

# RISPETTO, IMPEGNO E SQUADRA



## 1 Regole di base

- Rispetta tutti i compagni, senza deridere o prendere in giro
- Partecipa agli allenamenti con attenzione e voglia di imparare
- Ascolta allenatori e staff, e rispetta le scelte della squadra



## 2 Comportamenti da evitare

- Scherzi o prese in giro sui più deboli
- Mancanza di concentrazione o distrazioni continue
- Commenti negativi verso compagni o allenatori



## 3 Cosa succede quando rispetti le regole

- Riconoscimento pubblico dei miglioramenti e dell'impegno
- Opportunità di responsabilità nel gruppo (es. aiutare i compagni più giovani)
- Maggiore fiducia e più minuti in partita secondo meritocrazia e atteggiamento



## 4 Cosa succede se le regole non vengono rispettate

- Richiamo privato da allenatore o mental coach
- Momento di confronto e riflessione (senza umiliare)
- Eventuale attività correttiva; aiutare compagni, preparazione extra, o piccoli incarichi positivi



## 5 Supporto e crescita

- Tutti ricevono aiuto per migliorare: nessuno viene lasciato indietro
- L'errore è un'opportunità di crescita, non una punizione.
- La squadra cresce quando tutti collaborano e rispettano gli altri.