

Seminario di aggiornamento tecnico

Quando lo sport diventa troppo pesante: conoscere e contrastare il burnout giovanile nel Triathlon

Giovedì 09 aprile ore 18:00 in modalità online

Francesca Vitali

SEMINARIO APERTO A TUTTI: TECNICI, DIRIGENTI E GENITORI



Nello sport giovanile osserviamo spesso una fase in cui qualcosa cambia nel modo di vivere lo sport. L'allenamento non è più un momento atteso, ma percepito sempre più spesso come un obbligo. Le gare non più affrontate con entusiasmo ma come un esame. Si perde l'interesse e l'entusiasmo nel gruppo di allenamento, mantenere l'impegno nello sport diventa sempre più pesante e insostenibile con gli impegni scolastici. Genitori e tecnici assistono a un calo di entusiasmo e rendimento, a un peggioramento di benessere psicologico e fisico del giovane, fino ad un abbandono precoce del Triathlon e dello sport.

Il seminario affronta queste importanti tematiche cercando di fornire conoscenze e strumenti utili a tecnici e genitori per favorire la creazione e il sostegno di un clima motivazionale ottimale, la salute e il benessere degli atleti per un'attività consistente e duratura, che garantisce non solo i migliori risultati nello sviluppo e nelle prestazioni in età evoluta, ma un amore nella pratica sportiva che sosterrà il giovane per tutta la vita.

ISCRIZIONI: per i tecnici su piattaforma SIT www.formazionefitri.it
per gli esterni contattando il SIT alla mail settoreistruzioneetecnica@fitri.it