

GEAS Rugby

Sesto S. Giovanni

Accompagnatori di Squadra

Obiettivi

- ✓ individuare dei principi comuni al ruolo di accompagnatore
- ✓ condividere alcune regole di base per:
 - rispondere alle necessita' dei giocatori di ogni squadra
 - aiutare i tecnici nello svolgimento dell'attivit  educativa
 - permettere il facile inserimento di nuovi accompagnatori/aiuti

Quando Serve l'Accompagnatore ?

- IN ALLENAMENTO
- ALL'ULTIMA SEDUTA DI ALLENAMENTO DI OGNI SETTIMANA
- IN PARTITA

☹.....in caso di infortunio ☹

...senza abbandonare i suoi ruoli **primari** di SUPPORTER, autista, papà/mamma (anche di tutti i giocatori), fotografo, servente al 3° tempo ecc...ecc.

Insomma...**DIVERTIRSI**

IMPORTANTE

Il ruolo di accompagnatore (al pari dell'allenatore) deve essere svolto
In accordo al codice etico della società –certamente-
ma anche oltre:

Entro i principi fondanti del GEAS Rugby
(il cosiddetto "spirito GEAS Sesto")

Le regole servono laddove non vengono capiti i principi

QUINDI

SOSTENITORI , *SEMPRE*; TIFOSI MAI

Rispetto degli avversari

Rispetto delle decisioni arbitrali

La sconfitta non e' un giudizio sulle persone (giocatori e allenatori)

La vittoria e' sempre un episodio

THIS IS NOT SOCCER *(Nigel Owens)*

- IN ALLENAMENTO.

1 dirigente accompagnatore sempre presente serve per :

- rilevare presenze,
- dare indicazioni sugli allenamenti, orari e disponibilita' campi
- raccogliere necessita', avvisi da e per i giocatori
- curare l'uso appropriato del contenuto della borsa medica
- avere sempre a disposizione elenco giocatori con numeri di telefono
- accertarsi che le date di scadenza delle visite mediche siano note agli interessati e provvedere nel caso
- anticipare le informazioni sulle trasferte (orari di partenza, modalita' di trasporto, punti di ritrovo, ecc...)

Comunicare con gli allenatori.....

Il piu' possibile alla fine dell'allenamento

Evitate di farlo all'orario di inizio

(i ragazzi virtuosi sono arrivati in orario e aspettano di iniziare l'allenamento.....

....non penalizziamoli)

IN PARTITA

L'Accompagnatore.

- prepara il foglio gara sulla base della lista dei convocati, (come stiamo con l'uso dei fogli gara on-line federale ?)
- raccoglie i documenti in originale,
- prepara e cura la borsa medica,
- prepara e custodisce la borsa valori (specialmente in trasferta)

L'Accompagnatore Addetto All'arbitro. (partite in casa)

- chiede alla squadra avversaria il colore delle maglie e si accorda con l'arbitro di conseguenza;
- si accerta della presenza del medico di campo e lo comunica all'arbitro
- recupera le bandierine per i guardialinee
- controlla con l'arbitro tracciature e bandierine del campo di gara,
- procura una bottiglia d'acqua per l'arbitro

UN ACCOMPAGNATORE DEVE ESSERE SEMPRE PRESENTE

- ALL'ULTIMA SEDUTA DI ALLENAMENTO DI OGNI SETTIMANA
 - per listare i disponibili con idoneita' visita' medica,
 - controllare la validita' dei documenti e la disponibilita' dei cartellini,
 - ispezionare materiale di consumo borsa medica,
 - raccogliere la lista dei convocati
 - comunicare appuntamento di ritrovo partita o modalita' trasferta,

PER LE PARTITE IN CASA

Chi agira' da accompagnatore Addetto All'arbitro deve:

- verificare la disponibilita' di 2 mute maglie,
- se ha la possibilita', telefonare alla squadra avversaria per chiedere con che maglia verra' a giocare

L'accompagnatore *virtuoso*, poi:

- ALL'INIZIO DI OGNI SETTIMANA.

Produce il bollettino di squadra da inviare per e-mail alla nostra segreteria per distribuirlo a tutti, riportante:

- Date, giorni ed orari allenamenti della settimana entrante
- Lista delle scadenze delle visite mediche nei prossimi 30 giorni
- Lista delle prenotazioni visite mediche in scadenza

In Caso di Infortunio

- Avvertire i genitori
- Seguirli e dare assistenza se sono presenti sul campo
- Dare le indicazioni per la documentazione richiesta dall'assicurazione (insistere perchè chiedano il referto di pronto soccorso da consegnare in segreteria)

In caso di (sospetta) commozione cerebrale

- Istruire i genitori a seguire il protocollo previsto:
 - riposo fisico e cognitivo completo per almeno 24 ore
 - (daremo un foglio di istruzioni dedicato da avere sempre con se' e da fornire ai genitori, nel caso)
- Ricevere l'autorizzazione scritta del medico alla ripresa delle attivita'
 - ✓ mai prima di 14 giorni dall'infortunio
 - ✓ solo a ripresa completa delle attivita' scolastiche

Protocollo GRTP

Graduale RiTorno alla Pratica del rugby

Ciascuna fase del protocollo GRTP è di un minimo di 24 ore.

Fase	Fase di riabilitazione	Esercizio consentito	Obiettivo
1	Periodo minimo di riposo	Completare il riposo di corpo e mente senza sintomi	Recupero
2	Esercitazione aerobica leggera	Jogging leggero per 10-15 minuti, nuoto o cyclette a intensità bassa o moderata. Nessun allenamento di resistenza. Assenza di sintomi per l'intero periodo di 24 ore	Aumento della frequenza del battito cardiaco
3	Esercizi specifici per lo sport	Esercizi di corsa. Nessuna attività che comporti l'impatto della testa	Aggiungere il movimento
4	Esercizi d'allenamento non di contatto	Progredire verso esercizi d'allenamento più complessi, es. passaggi. Si può iniziare l'allenamento per la resistenza progressiva	Esercizio, coordinazione e carico cognitivo
5	Pratica di contatto completo	Attività d'allenamento normali	Ripristino della sicurezza in sé e valutazione delle abilità funzionali da parte dello staff di allenatori
6	Ritorno al gioco	Giocatore riabilitato	Recupero