

CIRCOLO IPPICO IL TRICOLORE
LABORATORI FORMATIVI EQUIPE

2011

Cavalcando l'ascolto



Laboratori esperienziali integrati
di coaching e arte equestre

a cura di **Benedetta Silj**

"Fa progressi chi ha il coraggio di porsi delle domande"

Michel Robert

I laboratori di approfondimento esperienziale *Cavalcando l'ascolto* costituiscono un **segmento formativo integrato** offerto all'equipe del Tricolore.

I laboratori sono ispirati ai principi e alle tecniche basilari del coaching, disciplina nata negli anni '60 nei paesi anglosassoni e volta al miglioramento delle performance degli atleti e dei team sportivi. I laboratori *Cavalcando l'ascolto* combinano creativamente alcune tecniche e principi del coaching con lo specifico contesto di apprendimento che caratterizza lo stile sportivo, etico e agonistico del Tricolore.

In particolare l'enfasi che il coaching pone sulle dimensioni dell'**ascolto**, della **comunicazione efficace**, della **consapevolezza** e dell'**impegno**, della **formulazione corretta degli obiettivi** e della loro **implementazione** e

celebrazione ,trova una feconda e sorprendente risonanza con lo stile formativo di Maria Vittoria Lupi e dei suoi maestri elettivi, Piero D’Inzeo e Michel Robert.

Obiettivi dei laboratori

- rendersi consapevoli e responsabili dello spessore emozionale, relazionale ed etico all’attività sportiva
- cogliere e valorizzare pragmaticamente le metafore relazionali e comunicative insite in una applicazione consapevole dello sport equestre e dell’incontro con il cavallo
- acquisire alcuni strumenti basilari del coaching, spendibili sia nella relazione con il proprio ambiente equestre (cavallo, istruttori, compagni di squadra, agonistica, allievi, utenti, genitori, collaboratori) sia in altre aree della vita (scuola, università, famiglia, lavoro)

Struttura dei laboratori e temi/strumenti

I laboratori, della durata di 3h, sono suddivisi in 4 moduli volti ad acquisire in modo progressivo alcune competenze basilari del coaching applicato all’arte equestre. I laboratori costituiscono una “**pausa**” di riflessione rispetto all’attività fisica equestre ma sono previsti, e saranno stimolati, **rimandi significativi e connessioni tecniche ed emotive** con la pratica a cavallo e viceversa.

In ogni modulo saranno evidenziati altresì i collegamenti tra queste abilità e sensibilità del coaching e alcune strategie dell’arte equestre suggerite nel testo di Michel Robert *Segreti e metodi di un grande campione*.

Per i partecipanti interessati è prevista l’assegnazione di **task personalizzati** da sperimentare tra un modulo e l’altro per tenere viva l’attenzione al proprio percorso di ricerca.

I 4 moduli

1° modulo

Consapevolezza e *sguardo panoramico* : “siate presenti qui ed ora”

21 giugno 2011

2° modulo

Focus sull’obiettivo: “Avviene ciò che abbiamo programmato”

28 giugno 2011

3° modulo

Focus sull'impegno ovvero "sostituire il *sì ma...* con il *ma sì!*"

5 luglio 2011

4° modulo

Agire, sbagliare, imparare, conseguire: "oltre la vittoria"

12 luglio 2011

Equipaggiamento: quaderno e penna.

Destinatari: l'equipe del centro ippico Il Tricolore (e le giovani allieve che svolgono attività di operatrici in occasione di stage e saggi)

Numero minimo di partecipanti: 6

La partecipazione al ciclo completo dei 4 laboratori è condizione necessaria dell'esperienza formativa.

Iscrizioni **entro il 30 maggio 2011**, da comunicare via mail a benedetta.silj@gmail.com o telefonicamente 333.2806257.

