



A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio
http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it
E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856
IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0W04S
P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

Sezione agonistica giovanile

Aspetti pedagogici applicati al
tiro a segno





A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio
http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it
E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856
IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0WO4S
P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

Pag 3 premessa; perché praticare il tiro a segno?

Pag 4 Il tiro a segno: nei minori aspetti educativi;

Pag. 5 crescere con i propri figli

Pag 6 la relazione allenatore/atleta

Pag.7 quali sono i benefici di una gestione positiva ?



A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio

http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it

E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856

IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0WO4S

P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

Premessa

Questa relazione ha come scopo la presentazione di un aspetto del tiro a segno che spesso sfugge alla visione delle persone che non hanno avuto contatti diretti con questo ambiente sportivo e che a volte si limitano a valutare la pratica del tiro a segno limitandosi ad una valutazione non approfondita.

Inoltre può essere uno strumento utile per dirigenti scolastici, assistenti sociali e referenti del terzo settore ma anche per i genitori e i ragazzi che si avvicinano alla disciplina sportiva del Bench rest, per comprendere quali siano i risultati attesi sia durante gli allenamenti che poi nello svolgimento delle gare.

Perché praticare il tiro a segno?

- Rappresenta un'esperienza educativa, un'attività utile alla crescita psicofisica dei ragazzi, in quanto il tiro a segno è una disciplina sportiva che amplifica la capacità di concentrazione e di autocontrollo.
- È uno sport individuale che permette al praticante di apprezzare i personali progressi frutto sia degli allenamenti che delle gare ufficiali, tutto ciò fa sì che il giovane raggiunga un incremento dell'auto stima personale; che sarà poi fondamentale anche nella normale gestione della vita quotidiana.

La strada per il raggiungimento dei risultati è la conoscenza e la gestione di ogni fase, dalla sequenza di preparazione all'azione vera e propria di tiro che consiste nel preparare meticolosamente la propria postazione verificando:

1. Il corretto posizionamento del tiratore al tavolo
2. La percezione del proprio corpo in armonia con tutte le attrezzature sportive (postazione di tiro, allineamento corpo arma)
3. Controllo accurato dei movimenti che portano all'azione di scatto.
4. Il preciso allineamento fra occhio, organi di mira e bersaglio viene ottenuto attraverso processi mentali che consentono di controllare esattamente la programmazione e la realizzazione delle diverse fasi di tiro.
5. In situazione competitiva, poi, tutte le fasi devono essere gestite anche sotto l'influenza di aspetti emozionali.

La prima sfida per un tiratore è comunque sempre con se stesso: il riscontro immediato sull'esecuzione consente di verificare ad ogni colpo la propria prestazione e stimola ad un continuo impegno per migliorarsi.

Il tiro a segno: nei minori aspetti educativi

Il presente documento si rivolge, a tutte le persone che a vario titolo intervengono nell'educazione e nella gestione psicofisica dei minore quali i genitori gli educatori o i tutori legali che non conoscono personalmente la disciplina sportiva del tiro a segno e che, per vari motivi hanno la necessità di indirizzare ai minori verso un percorso formativo del loro carattere oltre che della cura fisica analizzando i vari aspetti sia sportivi ma anche morali che ne conseguono.

Come prima informazione va detto chiaramente che le armi utilizzate presso la nostra Associazione sono normativamente inquadrate dal Decreto del Ministero dell'Interno n. 362 del 9 agosto 2001, e se pur di **modesta capacità offensiva rimangono comunque armi.**

La prima preoccupazione è ovviamente la sicurezza e per chi conosce poco il mondo delle armi la percezione frequente è che esse possano risultare pericolose. Tutto ciò è innegabilmente vero ma solo quando vengono utilizzate in modo inappropriato e senza alcun controllo di persone esperte.



A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio

http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it

E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856

IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0WO4S

P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

Appare dunque importante presentarvi in modo dettagliato le caratteristiche di questo sport, mettendo in risalto la grande attenzione che viene posta proprio sulla sicurezze i conseguenti aspetti educativi.

È bene sottolineare che fin dall'inizio ai ragazzi viene insegnato come gestire, maneggiare e utilizzare in modo adeguato l'arma, senza eccezione alcuna durante ogni fase degli allenamenti o delle attività agonistiche.

Pertanto l'attività svolta può essere annoverata tra le attività sportive più sicure proprio perché che in questi contesti viene data grande importanza in primo luogo alla sicurezza.

Aspetti educativi

I giovani vengono educati ad un utilizzo rigorosamente regolamentato, ragionato e controllato delle armi, strettamente finalizzato al conseguimento di obiettivi connessi alla prestazione sportiva ed al miglioramento personale.

L'attività sportiva, in generale, ha caratteristiche che la rendono strumento di educazione e realizzazione personale nei giovani. Lo sport, infatti, crea:

- Abitudine all'impegno sistematico,
- Educa all'accettazione ed al rispetto delle regole,
- Abitua ad accettare anche le sconfitte adattandosi alla realtà,
- Tende a migliorare il senso di efficacia personale e l'autostima attraverso lo sviluppo di capacità e l'acquisizione di abilità; inoltre, nella competizione offre uguali opportunità di azione, pur riconoscendo e valorizzando le diversità individuali.

Le caratteristiche del tiro a segno lo rendono affascinante per i giovani. Ed è un'attività stimolante e gratificante. In aggiunta il tiro a segno ha altre caratteristiche educative specifiche che lo rendono adatto per i giovani.

- L'apprendimento delle abilità tecniche del tiro richiede disciplina, autocontrollo e concentrazione.
- Dal punto di vista motorio, è determinante la coordinazione oculo-manuale, ma anche la percezione ed il controllo della propria postura e della propria motricità.
- Imparare a sparare aiuta a sviluppare l'abilità di ascolto del proprio corpo, mediante la percezione e regolazione delle risposte somatiche.
- I ragazzi vengono educati a percepire e modulare la tensione muscolare, a coordinare la respirazione con le fasi di tiro,

Inoltre, vengono considerati anche i fattori mentali:

- Nella fase iniziale, esperienze di successo in tempi brevi, che favoriscono la fiducia nelle capacità personali apprendono le modalità di orientamento e focalizzazione dell'attenzione
- Ad acquisire consapevolezza delle proprie emozioni, gestendo ad esempio l'accettazione del risultato ottenuto sia esso positivo o negativo attribuendo ad esso un valore pari a "0" concentrandosi quindi solo ed esclusivamente sul tiro successivo
- Il senso di responsabilità, la collaborazione con i compagni nell'attenzione reciproca alla prudenza.

Tutto questo fa sì che vi sia un approccio didattico coerente.

Crescere con i propri figli

Un aspetto particolare della disciplina sportiva da noi proposta è il fatto di essere un'attività che genitori e figli possono praticare insieme: la nostra Associazione pone grande attenzione alla possibilità di crescita delle dinamiche genitore figli consentendo la condivisione di esperienze



A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio

http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it

E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856

IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0WO4S

P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

sportive ed opportunità di trascorrere il tempo libero insieme.

L'attività sportiva da noi proposta è praticata sia da maschi che femmine e infine, la nostra proposta sportiva si rivolge anche ad utenti in stato di fragilità sia fisica che cognitiva offrendo opportunità di esperienze gratificanti anche a giovani che hanno purtroppo limitazioni alle di capacità motorie, cognitive o relazionali e che pertanto non sempre trovano spazi in altre discipline sportive.

La pratica del tiro a segno, dunque, se realizzata all'interno di un contesto che considera anche l'aspetto educativo, rappresenta sicuramente per i giovani un'esperienza di crescita e maturazione personale.

La relazione allenatore/atleta

Abbiamo quindi spiegato, nel caso specifico della disciplina sportiva da noi proposta, come possa rappresentare per i giovani un significativo contesto educativo. Le potenzialità educative non si realizzano però in maniera automatica e pertanto è necessario che il personale dell'associazione in collaborazione con i genitori o i tutori legali del minore organizzino e gestiscano lo sport giovanile rendendolo di fatto un elemento educativo.

In tutte le attività sportive la qualità dell'esperienza vissuta dai giovani dovrebbe essere fortemente influenzata dalla sinergia tra l'allenatore e la famiglia in quanto si devono generare delle interazioni che, agendo in tempi e in modi differenti, rendono piacevole e proficua l'esperienza sportiva evitando quindi che possano essere fonte di stress. E' pertanto compito dell'associazione stimolare in modo costruttivo la curiosità del giovane atleta, mentre la famiglia dovrebbe interagire supportando le inclinazioni e le aspettative del giovane. Non sempre vi è la volontà, da parte del giovane, di esprimersi ai massimi livelli agonisti, mentre il più delle volte ricerca tempi e modi che gli permettano di scaricare situazioni stressanti date dalle attività giornaliere. Pertanto, la figura di riferimento all'interno dell'attività sportiva può essere determinante nella gestione del livello di stress vissuto dai minori nell'attività agonistica, insegnando al giovane che l'attività competitiva rappresenta di per sé un'occasione per imparare, partecipando alle gare, ad affrontare con efficacia situazioni potenzialmente stressanti, in un contesto di relativa tranquillità.

Quali sono le potenziali insidie nella gestione dello sport giovanile?

Le gare possono, però, diventare un fattore eccessivamente stressante dell'esperienza sportiva per i giovani atleti.

Lo stress viene in genere definito come il processo che conduce allo sviluppo di ansia, che deriva dalla percezione di squilibrio fra richieste ambientali e capacità personali di risposta.

Con la fascia d'età giovanile, l'allenatore può influenzare notevolmente il modo in cui l'adolescente vive l'esperienza sportiva in quanto è lui, che

1. Esprime valutazioni sulle prestazioni,
2. Stabilisce i ritmi di apprendimento,
3. Verifica il grado di padronanza delle tecniche
4. Inoltre anche la famiglia in prossimità di una competizione può caricare il giovane di aspettative eccessive, enfatizzando l'importanza della gara e del risultato. Tutto questo diviene ulteriormente amplificato nei soggetti ansiosi e con bassa autostima.

Quali sono i benefici di una gestione sportiva positiva?

Quando le esperienze di vittoria e sconfitta in situazioni competitive vengono vissute in maniera appropriata e le attività di allenamento comprendono sia momenti ludici che di profondo impegno risultano gratificanti e insegnano a gestire situazioni di difficoltà che si possono presentare anche nella vita quotidiana.



A.S.D. Air Shooting

Via G. Agnesi c/o Campo Sportivo Comunale Desio

http : www.airshooting.it email : cd@airshooting.it

E-mail PEC : airshooting@pec.it tel. 392.7230856

IBAN IT 68X034 4033 100 0000 0582 900 cod. SDI TA0WO4S

P.IVA 09863960960 C.F.94627130159

Per le precedenti motivazioni le nostre attività dei preadolescenti e degli adolescenti sono state pensate ed organizzate al fine di proporre un piano sportivo che tenga in massima considerazione le fasi dello sviluppo motorio e psicologico (cognitivo, affettivo, sociale), con un approccio positivo nella relazione.

Ciò significa che il piano sportivo è il seguente:

- Incoraggiare ed elogiare con sincerità,
- Mantenere aspettative realistiche,
- Riconoscere e valorizzare lo sforzo e l'impegno,
- Intervenire in modo adeguato nella correzione degli errori.

Il nostro approccio alla pratica sportiva considera importante anche il divertimento e si fonda, in particolare, su una concezione di vittoria diversa da quella usuale in ambito competitivo, il cui motto principale è il seguente: **Più Agonismo meno Egoismo** .

Smoll e **Smith** sono due autori americani che si sono occupati in modo esteso di sport giovanile, ed hanno più volte evidenziato, nei loro lavori, gli aspetti che caratterizzano un approccio positivo allo sport, pertanto chi allena giovani atleti dovrebbe sempre considerare che:

- Vincere non è tutto, è un obiettivo importante ma non l'unico;
- La sconfitta nella competizione non è mai un fallimento personale o una minaccia al proprio valore come persona;
- "Vittoria" e "Successo" non sono sinonimi. Anche una sconfitta può coincidere con un miglioramento della prestazione personale o con il raggiungimento di un obiettivo stabilito;
- Successo non è solo vincere, ma soprattutto impegnarsi al massimo per dare il meglio di sé e, se realisticamente possibile, cercare di vincere.

Il nostro intento è quindi quello di **aiutare gli adolescenti a prepararsi al meglio delle proprie possibilità al fine di raggiungere il successo, tenendo sempre presente che è irrealistico ritenere, in ambito sportivo, che la vittoria non sia importante, ma è anche un errore considerare la vittoria l'unico obiettivo.**

Attraverso l'attività agonistica facciamo comprendere ai giovani che La vittoria non è da considerarsi come la "sconfitta degli avversari", ma è soprattutto la capacità di esprimere il massimo impegno personale, al fine di migliorare le future prestazioni personali, applicando in gara le abilità apprese durante gli allenamenti.

Con la visione di questo concetto si raggiunge il vantaggio di diminuire lo stato di stress offrendo l'opportunità ad un numero maggiore di ragazzi di vivere positivamente l'esperienza della competizione, consapevoli del fatto che, per ogni vincitore vi sono sempre più perdenti pertanto anche nella sconfitta l'allenatore deve trovare spunti e saper comunque valorizzare la prestazione ottenuta.

Desio li 10/09/2023

Marco Ghezzi

Presidente Asd Air Shooting