

Decalogo esordienti 1997 : dieci semplici regole per una stagione proficua

1. **Cerca di essere il più possibile presente agli allenamenti e agli altri impegni ufficiali e quando non riesci avverti tempestivamente :** nel momento in cui decidi di venire a scuola calcio prendi un impegno verso i compagni e l'allenatore , che fanno affidamento sulla tua presenza; se ti assenti senza avvisare stai venendo meno alla fiducia che hanno riposto in te. Inoltre , come le lezioni a scuola anche gli allenamenti hanno una loro successione : se non sai fare le addizioni come puoi saper fare le moltiplicazioni?
2. **Rispetta i compagni :** il calcio è un gioco di squadra e insultare o rimproverare un compagno , oltre ad essere un segno di maleducazione , è un dispetto che fai alla squadra nella quale giochi , quindi a te stesso.
3. **Rispetta l'allenatore :** se non hai capito un esercizio hai il diritto/dovere di interrompere e chiedere spiegazioni. Non è invece un diritto interrompere un allenamento perché non ti piace un esercizio e/o il ruolo in campo che ti è stato assegnato e/o la composizione della squadra per la partitella ecc ecc : hai mai pensato a cosa succederebbe se tutti facessero altrettanto? Se proprio è una questione importante l'istruttore è a tua completa disposizione al termine dell'allenamento , negli spogliatoi.
4. **Rispetta i genitori , i dirigenti , l'arbitro :** pensa che se puoi venire al campo a giocare è anche perché tante persone così si impegnano gratuitamente nella vita della società.
5. **Rispetta il materiale che la società ti mette a disposizione :** l'allenamento non termina con la partitella , ma quando tutti hanno riposto correttamente il materiale utilizzato.
6. **Rispetta gli avversari :** la partita settimanale non è un campo di battaglia e gli avversari non sono i tuoi nemici. Sono lo strumento per capire se stai imparando quanto ti è stato insegnato in allenamento : e ricorda che si può imparare anche perdendo come si può non imparare vincendo.
7. **Non abbatterti nell'insuccesso :** ogni errore è una straordinaria opportunità di crescita , purché tu ne capisca le cause e ti impegni a migliorare. Volere è potere.
8. **Non esaltarti nel successo :** se vuoi diventare un bravo giocatore (e non solo!) non c'è peggior errore che tu possa compiere che sentirti talmente forte da non aver più bisogno di imparare/migliorare.
9. **Organizzati con gli impegni e cerca di essere autonomo:** cerca di prepararti da solo la borsa con tutto l'occorrente e di ricordarti da solo l'orario delle convocazioni; la scuola deve essere la tua prima priorità , ma non venire agli allenamenti perché devi terminare i compiti che ti sono stati assegnati una settimana fa non è una giustificazione accettabile; se non sei in grado di organizzarti adesso che frequenti la prima media come potrai farlo quando sarai al liceo? E all'università?
10. **C'è un tempo per scherzare ed uno per impegnarsi :** venire al campo deve essere un divertimento , ma non ci si diverte solo ridendo e scherzando; anche imparare e migliorare possono (e devono) essere fonti di divertimento. Ridere e scherzare quando dovresti imparare non è divertente , è solo un modo per buttare via il proprio tempo.

Settimana per settimana , chi dimostra di essere d'esempio ricordando e rispettando queste semplici regole sarà premiato con la fascia di capitano.

*Il Mister
Daniele Ciampichetti*