

10 regole per i genitori dei nuotatori

liberamente tradotto dal testo di Rose Snyder per USA Swimming

1. Non imporre le tue ambizioni a tuo figlio: ricorda che il nuoto è l'attività di tuo figlio. Ogni bambino migliora e progredisce seguendo i suoi tempi, quindi non giudicare i progressi di tuo figlio confrontandolo con le prestazioni di altri atleti o con le tue aspettative. La cosa bella del nuoto è che ognuno può lottare per raggiungere i propri record personali e godere dei benefici del nuoto agonistico.
2. Sii di supporto a tuo figlio: c'è solo una domanda che devi porre a tuo figlio a fine allenamento o a fine gara: "Ti sei divertito?"; poiché se non si diventerà, non sarà motivato a partecipare.
3. Non cercare di sostituirti all'allenatore: hai affidato tuo figlio a un allenatore professionista, non sminuirne il lavoro dando consigli tecnici a tuo figlio. Il tuo lavoro è dare amore incondizionato e supporto. Dì a tuo figlio quanto sei fiero di lui. L'allenatore è responsabile della parte tecnica: non dare consigli sulla strategia di gara, non è nelle tue competenze.
4. Dì solo cose positive durante le gare: devi essere incoraggiante e non criticare mai tuo figlio o il suo allenatore, perché entrambi sanno se e quando hanno commesso errori.
5. Riconosci e rispetta le paure di tuo figlio: la prima gara o i primi 400sl possono essere una situazione molto stressante, ed è normale che il tuo bambino sia spaventato. Non sgridarlo e non sminuire i suoi sentimenti, assicuralo che l'allenatore non lo avrebbe iscritto a quella gara se non lo ritenesse in grado di portarla a termine.
6. Non criticare arbitri e giudici: se non sei interessato o non hai il tempo per metterti a disposizione come giudice, non criticare chi sta facendo del suo meglio per la buona riuscita di una manifestazione. Ricorda, anche tu puoi ottenere il brevetto di giudice.
7. Stima l'allenatore di tuo figlio: il legame fra l'allenatore e l'atleta è speciale e contribuisce al successo e al divertimento del tuo bambino, quindi non criticare l'allenatore in sua presenza, perché danneggerà tuo figlio.
8. Sii leale e di supporto alla squadra: non è saggio continuare a spostare tuo figlio da una squadra all'altra. L'acqua non è più blu nella piscina di un altro club. Ogni squadra ha i suoi problemi, anche le squadre che sfornano campioni. Atleti che si spostano da una squadra e l'altra sono spesso tagliati fuori dai vecchi compagni di squadra e impiegano parecchio tempo a inserirsi nel nuovo gruppo. Inoltre spesso, nuotatori che cambiano squadra non diventano atleti migliori di ciò che erano con la vecchia squadra.
9. Tuo figlio non deve avere come unico obiettivo quello di vincere: la maggior parte dei nuotatori di successo ha imparato a concentrarsi sull'allenamento più che sul risultato in gara. Aver dato il massimo, indipendentemente dal risultato, è più importante che vincere. Un atleta olimpico disse: *"Il mio obiettivo era stabilire un record mondiale. L'ho fatto, ma anche qualcun altro lo ha fatto, solamente ha nuotato un po' più veloce di me. Ho raggiunto il mio obiettivo e ho perso. Questo mi rende un perdente? No, in realtà sono molto orgoglioso di come ho nuotato."*
10. Non aspettarti che tuo figlio diventi un atleta olimpico: pensa a quanti nuotatori ci sono in Svizzera e a quanti posti sono disponibili ogni 4 anni: le possibilità reali che tuo figlio diventi un atleta olimpico sono minime. Nuotare è molto più delle olimpiadi. Chiedi all'allenatore di tuo figlio perché è diventato allenatore. È probabile che non sia stato un atleta olimpico, ma che abbia ricevuto tanto dal nuoto da spingerlo a tramandare ad altri l'amore per questo sport. Il nuoto insegna autodisciplina e correttezza; conferisce autostima e buona forma fisica; crea amicizie che durano una vita e molto di più. Molti atleti olimpici sostengono che tutto questo vale molto di più di qualsiasi medaglia. Il nuoto aiuta a crescere persone oneste e civili, proprio come vorresti che fosse tuo figlio, quindi sii contento anche solo del fatto che voglia cimentarsi in questo splendido sport.