Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 3 (2001)

Heft: 1

Artikel: "L'entusiasmo è contagioso!"

Autor: Cuvit, François / Ruhnke, Kent

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001930

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«L'entusiasmo è contagioso!»

Fotomontaggio. Foto: A.J. Geisser/Daniel Käsermann

Attualmente allenatori e docenti di educazione fisica hanno a disposizione infiniti mezzi di natura teorica, pratica e tecnica che li possono aiutare a pianificare, impostare, realizzare e valutare l'insegnamento. Ciononostante, come nel caso di Kent Ruhnke vi sono coloro che affrontano il loro lavoro in modo piuttosto intuitivo e percorrono un cammino completamente indivi duale, con successo: l'allenatore di hockey canadese ha portato lo ZSC Lions al titolo di Campione svizzero.

François Cuvit

Kent Ruhnke è cresciuto in Canada ed ha compiuto i suoi studi di insegnante di sport all'Università di Toronto, dove alla fine ha ottenuto il Masters of Business Administration, MBA. Ormai quarantenne, in Svizzera ha portato due volte un club al titolo di campione nazionale. Al momento dell'intervista operava come insegnante alla Inter Community School a Zumikon nei pressi di Zurigo. Passare dalla pista di ghiaccio di Zurigo alla palestra scolastica non gli è stato facile. Ciononostante nel suo lavoro non fa una grande differenza tra allievi ed atleti di alto livello. «Nella vita tutto si riduce ad un problema di atteggiamento. Un insegnante, così come un coach, deve trovare l'atteggiamento giusto per affrontare correttamente il problema.» Quando Ruhnke si trova davanti una classe od una squadra, per prima cosa riflette sempre su come può migliorare il loro atteggiamento. Sia sul ghiaccio che a scuola cerca di trasmettere una buona impressione e sensazioni positive a coloro che gli sono affidati.

«Questa disposizione positiva di base è decisiva, affinché gli atleti riescano a fornire una buona prestazione.» Per farlo, Ruhnke cerca volutamente di aumentare la fiducia del singolo in sé stesso. Se si vuole che una squadra funzioni come un insieme, è importante che il giocatore, oltre a fattori ovvi, quali forza e stato di forma disponga di una formazione di base sulla gamemanship, come lui la chiama, intendendo con essa la capacità dell'atleta di affrontare mentalmente in modo giusto una partita, di risolvere in modo intelligente problemi concreti, di scegliere le vie più efficaci e di guidare bene i compagni di gioco: «Io individuo immediatamente questo tipo di giocatore.»

Lo sport deve essere vissuto positivamente

Malgrado vi siano molti fattori in comune nell'assistere atleti giovani e adulti, Ruhnke attribuisce un peso diverso a certe cose: «I professionisti hanno certi obiettivi. Vogliono mettersi in mostra, vogliono stipulare contratti migliori, ecc. Perciò si può esigere di più da loro, formarli volutamente – anche in campo tattico e mentale – e porre loro determinati obiettivi. Invece i bambini non sanno ancora dove vogliono andare.» Ruhnke sottolinea che i bambini debbono essere stimolati continuamente e dimostrare interesse per lo sport. Il suo motto è: «L'entusiasmo è contagioso!» «I bambini devono poter divertirsi e non devono an-

dare via dalla palestra senza ridere con allegria.»

L'entusiasmo è più importante della teoria

Kent Ruhnke si autodefinisce un coach che lavora piuttosto d'intuito. Le conoscenze teoriche sono importanti nel campo del fitness, dell'allenamento della forza, dei sistemi di squadra, della tattica della formazione, ecc. Per lui, atteggiamento ed entusiasmo sono importanti quanto ed addirittura di più delle teorie. «Perciò lavoro molto con il cuore!» Ed è esattamente questo che cerca di suscitare negli atleti. In fondo per lui non conta con quale tecnica un giocatore conduca il disco, basta che lo conduca efficacemente. A questo proposito Ruhnke, entusiasmandosi ricorda Wayne Gretzky, la leggenda dell'hockey: «Non conta quanto sei veloce, la cosa più importante è con quale velocità arrivi sul puck.» «Questo è il mio motto preferito di uomo, coach ed insegnante.»

« I bambini non devono andare via dalla palestra senza ridere allegramente. »

Trasmettere messaggi di rispetto e fiducia

Chi si occupa di allievi ed atleti non può evitare di riflettere su certi aspetti della comunicazione. Per prima cosa Ruhnke vuole costruire un buon rapporto con i suoi giocatori di hockey e con i suoi allievi. Per un insegnante e soprattutto per un coach è importante sapersi «vendere.» «Se riesco a convincere le persone della validità del mio programma, metà del lavoro è già fatto, e metà della partita è già vinta.» Anche i bambini, per prima cosa, debbono essere convinti che le sue idee sono buone, ed allora parteciperanno con entusiasmo. Ruhnke cita degli studi che hanno mostrato che le persone recepiscono realmente solo una piccola percentuale di informazioni. «La maggior parte viene registrata attraverso il linguaggio del corpo. Poiché voglio avere sempre una atmosfera rilassata, nella squadra cerco di fare da polo tranquillizzante.» Quindi, tendenzialmente Ruhnke è un tipo pacato che ricerca la concordanza. «Quando nello stadio si producono situazioni troppo accese ed i giocatori mi osservano, debbono essere convinti che tutto è o.k. Così si può ottenere molto.» La cosa più importante nel rapporto con le persone e contemporaneamente la chiave del successo sono rispetto e fiducia reciproca. «Chi urla, non viene rispettato. Giocatori ed allievi non si fidano di chi con il corpo dà segno di essere nervoso o che ci sono problemi che lo preoccupano. Essi debbono avvertire che in primo piano per me ci sono i loro interessi.»

Feedback invece di critiche

Lo sviluppo di un atleta comprende anche l'acquisizione di competenze personali specifiche. Ruhnke afferma che il modo più rapido perché ciò avvenga è fornire continuamente feedback. «Se tra gli atleti o gli scolari e l'allenatore c'è un buon rapporto di fiducia, non esiste critica, tutto diventa feedback.» Qui ciò che sarebbe decisivo è l'atteggiamento: ognuno deve essere convinto che se personalmente vuole riuscire a progredire ulteriormente ha bisogno di un feedback.

« Il successo sportivo significa libertà. »

Di regola le prestazioni sportive vengono misurate sui successi concreti. Ma questi sono anche l'indice della qualità della vita? «Il successo sportivo influisce su tutta la vita», spiega Ruhnke, «significa libertà. È la cosa migliore che ci sia, perché in questi momenti non si viene criticati ed assillati dai dirigenti, dai mass media, dal pubblico, ecc.» Naturalmente, aggiunge Ruhnke, ogni persona ha bisogno di successo, per questo sarebbe importante aiutare chiunque a convincersi che è in grado di fare qualcosa. Con i bambini è importante un impegno adeguato: «Nell'insegnamento dell'educazione fisica si deve dare loro l'impressione che migliorano continuamente, facendo piccoli progressi. Quando vedi che qualcuno ha fatto qualcosa di buono, devi essere subito lì e fornire un feedback adeguato.» Poiché, secondo lui, il sistema scolastico svizzero, sarebbe troppo duro e selettivo, i bambini abbastanza spesso debbono affrontare delle delusioni. Perciò non si dovrebbero ripetere le stesse esperienze negative anche nello sport: «Da questo punto di vista, noi insegnanti di educazione fisica forse svolgiamo uno dei lavori più importanti!»

Trarre il meglio dalle persone

Misurare le prestazioni è relativamente facile. Però chi allena deve rivolgere la sua attenzione anche allo sviluppo del comportamento sociale. D'altra parte, Ruhnke trova che questo fattore non si può misurare; richiede piuttosto una certa dose di sensibilità e di intuito: «Sento immediatamente se una squadra armonizza. Su ciò si deve interpellare spesso individualmente i singoli giocatori. Nello ZSC Lions abbiamo realizzato lavori di gruppo su questo tema. Un allenatore deve chiedere, chiedere, chiedere, deve volere un feedback, ed allora ottiene anche risposte oneste.»

Ruhnke oggi sembra avere idee molto precise sul suo lavoro. Prima di arrivare a ciò, anche lui ha avuto alcune esperienze dolorose che lo hanno portato ad adattare la sua condotta: nel 1991 – allenatore di grande successo – arrivò a Zugo: «Allora, di una mediocre ‹società provinciale› dovevo fare qualcosa di meglio. Fui troppo precipitoso e intollerante e fui licenziato. La principale conseguenza che ho tratto dall'esperienza è che fondamentalmente non si possono cambiare le persone, ma si deve trarre il meglio da loro.» Ruhnke da hardliner si trasformò in «esploratore»: «Find the way: è questo ora il mio motto in tutti frangenti della vita.» m