VOLLEY A.S.D. non è una associazione esclusiva, ma aperta ad ogni genitore, appassionato a vario titolo, che desideri contribuire al funzionamento della stessa con servizi di varia natura: Dirigente, Arbitro, Dirigente Accompagnatore (team manager), Dirigente Segnapunti, ecc.

GEAS VOLLEY ASD