



GLI STRUMENTI DEL RUGBY

IL PARADENTI

devono sempre avere il paradenti ad ogni allenamento e partita, per abituarsi e perchè per regolamento lo devono indossare sempre.

INDUMENTI ADATTI

D'inverno si consiglia una maglia termica sotto il normale vestiario da allenamento - un K-way - oltre che le scarpette con i tacchetti, scarpe da ginnastica sempre dietro.

BORRACCIA

Abituiamo i bimbi ad avere sempre dietro la propria borraccia, si evitano così sprechi di bottiglie di plastica tutelando l'ambiente.

CASACCA

Portare sempre la propria casacca permette una migliore gestione degli allenamenti.

ALLENAMENTI

PUNTUALITA'

Educhiamo i bambini al rispetto degli impegni e degli orari.

COMUNICAZIONE

Imparare a comunicare eventuale assenza agli allenatori tramite whatsapp o app.

FESTE DEL RUGBY

PUNTUALITA'

Ritrovo comune per partire tutti insieme.

TERZO TEMPO

Il terzo Tempo fa parte del Rugby e di fondamentale importanza per far vivere ai bimbi questo sport nella sua totalità.

COS'E' IL TERZO TEMPO?

È un momento in cui tutti i giocatori che sono stati impegnati nella partita si ritrovano insieme per mangiare, bere e festeggiare.

È la fase conclusiva di partite e tornei e il Rugby, una tradizione antica e fondamentale che racchiude il cuore della filosofia del Rugby:

"A Rugby si gioca con un avversario e non contro un avversario", differenza che sembra piccola ma che ha un valore enorme, mettendo in primo piano il rispetto e lo stare insieme.

Per i piccoli rugbisti il Terzo Tempo insegna ad avere rispetto per l'avversario dentro e fuori dal campo

Sottolinea come il Rugby sia prima di tutto un gioco per divertirsi tutti assieme.

Dimostra come, alla fine della partita, indipendentemente dal risultato, si può essere amici e stare insieme.

È un'occasione per far nascere grandi amicizie tra i piccoli, ma anche tra i genitori che li accompagnano.

Per gli accompagnatori è un momento importante per conoscersi, dialogare e divertirsi seguendo la crescita dei loro figli.

TERZO TEMPO QUANDO GIOCHIAMO FUORI

Il dirigente comunicherà i numeri dei bimbi presenti in maniera che la società ospitante si possa organizzare al meglio per "ospitarci". Per qualsiasi intolleranza/allergia, basta comunicare al responsabile.

Al terzo Tempo è importante rimanere per la crescita dei bimbi e per rispetto verso la società ospitante

TERZO TEMPO IN CASA

Il terzo tempo in casa propria deve essere vissuto come un piacere ed una Festa per stare tutti insieme. Il terzo tempo coinvolge tutti. Ognuno può contribuire portando qualcosa (acqua, dolcetti, focacce). Solitamente prima delle feste del rugby in casa si scrive una linea guida per organizzarsi. È importante capire che deve essere nella massima libertà e di possibilità di ognuno. Giocare in casa è anche un'occasione per il Club di **"AUTOSOSTENERSI"**, quindi mettersi a disposizione significa **AIUTARE** per ripagare le tante spese e poter così reinvestire nella continua crescita della struttura.

Stare al Bar, fare la griglia; rendersi utili fa parte dei valori di questo sport, **Dentro e Fuori dal Campo.**



PROFESSIONE GENITORE

Il bambino viene sul campo per vivere un'esperienza giocosa con i suoi coetanei per imparare a giocare divertendosi: non per soddisfare l'orgoglio dei genitori. Quando le aspettative sono troppo elevate le difficoltà di apprendimento aumentano; la paura di non essere all'altezza e quindi di perdere l'affetto dei genitori, infatti genera l'ansia e stress e spesso è causa prima dell'insuccesso. Se il bambino viene criticato o disapprovato troppo spesso, se sperimenta abitualmente l'insuccesso nell'apprendimento è facile che nascano in lui sentimenti di inferiorità, senso di inadeguatezza, desiderio di abbandonare l'attività. Solo chi ha fiducia nelle proprie capacità è disposto ad impegnarsi fino in fondo. L'autostima nasce dall'approvazione, dall'incoraggiamento, da superare gli ostacoli che separano dallo scopo.

LA FIDUCIA IN UN BAMBINO

Per favorire la fiducia in un bambino è necessario:

- Stimolarlo ad essere autonomo.
- Incoraggiarlo, creando in lui buone aspettative nei confronti delle proprie capacità
- Approvarlo in caso di buona riuscita.
- Aiutarlo dopo un insuccesso (rincuorandolo ed evita di lui la propria delusione).
- Motivarlo al miglioramento delle proprie prestazioni.
- Fargli capire che essere differente agli altri (ad esempio meno bravo) è cosa accettabile.
- Riconoscergli il diritto di non riuscire, mantenendo in lui la certezza di essere sempre e comunque, rispettato, accettato, e soprattutto amato.

CONSIGLI PRATICI PER FAVORIRE L'APPRENDIMENTO

Non sostituitevi all'istruttore nel giudizio dei risultati; solo lui è in grado di valutare correttamente il processo di apprendimento

Non rimproverate vostro figlio se non ha eseguito bene gli esercizi; i bambini in genere ce la mettono tutta e quando non riescono, hanno bisogno di sostegno e non rimproveri. Non valutare le loro prestazioni paragonandoli ad altri, **non imponete confronti**: ognuno va valutato per se stesso, i paragoni creano ansia e stress.

Cercate di **sviluppare anche nei più piccoli l'autonomia** rendendoli consapevoli di ciò che fanno e rispettando le loro scelte senza costrizioni.

Sottolineate positivamente ogni miglioramento, anche se non è pari alle vostre aspettative; la sicurezza in se, base del successo, nasce dall'approvazione e dall'incoraggiamento **Non create aspettative** troppo elevate, il mancato raggiungimento di obiettivi che voi avete scelto per loro, crea delusione e non li concilia con lo sport.

In definitiva

Impariamo ad accettare anche i limiti dei nostri bambini.

Essi non sono nati per soddisfare il nostro orgoglio o per compensare le nostre frustrazioni;

potranno crescere e diventare forti solo con il nostro aiuto e la nostra comprensione e quando si allenano e giocano è un momento tutto loro lasciateli tranquilli e per cortesia **NON ENTRATE NEL CAMPO DI ALLENAMENTO.**

