



Comitato
Regionale
Puglia



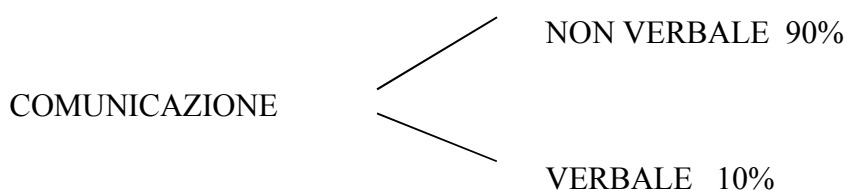
DISPENSA DI PSICOLOGIA



ARBITRO = FACILITATORE DI PRESTAZIONE;

Egli regola i rapporti tra avversari, vigila sul rispetto di norme e comportamenti

Il rapporto ARBITRO – ATLETA si fonda sulla



Parliamo con gli organi vocali e comunichiamo con tutto il corpo
Il comportamento di un individuo si manifesta attraverso:

A) CIO' CHE EGLI FA (Manifestazioni espressive non verbali) :

- 1) il movimento del corpo, la postura;
- 2) la produzione di materiale;
- 3) le mani e il gesticolare;
- 4) gli occhi e la direzione dello sguardo.

B) CIO' CHE EGLI DICE :

- 1) la voce con il suo volume, ritmo, tono, flessione dell'eloquio.

Tramite tali modalità espressive l'individuo comunica agli altri messaggi che provengono dalla sua affettività, sensibilità e dai codici e modelli culturali che ha assimilato.

COMUNICAZIONI NON VERBALI

Le capacità di decifrare ed inviare messaggi non-verbali da parte dell'arbitro e degli atleti, spesso condiziona il momento agonistico più di quanto possa fare un messaggio verbale.

ARBITRARE E' UN COMPITO DIFFICILE

L'ARBITRO deve:

- a) **Prestare la massima attenzione;**
- b) **Valutare;**
- c) **Decidere rapidamente.**



IL TUTTO A RITMI ELEVATI

Il compito prevede che l'arbitro non sbagli, perché è lui che deve valutare gli errori degli altri.

Data la grande responsabilità del suo ruolo, soprattutto nelle gare importanti, l'arbitro è continuamente valutato dal pubblico, dai maestri, dagli atleti.

L'arbitro così si trova nella posizione di dover gestire 3 personalità:

G = **Genitore** cioè colui che giudica ciò che è giusto o sbagliato:

A = **Adulto** cioè colui che valuta ciò che è giusto o sbagliato;

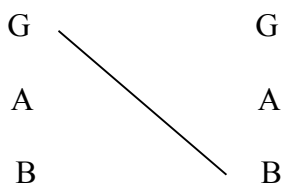
B = **Bambino** con le sue emozioni, sentimenti, paura, ansia.

Il canale consigliato tra arbitro e atleta è quello

DIRETTO cioè



Mentre il canale DIRETTIVO



E' molto

PERICOLOSO

CREA DIPENDENZA

PUO' SUSCITARE CONTRODIPENDENZA



Un elevato livello di **insicurezza** nell'arbitro determina:

- a) **uno stato di tensione nel corso della gara;**
- b) **la probabilità di commettere errori di valutazione;**
- c) **una sensazione di ingiustizia negli atleti, nei maestri e nel pubblico.**

DURANTE L'ARBITRAGGIO

L'ARBITRO deve:

1. Dare poche indicazioni ma chiare e precise;
2. Far sentire lo stile di guida (leadership);
3. Mostrare rispetto.

Essere:

1. Attento a postura, voce, ecc;
2. Fermo (sicuro, deciso, che non si lascia turbare) e non rigido (severo, inflessibile, rigoroso, inesorabile);
3. Autorevole (che gode di stima, importante) e non autoritario (prepotente, dispotico, che impone duramente la sua autorità)
4. Indipendente in rapporto all'ambiente;
5. Scarsamente suggestionabile.

Avere:

1. Controllo e stabilità emotiva;
2. Adeguata auto stima;
3. Rapidità di valutazione;
4. Prontezza di decisione;
5. Senso di responsabilità.

Per concludere l'ARBITRO tipo dovrebbe avere:

1. Il senso di **GIUSTIZIA** di **SALOMONE**;
2. La **SAGGEZZA** di **SOCRATE**;
3. La **PAZIENZA** di **GIOBBE**;
4. La **FERMEZZA** di **AGRIPPA**.



Comitato
Regionale
Puglia



L' ARBITRO

L'Arbitro è un Ufficiale di Gara che dirige l'incontro secondo il regolamento di gara, che dichiara l'inizio e la fine del combattimento. Il suo compito è di prendere decisioni e applicare le regole.

Se non ci fossero le gare gli arbitri non avrebbero ragione di esistere. Questo concetto dovrebbe essere ricordato nello svolgimento delle mansioni. La prima funzione dell'arbitro è di adoperarsi affinché gli atleti mettano in pratica le tecniche assimilate al meglio delle loro capacità. Tenendo presente di essere stati anch'essi un tempo atleti, gli arbitri potranno tentare di capire quanto si paghi in stress una gara sia essa regionale che una finale mondiale.

AVERE LA FIDUCIA DEGLI ATLETI

Le penalità vengono assegnate per violazione delle regole. Compito dell'arbitro è semplicemente ricordare all'atleta il rispetto di tali regole visto che i combattenti sono, e debbono esserlo, a conoscenza dei regolamenti.



Comitato
Regionale
Puglia



REQUISITI PERSONALI DI UN ARBITRO

DAL PUNTO DI VISTA UMANO:

Crede fermamente nel Taekwondo
Crede fermamente nello spirito sportivo
Riuscire a calarsi nello stato d'animo dell'atleta
Forte senso della Giustizia
Forte senso di responsabilità
Avere e trasmettere fair play

DAL PUNTO DI VISTA DELL'ESPERIENZA:

Un arbitro dovrebbe aver avuto un'esperienza come atleta
Tenersi aggiornato sugli aggiornamenti tecnici e studiare le possibili variazioni tecniche
Saper fronteggiare qualsiasi evenienza tenendo conto dello spirito con il quale sono fatte le regole

DAL PUNTO DI VISTA MENTALE

Essere attento ed avere gran capacità di concentrazione
Avere grande intuizione e risolutezza
Mantenere il controllo della gara

DAL PUNTO DI VISTA FISICO

Capacità di coordinazione
Agilità
Vista e riflessi

DAL PUNTO DI VISTA DELLA PERSONALITA'

Esprimersi in modo accurato e perentorio al momento giusto
Essere in leader quando l'occasione lo richiede
Avere un atteggiamento severo ma moderato nei confronti degli atleti
Cooperare con gli altri Ufficiali di Gara
Avere cura della divisa e della persona.



IL RUOLO DELL'ARBITRO NELLE GARE

Il ruolo dell'arbitro nelle gare di Taekwondo, come negli altri sport, è quello di garantire una gara sicura ed imparziale attraverso l'applicazione delle regole.

Infatti, il combattimento di Taekwondo è disputato attraverso un contatto fisico forte e diretto fra gli atleti, e una delle caratteristiche delle gare è la costante presenza del fattore rischio. Anche se le gare di Taekwondo sono tutelate da regole ben precise per la sicurezza degli atleti attraverso limitazioni nelle tecniche e nelle aree di attacco consentite dal regolamento nonché da protezioni, l'arbitro è moralmente responsabile della sicurezza degli atleti durante la gara vera e propria.

Negli attacchi le tecniche e gli obiettivi sono limitati dalle regole, ma spesso ci si trova di fronte a colpi pesanti quasi imprevedibili, istantanei, sferrati con tecniche differenti. Questo tipo di situazioni inaspettate rende il combattimento di Taekwondo difficile da prevedere e da arbitrare, e investe quindi l'arbitro di grosse responsabilità.

A causa delle svariate caratteristiche delle gare di Taekwondo, le responsabilità dell'arbitro nella gara sono molto più pesanti di quelle degli arbitri di altri sport, soprattutto alla luce delle diverse difficoltà del ruolo dell'arbitro che racchiude tre aspetti principali.

Innanzitutto, da un punto di vista operativo, l'arbitro dirige il combattimento attraverso l'applicazione e l'esecuzione delle regole di gara. In questo caso spetta all'arbitro far osservare i regolamenti rigorosamente e garantire la correttezza delle condizioni del combattimento per la sicurezza ed il buon prosieguo della gara.

In secondo luogo svolge il ruolo di istruttore. Sotto questa veste deve condurre e stimolare gli atleti a rispettare le regole ed a gareggiare al massimo della loro possibilità, l'arbitro può avere una forte influenza sull'atteggiamento dell'atleta nella gara, ad esempio smorzando ogni protesta sul nascere. La seconda caratteristica di cui l'arbitro si serve nel prendere le decisioni è l'alto grado di soggettività, che scaturisce dalla natura propria della gara e dei suoi regolamenti.

A causa del livello tecnico delle competizioni attuali, il punteggio e le ammonizioni non si basano soltanto sulle misure obiettive, ma anche inevitabilmente sulle capacità dell'Ufficiale di gara di dare un giudizio soggettivo e tecnico, aumentando così i suoi poteri di discrezione.

Nell'ambito della gara l'arbitro è responsabile non solo della direzione generale dei combattimenti ma anche di promuovere il valore del Taekwondo; esso è visto da atleti e spettatori come un partecipante attivo alla competizione e tutti i suoi gesti devono tendere ad armonizzarsi con gli altri attori.

Se teniamo presente che il Taekwondo è ancora relativamente nuovo come sport internazionale, diventa ancora più importante migliorarsi promovendo la qualità e l'educazione degli arbitri.

Concludendo tutti gli atleti dovranno ammettere che possono eseguire le loro tecniche migliori rispettando le regole, e che tutte le azioni proibite non saranno consentite in nessun caso.

A queste condizioni tutte le persone coinvolte nella gara agonistica del Taekwondo si renderanno conto che il risultato del combattimento dipenderà rigorosamente dalle relative capacità tecniche.

Una gara ideale è quindi quella in cui l'atleta offre il massimo delle sue capacità tecniche con spirito sano ed un atteggiamento positivo ed accetta di buon grado il risultato contribuendo così a creare un ambiente ideale.