

SICUREZZA: la salute dei giovani sopra ogni altra cosa

- Metti la sicurezza e il benessere dei giovani sopra ogni altra cosa
- Preoccupati di sapere cosa fare in situazioni di emergenza
- Informati molto bene su quali sono le metodologie di allenamento dannose e limitanti per la crescita dei giovani e impara ad evitarle
- Attua i programmi di prevenzione dagli infortuni che possono limitare lo sviluppo
- Preoccupati di essere a conoscenza e saper attuare piani di gestione degli infortuni

METODOLOGIA: lasciare al giovane la possibilità di crescere secondo la natura evitando tutte le pratiche che ne limitano lo sviluppo armonico

- Studia, impara allenando quotidianamente e resta aggiornato
- Conosci e approfondisci i principi fisiologici di crescita e sviluppo dei giovani
- Considera ogni giovane unico per le sue caratteristiche e per i suoi tempi di crescita
- Lascia esplorare i giovani, rafforzando positivamente le loro conquiste
- Mai anticipare la proposta di metodologie di lavoro dei più grandi
- Differenzia il più possibile le sessioni di allenamento
- Mantieni sempre molto ampio il range di stimoli proposti dal punto di vista della frequenza, dell'ampiezza, delle intensità meccaniche e metaboliche.

COACHING

- Fissa e condividi con il giovane gli obiettivi dell'allenamento
- Incoraggia i giovani con un feedback positivo e costruttivo
- Incoraggia il giovane nel raggiungere gli obiettivi ma non facilitarlo
- Incoraggia e sostieni le opportunità di poter apprendere comportamenti appropriati
- Incoraggialo ad essere autonomo, responsabile e guidalo nel saper fare scelte informate
- Incoraggialo, guidalo e sii parte del processo di cambiamento quando arriverà il momento di cambiare allenatore e ambiente in un percorso verso l'alto livello
- Lasciare i giovani liberi di osare e sbagliare
- Tratta ogni giovane come un individuo
- Mostra loro la felicità che si ottiene lavorando sodo, con passione e con impegno

ONORA LO SPORT

- Agisci rispettando le regole dello Sport e promuovi il fair play sulla vittoria ad ogni costo.
- Rispetta gli altri allenatori, i giudici, gli atleti e gli organizzatori
- Mostra rispetto e cortesia a tutti coloro che sono coinvolti nello sport.
- Rifiuta tutto ciò che ha a che fare con il doping e denuncia ogni pratica illecita.

INTEGRITÀ

- Agisci con integrità e obiettività, accettando la responsabilità delle tue decisioni e azioni.
- Assicurati che le tue decisioni e azioni creino un ambiente privo di molestie e prevaricazioni, fisiche e morali, anche tra i giovani.
- Vigila sempre sull'attività dei giovani in ogni allenamento
- Assicurati che qualsiasi contatto fisico con un'altra persona sia appropriato alla situazione e necessario per lo sviluppo delle abilità del giovane.
- Sii onesto e non permettere che le tue qualifiche o esperienze di coaching siano travisate.
- Non sostenere o condonare azioni che vanno contro i valori dello sport.
- Mostra responsabilità in relazione all'alimentazione, ai farmaci e alla tutela della salute

RISPETTO

- Rispetta i diritti e i valori delle persone, indipendentemente dalla loro età, razza, genere, abilità, background culturale, sessualità o religione.
- Non tollerare mai e per nessuna ragione comportamenti offensivi, prepotenti o minacciosi