



XXX Sessione

Accademia Olimpica Nazionale Italiana

ORIZZONTI DELL'EDUCAZIONE MOTORIA, FISICA E SPORTIVA A SCUOLA E NELL'EXTRA SCUOLA



Pozzuoli
Accademia Aeronautica



7, 8, 9 giugno 2019



I QUADERNI DELL'AONI - 23



Anno di nascita: 1987

I Soci Fondatori

Giorgio de' Stefani, Mario Pescante,
Francesco Gnechchi Ruscone,
Rosella Isidori Frasca

I Presidenti

Giorgio de' Stefani (1987-1992)
Paolo Borghi (1993-1997)
Mario Pescante (gennaio 1997 - giugno 1997)
Mauro Ceccoli (giugno 1997)

Il Consiglio Direttivo

<i>Presidente</i>	Mauro Ceccoli	
<i>Vice Presidenti</i>	Rosella Frasca Eugenio Giani	
<i>Presidente Onorario</i>	Mario Pescante	
<i>Consiglieri Eletti</i>	Diana Bianchedi Augusto Frasca Giuseppe Gentile Antonio Lombardo Renato Manno Fiammetta Scimonelli Marcello Standoli	
<i>Revisori dei Conti</i>	Giorgio Cannella Patrizia Pompei Angela Ricciardi	<i>Presidente</i> <i>Membro</i> <i>Membro</i>
<i>Rappresentanti A.B.</i>	Ruggero Alcanterini Alberto Scotti Pierangelo Brivio Giuseppe Cindolo Federico Ghio Bruno Gozzelino Daniele Masala	<i>CNIFP</i> <i>UNVS</i> <i>UICOS</i> <i>FIEFS</i> <i>PANATHLON</i> <i>UNASCI</i> <i>CISCOD</i>
<i>Rappresentanti A.P.</i>	Alessandro Pica Andrea Galluzzo Nicola Pintus Giulia Serventi	<i>Accademia Maestri dello Sport</i> <i>SISS - FSHM</i> <i>Progetto Filippide</i> <i>Accademia Nazionale Caprilli</i>
<i>Segretario Generale</i>	Gianfranco Carabelli	
<i>Segretario Amministrativo</i>	Alessandro Barbera	
<i>Segreteria Operativa</i>	Luciano Baietti Claudio Brandetti Luciana Cinti Guendalina Kaspar Leoni	

I Quaderni dell'AONI - 23

Centro di Preparazione Olimpica Acqua Acetososa
Largo Giulio Onesti, 1 - 00197 ROMA
Tel. 06.3272.9401-9402-9400
e-mail: segreteria@aoni.it
www.aoni.it



XXX Sessione

Accademia Olimpica Nazionale Italiana

ORIZZONTI DELL'EDUCAZIONE MOTORIA, FISICA E SPORTIVA A SCUOLA E NELL'EXTRA SCUOLA



Accademia Olimpica Nazionale Italiana

**Pozzuoli
Accademia Aeronautica**

7, 8, 9 giugno 2019

ATTI
a cura di
Mercedes Cittadini

Indice

XXX Sessione Olimpica

**ORIZZONTI DELL'EDUCAZIONE MOTORIA,
FISICA E SPORTIVA A SCUOLA E NELL'EXTRA SCUOLA**

Venerdì 7 giugno

Mauro Checcoli *Presidente AONI* 4

Apertura dei lavori

Interventi

Vanni M. Loriga *Giornalista e scrittore*

Progettiamo il nostro futuro, studiando cosa fa l'Europa 6

Fabio Lucidi *"Sapienza" Università di Roma*

Attività motoria nella scuola fra diritto di cittadinanza e promozione della salute 10

Consegna dei Premi AONI 2019 18

Sabato 8 giugno - mattino

Antonino Mancuso *Coordinatore MIUR Lazio*

La funzione educativa e sociale dello sport 24

Rodolfo Bottiglieri *Coordinatore MIUR Campania*

Laurea in Scienze Motorie: percorsi di studio e sbocchi professionali 32

Marcello Marchioni *Coordinatore Scuole regionali di sport*

Breve excursus storico sulle leggi e gli eventi che hanno regolamentato l'attività sportiva della scuola italiana 36

Antonio Lombardo *Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"*

Lo sport e l'educazione fisica nella scuola italiana: una prospettiva storica 40

Augusto Frasca *Giornalista e scrittore*

Presentazione del libro "Giulio Onesti. Sport, politica e cultura nella storia di un grande italiano" 46

Sabato 8 giugno - pomeriggio

Fabrizio Pellegrini *Docente della Scuola dello Sport*

L'educazione fisica non è un'isola: a patto che... 54

Nicola Candeloro *Accademia Maestri dello Sport - Università di Chieti*

L'educazione motorio-sportiva nell'extrascuola 62

Giuseppe Antonini *Accademia Maestri dello Sport*

Lo sport negli istituti scolastici internazionali 84

Daniela Genovese *Biologa nutrizionista*

Nutrizione e sport in età evolutiva 92

Domenica 9 giugno

Romano Mezzetti *Docente Federazione Ginnastica d'Italia per l'area "Kids" - Sez. Salute e Fitness e Settore Scuola*

L'attività motoria fra disciplina, autodisciplina e libertà 108

Emiliana Polini *DT Nazionale sez. Ginnastica per Tutti della Federazione Ginnastica d'Italia*

L'attività motoria nella scuola primaria 112

Carlo Devoti *Accademia Maestri dello Sport*

Imparare la vita giocando 116

Galleria fotografica 132

Notizie da Olimpia (International Olympic Academy)

59ª Sessione Olimpica dell'IOA 2019 136

Relazione finale dei giovani partecipanti AONI:

Martina Bernieri, Giosuè Cuciniello, Giulia Triulzi

I partecipanti alla XXX Sessione AONI 2019 - Pozzuoli 140

Summary 142

Mauro Checcoli

Presidente AONI

Questi Atti sono da noi ritenuti molto importanti, perché costituiscono una tappa significativa verso la Stella Polare di ogni educatore consapevole: introdurre lo sport nella scuola anche nel nostro Paese.

Per noi, che abbiamo avuto una vita intera segnata positivamente dalla pratica sportiva, è cosa ovvia, ma purtroppo non siamo ancora riusciti a convincerne i nostri Amministratori.

Dopo più di 150 anni rispetto alla Gran Bretagna vittoriana, dobbiamo ancora batterci per questo giusto obiettivo!

Tuttavia possiamo dire che la Sessione di Pozzuoli, densa di contenuti, ha dato sostanza ad un progetto che AONI porterà avanti con decisione, un documento politico importante che presto vedrà la luce e che riguarderà la Scuola e lo Sport.

Dopo Pozzuoli è esplosa la violenza del Covid, ma questo trauma non ci ha fermato e presto se ne vedrà il risultato pubblico.

Grazie anche alle intense giornate di Pozzuoli.



Vanni M. Loriga

Giornalista e scrittore

Progettiamo il nostro futuro, studiando cosa fa l'Europa

Non posso iniziare questa mia relazione senza dedicare una parola all'amico Bruno Cacchi, purtroppo scomparso.

Tutti lo ricordiamo come gentiluomo dedito all'insegnamento, all'allenamento, alla ricerca. Con lui avrei dovuto preparare un testo dedicato all'attività motoria nell'età giovanile che interessava una grossa società editrice. Non se ne fece nulla per svariati motivi, ma conservo un consiglio di colui che considero un Maestro: "La prima fase della ricerca è documentarsi su ciò che gli altri hanno già fatto. Questo è il punto di partenza".



Attenendomi a questo prezioso suggerimento ho incominciato il mio lavoro proprio consultando quanto, nel campo della acquisizione delle altrui conoscenze (in Europa e non solo), è stato già fatto.

Come primo passo ho consultato il lavoro della professoressa Lucia Dalla Valle per Sport Industry Directory di cui riporto uno stralcio.

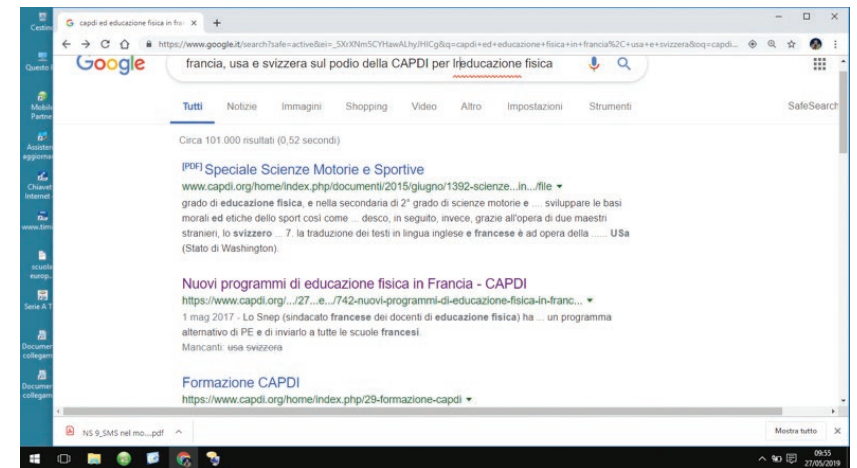
"Un utile confronto tra le politiche motorie attuate in ambito scolastico, in Europa, è stato pubblicato dalla Commissione europea nel marzo 2013 e rappresenta il primo tentativo di questo organismo di individuare i punti di debolezza e di forza dell'educazione fisica nell'istruzione primaria e secondaria inferiore.

Realizzato dalla rete Eurydice, che ha la finalità di fornire informazioni e analisi sui sistemi educativi europei e sulle relative politiche, il rapporto Physical Education and Sport at School in Europe descrive lo stato dell'arte dell'educazione fisica e della pratica sportiva a scuola, in 30 Paesi, prendendo in considerazione differenti aspetti, tra cui le attività svolte, il tempo dedicato a questa materia, le modalità di insegnamento, i titoli professionali richiesti ai docenti, la valutazione della competenza degli alunni in questa disciplina e anche le iniziative

extracurricolari proposte dalle scuole in ambito sportivo e motorio. Per quanto l'educazione fisica sia obbligatoria, in tutti i curricula nazionali esaminati si osserva, a livello di istruzione sia primaria sia secondaria inferiore, che le ore minime dedicate a essa variano sensibilmente da un Paese all'altro; in alcune nazioni, questo limite non è fissato a livello centrale, ma demandato alle decisioni delle scuole.

Esempi di questa flessibilità di orario si trovano in Italia, nella scuola primaria, e in Belgio, per la comunità di lingua tedesca. Nell'anno scolastico 2011-12, l'orario medio minimo raccomandato oscillava tra le 37 ore annuali in Irlanda e le 108 in Francia, nella scuola primaria; nel ciclo successivo, al livello di base troviamo Spagna, Malta e Turchia, con un monte ore compreso tra le 24 e le 35, e, in vetta alla classifica, Austria e ancora Francia (dalle 102 alle 108 ore di educazione fisica e sportiva).

Svetta dunque in cima alle graduatorie la Francia, dove gli studenti del ciclo di istruzione secondaria obbligatoria dedicano all'educazione fisica il 15% dell'orario complessivo, percentuale che scende al 7% per gli scolari italiani dello stesso grado (tutto sommato in media con la tendenza che si ravvisa nel resto d'Europa) e a valori ancora più bassi in Paesi come Irlanda, Spagna, Malta e Turchia".



Da queste premesse, e sempre in sintonia con il suggerimento di Bruno Cacchi, ho anche consultato le ricerche effettuate dalla CAPDI (Confederazione delle Associazioni dei Diplomi ISEF & laureati in scienze motorie), che neanche troppo tempo fa ha pubblicato una graduatoria fra le varie nazioni e l'educazione motoria che si pratica nelle loro scuole. Prima è la Francia seguita da USA e Svizzera.

Cominciamo quindi con quelli che vengono definiti i cugini d'oltralpe, con i quali condividiamo molte affinità.

Al di là delle Alpi, si parte dal presupposto che la scuola materna sia il luogo e il momento per costruire le azioni motorie essenziali. Lì il bambino deve migliorare il senso dell'equilibrio e imparare a maneggiare gli oggetti. Scopre il suo corpo e il rispetto per quello degli altri. Impara quindi a lanciare e ricevere gli oggetti, a marciare, a correre, a scoprire il mondo negli spazi vicini e lontani, ossia a esprimersi con il corpo e a comunicare con i compagni tramite il gioco.

Sul gioco ritengo utile fare riferimento a quanto l'antropologo Johan Huizinga scrisse nel 1938 nel suo celebre *Homo ludens*, definendolo "centro propulsivo di tutte le attività umane, da cui si sviluppa tutta la cultura".

Che il gioco sia un fatto di cultura è dimostrato dalla considerazione che a violarne le regole esso cessa di esistere. I giovanissimi lo sanno e lo pretendono, tanto che una delle frasi da loro più spesso pronunciate è il severo "non vale!" se qualcuno non si attiene alle norme.

Chiusa questa breve parentesi ricordo che tre sono gli obiettivi che si prefigge l'attività fisica nella scuola dell'infanzia:

- favorire la costruzione delle azioni motorie fondamentali;
- promuovere la presa di contatto con le diverse attività fisiche e pratiche, sociali e di riferimento con gli altri;
- acquisire e conoscere le competenze utili per meglio valutare ciò che occorre.

L'assenza di attività motoria nell'età infantile è gravissima e crea deficit non rimediabili in seguito.



Già una quarantina di anni fa il professor Carlo Vittori sottopose a una serie di test gli studenti delle scuole medie di Formia. Uno di questi esercizi prevedeva le flessioni alla sbarra. La media fu di 1,5; molti non riuscivano a effettuarne nemmeno una. I più bravi, disse Vittori, erano i ragazzi che venivano dai paesi vicini e che quindi salendo e scendendo dall'autobus un po' di forzata ginnastica dovevano farla.

Nei giorni scorsi ho trascorso alcune ore allo Stadio Guidobaldi di Rieti, città che vanta una società atletica intitolata ad Andrea Milardi, personaggio che può essere incluso nel novero degli apostoli dell'educazione fisica. Alcune iniziative da lui promosse sono ancora praticate, fra cui quella del monitoraggio dei giovanissimi scolari delle terze, quarte e quinte elementari. 2000-3000 bambini debbono affrontare un breve tratto di corsa, lanciare il vortex ed effettuare un salto in lungo. Il bilancio della prova è spesso disastroso. Molti ragazzi non riescono a effettuare gli esercizi più semplici, neanche ad accennare lo stacco per saltare.

È importante rilevare che la Svizzera merita il posto sul podio soprattutto perché è l'unico Paese che dispone di strumenti di valutazione estremamente sofisticati. Ottima inoltre l'iniziativa "Scuola in movimento" che coinvolge famiglia, scuola e tempo libero.

Posso aggiungere, a titolo di esperienza personale, che nell'ormai lontano 1972 mi recai in Sudafrica per scoprire da quale ambiente scolastico provenisse Marcello Fiasconaro, che aveva vinto la medaglia d'argento agli Europei di Helsinki stabilendo il primato italiano dei 400 metri e che nel giugno del 1973 avrebbe migliorato il record mondiale degli 800 metri. L'amico March mi condusse a vedere la sua scuola.

Più estesa della nostra Sapienza, contava su aule, ristorante, palestre, campi di gioco, pista d'atletica.

Gli allievi la mattina seguivano le lezioni, dopo pranzo subentravano altri docenti, dei tutor con i quali svolgevano i compiti e subito dopo si dedicavano allo sport preferito. Quando nel tardo pomeriggio tornavano a casa avevano un altro paio d'ore per giocare. Non era un mondo perfetto, anzi, vi imperava ancora l'apartheid, ma quel sistema scolastico mi parve eccellente.

Ora in Italia siamo in attesa del Decreto.

Fabio Lucidi

"Sapienza" Università di Roma

Attività motoria nella scuola fra diritto di cittadinanza e promozione della salute



L'attività motoria nella scuola fra diritto di cittadinanza e promozione della salute

XXX Sessione
Accademia Olimpica Nazionale Italiana
QUALI ORIZZONTI
NELL'EDUCAZIONE MOTORIA,
FISICA E SPORTIVA NELLA SCUOLA
E NELL'EXTRA SCUOLA

30

Fabio Lucidi
"Sapienza" Università di Roma

Cosa si dice della relazione tra sport e sviluppo?

Movimento e sport sono diritti di cittadinanza: vanno favoriti in ogni condizione di abilità

LINEE GUIDA

- Ai bimbi di età inferiore a 1 anno dovrebbe essere data l'opportunità di essere fisicamente attivi più volte al giorno.
- Nei bambini di età compresa tra 1-2 anni e quelli in età prescolare, tra 3-4 anni, ai quali dovrebbe essere garantita l'opportunità di muoversi circa 60 min/die. In queste fasi non c'è bisogno di fare attenzione all'intensità delle attività, caratterizzate da vere e proprie "scariche" di alta intensità, della durata di pochi secondi, che poi tendono a calmarsi. Più i bambini crescono, più hanno il bisogno di giocare in modo energico e per tempi prolungati.
- Arrivati intorno ai cinque anni, anche l'intensità comincia a essere un parametro nelle linee guida, che raccomandano di dedicare ogni giorno circa 60 minuti ad attività fisiche, con un impegno tra il moderato e il vigoroso. Non stiamo parlando necessariamente di sport, ma di movimento.
- Poi si passa alle attività strutturate



La mancanza di un'ideale proposta sportiva scolastica lascia i genitori soli e crea le condizioni per possibili errori nell'approccio allo sport.

Sport e Positive Youth Development

I modelli di **Positive Youth Development** usano lo sport come strumento di sviluppo psicosociale dei giovani al fine di potenziare risorse interne ed esterne.

- Processi diretti: motivazioni, risposte affettive, sociali ed etiche **nelle** situazioni di sport
- Processi traslazionali: ovvero lo sviluppo di abilità sociali, cognitive, emozionali e comportamentali **attraverso** lo sport

+PYD
Positive Youth Development

Cosa sono gli esiti psicosociali?

Mettendo a rischio i cosiddetti "esiti psicosociali" dello sport.

Entro questa categoria possiamo ritrovare alcuni costrutti come:

- Stili motivazionali
- Processi cognitivi
- Risposte affettive
- Auto percezioni
- Comportamenti morali
- Strategie di coping
- Benessere



COSA FANNO I GENITORI?

- I diversi studi che hanno indagato come i genitori possono influenzare tali esiti hanno evidenziato alcuni fattori specifici:
 - **stile genitoriale;**
 - **Scelte genitoriali specifiche in diversi i contesti** (ad es., a casa, in relazione all'allenamento o durante le competizioni);
 - **relazioni** e interazioni dei genitori **con gli altri** nell'ambiente sportivo.

How to Help Your Child in Sport

ADVICE FOR PARENTS - COMPETITIONS
by Gillian de Vries | www.innervoice.co.uk



BEFORE

- Help them prepare their kit
- Make sure they get enough sleep
- Encourage them to eat breakfast
- Help them arrive on time
- Calm them down if they are nervous
- Offer encouragement

DURING

- Take a step back
- Focus on effort rather than outcome
- Be a positive supporter
- Control your own emotions

AFTER

- Be honest
- Be re-assuring
- Provide positive and realistic feedback
- Discuss what areas they want to work on
- Talk to your child about what works for them

Copyright © 2013, Parent Behavioural Team, Sport, Journal of Applied Sport Psychology

Percepire la pressione

- Tuttavia, qualora questo supporto venga proposto come qualcosa di innaturale e legato ad aspettative di risultato, gli atleti possono percepire una **pressione per "ripagare"** i loro genitori. Recenti ricerche hanno dimostrato una relazione diretta tra la quantità di denaro che i genitori dedicano allo sport del loro bambino e le successive percezioni di pressione riportate da atleti bambini.
- La percezione della pressione dei genitori può avere un impatto sul tasso di abbandono dello sport, sul divertimento nel praticare lo sport, sui livelli di ansia e sulla propensione verso comportamenti antisportivi.

Stile genitoriale

- una costellazione di atteggiamenti verso il bambino che vengono comunicati al bambino e che creano un clima emotivo in cui i comportamenti dei genitori vengono espressi

Uno stile che stimola l'autonomia ha un impatto positivo sui bambini, supportando le scelte autodeterminate e migliorando il benessere associato alla pratica sportiva

Questo stile genitoriale è associato a una migliore salute, a tassi più bassi di abbandono e a una lettura dello sport non associata al perfezionismo.

Al contrario, gli stili genitoriali controllanti o autoritari sono associati a una ridotta autostima, a maggiore abbandono e a comportamenti antisportivi.



Nelle competizioni, se i genitori sono focalizzati sul risultato, a fornire un feedback sull'errore, viene ridotta la percezione di competenza dei bambini e aumenta l'ansia e paura del fallimento

Vincere è importante o è l'unica cosa che conta?

Al contrario, quando i bambini percepiscono che i loro genitori si concentrano sull'impegno e sul miglioramento personale nelle competizioni e in allenamento (creando un clima di coinvolgimento / padronanza del compito dei genitori) gli atleti riportano livelli più alti di motivazione, impegno, competenza percepita, autostima, e comportamento sportivi.

Sostenere l'attività dei figli

- Generalmente, gli esiti psicosociali positivi sono associati a comportamenti di **supporto** mostrati a casa, in allenamento e nelle competizioni, mentre gli esiti psicosociali negativi o dannosi sono associati alla **pressione**, in particolare in relazione alle competizioni.
- Supporto: ad esempio, le forme di sostegno tangibile, in particolare **sotto forma di utilizzo di denaro e tempo per sostenere la pratica sportiva dei ragazzi**, sono particolarmente importanti. **Dimostrano ai bambini che i loro genitori apprezzano il loro coinvolgimento sportivo, possono migliorare il divertimento, la competenza, la motivazione e la persistenza.**

La mia famiglia e altri animali

- In letteratura ci sono molti studi sui rapporti che si instaurano nei contesti sportivi



Il vostro compito è quello di incitare la mia squadra, quindi....

NON PENSATE A CONSIGLI TECNICI
NON URLATE....mi mettete in confusione
NON INSULTATE l'arbitro e gli avversari
SONO RAGAZZI COME ME !!!!

RICORDATE CHE HO IL DIRITTO DI SBAGLIARE
PERDERE...NON E' UNA TRAGEDIA
STATE SERENI !!!!

- Tra genitori e figli
- Tra genitori e genitori
- Tra genitori e allenatori

Genitori e altri genitori

Quando i genitori interagiscono con altri genitori della stessa squadra o delle squadre opposte in maniera positiva, i giovani atleti percepiscono un maggiore coinvolgimento e un aumento della motivazione.

Al contrario, quando le relazioni tra genitori della stessa squadra o di squadre avversarie sono negative, vi è un aumento dell'ansia e dell'imbarazzo.

Programmi sportivi basati sul tema del PYD

- Sistemi ecologici diversi (ad esempio, comunità, famiglia, scuola) e fattori individuali interagiscono e determinano il modo con cui lo sport influenza lo sviluppo;
- Un clima basato su relazioni positive tra pari, genitori e altri adulti (insegnanti e allenatori) può produrre PYD attraverso processi impliciti
- Risultati migliori possono essere raggiunti se vi è una attenzione specifica alle life-skills (processi espliciti);
- Il PYD che si ottiene attraverso lo sport è trasferibile.

Genitori e allenatori

- Quando i genitori discutono gli allenatori sul piano tecnico o interferiscono con gli allenamenti provocano distress e ansia nei bambini.
- Quando gli allenatori rifiutano un dialogo aperto con i genitori provocano conflitto.
- Al contrario, relazioni aperte e oneste tra genitori e allenatori possono aumentare la fiducia del bambino nel loro allenatore, aiutare i genitori a conoscere lo sport del loro bambino e ad essere coinvolti in modo ottimale e aiutare i bambini a risolvere eventuali problemi o situazioni di disagio

Su cosa impegnarci?

- Aumentare frequenza, qualità, rilevanza dell'attività motoria e sportiva nelle scuole.
- Aumentare la consapevolezza dei genitori circa il loro ruolo e l'importanza di sostenere lo sviluppo psicosociale dei figli attraverso lo sport.
- Creare programmi di collaborazione tra scuola (insegnanti), centri sportivi e famiglie attraverso interventi specifici capaci di lavorare sulle risorse "giuste" al momento giusto (quando, dove, chi).

Discutere di come è andata

- Feedback costruttivi **dopo le competizioni** possono facilitare la motivazione e aumentare fiducia e stati positivi.
- Il rinforzo positivo, quando realistico, può aumentare la percezione di competenza e sforzo e aiutare i bambini a razionalizzare i loro pensieri e sentimenti.
- Ad ogni modo **la percezione che i giovani hanno dei loro genitori in termini di competenza sportiva** (esperienze sportive, carriere ecc...) influenza notevolmente il valore attribuito ai feedback ricevuti.



GRAZIE PER
L'ATTENZIONE



PREMI AONI 2019

Come sempre, durante le sue Sessioni, l'Accademia consegna un premio a personaggi del mondo sportivo che si sono particolarmente distinti per i valori che hanno trasmesso. Quest'anno i premi assegnati sono stati sei.

Vanni Loriga

Giornalista e scrittore innamorato dello sport, con particolare passione per l'atletica leggera, che ha praticato da ragazzo nella sua Sardegna, Vanni Loriga, figlio di un militare di carriera, segue le orme del padre. Negli anni Quaranta inizia come ufficiale dei bersaglieri, rivelando particolari doti come allenatore della squadra del 1° Reggimento e poi della Regione militare centrale. Nel 1957 gli viene assegnata la cattedra di atletica leggera, che terrà fino al 1960, presso la Scuola militare di Educazione fisica di Orvieto. Dopo diverse esperienze come comandante dei pugili dell'Esercito e del 4° Reggimento corazzato Legnano, viene trasferito a Montelibretti per allenare la Nazionale militare di pentathlon moderno. È stato comandante della 1ª Compagnia speciale atleti della Cecchignola e capo ufficio stampa del Ministero della difesa. Nel 1967 lascia le Forze Armate, con il grado di maggiore, per intraprendere la carriera giornalistica, accogliendo l'invito del direttore del Corriere dello Sport, Antonio Ghirelli, di assumere la responsabilità dei servizi di atletica leggera. Già negli anni Cinquanta aveva collaborato per le pagine sportive con i quotidiani Il Paese e Paese Sera. È stato presente ai Giochi Olimpici di Melbourne 1956, di Roma '60, di



Tokyo 1964. Come inviato del Corriere dello Sport ha seguito tutti i Giochi Olimpici dal 1968 al 1992, nonostante il brutto incidente di Monaco 1972, quando, da buon militare, provò a entrare al Villaggio durante l'attentato dei terroristi di Settembre Nero contro gli atleti di Israele, tentando un salto impossibile in una zona indifesa che gli costò la frattura esposta della tibia e del perone.

Ha scritto numerosi libri sullo sport, ha vinto premi ed è tuttora sulla breccia, collaborando costantemente con Sport Olimpico, diretto da Gianfranco Colasante.

L'AONI è fiera di far conoscere ai giovani presenti questo straordinario giornalista, mai stanco di scrivere, e di premiare la sua carriera e la sua ineguagliabile passione per lo sport.

Giuseppe Abbagnale

Un campione con la C maiuscola, la guida insostituibile di un armo come il due con, dominatore assoluto per oltre un decennio insieme con il fratello Carmine e il timoniere, amico di sempre, Peppino di Capua, Giuseppe Abbagnale ha fatto la storia del canottaggio mondiale. L'Italia intera, o personalmente o attraverso le appassionanti e indimenticabili telecronache di Giampiero Galeazzi, ha seguito le sue azioni potenti e inarrestabili in tutti i bacini del mondo. Tante le sue vittorie: ricordiamo i due ori olimpici di Los Angeles 1984 e di Seul 1988, l'argento di Barcellona 1992, i sette titoli iridati, i due argenti e il bronzo ottenuti ai Mondiali dal 1981 al 1993 e i ben 28 titoli italiani.

Alfiere azzurro ai Giochi del 1992, rimarrà sempre nella storia dello sport



e nel cuore degli appassionati come uno degli atleti più grandi che l'Italia abbia avuto. Lasciata l'attività agonistica, Giuseppe Abbagnale ha presieduto la Federazione italiana canottaggio dal 2012 al 2016. Uomo di poche parole, ma di fatti concreti, limpido come il suo mare, ha portato la sua famiglia ai vertici più alti in una disciplina così difficile e faticosa come quella che ha amato e fatto amare.

Qui nella sua Campania, a pochi chilometri da Castellammare di Stabia, l'AONI è fiera di premiare un campione che rimarrà sempre un esempio per tutte le discipline sportive.

Sabatino Aracu

Dedito al pattinaggio da una vita, ma nello stesso tempo imprenditore e uomo politico, Sabatino Aracu è uno dei dirigenti sportivi italiani con una delle più lunghe presenze ai vertici internazionali. Quattro volte campione europeo di pattinaggio di velocità, finito il periodo agonistico ha continuato a vivere nel suo amatissimo mondo seguendone lo sviluppo e i successi. Presidente della Federazione italiana sport rotellistici dal 1993, nel 2005 è stato eletto alla guida della World Skate e conserva tuttora entrambi gli incarichi. Membro del Consiglio nazionale del CONI dal 1993, nel 2017 è entrato nella Giunta esecutiva dell'ente. Nel 2009 è stato Presidente del Comitato organizzatore dei Giochi del Mediterraneo di Pescara.

Appassionato di politica fin da giovane, è stato eletto deputato nel Parlamento italiano per quattro legislature. Il suo impegno politico e sociale a difesa dello sport lo ha portato a fondare un centro per il recupero dei tossicodipendenti attraverso l'attività sportiva. L'Accademia Olimpica, che



ne apprezza la tenacia e la competenza, è lieta di presentarlo ai giovani partecipanti di questa Sessione e di premiare la sua ininterrotta attività per lo sviluppo dello sport nel nostro Paese.

Antonietta Di Martino

Antonietta Di Martino è una ragazza piena di vitalità e di coraggio, capace di sconfiggere gli infortuni, i momenti negativi e di risorgere dopo ogni sconfitta, tanto che è riuscita a conquistare il record italiano di salto in alto, raggiungendo nel 2007 quota 2,03 m all'aperto e nel 2011 2,04 m al coperto. Medaglia d'argento ai Mondiali di Osaka nel 2007 e di bronzo a quelli di Taegu 2011, nello stesso anno ha vinto gli Europei indoor di Parigi. Dieci volte campionessa d'Italia (6 volte outdoor e 4 indoor) è tuttora primatista



nazionale della disciplina. Pur non raggiungendo il metro e settanta di altezza, ha affrontato tutte le avversarie più alte con determinazione e capacità tecnica personalissima. Ha un talento puro e ha saputo superare i diversi incidenti che l'hanno costretta per lunghi periodi all'interruzione dell'attività, riprendendo ogni volta a gareggiare con il sorriso e la volontà di sempre. Ai Giochi Olimpici esordisce a Pechino 2008, classificandosi al decimo posto e, sempre per infortuni, è costretta a non partecipare a Londra 2012, annunciando poco dopo il ritiro dall'attività agonistica.

Una grandissima atleta, non sempre accompagnata dalla fortuna, che tutti gli italiani hanno ammirato e amato e che rimarrà come un esempio luminoso di talento e di indomita forza morale. L'AONI la ringrazia per quello che ha offerto allo sport italiano ed è felice che i giovani partecipanti

alla Sessione abbiano l'occasione di conoscerla dal vivo e di apprezzarne le qualità umane e sportive.

Rosella Frasca



Roberto Fabbricini

Uno dei dirigenti sportivi più completi e capaci che sia uscito dalla Scuola dello Sport, voluta fermamente da Giulio Onesti e inaugurata nel dicem-



bre 1966, Roberto Fabbricini ha bruciato le tappe di una carriera che l'ha portato ai vertici dell'organizzazione sportiva italiana. Proveniente dall'atletica leggera, già campione italiano juniores nella 4x100 a 17 anni, si è diplomato alla Scuola dello sport ed è entrato a far parte del CONI nel 1972. Cresciuto nell'ambito del Servizio preparazione olimpica, ha partecipato a 15 edizioni dei Giochi Olimpici (8 estive e 7 invernali) e a 9 edizioni dei Giochi del Mediterraneo. È stato capo delegazione in cinque Olimpiadi.

Nel 2013 è stato nominato dal Presidente Giovanni Malagò Segretario generale del CONI e nel febbraio 2018 Commissario straordinario della Federazione italiana gioco calcio. Presidente di CONI Servizi, oggi Sport e Salute SpA, dal 23 marzo 2018 al 9 maggio 2019, ha coperto numerosi incarichi internazionali ed è conosciuto in tutte le organizzazioni sportive mondiali.

L'Accademia Olimpica è fiera di avere non solo come amico questo uomo solare, lavoratore instancabile, sempre aperto a nuove iniziative per far crescere lo sport e l'olimpismo, ma anche come indispensabile promotore di idee per l'organizzazione e la costante crescita del movimento olimpico.

Antonino Mancuso

Coordinatore MIUR Lazio

La funzione educativa e sociale dello sport

La società di oggi attraversa un processo di profonda trasformazione, ma l'elemento da sottolineare è la velocità del cambiamento con il quale si rinnovano continuamente modi di pensare, costumi, leggi, società, scuole e altro. Tutto questo è stato favorito dalla rapidissima evoluzione delle tecnologie, soprattutto dell'informatica. Internet, infatti, ha trasformato davvero il mondo nel "villaggio globale" profetizzato tanti anni fa dal sociologo canadese Marshall McLuhan studiando la diffusione dei mass-media.



Oltretutto anche le connotazioni spazio-temporali si sono stravolte, in quanto basta accendere la tv o navigare su Internet per avere in tempo reale notizie su luoghi lontanissimi del nostro pianeta. Anche se si tratta di una grande opportunità per lo sviluppo del sapere e delle conoscenze, non si può però riconoscere che tale scenario disorienta; non permette difatti ai giovani di avere riferimenti certi, confini definiti che, in un certo senso, rassicuravano le generazioni del passato.

Naturalmente il cambiamento incide profondamente sulla cultura, sulla scienza, sull'etica sociale, sulla politica, perché ogni elemento appare "relativo" e "falsificabile", secondo l'ormai noto enunciato di Popper. Inoltre la problematicità è un altro aspetto non trascurabile dei nostri tempi, tanto da diventare una modalità di pensiero critico, per affrontare la "complessità" del nostro sistema sociale.

È la presenza di elementi contrastanti che rende complessa, cioè differenziata, la nostra società. Spinte antitetiche risultano, ad esempio, quelle che pretendono per la nuova cultura del cosiddetto "villaggio globale", con conseguente globalizzazione del mercato e della cultura e quelle, invece, del "villaggio locale", con decentramento e nazionalismo esasperati.

Con il crollo dei muri e delle grandi ideologie che hanno condizionato e

connotato le ultime fasi storiche e con il superamento anche delle grandi filosofie o delle religioni o delle teorie economiche che davano letture quasi rigide ed esaustive su alcuni aspetti dell'umanità, si è giunti oggi alla cultura del "pluralismo" che vede i giovani fruitori di diverse posizioni culturali, portandoli inevitabilmente ad avere opinioni forti, ma anche a un indebolimento dei tradizionali valori, quali la famiglia e la patria che, invece, caratterizzavano le precedenti generazioni.

I giovani d'oggi, possiamo dire, riproponendo il pensiero di Vattimo, hanno una pluralità di valori ma più leggeri e deboli. Triste e drammatica è, invece, la constatazione, in taluni casi, di valori alienati e inesistenti, che sono per lo più, falsi valori. Il pluralismo, peraltro, secondo Cosimo Guido, favorisce la multiculturalità in quanto valorizza la diversità, considerandola un'occasione di scambio reciproco e quindi di crescita umana collettiva, attuando così quella tanto auspicata, anche a livello scolastico, interculturalità.

Parlare del mondo dei giovani oggi non è facile, perché, a causa dei cambiamenti sociali e culturali, questo risulta dilatato. Infatti ne fanno parte sia i preadolescenti in quanto crescono rapidamente, sia i preadulti, cioè coloro che, pur appartenendo alla tarda giovinezza, continuano a vivere in famiglia, prevalentemente per esigenze economiche.

Questa realtà è già problematica in sé, in quanto si cresce velocemente, ma si rimane troppo a lungo adolescenti, cadendo in quella che viene definita la sindrome di Peter Pan: non si sperimentano responsabilità, autonomia e di conseguenza manca l'autostima che consente a ogni individuo di strutturarsi positivamente nella sua identità personale di uomo e di cittadino.

Le inquietudini, le insicurezze, la fragilità psicologica inducono i giovani ad atteggiamenti di aggressività, di rivolta, prima manifestati in famiglia, e poi nella società. Le agenzie formative mediante la "pedagogia dell'ascolto" devono, come ci suggerisce Cosimo Guido, ascoltare i ragazzi non solo con le orecchie, ma anche con gli occhi per osservarli dentro il loro animo e, soprattutto con il cuore, affinché possano sentirsi capiti, aiutati, guidati dagli adulti di riferimento e, sempre e comunque, amati in una fase della vita che, se pur bellissima, è alquanto delicata e difficile.

Altri aspetti critici di una parte della gioventù odierna sono l'esasperato "materialismo" (si è in funzione di ciò che si possiede), l'edonismo (della cultura dell'effimero, si vive in funzione del momento, perdendo, la dimensione di futuro e passato), il "narcisismo" (della cura esasperata del proprio corpo e aspetto), a tutto ciò è collegato un desiderio convulso di seguire le mode a tutti i costi.

L'Europa

L'Unione Europea manifesta nel suo interno uno stretto legame tra l'economia e l'educazione.

Il documento della Commissione europea, pubblicato nel 2010 relativo alla valutazione della strategia di Lisbona, presenta aspetti problematici del progetto sociale avviato nel 2000 in risposta alla globalizzazione e ad altre questioni.

“Dato che la globalizzazione continua a porre l’Unione Europea di fronte a nuove sfide, ciascun cittadino dovrà disporre di un’ampia gamma di competenze chiave per adattarsi in modo flessibile a un mondo in rapido mutamento e caratterizzato da forte interconnessione (Parlamento europeo e Consiglio dell’Unione Europea)”.

A partire dal 2006 sono state diffuse Raccomandazioni da parte del Parlamento europeo e del Consiglio dell’UE sugli orientamenti da seguire nell’ambito della riforma dei sistemi scolastici.

Si è quindi passati da una fase di preparazione dell’apprendimento permanente per il cittadino, in cui ogni Paese si doveva preoccupare di riscrivere l’istruzione e la formazione secondo criteri di flessibilità per favorire l’adattamento del cittadino ai mutamenti, a una fase finalizzata al miglioramento dei livelli di studio per contrastare la dispersione scolastica e comunque improntata sulla ricerca delle eccellenze e del merito. La flessibilità, cioè l’acquisizione da parte del cittadino di competenze, metodologie e tecniche per adattarsi alle nuove esigenze sociali per comprendere i vari linguaggi, mette in crisi il modello formativo monoculturale e autoreferenziale e lascia il posto a un approccio interdisciplinare (dialogo fra le discipline).

L’Europa, dovendosi occupare di creare una nuova modalità di vivere la cittadinanza non soltanto all’interno di ogni singolo Paese ma nell’ambito dell’Unione Europea, ha avviato delle politiche di tipo formativo che potessero avere una certa omogeneità su tutto il territorio europeo e quindi ha cominciato a ragionare in termini di competenze che riguardassero alcuni aspetti base. Esaminiamoli.

La comunicazione nella madrelingua

È importante saper interagire in modo creativo sul piano linguistico nei vari contesti sociali ed esprimere, con capacità, pensieri e sentimenti in forma orale e scritta nonché comunicare, tramite la propria lingua, all’interno dell’Unione Europea conservando le proprie specificità anche se, dal punto di vista economico, si è dovuta creare una mediazione per giungere a una moneta unica.

La comunicazione nelle lingue straniere

Conoscere le lingue di altri Paesi facilita i rapporti, i viaggi e gli scambi.

La competenza matematica, scientifica e tecnologica

Lo sviluppo in ambito scientifico e tecnologico è avvenuto in maniera esponenziale e continua a essere quello che connota la società del terzo millennio.

Queste competenze riguardano, nell’ordine, la capacità di utilizzare il pensiero razionale per trovare soluzioni a problemi quotidiani mediante metodi e linguaggio propri della matematica.

Oggi il lavoro è affidato soprattutto all’utilizzo delle tecnologie digitali. Quindi, tale uso non è solo di tipo ludico, ma serve anche per l’attività di studio, di ricerca e di approfondimento disciplinare che rappresenta un riferimento fondamentale nelle problematiche di vario tipo (ambientali, di distanza, di relazione). Tutti i cittadini, anche i più anziani, devono avere una competenza nell’utilizzo di queste modalità di comunicazione; fornire le basi per la conoscenza di tali metodiche di approccio relazionale è ormai indispensabile. La nostra vita sociale, l’economia e lo stesso modo di pensare, negli ultimi anni, sono profondamente mutati e tutto deve mirare a rendere le strumentazioni a nostra disposizione sempre più accurate per poter migliorare la nostra qualità di vita. A tale proposito è importante, quindi, che le strutture educative facciano in modo che tutto questo avvenga in maniera rispettosa dell’essere umano per cui il concetto di responsabilità e consapevolezza di quest’ultimo deve essere sempre abbinato alla possibilità di utilizzare in modo efficace la strumentazione che sicuramente risolve molti problemi.

La competenza imparare ad imparare

Questa competenza è ritenuta fondamentale e deve essere proposta ai bambini fin dalla prima età in modo che ognuno di loro possa imparare a riconoscere quelli che sono i propri bisogni di tipo formativo e proseguire per tutta la vita a ricercare quelle conoscenze che poi produrranno abilità e quindi competenze ulteriori da spendere nella vita.

È caratterizzata da una partecipazione attiva e dall’organizzazione del proprio apprendimento.

Le competenze sociali e civiche

Sono competenze che richiedono la conoscenza di regole e norme derivanti dalla nostra Costituzione; sembrano facili, ma in realtà, sono complesse, di difficile applicazione perché servono a gestire le dinamiche di tolleranza, di accettazione dell’altro, l’incontro con culture diverse. Sul piano sociale e civico la contrapposizione con l’altro e la ricerca del benessere personale spesso fanno alterare le dinamiche relazionali creando dei conflitti molto forti.

Lo spirito di iniziativa e di imprenditorialità

Consistono nella capacità di prendere decisioni, fare delle scelte, dopo aver valutato rischi e opportunità, insomma nell’agire con flessibilità. Il mercato del lavoro, sempre più influenzato da criteri di flessibilità, richiede non solo competenze specifiche, ma anche spirito di iniziativa e imprendito-

rialità che derivano dal saper gestire la propria vita collocandola in armonia con quello che la circonda sia in termini ambientali che di rapporto con le persone. Mantenere una propria identità culturale e professionale rendendola flessibile e modificabile dal confronto con il diverso, oltre che aprire la mente e quindi consentire un arricchimento personale, permette di far crescere tutto ciò che ci circonda in modo equilibrato e vario e non unidirezionale.

La consapevolezza e l'espressione culturale

Implicano la consapevolezza dell'importanza della creatività espressa attraverso la potenzialità dei beni artistici e ambientali e quindi comprendere e far comprendere la forte rilevanza degli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea e dell'attività motoria per il benessere di ognuno e della collettività.

Tutto ciò per dire che bisogna possedere in modo solido queste competenze che, di fatto, sono competenze di personalità, di flessibilità mentale, di problem solving per potersi riadattare ai nuovi contesti.

Si parla, quindi, di competenze chiave, cioè necessarie per l'occupabilità, la realizzazione personale, l'inclusione sociale e la cittadinanza attiva.

Il mondo del lavoro è in continuo divenire a causa delle nuove prospettive scientifiche, delle nuove tecnologie che stanno cambiando e hanno cambiato le nostre modalità di approccio lavorativo. Tanti anni fa molti cinquantenni sono stati licenziati perché non erano più adeguati professionalmente, altri hanno fatto una fatica immane per rimanere nel sistema produttivo, acquisendo nuove competenze. Oggi questo deve essere una connotazione tipica, quindi, sin da piccolo ogni individuo deve abituarsi ad avere una flessibilità e ad adattarsi acquisendo sempre più conoscenze che poi diventano abilità e competenze. Lo sport è uno strumento formidabile per arrivare a questo. Pensate che le aziende, oggi, nel reclutare il proprio personale fanno particolare attenzione alle competenze di personalità, cioè all'acquisizione di quelle abilità personali sulla base di una flessibilità mentale di gestione dell'imprevisto e di uno spirito imprenditoriale di se stesso. Questi soggetti si formano più facilmente di altri e si adattano meglio a nuovi contesti e modalità di approccio perché hanno la capacità di adattarsi al cambiamento e di gestire le competenze acquisite in modo autonomo. La gestione creativa delle nuove conoscenze consente di creare percorsi formativi che potranno potenziare o addirittura aprire nuovi settori produttivi e innovativi rivalutando la propria azienda.

L'Europa ha voluto creare nuove modalità di approccio di cittadinanza e ha avviato politiche formative dandogli una certa omogeneità su tutto il territorio proprio ragionando in termini di competenze, che devono convergere

verso due concetti fondamentali: uno è quello di responsabilità consapevole e l'altro è quello di autonomia, sia in termini personali e di movimento che di autonomia giuridica, in un'ottica di occupazione, relazione sociale, inclusione e quindi cittadinanza.

L'Europa e lo sport per tutti

Il Parlamento europeo ha emanato delle direttive rivolte a sottolineare sia la funzione educativa e sociale dello sport e l'importanza che riveste per lo sviluppo fisico, sia la capacità dello sport di promuovere i valori sociali (spirito di gruppo, competizione leale, tolleranza, solidarietà, ecc.) e di porsi come cardine nella determinazione di parte delle politiche comunitarie per ciò che concerne l'istruzione e la salute pubblica.

È risaputo che l'Unione Europea non ha una competenza diretta in materia di sport, però il ruolo dello sport e la sua specificità sono stati riconosciuti dai capi di stato e di governo dei Paesi membri.

Ad esempio, una dichiarazione del Consiglio Europeo di Nizza nel 2000 ha invitato le istituzioni comunitarie a rivolgere un'attenzione particolare alle funzioni sociali, educative e culturali dello sport, evidenziando l'esigenza di improntare le proprie politiche comunitarie su alcuni aspetti specifici della pratica sportiva, quali la coesione interna, la solidarietà sociale, la concorrenza leale, la difesa degli interessi morali e materiali soprattutto degli sportivi più giovani.

La Commissione europea è stata più volte sollecitata dalle organizzazioni sportive degli stati membri a garantire quei principi e quei valori enunciati dalla dichiarazione di Nizza e, per dare una risposta adeguata a tali aspettative, ha attuato un'iniziativa di tipo politico denominata il "Libro bianco sullo sport".

Il "Libro bianco sullo sport", reso pubblico l'11 luglio 2007, costituisce la prima iniziativa globale nel campo, elaborata nel rispetto del principio di sussidiarietà, dell'autonomia delle organizzazioni sportive e dell'attuale quadro giuridico comunitario, sviluppando il concetto di specificità dello sport stesso. All'interno di un piano denominato "Pierre de Coubertin", propone azioni concrete riguardanti soprattutto gli aspetti sociali ed economici dello sport, quali la salute pubblica, l'istruzione, l'inclusione sociale, il volontariato, le relazioni esterne e il finanziamento dello sport.

Attività motoria, salute e apprendimento

È ormai noto che l'attività motoria e sportiva adeguatamente praticata promuova e sviluppi competenze trasversali che afferiscono a tutte le aree della personalità (sul piano personale, relazionale e sociale).

Oggi non si può non riconoscere il ruolo privilegiato che ha la pratica mo-

toria, fisica e sportiva nei confronti dell'assunzione di comportamenti salutarie e stili di vita in un'ottica di prevenzione di contrasto a patologie legate a sedentarietà, sovrappeso, obesità, abitudini alimentari, involuzione delle capacità motorie. L'inattività può provocare pericolose ripercussioni sia sulla salute fisica che sulle capacità cognitive relazionali. Purtroppo i nostri ragazzi ancora oggi continuano a regredire. Un tempo il medico diceva alla mamma: "faccia fare a suo figlio un po' di attività fisica e tutto si risolverà". Oggi il pediatra fa una vera e propria prescrizione medica in cui il movimento deve essere somministrato come un farmaco. Paragonare l'attività motoria e sportiva a un farmaco è un qualcosa che non riesco a condividere non negandone però l'evidenza. L'attività motoria e sportiva è tutt'altro.

Da studi che provengono da più parti emerge la difficoltà che hanno i giovani con i rapporti spazio-temporali che si costruiscono attraverso le esperienze motorie, base del pensiero logico (nesso logico). La scarsità di tali esperienze si manifesta attraverso un abbassamento e una riduzione delle funzioni cognitive.

Le carenze corporee legate a una mancata abitudine ai giochi corporei e a una non adeguata sollecitazione delle abilità manuali, visuo-spaziali e grosso-motorie hanno una ricaduta negativa sugli apprendimenti scolastici.

Esiste un forte nesso tra la matematica, il pensiero razionale e l'educazione motoria, e ancora tra la tecnica e l'educazione motoria. L'apprendimento matematico e quello che riguarda il logico razionale possono essere acquisiti non attraverso una semplice comunicazione ma, soprattutto, mediante le azioni che si fanno nel risolvere il problema: bisogna fare l'esperienza. Il bambino cambia la sua realtà, cambia il mondo attraverso l'agire, attraverso l'azione per cui è fondamentale offrirgli la possibilità di sviluppare la sua personalità attraverso queste esperienze motorie e coltivare la sua intelligenza attraverso l'agire. Quindi occorre partire dalle esperienze motorie per arrivare ad astrazioni di tipo superiore.

Quali competenze si possono acquisire in una dinamica motoria e sportiva? Le attività sportive praticate in modo adeguato, per l'intensità dell'impegno e della motivazione, per il livello di responsabilità e per le sollecitazioni psicofisiche a esse sottese, possono contribuire allo sviluppo di competenze nelle seguenti aree di riferimento:

- influenza/leadership: lavoro di squadra/team building - leadership - gestione conflitti;
- managerialità/gestione: pianificazione e organizzazione - controllo e monitoraggio;
- pensiero sistemico: visione d'insieme - assunzione del rischio/decisione;
- comportamento/persona: energia - integrità - tensione al risultato - tolleranza allo stress.

L'attività motoria e sportiva mette al centro la persona (qui la differenza tra individuo e persona) e la proietta in un mondo di esperienze in cui è possibile sviluppare competenze trasversali che afferiscono a tutte le aree della personalità.

È intuibile che in una dinamica sportiva nulla è scontato, a causa delle numerose variabili che rendono una situazione sempre diversa da un'altra e che richiedono un adattamento continuo da parte dei praticanti. L'imprevedibilità e i continui cambiamenti che la caratterizzano sollecitano nei praticanti azioni motorie e strategie per trovare soluzioni sempre più adeguate. Tutto ciò favorisce l'acquisizione, da una parte, di competenze tecnico-sportive legate al tipo di disciplina che ognuno sta praticando e, dall'altra, di competenze di personalità legate a flessibilità mentale e a capacità di soluzione dei problemi spendibile anche in altri contesti, come quelli lavorativi.

All'interno di una dinamica sportiva ognuno sviluppa, come abbiamo già accennato, ad esempio, la capacità di concentrazione, di lavorare in squadra, di avere una visione di insieme, di saper lavorare in uno stato di tensione continuo senza compromettere i risultati, di tolleranza allo stress, di consapevolezza dei rischi che ognuno si assume nel momento in cui decide di intraprendere un'azione motoria su cui investe per migliorare la propria performance, prevedendo comunque una strategia alternativa che potrebbe essere utile in caso di fallimento, proprio come un bravo imprenditore agisce nel momento in cui decide di investire su un suo prodotto innovativo.

Lo spirito imprenditoriale è una competenza chiave riconosciuta a livello europeo, quindi questi comportamenti e tanti altri, che vengono acquisiti attraverso l'attività motoria e sportiva, faranno parte del nostro patrimonio personale e saranno spendibili non solo nello sport ma anche nella vita di relazione e nel mondo del lavoro.



Rodolfo Bottiglieri

Coordinatore MIUR Campania

Laurea in Scienze Motorie: percorsi di studio e sbocchi professionali

Sicuramente chi decide di intraprendere il corso di laurea in Scienze Motorie ha una seria passione per la cura e la formazione della persona attraverso lo sport e il movimento.

La laurea ha tre distinti percorsi:

- preventivo (**Attività motorie preventive e adattate**);
- economico-manageriale (**Management delle attività motorie e sportive**);
- scientifico-tecnico (**Scienze e tecniche dello sport**).



Relativamente alle materie di studio, è necessario ricordare e sottolineare come un corso di laurea in Scienze Motorie, al contrario di quanto si pensi, non prevede lo studio della sola educazione fisica ma anche di tante altre discipline affini e complementari, che spaziano dall'anatomia, alla biologia, alla fisiologia, alla chimica, alla biochimica e alla pedagogia.

Quindi non solo sport, ma anche materie molto impegnative e complesse per fornire un percorso di studi completo che non esclude nessun ambito delle Scienze Motorie.

Le discipline spesso sono distinte in teoriche (inerenti al settore biomedico, giuridico, economico, psicopedagogico, della metodologia didattica e dell'allenamento) e pratiche (inerenti al settore motorio e sportivo).

Il laureato in Scienze Motorie potrà scegliere uno sbocco occupazionale in diversi ambiti, anche molto distinti tra loro. Come, ad esempio, iniziare un percorso di crescita all'interno di società sportive, nel settore no profit, oppure in enti pubblici e privati che si occupano di servizi alla persona per

lo sviluppo, il mantenimento e il recupero del benessere psicofisico attraverso stili di vita attivi.

In particolare, la laurea in Scienze Motorie si prefissa come obiettivo quello di preparare i suoi studenti a intraprendere i seguenti principali sbocchi occupazionali.

- **Esperto di attività motoria per bambini, anziani e disabili:** la laurea in Scienze Motorie e Sportive fornisce non solo nozioni di biologia, fisica e medicina generale ma anche di psicologia e deve mirare, a seconda dei casi, al recupero o al mantenimento nel tempo del benessere psicofisico dell'interessato.
- **Professionista dell'attività ludica e ricreativa:** cooperative sociali, associazioni culturali, palestre e centri sportivi possono offrire la possibilità di tenere corsi e attività sportive e ricreative soprattutto per ragazzi e bambini.
- **Consulente di società e organizzazioni sportive:** si occupa di avviamento dell'attività, consulenza specializzata; offre inoltre informazioni, assistenza e orientamento ai dirigenti e ai loro collaboratori.
- **Gestore di club sportivi, centri benessere e palestre:** grazie al conseguimento della laurea in Scienze Motorie e Sportive, il soggetto ha acquisito competenze manageriali e si occupa di gestione d'impresa e vendita ma anche di organizzazione di eventi sportivi, sponsoring, gestione dei servizi di wellness e fitness e dell'impiantistica sportiva.
- **Personal trainer:** elabora programmi di allenamento specifici, verifica che gli esercizi vengano eseguiti in modo corretto, corregge gli errori e monitora i risultati. Molti laureati scelgono questa strada da liberi professionisti, lavorando con persone abbienti o del mondo della moda e dello spettacolo.
- **Allenatore di squadra o individuale:** il coach è colui che dirige l'allenamento della squadra e ne cura non solo la preparazione atletica e fisica ma anche quella mentale e psicologica ed elabora e organizza una tattica ben precisa da mettere in atto. Il preparatore fisico del singolo atleta è un esperto del dialogo strategico e della comunicazione e ha il compito di fargli raggiungere il massimo della performance attraverso un percorso fatto di crescita ma anche di cambiamenti funzionali al miglioramento.
- **Istruttore sportivo in villaggi turistici:** soprattutto per i neolaureati, questa può rappresentare un'ottima opportunità per inserirsi nel mondo del lavoro. Si comincia con un impiego stagionale, che offre la possibilità di insegnare il proprio sport preferito, di viaggiare in varie località turistiche e di imparare le lingue.
- **Copywriter:** grazie alle competenze acquisite con la laurea in Scienze

Motorie e Sportive e specializzandosi in campo editoriale, si può trovare impiego presso giornali, radio o televisione interessati alla comunicazione sportiva.

E per terminare, non perché sono le ultime delle possibilità, ma perché ritengo siano tra le più e complesse:

- **insegnante di educazione fisica:** in ambito didattico, il laureato può trovare lavoro come insegnante nelle scuole pubbliche di ogni ordine e grado;
- **educatore nella prevenzione e promozione della salute:** in questo caso il laureato riveste un vero e proprio ruolo educativo. L'educatore trova lavoro non solo all'interno della scuola ma anche in altri ambiti della comunità. È in grado di educare alla salute e fare prevenzione (ad esempio nel caso di problemi quali sovrappeso e obesità).

L'insegnante deve saper trasmettere agli allievi tutto il suo bagaglio di conoscenze tecniche, didattiche e sportive in modo stimolante e pedagogicamente corretto, tenendo presenti le necessità sia degli allievi predisposti e motivati, sia di quelli impacciati e poco interessati al movimento. L'obiettivo da raggiungere non è solo un sano sviluppo delle capacità motorie sportive ma anche una crescita globale, armonica ed equilibrata della persona. Tra i principali e fondamentali compiti del docente vi sono due aspetti indispensabili che possono essere così riassunti.

Preparazione delle lezioni, collaborazioni e formazione continua:

- pianificare e preparare le lezioni in base agli obiettivi sportivo-educativi



e in funzione dell'età, del sesso e del grado di scolarità degli allievi stessi, in modo stimolante e differenziato dal profilo pedagogico didattico;

- partecipare alla vita collegiale dell'istituto lavorando in team con gli altri docenti e operatori o con altri professionisti (dirigenti scolastici, psicologi, pedagogisti, medici scolastici);
- tenersi costantemente aggiornati e partecipare a corsi di formazione continua per favorire il proprio sviluppo personale, professionale e istituzionale.

Insegnamento:

- educare, attraverso il movimento, a sviluppare tutte le principali componenti psicofisiche della persona (emotivo-affettiva, relazionale-sociale, creativo-espressiva, psicomotoria, fisico-biologica, cognitiva, ecc.);
- educare al movimento, trasmettendo le conoscenze delle Scienze Motorie in funzione di un arricchimento del bagaglio motorio e delle potenzialità del proprio corpo, consentendo una maggiore conoscenza di sé;
- proporre esercizi che tendono al miglioramento generale dei fattori di condizione fisica e delle capacità coordinative, che stimolino i giovani ad affrontare spontaneamente un'attività sportiva;
- insegnare, organizzare e dirigere i principali giochi sportivi con la palla (pallacanestro, calcio, pallavolo, pallamano, ecc.) o i giochi tradizionali, ponendo l'accento sull'attività di gruppo, sullo spirito di squadra (cooperazione, rispetto, fair-play, ecc.) e sulla stimolazione cognitiva;
- allenare le attitudini fisiche pianificando per ogni attività motoria, quali la corsa, il salto, l'equilibrio ecc., una serie di esercizi con difficoltà progressiva;
- offrire le tecniche di base per alcuni sport (atletica, nuoto, escursionismo, attività in ambiente naturale ecc.);
- proporre, organizzare e gestire attività extrascolastiche, quali giornate sportive, campi di sport, corse campestri, settimane bianche, settimane progetto, ecc.

Tutto ciò fa sì che l'insegnamento dell'educazione fisica nella scuola, oltre a essere una professione, è anche e soprattutto una missione, una responsabilità da non sottovalutare perché con le attività motorie si forma il futuro cittadino di domani.

Marcello Marchioni

Coordinatore Scuole regionali di sport

Breve excursus storico sulle leggi e gli eventi che hanno regolamentato l'attività sportiva della scuola italiana

Una ricerca di forme nuove di attività sportiva nella scuola è argomento attuale, ma è stato affrontato e ripreso in sedi diverse, con finalità sia sociali sia dirette alla ricerca di persone che praticano lo sport, spesso tornando col pensiero a metodiche sperimentate in anni passati.

Per un corretto approccio al problema ci sembra opportuno un excursus storico, per linee essenziali, delle vicende che hanno contraddistinto la nostra scuola e il nostro Paese.

Iniziamo dall'anno 1859: viene emanata, in Piemonte, non essendo ancora completato il processo di unificazione dell'Italia, la "legge Casati" dal nome del ministro proponente, Gabrio Casati. Contempla l'attività al tempo definita col termine "ginnastica" e per la prima volta affronta il tema. Questa legge disciplina l'intero comparto della pubblica istruzione fino al 1923, anno della riforma Gentile.

Nel 1909 viene approvata una legge che ricordiamo come "Rava - Daneo" dal nome dei due ministri che, in ordine di tempo, la presentano e la fanno approvare. Le relative disposizioni attuative sono approvate nel 1910 con il ministro Luigi Credaro e, per questo motivo, la legge è anche da alcuni ricordata con il suo nome. La legge, definita "un modello di intelligenza legislativa e pedagogica", stabilisce l'obbligatorietà di uno specifico corso di educazione fisica in ogni scuola pubblica, con programmi differenziati e all'avanguardia per l'epoca. La parte fondamentale della legge riguarda la durata dell'insegnamento, previsto in "almeno mezz'ora al giorno nella scuola elementare e almeno tre ore settimanali nelle scuole medie".

Ogni edificio scolastico deve essere fornito di una palestra e di un'area scoperta a uso campo di gioco e si stabilisce che tali strutture possono essere concesse a società ginnastiche e ad altre società sportive al di fuori dell'orario scolastico.



È una legge molto ambiziosa, come possiamo capire, impossibile da applicare nell'intero comparto scolastico, ma certamente innovativa (ci piacerebbe averne oggi una identica).

Il 1923 è l'anno della riforma che prende il nome da Giovanni Gentile e che prevede che l'educazione fisica venga portata fuori dalla scuola, contravvenendo a un principio basilare di unitarietà pedagogica dell'insegnamento.

Dall'anno 1945, alla ripresa del Paese dopo la guerra, l'insegnamento dell'educazione fisica risentirà per lungo tempo dell'avversione verso un'attività che era stata considerata strumentale per il regime fascista, non tenendo conto dei percorsi che in tutti gli altri Paesi facevano progredire gli studi sul valore del movimento e dell'attività fisica per la vita delle persone. Questa situazione si protrarrà per tempi incredibilmente lunghi e provocherà un evidente ritardo, ancora oggi chiaramente percepibile.

Il 1958 è un altro anno fondamentale per l'educazione fisica; con il ministro Aldo Moro viene approvata una legge che disciplina l'intera materia. Il provvedimento si articola in tre titoli:

- ordinamento dell'educazione fisica;
- ruolo organico degli insegnanti;
- istituti superiori di educazione fisica.

La legge stabilisce l'obbligatorietà dell'insegnamento di educazione fisica, in squadre maschili e femminili di almeno 15 alunni, e prevede esercitazioni complementari di avviamento alla pratica sportiva. Si disciplina anche la parte relativa a palestre e spazi sportivi all'aperto.

Oltre alle lezioni curricolari di educazione fisica, con due ore alla settimana nelle scuole medie di primo e secondo grado, si concretizza l'attività dei Gruppi sportivi scolastici, struttura che è presente in ogni scuola, che ha un riferimento presso il Provveditorato agli studi e che vede annualmente la programmazione dei Campionati d'istituto con manifestazioni provinciali, regionali e nazionali indette dal Ministero.

Il CONI non ha coinvolgimenti diretti nell'organizzazione sportiva scolastica ma realizza, nel decennio 1953-1963, interventi per le attrezzature sportive scolastiche e i campi scuola, per oltre 4 miliardi di lire.

Il 1968 è l'anno dell'istituzione dei Giochi della Gioventù, tappa da considerarsi fondamentale per lo sviluppo dell'attività fisica e sportiva dei giovani del nostro Paese.

Concepiti e realizzati dal CONI, con la collaborazione degli Enti locali territoriali, i Giochi hanno fin dall'inizio un grande successo di partecipazione e suscitano entusiasmo ma, pur essendo rivolti ai ragazzi in età scolare, non vengono organizzati in collaborazione ufficiale con le istituzioni scolastiche.

Solo dopo qualche anno gli interessi e le finalità comuni delle due entità, scuola e CONI, convergono e determinano un periodo di sinergie significative.

Dopo un cammino di avvicinamento, segnato da diverse circolari sul valore educativo e sociale dell'attività sportiva, nell'anno 1974 viene raggiunto un accordo fra il Ministero e il CONI e i Giochi della Gioventù vengono indetti e organizzati congiuntamente.

Dallo stesso anno cessano di esistere i Gruppi sportivi scolastici e di conseguenza si rende necessaria un'estensione dei Giochi della Gioventù alle scuole medie superiori; inoltre, dall'anno scolastico 1976-1977 la manifestazione viene aperta anche agli alunni delle scuole elementari.

Si raggiunge così una completa presenza della scuola in un evento che registra un periodo d'oro sia come partecipazione nelle fasi di istituto, con oltre 3 milioni di studenti, sia nelle finali nazionali dove la cerimonia di apertura vede l'intervento del capo dello stato, di ministri, del Presidente del CONI, di innumerevoli autorità che danno il segno di un interesse certamente nuovo verso l'attività sportiva scolastica.

Dal punto di vista dell'immagine, i Giochi sono un riferimento certo per l'opinione pubblica e sicuramente un'occasione di vita e di esperienza importante per tanti ragazzi che trovano modo di praticare per la prima volta un'attività sportiva.

In anni recenti si è assistito, ciclicamente e in più occasioni, a una riproposizione del titolo dell'evento, Giochi della Gioventù, come elemento capace di dare una svolta a un approccio dell'attività sportiva nella scuola, carente da sempre per ragioni storiche e soprattutto per assenza di una linea politica definita alla quale hanno contribuito tutte le forze politiche che si sono succedute alla guida del Paese.

Ma oggi la situazione sociale e la profonda diversità della vita dei giovani rende inutile un percorso di pura e semplice riproposizione di una formula che potrebbe non avere adesioni significative.

Nel nostro Paese negli anni Sessanta e Settanta la partecipazione all'attività sportiva era del 2,6% della popolazione, circa 1.300.000 persone e, di queste, solo il 9% di genere femminile. Solo alcune delle discipline sportive erano praticate in maniera diffusa e altre solo in qualche zona o località. Il grande successo dei Giochi della Gioventù ha come radici essenziali questa situazione, percepita e percorsa dal CONI, e seguita poi dal ministero.

Oggi il panorama è del tutto diverso, con una partecipazione all'attività fisica e sportiva in modo continuativo che vede un totale di praticanti del 35,3%, della popolazione (oltre 20 milioni) che possiamo suddividere fra i tesserati alle Federazioni sportive, Discipline associate ed Enti di promozione sportiva, comparto che definiamo come "pratica sportiva or-

ganizzata". Ci sono però anche praticanti di attività sportive ancora non catalogate, che coinvolgono comunque milioni di cittadini.

Gli studi proposti dall'ISTAT, soprattutto in indagini multiscopo di carattere sociale, descrivono una situazione dove la partecipazione negli anni corrispondenti all'età scolare dai 6 ai 19 anni è molto elevata, pur con differenze evidenti fra le diverse regioni. Questo aspetto deve far riflettere sulla situazione di vita di ogni giorno dei nostri ragazzi. La mattina vanno a scuola (molti fino a metà pomeriggio) e poi, nel tempo utilizzabile, rispondono alle offerte di una moltitudine di attività sportive proposte essenzialmente dalle Società sportive, parte del mondo CONI.

Anche la partecipazione all'attività giovanile agonistica è in continua crescita e si tratta di ragazze e ragazzi che trovano o cercano lo sport che potrà essere parte della loro vita, almeno nel periodo giovanile.

È indispensabile quindi affrontare il tema dell'attività sportiva nella scuola con un approccio ben diverso da quello degli anni dei Giochi della Gioventù, che oggi non potrebbero avere la componente di richiamo del passato. Ma al tempo stesso non si può rinunciare al ruolo della scuola nella formazione delle persone, né alla componente che ha l'attività fisica nella formazione dei cittadini, ruolo che peraltro i programmi già indicano con contenuti molto precisi. Manca però, e da decenni, la presenza negli orari delle lezioni di una materia che si chiama educazione fisica e che nel nostro Paese non ha declinazione certa nella scuola primaria e soffre di condizioni e cittadinanza molto labili nel complesso della scuola secondaria, di primo e di secondo grado.

Pare un passaggio semplice, tanto da essere promesso a ogni volgere di responsabili, politici o ministeriali, eppure ancora oggi costituisce un traguardo che appare davvero lontano.



Antonio Lombardo

Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Lo sport e l'educazione fisica nella scuola italiana: una prospettiva storica

In questo intervento si cercherà di collocare in una prospettiva storica una delle più gravi carenze del nostro sistema educativo: il mancato decollo dell'educazione fisica nella scuola italiana, condizione che, oltre a comportare delle storture dovute allo scarso peso nei programmi scolastici delle attività sportive e alla scarsa attenzione prestata alla figura del docente di educazione fisica, ha reso quasi **inutile** la presenza di questa materia nei programmi scolastici dal 1861 fino a oggi.

Le leggi che si sono succedute, soprattutto dal 1878 in poi, hanno assicurato nel bene e nel male l'intervento dello stato su questa parte dell'educazione della gioventù. Il fatto è che sempre, per un motivo o per l'altro, le ore di educazione fisica sono state quasi del tutto improduttive rispetto agli obiettivi posti, perché inefficaci e fatte con superficialità. Inoltre, non si è dato il giusto peso (dall'alto al basso) dal Ministero, passando dai presidi e dai professori alle famiglie, alla rilevanza di questi esercizi fisici scolastici ai fini della crescita fisica e mentale dei ragazzi. Senza questa materia, nelle scuole poco o nulla sarebbe cambiato (o cambierebbe) nella preparazione fisica e intellettuale dei ragazzi.

Per un periodo, nell'Italia liberale, lo strumento della ginnastica ben presto si dimostrò inadatto a catturare l'interesse di gran parte dei ragazzi; durante il fascismo, dopo l'errato approccio avuto con l'ENEF e dopo i primi entusiasmi con l'ONB, subito si ripiegò sulla strumentalizzazione politica dell'educazione fisica. Nel secondo dopoguerra, dopo aver superato insieme a tutto il Paese i primi, drammatici anni della ricostruzione e dopo un tentativo di riforma con l'entrata dello sport in qualche modo nella scuola, si ritornò al vecchio tran tran dell'inutilità dell'educazione fisica scolastica. I Giochi della Gioventù sono stati il frutto della genialità di Giulio Onesti e vanno considerati come momento straordinario ed eccezionale nella sto-



ria degli esercizi fisici nella scuola italiana.

Tornata la "normalità", si è ricaduti nella "inutilità" dell'educazione fisica. Questo insegnamento potrebbe essere eliminato dal novero delle materie curriculari e nessuno lo rimpiangerebbe, neanche gli stessi docenti di educazione fisica in gran parte "frustrati" sia nell'approccio con i ragazzi, sia nei confronti dei colleghi degli altri insegnamenti. Per non parlare poi dello stato di abbandono più totale dell'educazione fisica nella scuola primaria, dove tutto è lasciato alla buona volontà dei capi d'istituto e degli insegnanti, non essendo previsto il docente di educazione fisica.

Pensando all'educazione fisica nella scuola italiana, viene in mente la condizione di questo disgraziato Paese: i soldi che si buttano dalla finestra per un non servizio, gente che si dà da fare per partorire il classico topolino. Sta di fatto che oggi il sistema scolastico italiano per la parte che riguarda l'educazione fisica è uno dei peggiori, se non il peggiore, del mondo occidentale!

Sul piano storico, negli ultimi due secoli si è assistito alla nascita di tutte le pratiche e di tutte le attività legate al movimento che ancora oggi sono presenti, e con grande successo, nelle società occidentali e in Italia: la ginnastica, l'educazione fisica, lo sport, il fitness, il wellness. Oggi più che mai tutte queste attività legate al movimento e al *loisir* hanno una grande diffusione e investono tutte le classi sociali, tutte le diverse età, tutte le donne e tutti gli uomini. Siamo alle prese con una sorta di democrazia del tempo libero e in particolare delle attività legate agli esercizi fisici. La medicina, da sempre molto influente nel determinare le scelte e gli stili di vita della società, mai come negli ultimi anni ha visto negli esercizi fisici degli



strumenti utilissimi per la prevenzione delle malattie e la cura delle stesse. Ebbene, questi grandi cambiamenti hanno investito la nostra società, ma hanno solo sfiorato le aule scolastiche. Nel luogo primario della formazione dei futuri cittadini, vale a dire nella scuola, si è continuato con il solito andazzo impedendo ai ragazzi di rapportarsi in modo corretto con questo strumento indispensabile al fine di stare bene fisicamente e mentalmente. L'educazione fisica è stata ritenuta sempre una materia di serie B, quasi a dimostrare che il corpo debba considerarsi subordinato alla mente, rappresentata dalle altre materie stimate di qualità superiore. Non a caso il punto più basso raggiunto dalla presenza dell'educazione fisica nella scuola si è avuto con il primo governo Mussolini, quando il Ministero della pubblica istruzione era guidato dal filosofo neoidealista Giovanni Gentile, secondo cui è "l'anima che fa umano il corpo".

Come per le altre materie, anche per l'educazione fisica, nei vari gradi della scuola, i programmi sono dettati dal Ministero della pubblica istruzione e dovrebbero essere applicati dai dirigenti scolastici e dai docenti durante l'anno scolastico. I programmi sono in genere frutto ed espressione di pedagogisti e pertanto riflettono il pensiero e l'ideologia di chi deve tramutare i regolamenti, gli orientamenti, le dottrine, la filosofia, le finalità culturali, espressioni tutte delle ideologie e delle politiche dei gruppi sociali egemoni nei vari periodi storici in cui la scuola opera. Attraverso i programmi scolastici si possono comprendere a quali espressioni culturali e a quali gruppi sociali essi fanno riferimento. Bisogna però affermare che, al di là degli orientamenti socioculturali, quasi mai questi programmi, almeno per quanto concerne l'educazione fisica, sono stati applicati. Concezioni mol-



te volte avanzate, ottime prescrizioni, brillanti esercitazioni mentali, utili obiettivi di natura medica o igienica il più delle volte sono rimasti lettera morta. Solo raramente queste enunciazioni si sono tramutate in programmi concreti per essere applicate nelle scuole a beneficio dei ragazzi. Sarà stata colpa del Ministero, dei dirigenti scolastici, dei docenti, della mancanza di strutture o di altro, sta di fatto che nella maggior parte dei casi abbiamo a che fare con una sorta d'indolenza collettiva, d'indifferenza, di scetticismo, di fatalismo, soprattutto di un vuoto tra parole e fatti concreti. Particolarmente grave appare la situazione nella scuola primaria, dove non è previsto il docente di educazione fisica. L'educazione motoria con l'introduzione finalmente dell'insegnante laureato in Scienze motorie potrebbe essere l'antidoto giusto contro una serie di mali che affliggono le ragazze e i ragazzi dai sette agli undici anni: bullismo, indifferenza, solitudine, accostamento scorretto alle attività sportive, abbandono precoce delle stesse, obesità dovuta al disordine nutrizionale e/o al poco movimento. È sufficientemente provato che la corretta pratica sportiva favorisce la costituzione di gruppi organizzati e motivati e l'accettazione condivisa delle regole, aiuta a conoscere meglio il proprio corpo con i suoi limiti e le sue potenzialità e agevola l'integrazione e l'autocontrollo.

È per tutta questa serie di ragioni che è necessaria la presenza di docenti qualificati che abbiano uno specifico titolo di studio, la laurea in Scienze motorie, e delle solide competenze scientifiche e culturali. Solo queste figure hanno la conoscenza completa delle varie discipline sportive, conoscono l'anatomia e la fisiologia del corpo umano, le regole del primo soccorso, l'approccio corretto ai vari esercizi fisici. È necessario e doveroso

che sia la scuola primaria, frequentata dai bambini in un'età decisiva per lo sviluppo fisico e psichico, a dovere insegnare il corretto approccio al movimento. Si deve urgentemente superare l'attuale situazione in cui solo in pochi istituti scolastici si praticano attività fisiche, tra l'altro in modo discrezionale e molte volte incongruo.

Sport e musica sono due fenomeni abbastanza simili per molti versi. Entrambi sono portatori di linguaggi universali che incontrano il favore e la partecipazione dei giovani, al di là di ogni differenza dovuta a razza, religione, politica, classe sociale, genere. Bisogna dire che quest'universalità dei due fenomeni, almeno nel nostro Paese, non ha mai trovato un pieno e continuo riscontro nelle politiche scolastiche. Anche in questo caso occorre riandare nel secolo d'oro della Grecia antica in cui nei ginnasi l'educazione dei fanciulli si basava oltre che sulla grammatica, proprio sulla ginnastica e sulla musica¹.

In questo scritto si è cercato di applicare sistemi d'indagine diversi rispetto a quelli correnti per tentare di giungere a una nuova interpretazione della storia dell'educazione fisica. I numerosi studi in materia hanno seguito passo passo l'evoluzione quasi cronachistica degli avvenimenti e non hanno saputo cogliere gli aspetti centrali del fenomeno. Questi studi si soffermano per lo più sulle leggi, le circolari, i provvedimenti, i dibattiti, le associazioni di categoria, i personaggi di rilievo (la linea Obermann, Casati, Baumann, De Sanctis, Mosso, Daneo, Gentile, ecc.), in altri termini sono delle storie che si limitano a uno "studio dall'alto". Senza voler contrapporre una storia "vista dal basso" a una "vista dall'alto", è innegabile che tali impostazioni metodologiche riescano a far emergere tutti i risvolti di un fenomeno così rilevante come quello dell'educazione fisica. Questi aspetti vanno sì indagati, ma insieme con essi va posto l'accento soprattutto sulle ricadute concrete nella scuola e tra i ragazzi. Inoltre è necessario studiare questi fenomeni con coerenza rispetto alle nuove tendenze della storiografia, ponendo l'accento sui protagonisti diretti dei fatti raccontati (studenti e docenti), le culture e le ideologie sottese, i rapporti generazionali e di genere, la mascolinità, il rapporto tra scuola del Nord e scuola del Sud, la

1 È sempre utile una riflessione sul mondo classico. In merito all'educazione della gioventù si rimanda all'imprevedibile H.-I. Marrou, *Storia dell'educazione nell'antichità*, Studium, Roma 2016 (prima edizione 1948). Si vedano inoltre F. Cambi, *Manuale di storia della pedagogia*, Laterza, Roma-Bari 2003; M. De Donato - A. Teja, *Agonistica e ginnastica nella Grecia antica*, Studium, Roma 1989; M. A. Manacorda, *Diana e le Muse. Tremila anni di sport nella letteratura*, Vol. I - *In Grecia e a Roma* (con prefazione di Rosella Frasca), Lancillotto e Nausica, 2015; P. Angeli Bernardini, *Lo sport in Grecia*, Laterza, Roma-Bari 1988.

storia dell'igiene e della medicina. In particolare, la storia della ginnastica e quella dell'educazione fisica, almeno fino alla prima guerra mondiale, non possono essere correttamente studiate senza gli apporti forniti dai *men's studies*.

Questa non vuole essere una storia completa dell'educazione fisica in Italia, semplicemente intende fare il punto su una questione poco indagata e complessa come l'evoluzione dell'educazione fisica e dello sport nella scuola italiana dall'Unità a oggi. Siamo sicuri che un approccio di tipo storico aiuti a sviscerare meglio i problemi d'oggi e a guardare agli stessi problemi con maggiore cognizione di causa. In queste poche pagine non si sono potuti affrontare tutti i nodi che sono emersi in questo studio. Pertanto ci riserviamo più in là di ampliare la ricerca e renderla del tutto coerente con l'impostazione metodologica enunciata².

Un dato emerge in modo nitido da queste pagine: non basterà il pur giustissimo inserimento dell'insegnamento di educazione fisica nella scuola primaria, cosa che, salvo sorprese dovrebbe avvenire a breve, per recuperare il gap storico della scuola italiana rispetto ai Paesi avanzati. È necessario ben altro. Occorre la volontà culturale e politica di porre l'educazione fisica tra gli strumenti più importanti per salvare le ragazze e i ragazzi dai molti mali che li affliggono.

2 Qui di seguito sono elencati gli studi specifici di riferimento sull'educazione fisica scolastica: G. Bonetta, *Esercizi ginnici nelle scuole del Regno*, in A. Noto - L. Rossi (a cura di), *Coroginnica. Saggi sulla ginnastica, lo sport, e la cultura del corpo 1861-1991*, La Meridiana, Roma 1992; A. Teja, *Cinquant'anni di sport nella scuola italiana*, in *Sport. Etiche. Culture*, Vol. II, *Giovani Scuola Medicina*, a cura del Panathlon International, Rapallo, 2003-2004; G. Bertagna, *Scuola in movimento. La pedagogia e la didattica delle scienze motorie e sportive tra riforma della scuola e dell'università*, Franco Angeli, Milano 2004; E. Landoni, *La ginnastica sale in cattedra*, l'Ornitorinco, Milano 2011; S. Finocchiaro, *L'educazione fisica, lo sport scolastico e giovanile durante il regime fascista*, in M. Canella - S. Giuntini, *Sport e fascismo*, Franco Angeli, 2009; M. Ferrari - M. Morandi, *I programmi scolastici di 'educazione fisica' in Italia. Una lettura storico-pedagogica*, Franco Angeli, Milano 2015; S. Finocchiaro - L. Mosca, *Educazione fisica e sportiva scolastica. Storia, leggi, regolamenti ed organizzazione*, Centro Editoriale Libertas, Torino 1979.

Augusto Frasca

Giornalista e scrittore

Presentazione del libro “Giulio Onesti. Sport, politica e cultura nella storia di un grande italiano”

Mi aggancio al tracciato disegnato con efficacia da Rossana Ciuffetti e da Antonio Lombardo, completando a passo veloce, con l'aiuto di alcune immagini, in genere più esplicite di qualsiasi parola, un quadro biografico di Giulio Onesti. La prima immagine, rara, riprende un giovane Onesti canottiere sulle acque del Tevere. Si ironizzò spesso sulle reali qualità sportive del futuro Presidente del CONI: consultando le cronache sportive dei primi anni Trenta, il nome del canottiere, impegnato nelle fila del Dopolavoro ferroviario o del Gruppo universitario fascista della capitale, con il rispetto dovuto a un dignitoso agonista, appare in realtà in più di una occasione. Sappiamo della **sua nascita torinese**, del suo arrivo a Roma all'età di cinque anni a seguito del padre Lino, ingegnere, funzionario del Ministero dei trasporti, e della mamma Giuseppina Maria Coppa. Sappiamo della sua residenza, mai cambiata, in via Savoia 78, della frequentazione al liceo classico Mamiani, compagno di classe di Giuseppe Russo, tra gli artefici, più avanti, del successo olimpico di Livio Berruti, quel successo che la storia classificherà come insuperato nella storia dello sport nazionale. Sappiamo della sua **laurea in giurisprudenza** alla Sapienza e della successiva iscrizione alla Pontificia Università Lateranense, archiviata nel 1939 con la discussione, in latino, della tesi sulla dottrina del matrimonio di Tertulliano e l'acquisizione della **qualifica di Doctor renuntiatus**, necessaria per l'iscrizione negli albi dei tribunali religiosi. Onesti non mise in pratica, dottrinalmente, né l'una né l'altra delle lauree. La sua iscrizione all'albo dei procuratori legali di Roma reca infatti la data 4 aprile 1945, con cancellazione avvenuta il 22 aprile 1976 su richiesta dell'interessato. A lungo ignorate, solo in anni recenti sono state sottratte al mistero le vicende professionali e politiche nelle quali l'uomo fu coinvolto nel-



le stagioni precedenti il conflitto bellico. Dalla seconda metà degli anni Trenta, fino alla chiamata in guerra, Onesti fu dirigente di rango, con la qualifica di **Ispettore per la Venezia, nell'Opera nazionale dopolavoro** – l'organizzazione del regime assegnataria nel 1934, dal Comitato olimpico internazionale, della Coppa olimpica, forte nel 1939 di 25.000 sezioni sportive – definita dallo stesso Palmiro Togliatti, segretario del partito comunista, come la più potente organizzazione di massa dell'epoca. Del periodo bellico, impiegato sul fronte slavo come ufficiale di complemento, si conosce il ricovero per ferita nell'ospedale militare di Roma nell'aprile 1941, il lungo periodo di convalescenza e il congedo definitivo registrato negli archivi ministeriali il **15 maggio 1943. Da quella data, per un anno, di Onesti si persero le tracce.** Riapparve in pubblico il 23 giugno 1944, presentandosi ai cancelli dello stadio del partito – nato come stadio nazionale nel 1911, nel cinquantenario dell'unità d'Italia e dal primo ottobre 1928 sede delle federazioni sportive – con la fascia del Comitato di liberazione nazionale al braccio. **Quali ipotesi, credibili**, su quell'anno di vuoto... La più affidabile, che Onesti, forte delle conoscenze maturate nelle frequentazioni legate agli studi sulla specializzazione in diritto canonico e sull'*Institutum Utriusque Iuris*, abbia trascorso il periodo nella **clandestinità del Laterano**, il complesso extraterritoriale dove avevano trovato accoglienza oltre duecento persone di vario ceto e censo, tra cui Ivanoe Bonomi, futuro primo Presidente del Consiglio, Giuseppe Saragat, futuro Presidente della Repubblica, e **Pietro Nenni**, patriarca del partito socialista e vecchio conoscente del padre. Fu proprio Nenni la personalità politica che la storia identifica come decisiva per la designazione di One-



sti alla reggenza del Comitato olimpico. Sintetizzando: cifra espressiva di tanti italiani che tra reali crisi di coscienza, tardive prese d'atto, ricerche di nuove verginità, debolezze di spirito e di tasca mutarono distintivo da un giorno all'altro, il futuro Presidente del CONI entrò nel Laterano in orbace e ne uscì in camicia rossa, al punto di presentarsi candidato – con esiti modesti, 613 preferenze – tra le fila del partito socialista di unità proletaria, alle elezioni per l'Assemblea costituente del 1946. **Della sua attività partigiana**, alimentata per decenni in ogni ricostruzione parastorica e nei memoriali sul personaggio, sottilmente avallata dal diretto interessato, **non esiste traccia**. Nel libro *La sfida della libertà, dall'antifascismo alla Resistenza, 1936-1945*, il professor Adriano Ossicini, comandante di una formazione operante a Roma e nel territorio laziale, non cita mai Onesti, dando poi conferma dell'impossibilità di sottoscrivere qualsiasi accenno di una sua presenza tra le fila partigiane in occasione di un nostro colloquio, avvenuto nel gennaio del 2012 nella tranquillità della sua abitazione romana sull'Aventino.

Il giorno precedente il suo arrivo ai cancelli dello stadio del partito, terreno di gara, dieci anni prima, dell'affermazione della Nazionale condotta da Vittorio Pozzo ai Mondiali di calcio, Onesti era stato **nominato Reggente del CONI** e successivamente, nello stesso anno, su decreto del Presidente del Consiglio Ivanoe Bonomi, Commissario straordinario, con l'intento esplicito di liquidare un ente sportivo ereditato dal fascismo. Con atteggiamento identico a quello tenuto da Enrico Mattei, nominato dopo la liberazione Commissario liquidatore dell'Agip, **Onesti ignorò il mandato** mettendo mano a quella ricostruzione di cui sarebbe stato con inattacca-



bile realismo padrone assoluto per 32 stagioni, scartando improvvisatori e cacciatori di dote e scegliendo fin dall'inizio gli uomini che riteneva più validi, non solo capaci di assecondare la sua azione ma anche di migliorarla. I locali dello stadio erano stati requisiti dalle forze alleate, così come l'intero complesso del Foro Mussolini. Tra alterne vicende, compresa la destinazione d'uso, quale Albergo Felix, per la ricettività delle migliaia di pellegrini convenuti a Roma per il Giubileo del 1950, Onesti prenderà possesso del "nuovo" Foro Italico, sostitutivo di un iniziale e sbrigativo Foro d'Italia, solo nel febbraio del 1951. Vale la pena precisare l'uso principale che **i militari della Quinta Armata** fecero del Foro tra il 1944 e il 1945 e fino al 1° agosto 1948: gli enormi scantinati dell'**Accademia di educazione fisica** furono utilizzati sia per un imponente servizio di lavanderia sia per la registrazione e l'imbalsamazione delle migliaia di salme di caduti da riportare oltreoceano. Il 20 giugno 1944, lo Stadio dei marmi fu sede delle selezioni di atletica della Quinta armata in vista della manifestazione che il 15 e 16 luglio avrebbe ospitato le competizioni delle forze interalleate del Mediterraneo. Il giorno successivo, il 21, le stesse tribune ospitarono il concerto di un cantante che di lì a poco sarebbe approdato alla celebrità, **Frank Sinatra**. Tra i militari impegnati nei vari spettacoli di intrattenimento organizzati per le truppe, c'era un caporale dei servizi speciali, ex acrobata: **Burt Lancaster**. Tornando al personaggio protagonista di questa relazione, superati numerosi e fastidiosi intralci, sia procedurali sia di natura politica, Onesti **raccolse il risultato decisivo** del suo impegno il 27 luglio 1946 nel consiglio nazionale convocato a Milano, quando 16 dirigenti delle 23 federazioni sportive rappresentate sottoscrissero il suo nome nel segreto della scheda. Al suo fianco, dal giorno successivo, segretario generale dell'ente, **Bruno Zauli**. All'inizio dello stesso anno, il 4 gennaio, il Ministero degli interni aveva autorizzato il CONI a gestire i concorsi pronostici sulle manifestazioni sportive. Giocata il 5 maggio, la **prima schedina** (30 lire il costo, pronostico su 12 partite) consegnò nelle mani dell'unico vincitore, Emilio Biasetti, dipendente di un'azienda farmaceutica milanese, 463.846 lire, un tesoro. Fu l'apertura di un salvadanaio su cui poggiarono per decenni le fortune finanziarie del Comitato olimpico. Il 1946 coincise anche con la prima trasferta estera del nuovo Presidente alla testa di una rappresentativa nazionale. **Fu l'atletica**, in agosto, ad aprire la strada con i Campionati Europei di Oslo all'Italia, unica ammessa fra le nazioni uscite sconfitte dalla guerra. Fu un viaggio altamente rischioso, in quattro tappe, con l'unico aereo governativo disponibile, un Savoia Marchetti 95T del 98° Gruppo trasporti, **pilota il capitano Manlio Lizzani**, fratello del regista Carlo e medaglia d'argento al valor militare: aereo e pilota erano gli stessi che il 13 giugno avevano

accompagnato **Umberto di Savoia** nell'esilio portoghese di Cascais. Le capacità diplomatiche messe in atto per favorire la presenza azzurra ai campionati di Oslo, capacità che videro su tutti protagonista il conte **Alberto Bonacossa**, sportivo a 360 gradi, influente membro del Comitato olimpico internazionale dal 1925 e nell'esecutivo dell'organismo dal 1935, e Paolo Thaon di Revel, olimpionico di spada a squadre nel 1920 e membro del CIO dal 1932, unite a quelle esercitate da Bruno Zauli sul versante del mondo dell'atletica, compresa un'antica frequentazione con **lord David George Burghley**, sesto marchese di Exeter, olimpionico sui quattrocento ostacoli nel 1928 e Presidente del comitato organizzatore dei Giochi, si rivelarono due anni dopo decisive per l'ammissione dell'Italia all'Olimpiade di Londra. Della grande dirigenza espressa all'estero dall'Italia nella prima metà del secolo, erede in particolare di **Eugenio Brunetta d'Usseaux**, l'aristocratico vercellese membro del CIO dal 1897 e primo segretario generale dell'organismo internazionale, e di **Carlo Montù**, cattedratico, deputato, eroe di guerra, membro del CIO dal 1913 al 1939 e protagonista, nel giugno del 1914, della nascita ufficiale del CONI, lo sport italiano, Onesti in testa, ebbe ben presto a giovare quando l'Italia si mise in fila per concorrere alle candidature olimpiche. Il 19 e 20 maggio 1949, convocata a Roma (già questo, per una nazione sconfitta, fu un sorprendente successo diplomatico, dovuto soprattutto all'autorevolezza di Bonacossa), la 41^a sessione del CIO assegnò a Cortina d'Ampezzo, con maggioranza bulgara, l'organizzazione dei **Giochi invernali del 1956**. Tra le mura di casa, l'anno successivo a quella designazione fece frattanto registrare un traguardo importante nella crescita culturale della pratica sportiva nazionale: su firma del sottosegretario al Ministero della pubblica istruzione Carlo Visca e di Bruno Zauli veniva certificata l'introduzione dei **gruppi sportivi scolastici** e dei campionati studenteschi nelle scuole secondarie di secondo grado. Ne sottolineava con grande enfasi l'importanza lo stesso Onesti: "Intrammezzato agli episodi agonistici c'è un avvenimento che tutto sovrasta, **una conquista** che appartiene alla storia del progresso nazionale e che consente di scrivere con lettere d'oro la data del 1950: l'entrata ufficiale dello sport nella scuola!". L'indiscutibile positività della candidatura dell'evento olimpico invernale fu un'anticipazione del successivo verdetto che nel 1955, il 6 giugno, a Parigi, volse in favore di Roma l'organizzazione dell'**Olimpiade estiva del 1960**. Nello stesso anno, alla vigilia di Natale, Giulio Onesti si univa in matrimonio con Gabriella Rinchiosi nella propria abitazione di via Savoia con licenza eccezionale del vicariato della capitale. Il conto alla rovescia in vista dell'Olimpiade romana fu spunto e motivo, da parte del Presidente del CONI, di approfondire la conoscenza diretta con **Giulio Andreotti**, politico di rara qualità e influenza e convinto sostenitore



dell'autonomia dello sport, cui non casualmente il Consiglio nazionale del CONI assegnò nel novembre del 1958 la Presidenza del comitato organizzatore dei Giochi. Roma '60, con la suggestione dei luoghi, la spettacolarità e la potenza degli episodi agonistici, uniti alla prima diffusione mondiale con 102 ore di diretta televisiva, fu un successo, in Italia e all'estero, e risultò tappa fondamentale dell'ascesa internazionale di Onesti, consacrata quattro anni dopo con l'ingresso nel Comitato olimpico internazionale. **Era il 1964**. Fu stagione in cui il dirigente mise mano con lucidità ad uno dei suoi messaggi di politica sportiva che segnarono la sua eterna permanenza al vertice del Foro Italico: "Noi speravamo che dopo Roma lo sport italiano avrebbe avuto quel rilancio che meritava e che invece mancò nonostante le molte promesse degli uomini di governo. Mentre negli altri Paesi si è arrivati ad una vera e propria industrializzazione dello sport, da noi c'è stata un'involuzione, conseguenza degli scarsi mezzi che lo stato mette a nostra disposizione. Sarebbe ora che cessasse il ridicolo equivoco che purtroppo ancora persiste tra Stato e CONI. Lo Stato farebbe bene ad affrontare con più serietà d'intenti il problema dell'educazione fisica nella scuola, ricordando che in una nazione civile come la nostra il quaranta per cento degli allievi è affetto da scoliosi, e questo perché mancano gli impianti necessari".

Gli anni Sessanta si identificarono con la migliore stagione dirigenziale vissuta da Onesti. In ambito nazionale, due, soprattutto, le realizzazioni. L'apertura, nel dicembre 1966, della **Scuola centrale dello sport**. Da essa sarebbero nate generazioni di tecnici e di dirigenti che avrebbero in larga misura consentito al CONI e alle federazioni sportive di tenere alto, in de-

cenni di impegno, il livello organizzativo e culturale dello sport nazionale. E l'istituzione, nel 1968, dei **Giochi della gioventù**, iniziativa richiamante non solo nella titolazione esperienze d'anteguerra, con l'esplicita finalità di "avviare i giovani alla pratica dello sport e all'agonismo vero e proprio". Fu un successo travolgente, che dirigenze successive lasciarono irresponsabilmente cadere. Basti pensare che alla prima edizione del 1969 presero parte 2.400.000 giovani, frutto di una mobilitazione territoriale che dal Nord al Sud ebbe il punto di forza nella partecipazione di 5.700 comuni. Sul fronte internazionale, nel 1968 Onesti impose il proprio ruolo in opposizione alla politica conservativa del CIO, presieduto dal miliardario statunitense Avery Brundage. A Città del Messico, nei giorni di fuoco segnati dal sangue degli studenti versato in piazza delle Tre Culture, Onesti procedette alla costituzione dell'**Assemblea dei Comitati olimpici nazionali**, venendone acclamato, al termine della riunione, Presidente. Alla chiusura dei lavori, alla domanda di un giornalista se rientrasse nelle sue intenzioni concorrere alla presidenza del CIO, esemplare della sua prontezza dialettica e della pratica dissimulativa di cui fu interprete assiduo e raramente comparabile, Onesti rispose: "No, per due ragioni. Prima, perché non mi eleggeranno. Seconda, perché, se eletto, non accetterei. Per diventare Presidente del CIO occorrono tre qualità essenziali, che mi mancano tutte. Quelle che rimpiango particolarmente di non avere sono la ricchezza e la pazienza".

All'inizio degli anni Settanta, anche per bilanciare iniziative provenienti dagli ambienti più accesi degli Enti di promozione, braccio armato, in ambito sportivo, dei partiti politici, Onesti colse nuovamente l'occasione per puntare il dito sulla necessità di affrontare il problema dello sport cosiddetto sociale: "Il CONI, in ossequio ai compiti istituzionali e alla sua natura, attende allo specifico impegno dello sport agonistico. Se fino a oggi il Comitato olimpico ha temporaneamente assunto funzioni che non erano le sue, lo ha fatto soltanto per amore di patria e nella carenza, totale o parziale, di altri poteri pubblici. Il CONI infatti non può e non desidera invadere sfere di competenza altrui. Saranno i poteri pubblici a decidere se tale programma dovrà essere inserito in un più vasto campo di azione e se dovrà essere svolto dalla Presidenza del consiglio, da un Ministero già esistente, da un Ministero di nuova costituzione, da un sottosegretario, o dalle regioni. Se i poteri pubblici ritenessero che il CONI debba curare anche il servizio sociale dello sport per tutta la gioventù essi dovrebbero nello stesso tempo conferire al Comitato olimpico gli strumenti legislativi e i mezzi economici proporzionati a un impegno di così vasta portata". Negli stessi periodi, stanchi di un'onnipresente oligarchia, iniziavano ad affacciarsi con insistita evidenza i **dissensi all'interno del Foro Italico**, tra

cui, in particolare, quelli tra il Presidente e Renzo Nostini, vecchia quercia dello sport nazionale e Vicepresidente del Comitato. Nel 1973 era venuto a mancare al vertice dell'ente **Mario Saini**, subentrato dieci anni prima (alla scomparsa di Bruno Zauli) nella segreteria generale, mentre nuovi e meno nuovi dirigenti, tra cui Artemio Franchi, Primo Nebiolo e Franco Carraro, seguivano con l'attenzione propria dei diretti interessati l'evolversi delle situazioni. All'estero, nel'ottobre del 1972, Onesti si era reso protagonista di una iniziativa spettacolare che prese in contropiede gli ambienti olimpici internazionali. Accompagnato da Donato Martucci, suo storico portavoce, si recò in **visita ufficiale in Cina**, la prima effettuata da un membro del CIO in un Paese fuori dal consesso olimpico internazionale dal 1956. All'interno del palazzo, anno topico per il futuro presidenziale, il 1977, quando **Renzo Nostini** firmò un ricorso al Tribunale amministrativo del Lazio avverso la conferma di Onesti in base alle norme previste dal riassetto del parastato. Qualche mese, e il 13 marzo 1978 il TAR laziale giudicava illegittima l'elezione di Onesti. A nulla valse il successivo ricorso del CONI al Consiglio di stato. Sferzante, due parole, il commento del diretto interessato all'annuncio della sentenza: "Si è trattato di un **pactum sceleris**". Onesti continuò a frequentare il Foro Italico nel ruolo di membro del CIO. Varcò per l'ultima volta la vetrata del palazzo, sofferente, il 27 ottobre 1981, in occasione del LXXV Consiglio Nazionale. **L'11 dicembre, morì**. Finì la sua corsa nella basilica di Santa Maria degli Angeli, le insegne olimpiche sorrette da Eugenio Monti e Klaus Dibiasi, la bara recata a spalla da Abdon Pamich, Nino Benvenuti, Giancarlo Guerrini, Salvatore Morale, Daniele Masala, Luciano Giovannetti. Quando, anni dopo, nel centenario della nascita, si decise per la ricostruzione in un volume della sua parabola umana, **un titolo s'impose: Giulio Onesti, lo sport italiano**.

Fabrizio Pellegrini

Docente della Scuola dello Sport

L'educazione fisica non è un'isola: a patto che...

Premessa

Non vi nascondo che la strada verso il focus del tema sarà lunga; spero tuttavia che non sia noiosa. Parto dalla similitudine tra l'educazione fisica e un'isola.

Sono nato in quella terra che Luigi Pirandello descrisse con la frase **“Sono nato in Sicilia e lì l'uomo nasce isola nell'isola e rimane tale fino alla morte, anche vivendo lontano dall'aspra terra natia circondata dal mare immenso e geloso.”**

Ed è proprio rincorrendo il senso della “Weltanschauung” pirandelliana presente nella definizione pirandelliana della Sicilia che colgo il senso geografico e culturale **dell'isola nell'isola**, quale ad esempio è **Salina**, isola verdissima dell'arcipelago delle Eolie, nella quale da anni ormai mi rifugio nel mio “dammuso eoliano”, per ritrovarmi e riconoscermi.

Credo che la difficoltà tutta continentale nel fare fatica a comprendere il senso antropologico dell'insularità faccia parte di una sorta di retaggio antico, quasi omerico (Ulisse e la sua Itaca), Basta pensare a Napoleone a Sant'Elena, a Edmond Dantes a Montecristo e ancora a Ventotene, Lipari o Pianosa dove si scontavano le condanne dei tribunali speciali o da ultimo a **Lampedusa, l'isola della “umana pietas”** fino al romanzo *L'isola di Arturo* di Elsa Morante, che parla di Procida. Per chi poi dovesse essere interessato, ci sarebbe anche l'isola di Peter Pan e l'isola dei famosi... se a qualcuno piace!

Mi sono fatto persuaso che mentre l'insularità si riesce quasi a comprendere anche da parte di chi isolano non è, l'insularità dell'insularità è veramente quasi come una condizione insieme metafisica e antropologica, difficile da capire per i “continentali”.

E infine nell'isola c'è il particolare problema dello sfondo, dell'orizzonte,



del mare vissuto non come balneazione vacanziera ma come ciò che ci divide e allo stesso tempo ci lega.

Cosa c'entra tutto questo con l'educazione fisica?

Intanto c'entra in quanto si dà il caso che geograficamente e istituzionalmente a tutte le isole del nostro Bel Paese si applica il principio costituzionale della **continuità territoriale** con il “continente”. Ciò significa che ogni isola, piccola o grande che sia, è parte continua del territorio nazionale; quindi esiste un legame, una sorta di cordone ombelicale e anche qualcosa di più rilevante e significativo quale l'appartenenza, il riconoscersi cittadini uguali, ad esempio, nei diritti e nei doveri e via dicendo.

Insomma con buona pace delle diverse opinioni in materia, ad esempio la Sicilia gode della continuità territoriale con il continente a prescindere dalla costruzione o meno del ponte sullo Stretto, mentre Salina ha continuità territoriale con la Sicilia per via del traghetto che la collega ogni giorno con Milazzo.

Ma torniamo all'educazione fisica e all'affermazione di non essere un'isola che vuole rappresentare anche un auspicio, una raccomandazione, una sollecitazione, **che tuttavia va ritrovata nelle radici delle indicazioni istituzionali dal 1985 a oggi.**

Le radici delle scelte pedagogiche istituzionali

A causa delle radici storiche e culturali scaturite dall'ideologia di un ventennio irripetibile, che ha fatto rischiare per anni una sorta di “isolamento pedagogico” della disciplina, fino ai nuovi programmi del 1985 non c'è stato alcun serio approccio alla collocazione educativa dell'educazione fisica, relegata nei programmi di allora in un angolo isolato, appunto, assieme all'educazione morale e civica.

Cogliamo invece, fin dalla riforma del 1985, la scelta istituzionale della “collocazione pedagogica” dell'educazione fisica in ragione **di tre focus o fix, oggi caratterizzanti e indiscutibili.**

- **Il primo** elemento, “forte e rigoroso” (Cesare Scurati – *Relazione Commissione Programmi Didattici Scuola Elementare*, Roma, 1985) lo si ritrova a chiare lettere nel testo degli allora nuovi programmi didattici per la scuola elementare del 1985, dove si afferma che:

“La scuola elementare mentre considera il movimento, al pari degli altri linguaggi, totalmente integrato nel processo di maturazione dell'autonomia personale, tiene presenti gli obiettivi formativi da perseguire in rapporto a tutte le dimensioni della personalità: morfologico-funzionale; intellettuale-cognitiva; affettivo-morale; sociale”.

Da qui in poi di fatto l'educazione fisica, che nella scuola elementare di

allora venne connotata e definita per decenni e forse ancor oggi come “la motoria” non è più un’isola in quanto si colloca “alla pari con gli altri linguaggi educativi”. Si tratta certamente delle radici di quella che poi divenne negli anni a seguire **la progettualità feconda di ricerche e sperimentazioni pluriennali dell’alfabetizzazione motoria e del Giocosport da parte del CONI e del programma Perseus del MIUR.**

- **Il secondo elemento** è costituito dal suo riconoscimento nell’ambito delle indicazioni per il curriculum del settembre 2007, in cui viene sancita l’appartenenza, assieme all’educazione linguistica, a quella musicale, coreutica e artistica, dell’educazione fisica e sportiva **all’area disciplinare “linguistico- artistico-espressiva” dove è connotata come “corpo, movimento e sport”.**
- **Il terzo** riguarda la circostanza che vede confermata la dimensione pedagogica unitaria delle “Indicazioni per il curriculum” (2012) e “Le indicazioni nazionali per il curriculum della scuola dell’infanzia e del primo ciclo di istruzione” (2017) riguardo il continuum tra scuola dell’infanzia, primaria e secondaria di primo grado all’interno del “Primo ciclo d’istruzione”. Indicazioni che vedono la presenza esplicita e pervasiva dell’educazione fisica dalla materna alla media in quanto **“il corpo e il movimento sono inclusi tra gli strumenti per la cittadinanza”.**

E sin qui ci siamo. **Grazie agli ancoraggi che ci vengono dai programmi nazionali prima e dalle indicazioni nazionali poi, l’educazione fisica non è un’isola.** Tuttavia, e purtroppo, ciò non basta. Anzi non è sufficiente quale semplice *conditio sine qua non*. **Occorre difatti consolidare la sua epistemologia in quanto disciplina educativa.**

La dimensione epistemologica

La dimensione epistemologica è di forte rilevanza perché al di là delle specificità proprie della disciplina, si evidenzia la sua appartenenza ai modelli pedagogici richiamati dai programmi e dalle indicazioni e ne connota il senso di appartenenza alla dimensione educativa e formativa.

Ne consegue che l’educazione motoria, fisica e sportiva nei diversi ordini e gradi di studio compresi nel primo ciclo d’istruzione è costituita dall’insieme delle strategie, delle procedure, delle metodologie, delle didattiche, dei mezzi e dei contenuti attraverso cui s’intende favorire in quest’ambito il massimo sviluppo e la migliore crescita culturale della persona e l’affermazione dei suoi diritti-doveri di cittadinanza.

L’azione educativa in quest’ambito disciplinare

- Ha come prerequisiti lo sviluppo delle funzioni organiche, motorie, co-

gnitive, emotive e relazionali.

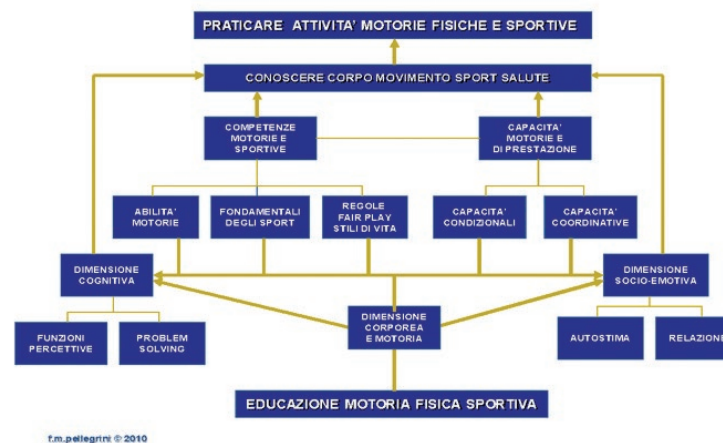
- Ha come destinatari, nessuno escluso, gli alunni e gli studenti dei diversi ordini e gradi di studio considerati nella loro totalità, unicità, diversità e identità antropologica e socio-culturale.

Ha come obiettivi lo sviluppo dei fattori della motricità in termini di schemi e capacità motorie e l’apprendimento di conoscenze, abilità e competenze motorio-sportive attraverso:

- stili e metodi d’insegnamento efficaci sia di tipo induttivo che deduttivo;
- metodiche di formazione e allenamento di tipo multilaterale generale e orientato;
- mezzi e contenuti di carattere generale a indirizzo multidisciplinare e disciplinare.

Ha come caratteristiche pedagogiche proprie quelle di essere:

- intenzionale sul piano educativo e formativo;
- progettata in coerenza con il piano dell’offerta formativa della scuola;
- condizionata dai principi dell’unicità, singolarità e diversità della persona;
- rispettosa dei tempi e dei modi individuali di sviluppo, crescita e apprendimento;
- programmata a breve, medio e lungo termine;
- connotata dal clima dell’accoglienza e dell’intenzionalità ludica e formativa.



Dall’educazione all’insegnamento

Si dirà che a questo punto tutti i tasselli sono andati al loro posto e che non occorre altro per riconoscere che l’educazione fisica non è un’isola nel mare del sistema nazionale della formazione educativa.

Tuttavia manca un pezzo: il riferimento all’insegnamento della disciplina,

che può avere pure tutti i certificati pedagogici a posto ma, se non c'è **“il saper fare e comunicare e il saper far fare”** in materia di metodologie didattiche da parte di chi è chiamato a insegnarla, è come assistere a una sorta di rappresentazione della più banale e deleteria improvvisazione.

In materia di metodologia-didattica, la vulgata ci racconta che si scontrano due visioni ovvero due punti di vista che spesso vengono rappresentati, raccontati e interpretati come contrapposti e inconciliabili.

- Da una parte ci sono tra gli insegnanti, i tecnici, gli allenatori, gli istruttori, quelli che sostengono che **“quella metodologia e quella didattica che utilizziamo, di cui siamo spesso prigionieri, sono intrinseche e proprie della stessa disciplina da insegnare e far praticare... e poche balle!”**

- Dall'altra ci sono, coloro che sostengono che **“i metodi didattici sono tali in quanto propri dell'azione didattica a prescindere da cosa insegniamo. E anche qui poche balle per gli incompetenti in materia!”** Credo che ambedue le posizioni siano in un certo senso “manichee” in quanto non tengono conto colpevolmente, ad esempio, della fascia d'età cui ci si riferisce, ovvero del contesto educativo in cui avviene l'azione formativa (scolastico, extrascolastico, promozionale, agonistico, eccetera). Di fatto, un diverso serio e competente approccio dovrebbe valutare le aspettative e lo sfondo educativo e poi ricercare una sorta di mediazione scientifica e pedagogica che comporti lo studio dei metodi e delle tecniche che accomunano e rendono coerenti ed efficaci, i **“modi” dell'insegnare una disciplina con i “modi” di praticare quella disciplina stessa nelle diverse fasce d'età o, se volete, nelle varie categorie di allievi nei diversi contesti.**

Basterebbe in proposito riflettere su quante abilità e competenze i nostri bambini o allievi riescono ad apprendere e a fare proprie **“malgrado noi insegnanti o noi istruttori”**, ovvero a dispetto delle nostre omissioni e dei nostri errori in materia di didattica, metodologia, comunicazione, relazione. Il compito della metodologia è quello di ricercare e studiare correttamente e criticamente i metodi di insegnamento, di verificarne o meno la praticabilità e l'efficacia, di tradurli in modelli operativi atti a costruire, analizzare e migliorare la comunicazione e l'azione didattica riferita a quell'ambito formativo e, nello specifico, a quella determinata disciplina sportiva e nelle diverse fasce d'età.

Dentro la didattica, i metodi d'insegnamento rappresentano il tipo di strategia educativa che s'intende adottare.

Nelle diverse fasi della progettazione didattica, che deve tener conto sia del quadro delle teorie educazionali che di quello dei contesti formativi, la di-

mensione della scelta dei metodi d'insegnamento, dopo aver trovato la sua giusta dimensione nell'ambito della programmazione educativo-didattica, si colloca nello spazio-tempo della prassi e dell'azione didattica o didassi.

Infine si è più volte parlato e scritto della **“relazione tra insegnamento e apprendimento”** come se si trattasse di una cosa, di un avvenimento, di un rapporto, di una fenomenologia, a seconda dei punti di vista scontata, oppure casuale, spesso senza mettere in conto il rapporto reciproco di causa-effetto, oppure di confondere causa con effetto e viceversa.

Perciò, da qui in poi e per una sorta di “comodità espositiva” mi piace tenere sempre presenti le complesse problematiche dell'apprendimento ponendo come focus **qui e adesso il ragionare attorno alla metodologia dell'insegnamento attraverso alcuni modesti suggerimenti per fasce d'età.** Ovvero per fasi d'età evolutive, tenendo come sfondo educazionale i traguardi (**conoscenze - abilità - competenze**) enunciati nelle “linee guida per il curriculum della scuola primaria” (2017) e le dimensioni di sviluppo della personalità, da quella **socio-relazionale** a quella **neuro-cognitiva** a quella **motorio-funzionale**.

Le conoscenze motorie riferite alla fascia 5-6 anni riguardano:

- i traguardi di conoscenze che afferiscono alla dimensione socio-relazionale;

- i traguardi di conoscenze della dimensione neurocognitiva.

Con riferimento alle conoscenze in ambito motorio funzionale, i verbi “guida” degli obiettivi che vanno considerati come gli “indicatori” delle azioni che i piccoli allievi dovranno compiere, sono: **scoprire, esplorare, percepire, memorizzare.**

I verbi utilizzati, e non a caso, sono di tipo “proattivo”, presuppongono cioè una partecipazione e un coinvolgimento attivo dei nostri piccoli allievi. Ne consegue che le metodologie privilegiate da utilizzare sono di tipo “induttivo”, cioè centrate sulla capacità dell'istruttore di agire in forma di “regia educativa”, piuttosto che di azione puramente o esclusivamente addestrativa.

Le abilità motorie riferite alla fascia 7-8 anni riguardano:

- i traguardi che afferiscono alle abilità della dimensione socio-relazionale;

- i traguardi relativi alle abilità nell'ambito neurocognitivo.

Con riferimento ai traguardi delle abilità in ambito motorio funzionale, i verbi “guida” degli obiettivi di apprendimento vanno considerati come gli “indicatori” delle azioni che gli allievi di questa fascia d'età do-

vranno compiere, e che sono: **combinare, padroneggiare, gestire, consolidare, ricordare.**

Anche in quest'ambito la metodologia dell'insegnamento gioca un ruolo significativo. Padroneggiare e consolidare infatti privilegiano metodologie deduttive (assegnazione dei compiti, ad esempio) mentre combinare e gestire richiedono approcci prevalenti di tipo induttivo (problem solving, ad esempio).

In tal senso l'insegnante dovrà curare particolarmente la sua competenza nel variare le metodologie didattiche, a seconda che si tratti di attività finalizzate di volta in volta alla conoscenza, all'utilizzo, al controllo, allo sviluppo dei fattori della prestazione motoria.

Le competenze motorie riferite alla fascia 9-11 anni riguardano:

- i traguardi che afferiscono alle competenze nella dimensione socio-relazionale;
- la dimensione dei traguardi dell'ambito delle competenze neuro-cognitive.

Con riferimento ai traguardi delle competenze in ambito motorio funzionale, i verbi guida degli obiettivi di apprendimento vanno considerati come gli indicatori delle azioni che gli allievi di questa fascia d'età dovranno compiere e che sono: **padroneggiare, trasformare, sviluppare, incrementare, inventare.**

Considerata la fascia d'età cui ci si riferisce, è di tutta evidenza che le scelte metodologico-didattiche (di tipo induttivo) dovranno essere maggiormente orientate, da una parte, all'apprendimento delle abilità motorie per



il tramite della combinazione degli schemi motori e della ripetizione in situazioni variabili di allenamento e di confronto; dall'altra alcune scelte metodologiche più aperte (problem solving) si rivelano estremamente utili ed efficaci nella trasformazione dei movimenti appresi (abilità) in relazione allo spazio, al tempo e alle situazioni di confronto agonistico sotto forma di vere e proprie competenze motorio-sportive.

Non conclusioni

Credo che il viaggio pedagogico verso e attorno all'isola che non c'è (l'educazione fisica) possa ritenersi concluso. Sul piano geografico si è scoperto che si tratta come minimo di una penisola. In fondo come quella che sempre geograficamente e morfologicamente rappresenta il nostro Bel Paese. E non è un caso.

Bibliografia

- AA.VV., *Corpo movimento prestazione*, IEI- CONI, Roma 1983
 AA.VV., *Educazione motoria di base*, IEI- CONI, Roma 1985
 AA.VV., *Giocosport*, Serv.Prom.Sportiva, CONI, Roma 1990
 AA.VV. *Guida tecnica generale dei C.A.S.*, Soc. Stampa Sportiva, Roma 2001
 Bellinzona G., *Educazione motoria*, Ed. Scuola e Vita, Milano 1986
 Bortolussi L., Cremonini M., Pellegrini F.M., *Easybasket*, FIP, Roma 2012
 Cremonini M., Pellegrini F.M., *Il minibasket - Emozione, scoperta, gioco*, FIP, Roma - 2010
 Gallahue D.L., *Physical education for elementary school*, MacMillan Publishing, N.Y- 1987
 Giraldes M., *Metodologia dell'educazione fisica*, Ed Stadium, Baires 1968
 Nichols B., *Moving & Learning*, Times Mirror Mosby College Publishing, Boston 1990
 Pila Telena A., *Educazione fisica e sportiva*, A.P.T., Madrid 1976
 Sotgiu P., Pellegrini F.M., *Attività motorie e processo educativo*, Soc. Stampa Sportiva, Roma 1985

Nicola Candeloro

Accademia Maestri dello Sport - Università di Chieti

L'educazione motorio-sportiva nell'extrascuola

Quando ci riferiamo all'educazione motorio-sportiva nella scuola occorre fare riferimento alle leggi sull'argomento che siano le più recenti, mentre nel mondo extrascolastico ci richiamiamo a tempi il più possibile lontani, per far meglio comprendere l'autorevolezza delle fonti sull'argomento.

Per esempio, Aristotele, per spiegare il concetto di scienza, fa riferimento proprio a qualcosa che *in illo tempore* si chiamava ginnastica.

“Ogni scienza o disciplina che considera il proprio oggetto nella sua interezza e non nei suoi elementi particolari deve sottoporre ad accurato esame tutti gli aspetti e i caratteri dell'oggetto preso a studiare.

Ad esempio, all'arte della ginnastica incombe di ricercare in che consiste la esercitazione del corpo e quali debbono essere i suoi adattamenti alle condizioni peculiari di ciascun corpo, nonché quale sia il genere di esercitazione più perfetto (poiché al corpo ottimamente disposto per natura e fornito di ogni energia fisica è necessario applicare l'esercitazione più perfetta); infine, quale sia il tipo di esercizio fisico che si possa efficacemente applicare alla gran maggioranza degli uomini, giacché anche questo è oggetto della ginnastica” (*Aristotele, IV libro della Politica*).

Parlando di educazione motorio-sportiva, credo che sia opportuno precisare meglio cosa si intende per educazione.

Per esempio, **EDUCAZIONE**: “Dal latino educere, condurre fuori ciò che è dentro, cioè portare alla luce quel che è celato, rendere attuale ciò che è soltanto potenziale. Scopo generale dell'educazione è evocare le possibilità latenti dell'essere umano e aiutarlo a renderle progressivamente reali ed effettive, dalla nascita in poi, attraverso i diversi stadi di sviluppo e di



autorealizzazione” (*Roberto Assagioli, psichiatra caposcuola della psicosintesi bio-psico-spirituale*).

Anche Kant ci ha lasciato un suo pensiero su chi ha il compito di educare: “L'educatore non deve insegnare pensieri, deve insegnare a pensare”.

In tutti i casi non abbiamo sacchi vuoti da riempire, ma persone da cui estrarre le potenzialità. Attraverso un metodo. Quale?

La validità di un metodo, per la crescita integrale, si misura dall'effetto che l'intervento provoca sui soggetti che a esso vengono sottoposti. Occorre verificare se avviene il qualificarsi alla vita sportiva, riscattandola da ciò che la fa, all'origine, qualcosa di gratuito e di subito, per trasformarla in qualcos'altro di accettato e voluto, e quindi capace di creatività, per rendere il soggetto idoneo a raggiungere i possibili e ponderati obiettivi fissati.

In altri termini, un metodo vale se consente un discorso di trasferimento di saperi e un successivo cambiamento di comportamenti, nel quale, con rigore scientifico e conseguente idoneità operativa e interpretativa (ermeneutica), si assapora l'esigenza della continua evoluzione fisica, prestativa e intellettuale.

Un lungo e faticoso (ma non per questo meno felice) cammino che un “atleta” deve (perché vuole) percorrere per distinguersi da una normale prestazione motorio-sportiva.

Metodo, se mai, vuol essere, nel nostro caso, il discorso di ricerca necessaria perché l'istruzione sportiva riveli a ciascuno, tramite la consapevolezza e la competenza acquisita, i valori culturali formativi che ne assicurano e ne legittimano una collocazione ben definita. Se vogliamo determinare gli appropriati contenuti in cui il metodo si precisa, occorre individuarne i “nodi didattici”, ovvero la loro premessa metodologica.

Per meglio precisare il nostro concetto di educazione sportiva, questa sollecita i giovani a svilupparsi e a realizzarsi dato che noi educatori forniamo la protezione e gli strumenti necessari, ma sono sempre i diversi soggetti, individualmente, che devono compiere lo sforzo decisivo con un atto di volontà personale. Atto che si concretizza attraverso l'inevitabile lavoro di istruzione. Inevitabile perché condizione necessaria. I tecnici spiegano come, cosa e perché, poi ciascuno si deve adoperare per accumulare il sapere motorio-sportivo, per strati successivi verticali e a spirale.

A spirale in quanto anche se si passa di nuovo su uno stesso punto, precedentemente già risolto, lo si fa da un livello di conoscenza motoria più elevato. In modo che la verticalità del lavoro lasci il conoscitivo per ascendere

al cognitivo, ovvero non si ferma alla risposta orizzontale, ma si motiva dal di dentro.

La verticalità è ricerca non solo del come, ma prima di tutto del perché, e perciò è esistenziale condizione dell'intelligenza, anzi la condizione per cui l'appreso, il conosciuto si fa intelligenza e in questo realizza il suo essere parallelo, cioè quello che i giovani diventano rispetto a quello che erano nel momento in cui sono venuti da noi.

Quindi i giovani sportivi devono accumulare sapere da utilizzare per tendere a divenire atleti, per trascendere (oltrepassare il limite) la qualità che li porta a dominare lo spazio-tempo, dunque si fanno mente, cioè piena consapevolezza astrante, signoreggiando impulsi e tensioni.

Il metodo, così inteso, è una buona soluzione per una società globale che rimane troppo spesso prigioniera di agenzie di formazione che, pur ammettendone la buona fede, hanno come risultato quello di ammaestrare e addomesticare e quasi mai quello di formare realmente. L'educazione sportiva è ben altra cosa dall'addestramento, dall'addomesticamento e dalla livellante socializzazione. L'educazione sportiva non cerca fini estranei: tende solo alla piena realizzazione e alla piena maturazione.

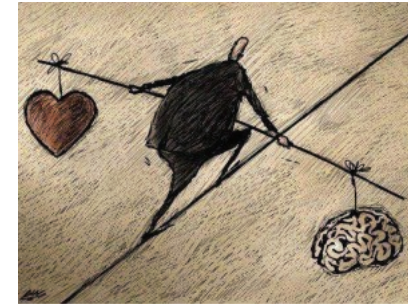
Infatti nelle fasce di età che normalmente sono di nostro interesse occorre tenere presente che:

Nei giovani coesistono due menti, quella razionale e quella emozionale

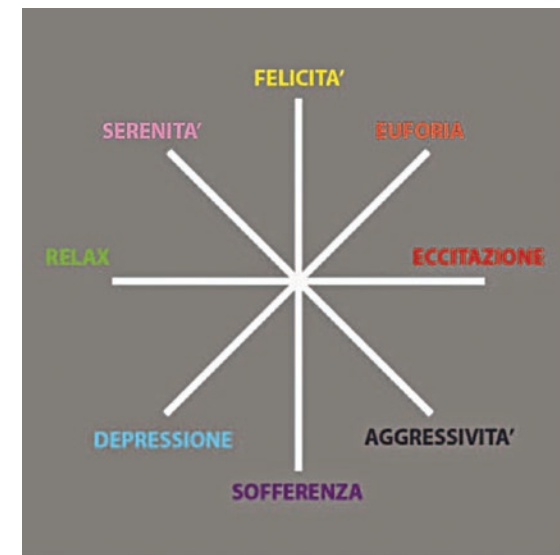


Dobbiamo tenere in gran conto queste menti.

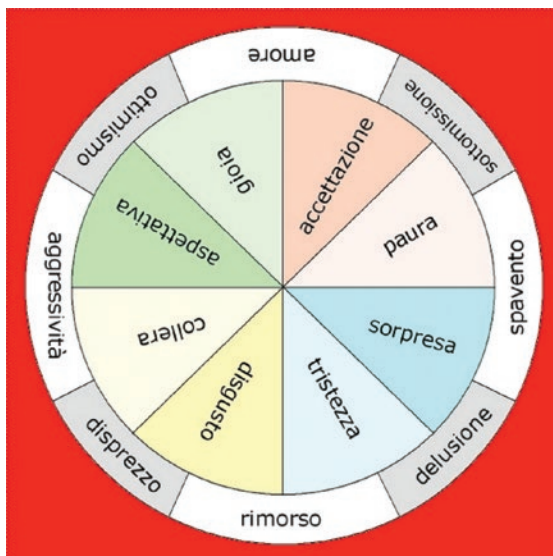
IL DIFFICILE EQUILIBRIO TRA RAGIONE E SENTIMENTO



Può accadere che queste due menti operino in grande armonia, integrandosi reciprocamente, ma è altrettanto possibile che la mente emozionale riesca ad annullare quella razionale, nel caso in cui il sentimento sia tanto intenso da dominare la ragione.



Credo che sia chiaro che sto parlando di emozioni.



Come abbiamo fatto per l'educazione, allo stesso modo cerchiamo di stabilire cosa si intende per emozioni.

EMOZIONE

“Reazione affettiva intensa, acuta o di breve durata determinata da uno stimolo” (*U. Galimberti*).

“Funzione psicologica. Si può dire in generale che gli elementi emotivi danno l'energia, la vita. La serie emotiva comprende: passioni, emozioni, sentimenti personali, sentimenti estetici e morali, sentimenti universali. Data la pronunciata vitalità della natura emotiva e il forte dislivello dalle passioni cieche ai sentimenti più elevati, il compito più urgente è quello del controllo, ma parallelo a questo c'è anche il bisogno di sviluppare i più alti tipi di sentimento. Scegliere le emozioni non vuol dire essere freddi; vuol dire essere padroni, non schiavi: è un sentire più cosciente” (*Roberto Assagioli*).

Le emozioni vengono definite impulsi ad agire. Ecco perché l'autoconsapevolezza e l'autocontrollo sono capacità fondamentali per un essere umano: non essere schiavi delle passioni e saper equilibrare le emozioni sono elementi che caratterizzano l'individuo che ha una buona padronanza di sé.



Quali sono le emozioni di base

Le emozioni di base sono 5:

- Felicità
- Tristezza
- Rabbia
- Paura
- Confusione



CLASSIFICAZIONE DELLE EMOZIONI



DIADI PRIMARIA	DIADI SECONDARIA	DIADI TERZIARIA	OPPOSTI
gioia fiducia	gioia paura	gioia sorpresa	joy sadness
amore	colpa	delizia	conflitto
fiducia paura	fiducia sorpresa	fiducia tristezza	fiducia disgusto
sottomissione	curiosità	sentimentalismo	conflitto
paura sorpresa	paura tristezza	paura disgusto	paura rabbia
soggezione	disperazione	vergogna	conflitto
sorpresa tristezza	sorpresa disgusto	sorpresa rabbia	sorpresa aspett.va
disapprovazione	?	indignazione	conflitto
tristezza disgusto	tristezza rabbia	tristezza aspett.va	
rimorso	invidia	pessimismo	
disgusto rabbia	disgusto aspett.va	disgusto gioia	
disprezzo	cinismo	morbosità	
rabbia aspett.va	rabbia gioia	rabbia fiducia	
aggressività	orgoglio	dominanza	
aspett.va gioia	aspett.va fiducia	aspett.va paura	
ottimismo	fatalismo	ansia	

Prendiamo come sentimento paradigmatico la rabbia, in quanto a livello giovanile è quello che, con maggior frequenza, porta a manifestazioni sconvenienti.

CHE COS'È LA RABBIA

La rabbia è una emozione tipica, considerata fondamentale da tutte le teorie psicologiche poiché per essa è possibile identificare una specifica origine funzionale, delle manifestazioni espressive, delle modificazioni fisiologiche costanti e delle prevedibili tendenze all'azione.



La rabbia è definita come la reazione che consegue a una precisa sequenza di eventi:

- stato di bisogno;
- oggetto (vivente o non vivente) che si oppone alla realizzazione di tale bisogno;
- attribuzione a tale oggetto dell'intenzionalità di opporsi;
- assenza di paura verso l'oggetto frustrante;
- forte intenzione di attaccare, aggredire l'oggetto frustrante, azione di aggressione che si realizza mediante l'attacco.

LE SENSAZIONI CHE ALIMENTANO LA RABBIA

- 1) Sensazione di ansia
- 2) Sensazione di frustrazione
- 3) Sensazione di essere sopraffatti
- 4) Sensazione di essere feriti
- 5) Sensazione di essere esclusi
- 6) Sensazione di essere svalutati
- 7) Sensazione di delusione
- 8) Sensazione di essere imbrogliati (non è giusto...)
- 9) Sensazione di imbarazzo
- 10) Sensazione di violazione

Di solito si pensa allo sport come qualcosa di marginale e di esterno alla persona e dunque quasi irrilevante rispetto ai veri valori della vita. Certamente lo sport non è un valore assoluto, non è un valore che, da solo, determina la vita di una persona.



Sicuramente, per molti, oltre al gesto sportivo, al movimento corporeo e all'esercizio fisico, lo sport diventa un'opportunità per incontrare altra gente, per stare insieme, per vivere l'amicizia. Il gioco e lo sport sono rimasti tra i pochi strumenti educativi a nostra disposizione in grado di contrastare il disagio e la maleducazione giovanile e, al tempo stesso, tra i contesti culturali che hanno grandi possibilità di incidere positivamente sulla crescita e sugli stili di vita dei giovani.



Il gioco anticamera dello sport

La voglia di giocare è connaturale all'uomo, piccolo o adulto che sia. È l'espressione del desiderio di una vita piena sia sul piano fisico che psichico. Essa manifesta la gratuità del fare, per divertimento, anche se spesso passa

attraverso il confronto e la gara nel provare ad affermare se stessi, fuori dai giudizi perentori e dalla selezione dei più bravi. Ci si misura innocuamente con gli altri, usando tecniche, abilità, capacità, ma lontano dalla logica della vittoria a tutti i costi.



Si gioca non per obbligo ma liberamente, esprimendo al massimo la propria fantasia e creatività personale. Si gioca mettendo in gioco la propria corporeità, comunicando con gli altri nella loro concreta fisicità, sperimentando il mondo che ci circonda. Il bambino non gioca per imparare, ma impara perché gioca.

È tramite il gioco, il movimento, l'azione e il piacere che questo genera che il bambino scopre e conquista il mondo.

Osservando giocare le bambine e i bambini che i genitori ci hanno affidato, è facile riconoscere in ciascuno gli stili di comportamento che normalmente hanno anche nella vita di relazione.

STILI di COMPORTAMENTO

1. Piccolo despota
2. Giovane tiranno
3. Solitario
4. Succube
5. Santo
6. Vincente



Non importa dunque quali siano le ragioni che spingono un ragazzo o un giovane ad avvicinarsi allo sport o a un gruppo sportivo: è basilare che il

ragazzo trovi in quell'ambiente degli educatori che, attraverso l'esperienza sportiva, lo aiutino a crescere bene.



Il ragazzo, attraverso lo sport, impara a conoscere il mondo, a sperimentare il valore delle regole, a stare con gli altri, a gestire le proprie emozioni, a sviluppare abilità e competenze utili per la vita. Lo sport è una delle cose più serie che ci siano al mondo, dicono gli studiosi, nel senso che è un importante campo di esperienza, una formidabile attività di apprendimento che aiuta a crescere e ad affrontare meglio la vita. Ma al di là delle buone intenzioni, è davvero possibile aiutare con lo sport i ragazzi a uscire indenni dal periodo critico dell'adolescenza?



C'è la possibilità reale di educare i giovani a dare un significato vero alla vita attraverso il gioco e lo sport?

Per rendere educativo lo sport si richiede un coinvolgimento totale di tutta la persona. Significa accogliere il proprio corpo con le sue abilità e le sue disabilità, con i suoi limiti e le sue potenzialità. Poiché lo sport è per tutti, anche l'educazione è per tutti: sia per i "beneducati" di questo mondo sia per i "maleducati", poiché sono proprio questi ultimi ad averne più bisogno.



LA SFIDA EDUCATIVA

L'educazione è un'esperienza. Quindi il concetto di esperienza diventa il pilastro fondamentale e costituisce il filo conduttore dell'idea educativa dello sport.

La categoria di esperienza, assunta nella sua integralità, una volta sgombrato il campo da ogni riduzione del termine, è dunque il cardine della proposta educativa. L'esperienza integrale può garantire il processo educativo perché assicura lo sviluppo di tutte le dimensioni di un individuo e nello stesso tempo l'affermazione di tutte le possibilità di connessione attiva con tutta la realtà.

Pertanto, l'educazione viene a coincidere con l'esperienza e si connota quindi come un processo interattivo tra l'atleta, l'educatore-allenatore e l'ambiente in cui esso è inserito. Porre l'esperienza come fattore essenziale per un'autentica educazione implica inevitabilmente accettare e rilanciare le categorie dei comportamenti e dell'esempio. L'educatore-allenatore è chiamato ad autoesporsi, a testimoniare attraverso la sua persona la pienezza e la bellezza dei valori che propone.



L'ESEMPIO NON COME RETORICA

L'atto formativo non diviene tale se non quando vi si accompagna quello che nella somma della diade primaria dei sentimenti, gioia e fiducia, viene classificato col termine amore, giacché esso non consiste in un contatto dal di fuori, ma nell'intima e profonda fusione di più coscienze. Quelle più evolute che si manifestano in un fine e quelle ancora in evoluzione che progressivamente scoprono di aspirare allo stesso fine.

La volontà di essere se stesso può essere altresì un fine comune, e l'amore, insieme di gioia e fiducia, consiste propriamente in questa identificazione di più coscienze attraverso le loro differenze, e proprio grazie a esse.

Il tecnico si rivolge al giovane perché questi è in fase evolutiva e i giovani al tecnico perché anch'egli è in fase evolutiva di saperi. Lo scopo finale di questo reciproco rapporto è che divengano in piena gioia e fiducia, individualmente e separatamente, somma di coscienze di persone ben distinte. Così, l'atto formativo motorio-sportivo presenta nella sua più alta accezione gli stessi caratteri dell'azione morale.

È giustizia poiché si attiene al rispetto del giovane. È dedizione poiché subordina il potere formativo al bene del giovane. È ad un tempo giustizia e dedizione, cioè cooperazione di coscienze, poiché esprime la solidarietà, nel tempo, fra il tecnico che si pone al servizio del giovane e il giovane che s'adopera, nel tempo, a diventare a sua volta competente. Allorquando questi differenti aspetti del rapporto vengono pienamente avvertiti, l'atto individuale formativo diviene essenzialmente un atto d'amore. Si badi bene che questa non è emozionalità gratuita, ma è la condizione scientifica – cioè verificata – senza la quale nessun processo di apprendimento si innesca. Il rispetto per il giovane è a un tempo rispetto di ciò che egli è e di ciò che sarà come futuro atleta-uomo. Vi è in lui un'energia vitale latente, una forza ancora ignota, un mistero, forse una predisposizione che gli conferisce un carattere sacro, ed esiste in lui, altresì, un avvenire gravido

di sconosciute ricchezze al quale nessuno ha il diritto di rifiutare l'esistenza sportiva.

Lo sport è il luogo delle forti emozioni controllate, solo attraverso forti, reciproche emozioni si può sperare di trasferire capacità, saperi e una esistenza intelligente.

LO SPORT È COME IL VENTO CHE TI SPINGE VERSO EMOZIONI SEMPRE NUOVE

Passiamo ora a cercare di addentrarci nel mondo dell'allenamento sportivo. Mercuriale riporta nella sua *Arte ginnastica* (1601) che Galeno definiva l'esercizio ginnico come un movimento fatto con una certa energia, che modifica il ritmo normale della respirazione.

Definizione dell'allenamento sportivo di Carlo Vittori

“L'allenamento sportivo è un processo pedagogico-educativo complesso che si concretizza nell'organizzazione dell'esercizio fisico ripetuto in quantità e con intensità tali da produrre carichi progressivamente crescenti, che stimolino i processi fisiologici di supercompensazione dell'organismo e favoriscano l'aumento delle capacità fisiche, psichiche, tecniche e tattiche dell'atleta, al fine di esaltarne e consolidarne il rendimento in gara”.

DI COSA SI OCCUPA LO SPORT?

- SALUTE
- EDUCAZIONE
- FORMAZIONE
- RICERCA
- CRESCITA INDIVIDUALE
- CRESCITA DI UN GRUPPO
- MIGLIORAMENTO DELLA PERFORMANCE DI ALTO LIVELLO
- DIVULGAZIONE DELLA CULTURA SPORTIVA
- ANCHE E SOPRATTUTTO ATTRAVERSO IL GIOCO

Lo sport è un'esperienza umana.

Il gioco è il “luogo di incontro privilegiato” tra i bisogni del ragazzo e l'intenzionalità educativa dell'adulto.

È un luogo che genera relazioni educative ed esperienze di vita. Non educa automaticamente, ma solo attraverso un'esperienza continuativa e non occasionale, fatta di attività fisica, di allenamento, di gare, di festa, di ricerca interiore, di sacrifici e di relazioni educative.



Quindi:

- sport come educazione alla disciplina
- sport come gioco
- sport come educazione alle regole accettate
- sport come scoperta del sé interiore e superiore
- sport come scoperta del proprio corpo
- sport come scoperta del senso di responsabilità
- sport come controllo della realtà
- sport come controllo dello spazio-tempo
- sport come scoperta e relazione con l'altro
- sport come scoperta e condivisione degli obiettivi
- sport come educazione alla socializzazione
- sport come controllo delle emozioni
- sport come gestione delle emozioni
- sport come educazione alla competizione
- sport come gestione dell'agonismo
- sport come passaggio dalle emozioni vissute a quelle interiorizzate
- sport come esperienza educativa
- sport come mezzo per giungere all'intelligenza emotiva
- sport come via per scoprire che il lavoro paga

INTERVENTO EDUCATIVO: COSA FARE?

1. CONOSCERE BENE L'ALLIEVO (PERSONA)
2. INDIVIDUARE E FORMULARE IL PERCORSO EDUCATIVO
3. DEFINIRE GLI OBIETTIVI DIDATTICI ED EDUCATIVI
4. FORMULARE IPOTESI DI INTERVENTO
5. PROGRAMMARE L'INTERVENTO EDUCATIVO E REALIZZARLO

6. VALUTARE LE VARIAZIONI INDOTTE DALL'INTERVENTO EDUCATIVO

1. PERSONA

- CONCETTO FILOSOFICO: SOSTANZA RAZIONALE, INDIVISA IN SÉ E DIVISA DAGLI ALTRI, IMMUTABILE
- IN ESSA, C'È UNA PERSONALITÀ: CONCETTO PSICOLOGICO, CHE È L'ORGANIZZAZIONE RELATIVAMENTE STABILE DELLE DISPOSIZIONI MOTIVAZIONALI DI UNA PERSONA, ORIGINATE DALL'INTERAZIONE TRA GLI ISTINTI BIOLOGICI E L'AMBIENTE FISICO E SOCIALE
- UNICITÀ, ORIGINALITÀ DI OGNUNO, DATA DA:
 - PROGRAMMAZIONE GENETICA
 - AMBIENTE
 - ESPERIENZA MOTORIA: ATTRAVERSO LA MULTILATERALITÀ

2. PERCORSO FORMATIVO: IN CONTINUA EVOLUZIONE

- PROGETTAZIONE DELL'INTERVENTO FORMATIVO:
- PROGRAMMAZIONE, CON LEGGI:
 - DELL'ADATTAMENTO DELL'ORGANISMO A UNA ATTIVITÀ MUSCOLARE INTENSA
 - DEL PROCESSO DI FORMAZIONE DELLA MAESTRIA TECNICA E DELLE CAPACITÀ MOTORIE DELL'ATLETA
 - DELLA SPECIALIZZAZIONE MORFO-FUNZIONALE DELL'ORGANISMO
- ORGANIZZAZIONE: SPECIFICITÀ E RAPPORTO RECIPROCO TRA L'ATTIVITÀ DI GARA E L'ATTIVITÀ DI ALLENAMENTO

3. OBIETTIVI

- A LIVELLO:
 - EDUCATIVO-FORMATIVO
 - INTEGRATIVO-SOCIALE
 - PREVENTIVO
 - FISICO
 - COGNITIVO
 - PSICOLOGICO
- CHIARI E REALIZZABILI (CONCRETI E RAZIONALI), PER NON CREARE STRESS ECCESSIVO
- DIDATTICO: TRASFERIMENTO DI CONOSCENZE/INFORMAZIONI CHE PORTANO ALL'APPRENDIMENTO

4. IPOTESI DI INTERVENTO

CERCARE UN COMPROMESSO PER:

- COLMARE LE EVENTUALI LACUNE DANDO SICUREZZA, FIDUCIA (SENTIRSI “COM-PRESO”)
- ESALTARE LE CAPACITA’ (RINFORZO)

ATTRAVERSO

- MEZZI E METODI APPROPRIATI
- DA DOVE PARTIRE
- STRATEGIA DEL GIUDIZIO
- PIANIFICAZIONE DELL’AZIONE
- CONTROLLO
- MODELLI DI COMPORTAMENTO

5. PROGRAMMAZIONE

EVIDENZIARE PRIORITÀ E TEMPI NECESSARI ATTRAVERSO LA PERIODIZZAZIONE SUDDIVISA IN:

- MACROCICLO
- MESOCICLO
- MICROCICLO:
 - PREPARAZIONE GENERALE
 - PREPARAZIONE SPECIALE
 - COMPETIZIONI
 - RECUPERO (TRANSIZIONE)
 - RIPRESA

6. VALUTAZIONE DEL RISULTATO

CONTROLLO E VERIFICA DELLO STATO FUNZIONALE E DELLA MAESTRIA TECNICA DELL’ATLETA, TRAMITE:

- ANALISI DELL’ATTIVITÀ DI GARA
- OSSERVAZIONE DELLA DINAMICA DELLO STATO FUNZIONALE PREVEDENDO VARI MOMENTI IN OGNI FASE DI ALLENAMENTO:

- ALL’INIZIO
- IN ITINERE
- ALLA FINE

IN MODO DA PERFEZIONARE IL PROGETTO

DOTI DI UN ALLENATORE

ALLENATORE: SAPERE
SAPER ESSERE
SAPER FARE
SAPER FAR FARE

NELLA CONSAPEVOLEZZA DEL SUO RUOLO

- STIMOLARE CURIOSITÀ E DARE UN’IMMAGINE POSITIVA
- ATTIRARE L’ATTENZIONE PER PORTARE ALL’AUTONOMIA
- SAPER UTILIZZARE BENE LA VOCE
- RIDURRE LO STATO DI ANSIA, DANDO FIDUCIA
- COMPrensione DEI “REALI BISOGNI”
- RICERCARE ASPETTI POSITIVI, COSTRUIENDO AUTOSTIMA

CONOSCENZA DELLE DIVERSE FORME DELL’APPRENDIMENTO

- PER IMITAZIONE (IMPORTANZA DEL MODELLO: STIMOLO)
- PER CONDIZIONAMENTO:
 - EXTRAPIRAMIDALE (STIMOLO AL MIDOLLO SPINALE: RISPOSTA PAVLOVIANA)
 - PIRAMIDALE (STIMOLO AL CERVELLO, RIFERITO AL VISSUTO)
- PER PROVE ED ERRORI (UN TENTATIVO ALLA VOLTA: INIZIALMENTE UN ASPETTO-CHIAVE SCATENANTE, POI UN ALTRO)
- PER INTUIZIONE (SFUGGIRE AGLI STEREOTIPI: PENSIERO CONVERGENTE-DIVERGENTE)
- PER COMPrensione

GUIDARE A ESERCIZI SICURI E ADEGUATI

- USANDO DIVERSI METODI:
 - IMITATIVO
 - LUDICO
 - ANALITICO
 - GLOBALE
 - PROGRESSIVO PER PARTI
 - UTILIZZANDO COME STILI:
 - INDUTTIVO
 - DEDUTTIVO

- E COME STRATEGIE:
 - LIBERA ESPLORAZIONE
 - SCOPERTA GUIDATA
- (Moston & Rink)

APPRENDIMENTO: LE SUE 3 LEGGI

1. SI IMPARA FACENDO (TEORIA DELLA FREQUENZA ATTRAVERSO L'AZIONE: ACCENTO SULLA RISPOSTA)
2. SI APPRENDE DALL'ESPERIENZA (STIMOLO, OCCASIONE CHE DETERMINA LA RISPOSTA, OSSERVAZIONE E ANALISI DEL "GIÀ FATTO")
3. SI IMPARA PROVANDO E RIPROVANDO (ELIMINAZIONE DELL'ERRORE, CHE NON VUOL DIRE "SBAGLIANDO SI IMPARA": ACCENTO SUL FEEDBACK)

L'APPRENDIMENTO SI RAGGIUNGE SE SI TIENE CONTO DI:

1. QUALITÀ DEI SOGGETTI
2. PREVISIONE DELLE VARIABILI CHE L'INTERVENTO DIDATTICO PRODUCE NEL SOGGETTO, MODIFICANDONE IL COMPORTAMENTO

ALLENAMENTO SPORTIVO

- SI CONCRETIZZA CON L'ORGANIZZAZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO RIPETUTO IN QUANTITÀ E INTENSITÀ TALI DA PRODURRE CARICHI PROGRESSIVAMENTE CRESCENTI CHE STIMOLINO I PROCESSI DI SUPERCOMPENSAZIONE (Hans Selye)
- QUESTI PERMETTONO DI MIGLIORARE:
 - LE CAPACITÀ FISICHE
 - LE CAPACITÀ PSICOLOGICHE
 - LE CAPACITÀ TECNICHE

LEGGE DELL'ADATTAMENTO:

- ALLENAMENTO SPORTIVO: STRESSOR
 - FASE DI SHOCK (ABBASSAMENTO CAPACITÀ)
- SITUAZIONE INIZIALE: SCENDE
- FASE DI CONTROSHOCK (RISALITA):
 - SUPERCOMPENSAZIONE
- RISPOSTA: MIGLIORE CONDIZIONE FISICA DI PRIMA QUIN-

DI IN SEGUITO LO STRESSOR DEVE ESSERE MAGGIORE DI QUELLO PRECEDENTE
IL CARICO DI LAVORO: DEVE ESSERE PROGRESSIVAMENTE CRESCENTE

CAPACITÀ MOTORIE:

PRESUPPOSTO/PREREQUISITO MOTORIO DI BASE SU CUI IL RAGAZZO E L'ATLETA SVILUPPANO LE PROPRIE ABILITÀ TECNICHE

SI DIVIDONO IN:

- CAPACITÀ CONDIZIONALI
 - CAPACITÀ COORDINATIVE
- (Horst Gundlach)

CAPACITÀ CONDIZIONALI:

- CAPACITÀ METABOLICO-ENERGETICHE O ORGANICO-MUSCOLARI:
- FORZA
- RESISTENZA
- RAPIDITÀ/VELOCITÀ

DISPONIBILITÀ ENERGETICHE DEI MUSCOLI E MECCANISMI REGOLATORI (ENZIMI, VELOCITÀ E FORZA DI CONTRAZIONE)

COME MIGLIORARLE?

MECCANISMI DELL'ORGANISMO PER MIGLIORARE LE PRESTAZIONI:

1. AEROBICO (UTILIZZO FIBRE LENTE OSSIDATIVE, ROSSE, DI TIPO I)
2. ANAEROBICO LATTACIDO (FIBRE VELOCI OSSIDATIVO-GLICOLITICHE, DI TIPO IIA)
3. ANAEROBICO ALATTACIDO (FIBRE VELOCI, GLICOLITICHE, BIANCHE, DI TIPO IIB)

CAPACITÀ COORDINATIVE:

- OGNI AZIONE MOTORIA FINALIZZATA VIENE ORGANIZZATA SEMPRE IN MODO COSCIENTE E VIENE REALIZZATA IN MODO DA CORRISPONDERE AL SUO SCOPO, TENENDO CONTO DELLE POSSIBILITÀ MOTORIE DI CHI LA ESEGUE
- CAPACITÀ DI ORGANIZZARE E REGOLARE IL MOVIMENTO

- CAPACITÀ PERCETTIVO-CINETICHE DI COGLIERE E RIELABORARE LE INFORMAZIONI
- SI DIVIDONO IN:
 - GENERALI
 - SPECIALI

CAPACITÀ COORDINATIVE GENERALI:

- DI APPRENDIMENTO MOTORIO (ACQUISIZIONE STABILE DI DETERMINATE COMPETENZE, RINFORZANDO GLI STIMOLI)
- DI CONTROLLO MOTORIO (GESTIRE TUTTI GLI ASPETTI ESECUTIVI DEL MOVIMENTO)
- DI ADATTAMENTO E TRASFORMAZIONE DEI MOVIMENTI (ADATTARE L'APPRENDIMENTO CONSOLIDATO IN BASE ALLE VARIE SITUAZIONI AMBIENTALI)

CAPACITÀ COORDINATIVE SPECIALI:

- DI EQUILIBRIO
- DI COMBINAZIONE MOTORIA
- DI ORIENTAMENTO
- DI DIFFERENZIAZIONE SPAZIO-TEMPORALE
- DI DIFFERENZIAZIONE DINAMICA (GIUSTA FORZA/ENERGIA)
- DI DIFFERENZIAZIONE CINESTETICA
- DI ANTICIPAZIONE MOTORIA
- RILASSAMENTO (BIOFEEDBACK)

CAPACITÀ MOTORIE "INTERMEDIE"

- FLESSIBILITÀ
 - VELOCITÀ DI REAZIONE
- (CAPACITÀ PERCETTIVO-MOTORIA)

CAPACITÀ CONDIZIONALI E COORDINATIVE:

SI RITENEVANO SEPARATE MA ORA SI È VISTO CHE SONO TUTTE COLLEGATE, PLURIFUNZIONALI (*Yuri Verkhoshansky*)
 COORDINAZIONE MOTORIA: AFFERENZA (STIMOLO)-REAFFERENZA (FEEDBACK)

SPORT COME STRUMENTO PER:

- SOLLECITARE AL MEGLIO LE POTENZIALITÀ MOTORIE: CAPACITÀ CONDIZIONALI E COORDINATIVE (ASPETTO ORGANICO-MUSCOLARE)

- TRASFERIRE LE CAPACITÀ MOTORIE ALL'APPRENDIMENTO DI TECNICHE O ABILITÀ ESECUTIVE PIÙ SPECIFICHE (ASPETTO TECNICO)
- AFFRONTARE LE SITUAZIONI CON MAGGIORE SICUREZZA E AUTOSTIMA, MIGLIORANDO LE CAPACITÀ RELAZIONALI (ASPETTO PSICOLOGICO) E LA PERSONALITÀ

COMPETENZE:

- PREPARAZIONE SULL'ALLENAMENTO SPORTIVO
- LAVORO DI EQUIPE
- SAPER SUPERARE PREGIUDIZI E STEREOTIPI
- NON SRADICARE MA INTEGRARE I GIOVANI NEL CONTESTO, CREANDO SITUAZIONI GRATIFICANTI E DI RINFORZO
- RISPETTARE L'EVOLUZIONE DELLA LORO PERSONALITÀ E QUELLA DEL GRUPPO

PUNTO DI ARRIVO COME PUNTO DI PARTENZA PER NUOVI TRAGUARDI

Giuseppe Antonini

Accademia Maestri dello Sport

Lo sport negli istituti scolastici internazionali

Mi è stato affidato il compito di parlarvi di cosa succede in altre nazioni in merito all'attività sportiva nell'ambito scolastico. È un tema "antico", mai risolto completamente e tornato di attualità in quanto, come dichiarato, rappresenta uno dei principali motivi della riforma generale sullo sport inserita dal governo nella legge di bilancio 2019.

Già da diversi mesi è in corso sul tema un ampio dibattito necessario per arrivare a definire l'applicazione pratica della riforma.

Nel nostro piccolo, in qualità di ex professionisti dello sport, lo stiamo seguendo con attenzione, giorno per giorno, cercando prima di capire dove si è orientati ad andare e poi valutarlo ed esprimere i nostri punti di vista attraverso analisi e relazioni come quelle che avete ascoltato dai relatori che mi hanno preceduto.

Il sottotitolo di questa sessione recita "l'educazione fisica non è un'isola". Non è una domanda perché manca il punto interrogativo e non me ne voglia chi l'ha ideata se invece la considero tale e a cui rispondo con convinzione "non è un'isola, ma un arcipelago molto vasto, forse più grande di quello indonesiano che è formato da 17.000 isole, di cui circa 6.000 abitate. È curioso scoprire che 17.000 è più o meno il numero di plessi scolastici presenti sul territorio italiano.

È anche strano che un problema così antico, su cui sono stati scritti fiumi di parole e del quale fin dall'antichità se ne riconosceva l'importanza, non sia ancora stato risolto in maniera esaustiva.

Sembra che la tendenza che emerge dal dibattito in corso sia quella di valutare cosa si fa all'estero in questo campo, individuando la soluzione migliore per poi applicarla al nostro sistema.

L'idea in sé non sarebbe male, ma perché che sia congrua è assolutamente



necessario analizzare:

- l'individuazione dei parametri di confronto tra le varie applicazioni;
- la situazione applicativa attuale nel nostro sistema.

Per non correre il rischio di perdersi nell'arcipelago ma anche di non cadere nella facile illusione che "l'erba del vicino sia sempre più verde" occorre analizzare questi due aspetti in modo oggettivo e approfondito. Quali potrebbero essere allora i parametri da confrontare per arrivare a definire un modello applicativo migliore degli altri?

È necessario partire dai risultati ottenuti in merito a:

- gli effetti migliorativi sulla salute generale dell'individuo;
- gli effetti migliorativi sul comportamento civico;
- la diminuzione di effetti devianti da una vita sana;
- i risultati sportivi di alto livello.

Già l'analisi di questi quattro sintetici indici non è per niente facile, in quanto si dovrebbero considerare i dati dopo un congruo periodo di applicazione del sistema osservato.

Inoltre, per esser congrua, la valutazione deve necessariamente considerare altre peculiarità in ordine a:

- il PIL e il PIL pro capite e quanto destinato allo scopo;
- le tradizioni e le consuetudini di un Paese;
- la morfologia del territorio e la sua climatologia;
- l'assetto politico del Paese.

Come capirete il rischio di perdersi è elevato. Proviamo a perimetrare il problema partendo da una suddivisione del tema sia per livelli scolastici sia per livelli sportivi, che sembra abbastanza condivisa a livello internazionale.

- Dai 5 ai 10 anni, fascia d'età corrispondente alla scuola primaria, con interventi che mirano al miglioramento dell'attività motoria.
- Dagli 11 ai 14 anni, fascia corrispondente alla scuola secondaria di primo grado, dove si tende a iniziare a far conoscere lo sport.
- Dai 15 ai 20 anni, fascia corrispondente alla scuola secondaria di secondo grado, dove una volta scelta l'attività che si desidera fare, si fa agonismo.
- Dai 20 anni in avanti, perciò parliamo di livello universitario, dove si fa agonismo di alto livello.

Appare logico che per obiettivi diversi sono necessari progetti differenti e di conseguenza la ricerca del "meglio sul mercato" deve essere suddivisa per fasce.

L'Educazione Fisica non è un'isola

Sovrapposizione temporale scuola-sport



2

L'Educazione Fisica non è un'isola

Parametri di comparazione tra diverse applicazioni dello sport nella scuola



3

L'Educazione Fisica non è un'isola

Parametri di comparazione tra diverse applicazioni dello sport nella scuola



4

L'Educazione Fisica non è un'isola

I CUS

I Centri Universitari Sportivi sono associazioni sportive dilettantistiche cui è demandato il compito di promuovere la pratica dell'attività sportiva a favore di tutti gli studenti universitari.



A questo scopo i CUS, in base alla legge 394/77, gestiscono gli impianti sportivi di proprietà delle università, vi organizzano tornei e corsi, allestiscono rappresentative che partecipano a campionati federali o ai Campionati Nazionali Universitari organizzati dal CUSI. Attualmente sono presenti sul territorio 48 CUS: in pratica, uno per ogni città sede di università.

5

Il secondo tema, cui abbiamo accennato, è una analisi obiettiva di ciò che attualmente abbiamo in casa nostra.

Quando si devono fare degli acquisti non basta consultare i volantini con le offerte migliori, tra l'altro facilmente confrontabili se si tratta di supermercati; bisogna vedere prima cosa abbiamo in frigo e, visto che spesso le risorse non sono infinite, dobbiamo fare delle scelte in base alle reali necessità. Allora cosa abbiamo nel frigo dello sport scolastico italiano?

L'Educazione Fisica non è un'isola

Campionati mondiali universitari



6

Partiamo dalla cima: lo sport a livello universitario. Come saprete proprio in questa Regione si è svolta l'Universiade 2019. L'ente che gestisce questo settore, il CUSI, fa parte di una delle cinque federazioni continentali riunite sotto un'unica struttura mondiale che coordina il tutto. In Italia ci sono 48 CUS presso altrettante Università. Oltre a eventi interuniversitari, il CUSI organizza Campionati Italiani, riservati agli studenti universitari in molti sport e può partecipare a innumerevoli Campionati Mondiali. Tornando alle Olimpiadi universitarie, cioè alle Universiadi, il CUSI ogni due anni allestisce la squadra che parteciperà alle edizioni estiva e invernale di tale evento. Anche se a livello di singola Universiade il numero



dei partecipanti (circa 7.000) è inferiore a quello delle Olimpiadi (circa 11.000), se si considera che l'evento si svolge ogni due anni contro i quattro delle Olimpiadi, capirete di cosa parliamo.

Una attività enorme che coinvolge centinaia di migliaia di studenti universitari, ma con quali risultati?

Negli ultimi anni lo sport universitario ha perso quasi totalmente la sua efficacia, poche le società sportive di vertice con la sigla CUS e in pochi sport.

Da un punto di vista economico, teoricamente, le Università non avrebbero problemi di sorta, ma forse anche a causa della concorrenza dei gruppi sportivi militari (non dimentichiamo che delle ultime 100 medaglie olimpiche italiane il 90% è stato vinto da atleti inseriti in questi gruppi) pian piano le attività sportive universitarie si stanno tramutando in circoli sportivi per lo sport sociale. È utile anche questo, ma non necessita certo di una struttura nazionale e internazionale, qual è quella esistente.

Il fenomeno più apprezzato in tema di sport universitario, spesso citato da illustri personaggi, è quello esistente negli USA: infatti, la maggior parte della rappresentativa nazionale degli USA per le Olimpiadi proviene dall'ambiente universitario. Fare un paragone tra il funzionamento e la produttività in termini tecnici, tra il "CUSI USA" e quello nostrano è assolutamente improponibile! Come del resto, conoscendolo, applicarlo in "copia e incolla" è un grande errore!

Quello che, secondo noi, si può fare è cercare di riportare il CUSI (magari per legge) al suo iniziale funzionamento.

Lo sport nelle scuole secondarie di primo e secondo grado

Attualmente per ambedue i livelli scolastici sono in vigore i Campionati studenteschi.

Già accumulare in un solo progetto i ragazzi dai 13 ai 20 anni, con l'unica differenza che per il primo grado non sono previste finali nazionali, è secondo noi un grande errore.

Non c'è nessun obbligo di partecipazione al progetto, ogni scuola "può aderire o no" a questi progetti sportivi, che prevedono fasi di istituto, provinciali, regionali e nazionali.

L'offerta, sulla carta, è impressionante!



Credo siano 75 gli sport proposti, con tanto di schede tecniche dettagliate fornite dalle Federazioni nazionali.

I fondi a disposizione sono pochi, si parla di una media di 100 euro a classe all'anno... Per l'anno scolastico 2018/2019 sono state previste fasi nazionali solo per una decina di specialità.

Il confronto più gettonato è quello con l'organizzazione vigente in Francia, che prevede, tra l'altro, l'esistenza di due federazioni specifiche che si occupano di soprintendere al tutto.

Anche qui non entro nel merito della sua "produttività", ma qualche scricchiolio nel sistema francese si avverte, soprattutto per il fatto che solo una decina di sport fa parte del programma. Di certo, però, sono meglio dieci sport organizzati e fatti bene, che niente.

Lo sport nella scuola primaria italiana

Anticipo col dire che dal mio punto di vista questo è il settore più importante e delicato.

La corretta applicazione di attività sportive a livello di 6/10 anni incide in modo determinante su tutti i parametri di confronto precedentemente indicati.

Il progetto dedicato a questa fascia di età si chiama "Sport di classe" ed è già da alcuni anni in applicazione; in occasione della Sessione è stato raccontato con un filmato del CONI, facilmente rintracciabile su Internet. Anche in questo caso, credo sia superfluo fare paragoni con altri sistemi, in quanto il nostro ci sembra ottimo con una unica annotazione: non è obbligatoria l'adesione delle scuole al progetto, come invece succede in altre realtà internazionali.

Per motivi di tempo a disposizione devo fermarmi qui ma, tornando al nostro "frigorifero", è lampante che sia molto ben fornito di attività sportive svolte nel mondo scolastico; se però controlliamo bene "le etichette" molte sono "scadute".

Se il nostro "frigorifero" è strapieno di cose purtroppo scadute, dobbiamo verificare anche cosa abbiamo nella "dispensa"!

Daniela Genovese

Biologa nutrizionista

Nutrizione e sport in età evolutiva



**NUTRIZIONE E SPORT
IN ETA' EVOLUTIVA**

Dott.ssa Daniela Genovese
Biologa nutrizionista

XXX Sessione
Accademia Olimpica Nazionale Italiana
QUALI ORIZZONTI
NELL'EDUCAZIONE MOTORIA,
FISICA E SPORTIVA NELLA SCUOLA
E NELL'EXTRA SCUOLA

Pozzuoli
Accademia Aeronautica
7, 8, 9 Giugno 2019



Il punto di partenza deve essere sicuramente la rivisitazione delle abitudini alimentari quotidiane. Serve un approccio a 360° che deve svilupparsi su TRE fronti ben distinti ma estremamente legati tra loro:

- Un'alimentazione sana ed equilibrata
- Un corretto stile di vita
- L'avviamento all'attività sportiva

L'aspetto critico relativo alla prevenzione e alla cura dell'obesità nei bambini è legato al fatto che parte del risultato non dipende direttamente da loro ma dal contesto sociale in cui sono inseriti:

- la Famiglia
- la Scuola
- l'Associazione Sportiva



È importante che il bambino e la sua famiglia comprendano l'importanza dello sport non solo come gioco e come divertimento ma come un vero e proprio stile di vita.

1. Qualsiasi tipo di sport praticato all'ARIA APERTA



3. Qualsiasi esercizio che aumenti la SPESA ENERGETICA



2. Qualsiasi attività ricreativa svolta CON I COMPAGNI



4. Qualsiasi sport eseguito a livello AGONISTICO



3. Qualsiasi esercizio che aumenti la SPESA ENERGETICA



...Attività Fisica?

Qualunque SFORZO esercitato dal sistema muscolo-scheletrico che si traduce in un CONSUMO DI ENERGIA superiore a quello in condizioni di riposo



ATTIVITÀ SPORTIVA

MOVIMENTI QUOTIDIANI

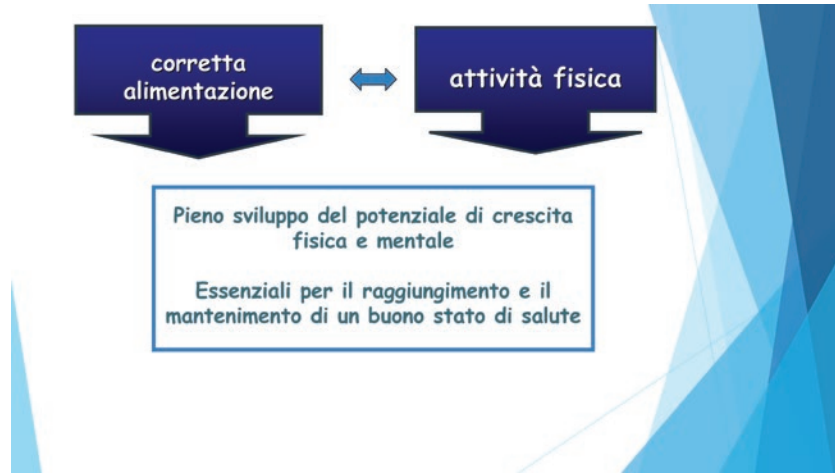
ATTIVITÀ FISICA

L'importanza di una quotidiana attività fisica per il mantenimento di un buon stato di salute



La Piramide Del Movimento





L' alimentazione in un giovane sportivo deve

Fornire i nutrienti necessari al funzionamento dei vari organi e tessuti a riposo (metabolismo basale)

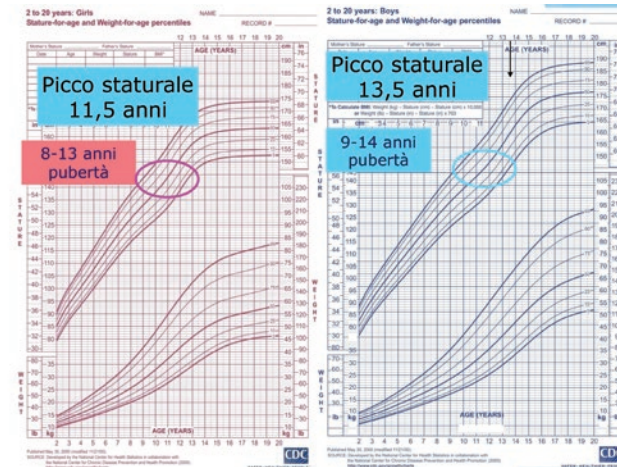
Soddisfare le particolari esigenze di un organismo in rapida e continua crescita

Rifornire i muscoli impegnati nell' esercizio fisico dell' energia necessaria a sostenere l' intensità dello sforzo fisico

Chi pratica sport deve ~~seguire~~ adottare un regime dietetico abbondante e assumere ~~integratori~~ "speciali" o integratori.



In bambini o adolescenti, è più corretto suggerire un' alimentazione quali-quantitativamente adeguata alle esigenze fisiologiche del soggetto.



L' alimentazione del giovane sportivo

Quantitativamente diversa da quella seguita da un soggetto sedentario

Qualitativamente simile a quella seguita da un soggetto sedentario



Generalmente ...

bambini tra 8-10 anni +20-25% spesa energ. adulto
 adolescenti tra 11-14 anni +10-15% spesa energ. adulto
 Completamento sviluppo puberale spesa energetica = adulto



Alimentazione bilanciata

introdurre ogni giorno un' ampia varietà di
 alimenti: cereali, legumi, carne, latte, frutta e
 verdura

IL PIATTO SANO

Bevete acqua, tè o caffè (con poco zucchero o senza)

Per cucinare e condire usate oli vegetali (in particolare olio e.v. di oliva). Limitate il burro ed evitate i grassi trans

Mangiate molta verdura e ortaggi variando frequentemente la qualità

Mangiate molta frutta variandone i colori

Mantenetevi attivi

Harvard School of Public Health
 The Nutrition Source
 www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Limitate il consumo di latte e derivati (1-2 porzioni al giorno) e di succhi di frutta. Evitate le bibite gassate

Mangiate cereali integrali (pasta, riso e pane) Evitate i cereali raffinati (riso bianco e pane)

Preferite il pesce, le carni bianche, i legumi e la frutta a guscio. Limitate le carni rosse. Evitate gli affettati e le carni trasformate

Harvard Medical School
 Harvard Health Publications
 www.health.harvard.edu

Sedentari	Non praticano sport, non fanno giochi di movimento, camminano poco, usano l'ascensore, trascorrono molte ore seduti a studiare o davanti allo schermo (televisione, computer, videogame)
Sedentari con attività sportiva organizzata	Sedentari che 2-3 volte alla settimana praticano un'ora di sport (nuoto, basket, ecc.)
Soggetti con stile di vita attivo	Sono frequentemente impegnati in giochi di movimento, camminano molto, salgono le scale, ecc.
Soggetti con stile di vita attivo e attività sportiva organizzata	Sono frequentemente impegnati in giochi di movimento, camminano molto, salgono le scale, ecc. Inoltre, praticano sport 2-3 volte alla settimana
Agonisti	Si sottopongono ad allenamenti impegnativi più o meno quotidiani

DISTRIBUZIONE MACRONUTRIENTI LARN 2014

Carboidrati	45 - 60% dell'intake calorico
Proteine	12-15% dell'intake calorico
Lipidi	20 - 35% dell'intake calorico
Minerali	raccomandazioni per la popolazione generale
Vitamine	raccomandazioni per la popolazione generale
Acqua	1-1.5 litri al giorno

In base a quanta ne viene persa attraverso sudore e urine

Quale dieta?

La **DIETA MEDITERRANEA** è la scelta vincente

- 1) Per mantenere lo stato di salute più a lungo possibile
- 2) Per coprire tutti i fabbisogni nutrizionali
- 3) Per svolgere al meglio la pratica sportiva

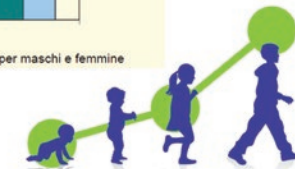
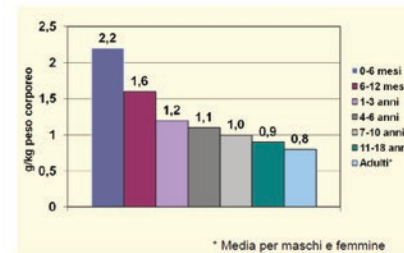
E' il modello alimentare più idoneo perché:

- ✓ Largo utilizzo di carboidrati complessi per un rilascio costante di energia anche per tempi prolungati
- ✓ Abbondanza di frutta e verdura per un buon apporto di Sali minerali, vitamine ed acqua di cui lo sportivo ha necessità
- ✓ Utilizzo di legumi e carni bianche che soddisfa il fabbisogno di proteine anche nei periodi di allenamento, mantenendo basso l'apporto di grassi animali
- ✓ E' semplice da seguire
- ✓ Soddisfa il palato
- ✓ Non necessità di integrazioni



La dieta mediterranea è il modello alimentare che meglio soddisfa i fabbisogni nutrizionali degli sportivi

Fabbisogno proteico ed Età



DISTRIBUZIONE DEI PASTI GIORNALIERI



La merenda e lo spuntino ideali

A scuola, uno spuntino trasportabile:

- frutta
- yogurt
- carote
- finocchi
- crackers non salati



A casa lo spuntino ideale:

- 1 porzione di macedonia di frutta o meglio un piatto di frutta a pezzettoni preparato al momento
- 1 bruschetta con i pomodori e 1 cucchiaino d'olio
- 1 fettina di pane con 1 cucchiaino di marmellata
- 1 fetta di dolce casalingo non farcito
- 1 yogurt con 1 mela (o 1 pera, 1 mandarino, o 1 banana) a pezzetti
- 1 frullato con un po' di latte e 1 frutto e poi, a volontà, carote e finocchi da sgranocchiare



Composizione e suddivisione cronologica dei pasti rispetto all'allenamento o alla gara



ESEMPIO PER ATLETA DI PALLANUOTO UNDER 13 (GIORNO ALLENAMENTO)

COLAZIONE	Ore 7.30	Latte + miele + biscotti secchi integrali/fiocchi di cereali integrali/pane tostato con miele o marmellata Oppure Yogurt con cereali integrali o muesli + miele+ frutta
SPUNTINO	Ore 10.30	Frutta fresca + panino integrale con prosciutto crudo/cotto/fesa di tacchino/bresaola)
PRANZO	Ore 13.30	Pasta (condimento semplice con ragù di verdure o pomodoro o olio evo e parmigiano). E' possibile prevedere l'aggiunta di 1 pezzo di parmigiano.
ALLENAMENTO	Ore 15.00	Durante l'allenamento : acqua minerale
POST-ALLENAMENTO	Ore 16.30	Frullato di frutta più miele più mix di frutta secca (noci/nocciole/mandorle)
CENA	Ore 20.00	Minestrone di verdure e legumi + pesce/carne/uova + verdura cruda + pane integrale + frutta



ESEMPIO PER ATLETA DI KARATE UNDER 13 (GIORNO DI GARA)

COLAZIONE	Ore 7.00 (almeno due ore prima della gara)	Latte p.s. + un toast prosciutto e formaggio più spremuta di arancia Oppure Un bicchiere di latte di soia + pane integrale + marmellata + mandorle/noci
GARA GIRONI	Ore 9.00	Prima e durante la gara: sorseggiare acqua o bevanda sportiva
PAUSA TRA COMBATTIMENTI	Se la pausa è di almeno due ore	Piccolo panino con prosciutto Oppure Barretta a base di carboidrati e proteine Oppure (se la pausa è di meno di due ore) Frutta o barretta a prevalente contenuto di carboidrati
FINE GARA	Metà giornata	Pranzo completo
FINE GARA	Pomeriggio inoltrato	Milk shake + fette biscottate o pane + miele o marmellata Oppure Panino prosciutto + mozzarella + frutta
CENA	Ore 21.00	Pasta o riso con condimento leggero + carne/pesce/uova + insalata/verdure +frutta



Reidratazione e reintegrazione

La reidratazione deve essere precocissima poiché essendo la termoregolazione meno efficiente rispetto all'adulto, il bambino può incorrere più facilmente nel rischio di disidratazione, con conseguente rapido decadimento delle prestazioni (per perdite idriche superiori al 2% del peso corporeo negli adolescenti e dell'1% nei bambini) e rischio di colpo di calore e/o ipotensione, soprattutto durante eventi sportivi prolungati o in ambienti molto caldi



Integratori



Sono necessari gli Integratori ?
Si possono dare in età evolutiva ?

La Circolare del 5/11/2009 del Ministero della Salute definisce 6 categorie di integratori destinati agli sportivi e ne regola la possibilità d'uso (Tab. V).

- Prodotti finalizzati ad una integrazione energetica
- Prodotti con minerali destinati a reintegrare le perdite idrosaline
- Prodotti finalizzati all'integrazione di proteine
- Prodotti finalizzati all'integrazione di aminoacidi e derivati (creatina)
- Altri prodotti con valenza nutrizionale, adattati ad un intenso sforzo muscolare
- Combinazione dei suddetti prodotti

Riguardo l'etichettatura, è stabilito che tali prodotti debbano riportare la scritta "il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata ed uno stile di vita sano".

Per i concentrati proteici e/o aminoacidici, come per la presenza di creatina, deve essere riportato anche: "Non superare le quantità di assunzione consigliate. Non utilizzare in gravidanza e nei bambini o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico".

L'uso senza parere medico di questi ultimi prodotti, è quindi vietato nei bambini.

Nell'ambito degli INTEGRATORI, una differenza importante è da fare tra :

-quelli che servono a prevenire e/o curare delle carenze.
(es. vitamine , omega 3 ,ferro ecc)

- quelli che servono a migliorare le performance
(es. caffeina , creatina, beta-alanina, ecc.)



Riguardo i piccoli sportivi, l'American Academy of Pediatrics nel 2005 ha fortemente condannato l'uso di sostanze che migliorano le prestazioni sportive nei bambini e adolescenti, poiché pericoloso per la salute e diseducativo, riferendosi ad ogni sostanza presa in dosi farmacologiche con l'intenzione di migliorare la prestazione, quali farmaci, sostanze per il controllo del peso e anche supplementi alimentari presi a dosi superiori a quelle necessarie per sostituire i deficit creati da una malattia, formazione e/o la partecipazione a sport.

Problematiche nutrizionali negli sport che richiedono categorie di peso o enfatizzano la magrezza

- ▶ Rischio di restrizione calorica (disturbi del comportamento alimentare, amenorrea, osteoporosi)
- ▶ Pratiche incongrue per ridurre il peso (disidratazione volontaria, salto dei pasti)
- ▶ Rischio di carenza di calcio e di ferro

LO SPORT, FATTORE DI RISCHIO O DI PROTEZIONE SULL'INSORGENZA DEI DCA?



L'esser a dieta nel mondo sportivo è motivato ,oltre che dal culto della magrezza, da due altri fattori:

- La percezione di un paradigma di come deve essere l'aspetto fisico nel proprio specifico sport.
- l'aspettativa di migliorare la propria performance

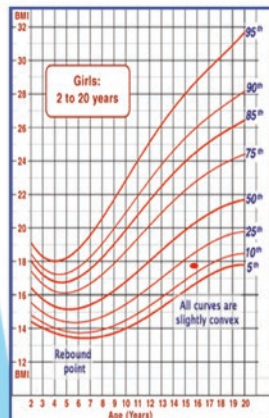
«IL NOSTRO MODO DI DELINEARE MENTALMENTE LA CORPORATURA DEGLI ATLETI è INFLUENZATO DA STEREOTIPI»





FATTORI DI RISCHIO

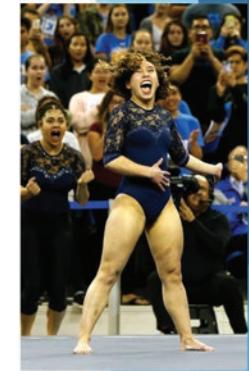
- Modalità di relazione allenatore-atleta
- Genitori poco supportivi



La allena Enrico Casella, ingegnere nucleare, e il dettaglio non è inutile perché dal suo computer escono le elaborazioni degli esercizi più complicati, come il doppio salto con doppio avvitamento che soltanto lei e una cinese inseriscono nel programma di corpo libero. «Almeno ho dato un senso alle notti passate all'Università», scherza Casella, distrutto e felice, che ha ideato i software per combinare alla ginnastica le teorie della fisica e una miriade di altri dati, «conservo in archivio il peso e l'altezza di tutte le mie atlete raccolti giorno per giorno da quando le ho viste per la prima volta. Sono fondamentali nello studio di ogni movimento. Vanessa oggi pesa 36 chili, di solito è sette o otto etti in più, soprattutto il lunedì perché la domenica è il giorno di riposo e si rilassa un po'. Niente di male ma se arrivasse a 37 chili bisognerebbe cambiare una parte del programma: un chilo fa sballare tutto». Sempre per le leggi della fisica, che Casella conosce a memoria.

La storia di Katelyn Ohashi, ginnasta da 10.

"Mi definivano 'grassa'. Pensavo alla bulimia come 'soluzione'"



"Da quando sono entrata nella squadra nazionale, ho iniziato a sentire le pressioni su come dovevo essere, il mio corpo doveva rispettare i canoni di quelli di una ginnasta in nazionale. Il mio allenatore dice che se sbaglio o cado è colpa del fatto che io sia troppo pesante, quindi ho iniziato a misurarmi con le mani le cosce ogni giorno per vedere se diventavano più grandi. Di solito riesco a prenderla tutta con le due mani, ma oggi quando ci ho provato non ci sono riuscita. Appena me ne sono accorta, mi sono sentita distrutta e ho detto a me stessa che non avrei finito il panino che avevo per pranzo e che a cena avrei mangiato solo verdure. Adesso però ho fame, ho proprio fame, se potessi andare a dormire adesso, però dormirei lo stesso. Sono abituata a svegliarmi con la bocca che sa di ferro, ho talmente tanta fame che quando mi sveglio ho la nausea"

Giugno 2010

"Penso che la ginnastica possa essere uno sport molto brutale, ma non penso che debba esserlo"

"Spero solo che tra 10, 20 anni ci saranno persone che lasceranno vivere serenamente la ginnastica".

"Mia mamma è una persona estremamente salutista, compra solo cose che fanno bene e pure il mio cane mangia solo cibo biologico. Mio fratello invece, può mangiare quello che vuole che non mette su un filo di grasso, mia mamma gli compra quello che vuole e poi però lo nasconde da me, perché sa che non è sano per un'atleta mangiare quelle cose. Io capisco che lo fa per il mio bene, ma a volte mi sembra che ovunque io vada e con chiunque io stia ci sia qualcuno a dirmi che sono troppo pesante e che devo dimagrire. Non mi sento a mio agio nemmeno a casa. Fortunatamente lavora fino a notte tarda, quindi quando sono sola e ho fame cerco il cibo e me lo mangio. Stasera però ho mangiato troppo, mi faccio schifo, sento il grasso che cresce sulle mie gambe. Non posso andare in palestra così domani, quindi adesso faccio allenamento finché non sono esausta e finché la mia coscienza non mi permetterà di addormentarmi"

"C'è stato un momento in cui ero in cima al mondo, da speranza olimpica, ero imbattibile finché non lo sono più stata», «Mi dicevano che non ero abbastanza brava, ero costantemente stressata per quello che mangiavo e ho cominciato a sentirmi definire un uccello che non poteva volare».

Ha deciso di non sacrificare la sua esistenza per il sogno olimpico. Ha deciso che ogni tanto poteva sgarrare a tavola e vivere come gli altri. Si è iscritta al college e ha scelto le competizioni universitarie. «Ho spiegato al mio coach e all'università che avevo scelto di seguire un altro obiettivo e sono stata in grado di ritrovare questa felicità che non vivevo da tanto tempo. Una sensazione che non può venire dal podio con le medaglie ma dal sorridere davvero felice con me stessa».

Attiva Windows
Passa a Impostazioni PC

"Non riesco a dormire per la fame. Misuravo le cosce con le mani, per assicurarmi non diventassero troppo grandi"

«Sono stata consumata dal pensiero che essere più grossa significasse essere qualcosa di meno, che solo le persone con il corpo perfetto avessero il diritto di stare in prima fila. Oggi sono qui, in piedi davanti a tutti, con una grande amore dentro perché sono quella che sono e nessuno frase o sguardo giudicante mi farà scendere a compromessi. La vera sfida per molte ragazze è proprio accettare il corpo che hanno.».

PREVENZIONE INTERVENTO MULTIDISCIPLINARE



- Implementazione fattori protettivi (motivazione, fiducia, sfida con se stessi, buon rapporto con la squadra e con i genitori)
- Psico-educazione nutrizionale (informazione tra la squadra, allenatori, famiglie, atleti, educazione alimentare)
- Lavoro di squadra
- Sensibilizzazione e informazione DCA negli ambienti sportivi



CONCLUSIONI

- La corretta alimentazione dei bambini e degli adolescenti che praticano sport riveste un ruolo fondamentale nel garantire benessere psico-fisico ed evitare errori nutrizionali
- Non sono necessarie alchimie nutrizionali, ma risulta fondamentale impostare una seria educazione alimentare ed un'educazione allo sport (sempre propositiva mai coercitiva)
- Educazione in famiglia, nelle scuole, negli ambienti sportivi
- Vanno precocemente individuati eventuali casi di carenze nutrizionali o di disturbi del comportamento alimentare.

Se fossimo in grado di fornire a ciascuno la giusta dose di nutrimento ed esercizio fisico, né in difetto, né in eccesso, avremmo trovato la strada per la salute.

Ippocrate 460-377 a.C.



FELICE DI STARE IN FORMA...



...DIAMOCI UNA MOSSA

Grazie per
l'attenzione



Romano Mezzetti

Docente Federazione Ginnastica d'Italia per l'area "Kids" - Sez. Salute e Fitness e Settore Scuola

L'attività motoria fra disciplina, autodisciplina e libertà

Per contestualizzare e approfondire il video presentato all'interno dell'intervento, può risultare utile considerare una struttura di riferimento esplicativa dei contenuti trattati oralmente e nelle didascalie e che vertono sulla SCELTA DEI METODI DIDATTICI, classificabili nel seguente modo:



Metodi deduttivi	Metodi induttivi
PRESCRITTIVO O DEL COMANDO	RISOLUZIONE DEI PROBLEMI
MISTO	SCOPERTA GUIDATA
ASSEGNAZIONE DEI COMPITI	LIBERA ESPLORAZIONE

Tale schema di riferimento risulta funzionale a garantire una varietà nell'insegnamento che riesca a modulare l'efficacia di strategie dell'istruzione programmata e di particolari tecnologie educativo-didattiche che necessitano di metodi prettamente deduttivi, con la parallela individuazione di potenzialità individuali, dell'espressione di forme di pensiero divergente e creativo, di creazione di situazioni basate sulla scoperta, sull'esplorazione, sulla costruzione, che richiedono necessariamente l'utilizzo di metodi d'insegnamento induttivo.

“Se è vero che non esistono risposte assolute, in quanto il discorso è legato alle diverse situazioni e contesti, agli obiettivi, ai contenuti e ai mezzi, è altrettanto vero che essendo mutevoli e variabili gli elementi di collegamento con le altre fasi di una corretta programmazione didattico-educativa, nessun metodo in assoluto è da preferire e prevaricherà gli altri; forse que-

sta è la vera, unica, corretta scelta metodologica” (Paolo Sotgiu, Fabrizio Pellegrini, Attività motorie e processo educativo, Società Stampa Sportiva, Roma 1989, pag. 156).

Qui di seguito viene presentata una sintesi schematica dei diversi metodi didattici.

Metodo prescrittivo o del comando

Metodo in cui possono essere particolarmente valorizzate le competenze e le abilità motorie possedute dall'insegnante e da trasmettere agli allievi. Tale metodo generalmente si esplica così:

- dopo un'iniziale spiegazione, l'insegnante, o un allievo particolarmente dotato, dimostra la corretta esecuzione dell'esercizio;
- quindi gli allievi effettuano gli esercizi da eseguire in sincronia o in forma individuale;
- al termine di ogni sequenza generalmente si ha una correzione individuale o collettiva degli errori commessi.

Tale metodo, se gestito in maniera troppo autoritaria (unidirezionale), presenta dei rischi di eccessivo “dogmatismo”, tali da condizionare negativamente le risorse relative alla spontaneità e alla creatività, soprattutto dei bambini più piccoli che presentano livelli ancora grezzi di coordinazione ed esecuzione motoria.

Metodo misto (sintesi-analisi-sintesi)

È costituito dalla successione e dall'integrazione dei due metodi deduttivi: la sintesi e l'analisi.

- Nella prima fase, mediante la sintesi, l'insegnante offre agli allievi una visione d'insieme del gioco e/o dell'esercizio da realizzare.
- Nella seconda fase si ha l'analisi delle diverse parti dell'attività proposta con specifici approfondimenti di singoli elementi, sub-movimenti o collegamenti chiave di attività complesse dal punto di vista tecnico-tattico, ecc.
- Nella terza fase si ricomponde l'esercizio o il gioco nella sua totalità, realizzando in forma sequenziale tutto l'insieme, integrando quelli analizzati nelle diverse parti con i restanti movimenti.

I vantaggi che emergono nella scelta di questo metodo si focalizzano in particolare sul rapido orientamento tecnico da far acquisire, su una più facile e coerente correzione dei diversi errori e sull'apprendimento di sequenze motorie complesse, cercando contemporaneamente di sostenere e valorizzare le spinte motivazionali degli allievi.

Metodo dell'assegnazione dei compiti

È un metodo che si utilizza particolarmente in percorsi e circuiti a stazioni. Può essere svolto individualmente o in piccoli sottogruppi e prevede l'assegnazione di specifici compiti che gli alunni eseguono in forma autonoma. In termini deduttivi, tale metodo evidenzia le seguenti caratteristiche.

- L'insegnante spiega e/o dimostra i singoli compiti da assegnare.
- Gli allievi, singolarmente o all'interno del proprio sottogruppo, eseguono in maniera autonoma il compito, generalmente senza ricevere una correzione diretta.
- L'insegnante, durante l'esecuzione, sovrintende alle attività, avendo soprattutto cura di modulare l'intensità e il relativo carico motorio.

Metodo della risoluzione dei problemi

Con questo metodo si prendono maggiormente in considerazione gli aspetti induttivi che possono stimolare e coinvolgere attivamente gli allievi, soprattutto in riferimento alle funzioni intellettivo-cognitive. In questo ambito di lavoro è generalmente richiesto agli allievi di risolvere specifici problemi in forma personale e creativa. Concretamente tale metodo prevede la presentazione di situazioni motorie non ben definite o incomplete, dando così l'opportunità agli allievi di scoprire, inventare e/o completare la sequenza motoria considerata. In tale metodo è importante che non si creino situazioni di imitazione, soprattutto con l'insegnante preso a modello, in maniera tale da favorire una creatività autonoma. È importante che in tale situazione l'interazione tra insegnante e allievo sia di natura verbale (pur restando consapevoli dei rischi dovuti a un'eccessiva verbalizzazione, con possibili rallentamenti nell'apprendimento).

In particolare, per favorire risposte creative da parte degli allievi, l'insegnante può utilizzare questi quattro modelli di domanda:

- > in che modo possiamo fare per...?
- > chi vuole provare a...?
- > in quale altro modo si può...?
- > chi è capace di...?

Domande chiare, precise e sintetiche favoriscono risposte motorie pertinenti, personali e fantasiose. Per questo è importante che l'insegnante sia particolarmente attento al suo ruolo di agevolatore nel rispetto delle capacità e potenzialità presenti nei propri allievi.

Metodo della scoperta guidata

In tale metodo l'allievo è particolarmente indotto a risolvere individualmente e liberamente determinati problemi e/o questioni. Le risposte motorie

devono comunque svilupparsi in ambiti definiti e ristretti dall'insegnante. È importante che in tale metodo la ricerca di nuove scoperte motorie sia sostenuta e integrata allo sviluppo di un'attività intellettiva in cui occorre memorizzare, comparare, trarre conclusioni e prendere decisioni, in maniera tale che il bambino sia messo nella condizione di scoprire qualcosa di nuovo che risulti importante e significativo prima di tutto per se stesso.

Metodo della libera esplorazione

Questo metodo considera l'allievo come il principale protagonista nella scelta e nello svolgimento delle attività dal punto di vista sia qualitativo che quantitativo. L'insegnante assume un ruolo pressoché passivo, intervenendo quasi esclusivamente nel dirigere l'attenzione dei bambini verso l'attività più interessante e originale sviluppata da uno o più di loro.

In tale situazione, comunque didattica, è importante che l'insegnante non si estranei mai dalle attività, anche per non permettere, in un contesto educativo, l'emersione di forme di "anarchia motoria e comportamentale".

Conclusioni

In questa visione programmatica e gestionale, è opportuno che l'educatore si avvalga della facoltà di scegliere e utilizzare metodi adeguati alle specifiche attività che intende realizzare. In una visione generale e, soprattutto, in funzione di un'ottimale realizzazione didattica, è importante che sappia modulare e armonizzare i diversi metodi, che devono essere necessariamente posti in interazione tra loro, sia in fase di programmazione sia durante lo svolgimento delle attività, cercando contemporaneamente d'interpretare al meglio contesti, situazioni e sviluppi da analizzare e integrare al fine di effettuare una significativa ed efficace azione educativa.



Emiliana Polini

DT Nazionale sez. Ginnastica per Tutti della Federazione Ginnastica d'Italia

L'attività motoria nella scuola primaria

Il **movimento** è uno dei linguaggi attraverso cui l'uomo esprime il suo mondo interiore ed entra in rapporto con gli altri. **MOVIMENTO** è sinonimo di **ESPERIENZA** in quanto "vissuto" e quindi primo nucleo importante della conoscenza.

Rifacendoci al concetto di **LIBERTÀ** indicato nel titolo della Terza Sezione di questa Sessione, è corretto dire che i bambini devono "**muoversi giocando**" e "**giocare muovendosi**" per acquisire un adeguato sviluppo e vivere serenamente la propria corporeità. Giocare sotto qualsiasi tipologia di gioco: giochi liberi, individuali, di gruppo, di squadra, ecc.

MOVIMENTO è altresì sinonimo di **LINGUAGGIO** in quanto il movimento rappresenta il messaggio più autentico, più vicino al mondo del bambino, che si presenta particolarmente sensibile alla comunicazione corporea perché è quella che possiede per prima e perché a livello verbale codifica spesso in maniera approssimativa. È necessario, quindi, utilizzarlo nella scuola accanto ai messaggi verbali, simbolici, visuali, musicali, per consentire all'alunno l'esplorazione e la valorizzazione di tutti i mezzi espressivi e d'interrelazione.

Per **linguaggio** s'intende la capacità di comunicare con gli altri, di inviare messaggi che siano sensati e comprensibili per chi li riceve. Non è detto, quindi, che tali messaggi debbano essere affidati esclusivamente alla lingua parlata e scritta, anche se questa è stata privilegiata con il progredire delle civiltà fino ad acquisire una posizione di monopolio come principale mezzo di comunicazione.

Il linguaggio non verbale, costituito dai gesti, dalla postura, dal tono muscolare è un messaggio altamente veritiero perché non controllabile dalla volontà, a differenza di quello verbale. Il **gesto**, il movimento, può anche



sottolineare, rafforzare il messaggio verbale che contemporaneamente verrà emesso, conferendogli, così, maggiore significatività e creando interdipendenza fra i due, ma questi possono addirittura trovarsi in opposizione: verbalmente si emetterà un messaggio mentre, attraverso una serie di manifestazioni corporee, se ne invierà un altro che lo contraddice completamente.

Ognuno di noi è in possesso, sin dalla nascita, di elementi di comunicazione non verbale per cui è in grado di manifestare agli altri tristezza, gioia, odio, amore, sentimenti che potranno essere espressi con movimenti di tutto il corpo o soltanto di una sua parte. Dunque, l'uomo comunica ed entra nel mondo degli altri attraverso il suo corpo: lo fa quando è molto piccolo e non può esprimere che attraverso il pianto o segni corporei di benessere rispettivamente lo stato di bisogno o la sua soddisfazione; lo fa l'adulto in ogni momento e circostanza anche dopo essersi impadronito dell'espressione verbale in tutta la sua ricchezza. Il suo corpo, la postura e i gesti dicono di lui più di quanto, a volte, egli stesso non vorrebbe; raccontano la sua storia forse anche quando vorrebbe rifiutarla o mascherarla.

È importante sottolineare, a questo punto, come le attività motorie offrono, più di ogni altra disciplina scolastica, motivazioni a raccordi interdisciplinari. Esse infatti promuovono:

- **lo sviluppo di capacità senso-percettive** permettendo di riconoscere, discriminare, integrare, interpretare e ricordare informazioni e stimoli percepiti tramite la sensibilità esteroceettiva, enteroceettiva, propriocettiva;



• **l'acquisizione di concetti relativi a:**

- **spazio e orientamento** (vicino-lontano, sopra-sotto, avanti-dietro, alto-basso, corto-lungo, grande-piccolo, sinistra-destra) con organizzazione dello spazio fisico-geometrico e relazionale;
- **tempo e strutture ritmiche** (prima-dopo, contemporaneamente-insieme, lento-veloce).

Le attività motorie permettono così l'articolazione di **competenze** logico-matematiche, linguistiche, artistiche e affinano le qualità psichiche dei fanciulli generando maggior impegno dell'**intelligenza**, dell'**attenzione**, del **pensiero** e della **volontà**.

Utilizzare giochi di movimento per facilitare l'acquisizione di concetti cognitivi diventa una strategia altamente didattica. Ad esempio, volendo intervenire sui concetti logico-matematici, una linea dei numeri costituita da una serie di cerchi posti uno accanto all'altro permette di consolidare il concetto di addizione e sottrazione, di precedente e successivo, di progressione e regressione. Così come attività di aggiustamento globale nello spazio, in cui si richiede ai bambini di formare dei cerchi o dei trenini a seconda del numero indicato dall'insegnante, facilita l'assimilazione del concetto di divisione e di resto. Non da ultimo le attività di coding e del pensiero computazionale, tanto utilizzate nella scuola negli ultimi anni, si prestano molto a raccordi interdisciplinari con le attività motorie. L'esecuzione di percorsi prestabiliti o la decodificazione di istruzioni per la realizzazione di percorsi con attività unplugged (ad esempio con l'uso di Bee Bot, un piccolo robot a forma di ape) vengono molto facilitati da at-



tività di tipo pratico.

Sul piano linguistico, invece, il mimare versi e parole di filastrocche e poesie ne facilita la memorizzazione, soprattutto per quei bambini che presentano qualche difficoltà di apprendimento.

In ogni caso, i comuni denominatori nella presentazione di ogni attività dovranno essere: la **LUDICITÀ** e la **VARIETÀ**.

Per un bambino la cosa più importante è divertirsi, quindi un'ottima soluzione è tradurre tutto in forma di gioco.

Giocando, i bambini:

- imparano le regole del gruppo;
- si rendono conto della concretezza delle proprie azioni;
- comprendono il male che possono provocare alcuni eccessi;
- acquisiscono la diplomazia necessaria a riallacciare relazioni che si sono raffreddate.

Entriamo così nel concetto di disciplina e autodisciplina.

I giochi motori infatti promuovono:

- lo sviluppo di **corretti comportamenti relazionali** (conoscenza e rispetto delle **regole**) grazie alle attività sportive, di gioco di gruppo e di squadra;
- capacità di **iniziativa**; **capacità di soluzione di problemi**.

Le proposte motorie devono tendere a riagganciare e a recuperare quella dimensione di "vivacità corporea e motoria" con l'intento di valorizzarne la matrice più naturale e genuina.

Carlo Devoti

Accademia Maestri dello Sport

Imparare la vita giocando

Ogni qual volta mi accingo a parlare di gioco e di sport faccio ricorso alle esperienze vissute nel corso della mia vita, a cominciare dall'infanzia trascorsa nella palestra naturale del mio paese di montagna, Bettola, in provincia di Piacenza, per poi passare, una volta trasferitomi in città, a praticare le discipline dell'atletica leggera e della pallavolo e scegliere la mia professione-vocazione di **Maestro dello Sport**.

Prendo, così, in considerazione la mia infanzia, il mio percorso sportivo, la mia passione-vocazione sportiva, i motivi che mi hanno portato a diventare **Maestro dello Sport** e a impegnarmi a riproporre come modello il mio credo sportivo che si basa sulla mia esperienza che poi è la stessa di molti di coloro che oggi hanno i capelli bianchi.

In tutti questi anni, il mio pensiero si è rivolto spesso a quei giovani che ho avuto modo di conoscere – giovani italiani e di tutto il mondo – grazie ai quali ho potuto indagare, conoscere e confrontare talenti, aspirazioni, ecc.



Gran parte del mio tempo, infatti, l'ho dedicato alla promozione sportiva e a una iniziativa che oggi si chiama **FESTIVAL INTERNAZIONALE DEI GIOVANI**, cui partecipano **Suole d'Arte e di Sport** di **40 nazioni** del mondo, e che trae ispirazione dallo spirito olimpico e mira al riconoscimento di quel valore che, come diceva Pindaro, appartiene a tutti coloro che lo sanno apprezzare e riconoscere nel vincitore.

Grazie a tutte queste opportunità, più volte mi sono domandato quali debbano essere le capacità-qualità che i giovani devono coltivare per affrontare e trasformare in meglio il futuro che li attende.

Constato che, mentre da una parte aumentano i rischi, le difficoltà, i pericoli insiti nella vita di tutti i giorni, dall'altra si impoveriscono quelle difese che dovrebbero servire per affrontarli con successo. Questa forbice è più



ampia nel nostro mondo “sviluppato” rispetto a quello che noi consideriamo il “Terzo Mondo” coerentemente all’affermazione di Noam Chomsky: ***La povertà materiale induce la ricchezza culturale.***

Il contributo del gioco e dello sport

Incontrando questi giovani, artisti e sportivi, abbiamo constatato che i migliori giocatori sono quelli che provengono dalle zone più disagiate e povere del mondo dove il gioco è ancora libero e spontaneo.

Fra i tanti commenti mi piace ricordare quello di **Taha**, che vive a Gardaya, la città fortificata nel deserto del Sahara algerino. Rispondendo alla mia richiesta di inviarmi la descrizione dei giochi che praticano nei loro quartieri, mi ha illustrato, invece, la loro pedagogia e metodologia. Conosco Taha e i suoi amici perché per alcuni anni, come scout algerini musulmani, sono stati in Italia, ospiti del nostro Festival Internazionale dei Giovani.



*I giochi più belli della storia:
non c'è l'arbitro, non c'è l'allenatore, il tempo non si ferma mai, non ci sono riserve, non ci sono intrusi nel gioco, si può finire con 15 vittorie contro 6 e, quando qualcuno porta l'acqua, il gioco si ferma e tutti bevono.
Sono queste le gioie dei nostri giochi di quartiere.
Taha*

Le numerose **SCUOLE D'ARTE** e **CASE DELLA CULTURA** del mondo che oggi partecipano alla nostra iniziativa scambiando il meglio della propria cultura, ci hanno convinto che **più che inventarci cose nuove** sarebbe più opportuno allargare e approfondire le nostre visuali sul mondo per poterne trarre buoni insegnamenti utili a migliorare la metodologia, la

pedagogia e l'attività con cui avvicinare e appassionare i giovani all'arte e allo sport.



Personalmente ho potuto godere di queste vantaggiose opportunità che hanno confortato la mia pedagogia, la metodologia e la pratica e tra le quali ho selezionato ciò che mi pare più consono da proporre a scolari, genitori e maestri che coinvolgo ogni qualvolta mi presento loro per valutare l'opportunità di inserire il mio progetto nell'offerta formativa della scuola.

Il progetto si chiama GIOCHIAMO A GIOCARE

Innanzitutto faccio una distinzione fra gioco e sport. Nel suo libro, *Un genitore quasi perfetto*, Bruno Bettelheim scrive: “La capacità di godere della competizione si costruisce sull'esperienza di gioco della prima infanzia”.



Posso considerarmi come molti di voi, penso, già con i capelli bianchi, testimone di questa affermazione. Anch'io ho potuto godere dello sport, ancor oggi praticato, grazie a un'infanzia serena in cui mi sono divertito con molti di quei giochi ben descritti dal pittore fiammingo Bruegel nel famoso quadro "I giochi dei bambini nella piazza".

Il gioco rappresenta lo zoccolo duro su cui costruire poi la passione sportiva che, al di là del risultato sportivo, ci accompagnerà per tutta la vita. Il gioco è una delle componenti essenziali della nostra vita, ma più cresciamo più tendiamo a dimenticarlo. Giocare significa esplorare i propri limiti, acquisire la capacità di spostarsi da un ruolo a un altro, trasformare il mondo intorno a noi, "cambiare cornice".



Alcuni anni fa, importanti pedagogisti e psicologi di tutto il mondo avevano rilevato che, **alla base del forte disagio giovanile, c'era la mancanza del gioco**. Affermavano che oggi i bambini giocano sempre meno, e liberamente, fra loro.

Lamentavano il fatto che la vita a scuola e nel tempo libero fosse sempre più gestita e organizzata da adulti e ricordavano che solo giocando si possono acquisire quelle capacità sociali e motorie che potranno servire da grandi: conoscere se stessi, ascoltare gli altri, essere creativi e volitivi, gestire le emozioni e i conflitti, affrontare i pericoli, ecc.

Il CONI ha avvertito tale disagio e ha contribuito a sensibilizzare giovani, scuole, istituzioni e famiglie con campagne di promozione sportiva come:

- **GIOCHI DELLA GIOVENTÙ**
- **CENTRI DI AVVIAMENTO ALLO SPORT**
- **CENTRI OLIMPIA**
- Progetto **GIOCO-SPORT**, indirizzato alle scuole elementari.

Io e un gruppo di Maestri dello Sport, insegnanti di educazione fisica e direttori didattici che avevano vissuto una infanzia felice all'insegna del gioco per poi praticare lo sport e diventare promotori, decidemmo di dedicarci all'argomento e in poco tempo elaborammo alcuni progetti che, oltre al periodo scolastico, si estesero a quello estivo, allora vuoto di iniziative anche a causa della crisi delle colonie.



L'estate rappresentò da subito il periodo ideale per realizzare la nostra iniziativa che proponeva un programma sportivo e sociale basato sulla pratica del gioco e della polisportività all'aria aperta.

Scegliemmo come luogo d'azione le nostre montagne ricche di torrenti (in cui era possibile andare in canoa), di sentieri da scalare a piedi, in bicicletta o a cavallo, di prati in cui correre e giocare con la palla, di boschi dove ritrovarsi in serata attorno al fuoco per suonare e cantare insieme. Nacque così la **Scuola estiva di sport** che poi, grazie al suo immediato successo e all'ingresso dell'azienda Barilla, si chiamò **Scuola Sport Barilla**.



La Scuola Sport Barilla si è trasformata poi in quello che, da qualche anno, è il **Festival Internazionale dei Giovani**, già riconosciuto dall'UNESCO che ha dato il suo patrocinio.



Parma, 24.05.2019
Prot. n. 148

Gentile Dott. Devoti,

ho il piacere di informarLa che questa Commissione Nazionale ha ritenuto di accogliere la Sua richiesta di concessione del patrocinio per " Festival Internazionale dei Giovani 2019" e ciò in considerazione del valore culturale dell'iniziativa.

Desidero indicarLe che la concessione del patrocinio CNI autorizza l'utilizzo del logo UNESCO, allegato alla presente comunicazione, purché sempre accompagnato dalla dicitura in italiano "Commissione Nazionale Italiana" seguita dal tempetto e soltanto sul materiale di promozione e diffusione dell'evento patrocinato. Nella collocazione grafica sui manifesti e nella comunicazione pubblicitaria in generale, Le segnalo che il logo UNESCO dovrà precedere i simboli delle Amministrazioni Nazionali. Qualora lo si ritenga necessario nella descrittiva di testo può essere indicato che l'evento ha avuto il patrocinio della "Commissione Nazionale Italiana per l'UNESCO".

Alla luce di quanto previsto dalle "linee guida" stabilite dall'UNESCO sui Patrocini, facilmente reperibili sul nostro sito (www.unesco.it), occorre inoltre ricordarLe che il richiedente è tenuto a fornire alla Commissione Nazionale una relazione sugli esiti e sui seguiti della manifestazione patrocinata, nonché sulle forme di visibilità attribuite alla Commissione Nazionale Italiana ed al suo logo.

Mi corre, infine, l'obbligo di farLe presente che ogni decisione di accordare il patrocinio a una manifestazione non determina in alcun modo il suo rinnovo anche per le edizioni successive.

Colgo l'occasione per formularLe i miei personali auguri di riuscita e di successo per l'iniziativa e per porgerLe i miei migliori saluti.

Enrico Vicenti
Enrico Vicenti



Con il patrocinio della
Commissione Nazionale Italiana
per l'UNESCO

Organizzazione
delle Nazioni Unite
per l'Educazione,
a Scienza e la Cultura

Gentile Dott.
Carlo Devoti
Presidente Associazione OK Club Parma
Sts-gestione@libero.it

Piazza Firenze, 27 - 00186 Roma - Tel. 06 6873712 - 713 - 717 e mail: comm.unesco@esteri.it

Vi partecipano **scuole d'arte e di sport di 40 nazioni del mondo** perché si è arricchito dell'arte riproponendo, come già nell'antica Grecia, il binomio indissolubile di arte e sport come opportunità di incontro e scambio di culture e buone pratiche capaci di migliorare il rispetto e la comprensione reciproca in un clima di amicizia e divertimento.

Immagini per riflettere

Grazie ai numerosi amici del mondo, ho raccolto immagini e riflessioni, vecchie e nuove, che mi sono servite per evidenziare l'impoverimento motorio e sociale di cui, da anni, sono vittime i bambini adescati da una modernità che, anziché agire come valore aggiunto, capace di arricchire di

nuovi stimoli e opportunità educative (vedi Internet ecc.), tende a limitarne o a sostituirne i benefici effetti, fra cui quelli derivanti dal gioco, da cui deriva l'obesità fisica (e di mente).

Il mio intervento vuole invitare a riflettere sugli stili di vita, i comportamenti morali, sociali, motori da preservare, incrementare e promuovere, a cominciare dalla prima infanzia, per far sì che il capitale umano ricevuto in dote al momento della nascita possa essere investito per dare nuovi frutti anziché essere impoverito o piegato a una pseudomodernità vestita da progresso.

Desidero riproporre oggi a voi, molti dei quali saranno in futuro insegnanti della materia sportiva, un metodo da me seguito, che ha portato a buoni risultati, al fine di migliorare la comprensione e la consapevolezza sull'argomento. Comincio proiettando immagini sul tema **Gioco e sport** e invito, pur nel brevissimo tempo a disposizione, a:

- localizzare le immagini nelle diverse parte del mondo
- indicare gli anni in cui queste foto sono state scattate
- elencare tutto ciò che viene in mente osservando le immagini (vestiti, colori, ambienti, attrezzi, giocattoli, giochi, ecc.)
- descrivere quei giochi e parlare delle capacità fisiche, sociali, morali richieste per praticarli: pensate di averle oppure no?
- comporre un elenco alfabetico di capacità, emozioni, valori suscitati dalla visione delle foto e poi, a lato di ciascuna caratteristica, indicare con quali altri settori della vita interagiscono (ambiente, salute, alimentazione, valori ecc.)

Da qui può nascere una discussione utile per renderci più consapevoli della perdita del gioco e a motivarci per riproporlo, coscienti che molte di queste opportunità sono venute meno e che molto ha bisogno di essere programmato e insegnato: e la scuola rappresenta uno dei luoghi ideali per affrontare e svolgere tali compiti.



Motivi a supporto del progetto “Giochiamo a giocare”

Più di una volta mi è stato chiesto di illustrare gli effetti positivi indotti dalla partecipazione al progetto “**Giochiamo a giocare**”. Traggo la prima risposta da una riflessione fatta dal linguista Tullio De Mauro nel 1976, a seguito di una ricerca sull'uso delle parole, mirata a scoprire quante parole conoscesse uno studente ginnasiale. Risultato: circa 1.600. Ripetuto il sondaggio venti anni dopo, nel 1996, i ginnasiali conoscevano dalle 600 alle 700 parole. Oggi, diceva De Mauro, penso che se la cavino con 300 parole, se non di meno. È un problema? Sì, è un grosso problema, perché, come ha evidenziato Heidegger, ci è possibile pensare limitatamente alle parole di cui disponiamo, perché non riusciamo ad avere pensieri a cui non corrisponda una parola.

Le parole non sono strumenti per esprimere il pensiero! Al contrario: sono condizioni per poter pensare. Lo stesso concetto, ben espresso da Heidegger, vale anche nell'educazione alla motricità. Se disponi di una buona base motoria, infatti, ti puoi esprimere con motricità, tecniche e tattiche evolute. Questa è la ragione per cui non condivido, e ritengo molto deleteri, sia la mancanza di gioco, sia l'approccio specialistico oggi adottato nell'ambito dell'avviamento alla pratica sportiva: un grande danno arrecato ai giovani e allo sport.

Le mie riflessioni

- Il metodo proposto è quello che si riferisce al facilitare più che al condizionare. Il maestro propone il gioco, detta le regole essenziali e poi lascia ai giovani la possibilità di realizzarlo assecondando le scelte e le inclinazioni naturali e intervenendo soltanto per correggere gli eccessi.
- Tutto questo aiuta i giovani a diventare più autonomi e più esperti non solo della loro infanzia – e quindi della vita – ma soprattutto a essere più consapevoli dei loro limiti e delle loro potenzialità.
- Il progetto raccoglie giochi ed esercizi selezionati nel tempo tra quelli più emozionanti, coinvolgenti e rispondenti ai bisogni dei giovani, e dunque capaci di coinvolgerli appassionatamente promuovendo le loro qualità migliori.



- I giochi proposti sono adatti a far emergere quelle situazioni presenti nella vita di tutti i giorni che offrono al maestro la possibilità di intervenire per dare consigli e insegnamenti utili e necessari a correggere i comportamenti meno adatti; il tutto in un clima di GIOCO e divertimento.
- Il gioco viene prima della disciplina sportiva.
- Le attività, infatti, vengono proposte nella sequenza più adatta alla necessità di crescita del giovane e alle sue fasi sensibili, privilegiando dapprima le attività più gioiose, autonome, creative, manuali, per passare gradualmente a quelle di gruppo, capaci di aiutare i ragazzi a conoscersi, a costruirsi, a saper affrontare e trasformare le diverse situazioni presenti nel gioco stesso, avendo come finalità una crescita equilibrata.
- Il fine non è solo quello di acquisire una motricità diffusa, polivalente e basilare per meglio orientarsi verso le discipline più adatte al proprio talento, ma anche quello di poter accedere, meglio attrezzati, a successive specializzazioni, stimolando comportamenti valoriali improntati all'autonomia, al senso del limite, alla responsabilità, al rispetto, alla collaborazione, all'onestà.
- La scelta degli insegnanti della scuola primaria come conduttori del progetto.
- Non è richiesta agli insegnanti una specifica conoscenza tecnica delle attività proposte, ma una fine pedagogia, correlata a metodologia e capacità organizzative, in coerenza con la loro formazione professionale.
- Il contesto ambientale, che non richiede spazi e attrezzature particolari.
- Si tratta di attività che possono essere svolte indifferentemente all'aperto o in ambienti chiusi, in spazi anche ridotti, e con attrezzature e attrezzi semplificati, fra cui fondamentale risulta la palla.
- La correlazione con le discipline sportive ufficiali consente un elevato livello di trasferibilità fra le qualità motorie, volitive e sociali acquisite nel corso del progetto e in grado di essere utilizzate proficuamente nell'apprendimento delle diverse discipline sportive.
- La metodologia e la pedagogia più praticate nell'ambito dell'avviamento allo sport in Italia rispondono prevalentemente ai bisogni di reclutamento delle federazioni sportive e, molto meno, ai bisogni dei giovani praticanti.
- Noi siamo convinti che si potrebbero ottenere risultati migliori per entrambe le parti se si ripensasse, con menti più fresche e disincantate, a una nuova **offerta formativa sportiva**, sul modello della proposta “**Giochiamo a giocare**”, come avviamento alla pratica sportiva.
- Se così accadesse, i talenti sportivi avrebbero comunque l'opportunità di esprimersi ai livelli di loro competenza e, quelli meno dotati (che sono la stragrande maggioranza) potrebbero trarre dallo sport ciò che di meglio è in grado di offrire come compagno di viaggio per tutta la vita; e inoltre, ricavare insegnamenti utili a operare in ruoli organizzativi (dirigenti, arbitri...) che competono all'organizzazione sportiva.

- Il progetto, già da diversi anni, ha aperto le sue porte agli altri settori delle attività espressive e artistiche, che offrono un alto livello di trasferibilità, favorendo quei processi motivazionali, di apprendimento, di consapevolezza, capaci di tener legati a sé tutti i giovani che vi aderiscono.

I principi ispiratori del Progetto “Giochiamo a giocare”

1. Far svolgere un lavoro di alta intensità e felice competizione, senza separare il piacere dalla fatica. 2. Aumentare le possibilità di successo e diminuire le probabilità di insuccesso. 3. Non imporre vocazioni sportive, ma fornire un vasto serbatoio di esperienze motorie. 4. Incontrare istruttori e allievi che lavorino con entusiasmo. 5. Allenare le fondamentali competenze motorie, evitando le specializzazioni anguste. 6. Giocare e allenarsi senza pregiudizi per la salute fisica. 7. Offrire guide sportive pacate e sapienti e non grilli parlanti. 8. Costruire qualcosa di duraturo, sia pure nel breve arco del progetto: amicizia, socievolezza, movimento, abilità, pazienza. 9. Scoprire, evidenziare e allenare in ogni allievo le proprie e migliori attitudini affinché tutti possano godere dei loro “momenti di gloria” e accrescere la motivazione a partecipare. 10. Evitare il “suocerismo”, cioè le interminabili prediche pedanti sugli errori degli altri. Va difeso il diritto allo sbaglio. 11. Considerare sempre corpo e mente uniti, come il fusto e la radice, come le due facce di una stessa medaglia. 12. Nei momenti della gara, sapersi concentrare al massimo, senza perdere nulla della propria naturale allegria. 13. Nel corso delle attività si vive e si lascia vivere. 14. E si può trovare la propria casa lontano da casa. 15. Con la tv passi il tempo senza viverlo, con il gioco e lo sport impari soprattutto il fascino della relazione con gli altri. 16. È meglio lottare con un pallone e con degli amici che con un telecomando. 17. Diamo priorità ai generi sportivi di prima necessità: correre - saltare - destreggiarsi - indietreggiare - sapersi muovere e saper costruire da tutte le posizioni - agire pensosamente - alimentarsi correttamente. 18. Siamo convinti che non serva una motricità senza intelligenza e una intelligenza senza motricità. 19. Lavoriamo per un'unità profonda di spontaneità e consapevolezza. 20. Siamo certi che nel **gioco** e nello **sport** nascano e si sviluppino tutti i fondamentali valori della vita individuale e sociale.

(Alfredo Rasori)

Prima il gioco

Nel progetto “Giochiamo a giocare” il gioco viene proposto come **gioco “giocato”** e non **condizionato** da perfezionismi e specializzazioni, bensì aperto, autonomo, creativo, pirotecnico, capace di suscitare forti emozioni, sentimenti a 360°, una motricità diffusa che aiuti a scoprire il proprio talento e a orientare il giovane verso la disciplina a lui più congeniale e, non ultimo, ad accompagnarsi allo sport per tutta la vita.

A tale proposito ho aggiunto la compilazione di una scheda di valutazione, a suo tempo adottata nell'ambito dei centri di avviamento allo sport, che, grazie a una griglia, riesce a mettere a confronto fra loro giovani di tutta Italia catalogati per età e sesso. Pur necessitando di essere aggiornata, la ritengo di grande attualità per aiutare i giovani a valutarsi, a scoprire i propri anelli deboli, a orientarsi verso le discipline sportive a loro più congeniali.

Sono stati gli stessi scolari-giocatori a scegliere gli esercizi più adatti, selezionandoli fra quelli di movimento, di destrezza, di scatto, sia in forma individuale sia in squadra. Molto semplicemente, io mi sono limitato a osservare e constatare il loro desiderio di praticarli, la gioia che sprizzava dagli occhi quando li proponevo. Non secondario il fatto che questi giochi siano governati da regole semplificate, da tecniche e tattiche molto elastiche e da attrezzature e attrezzi “poveri” fra i quali non poteva mancare la palla.

Tutto ciò li rende più adeguati alla competenza dei maestri che sono chiamati a svolgere più il ruolo di organizzatori-pedagogisti che non quello di tecnici-allenatori. E questo si verifica ogni qualvolta emergono situazioni di conflitto fra i giocatori o circostanze che necessitino dell'intervento di un maestro che aiuti gli alunni a trovare la soluzione giusta per trasformarle in un'opportunità di crescita.

È da queste opportunità che i maestri possono trarre il convincimento che la pratica del gioco rientri fra le loro competenze e i loro doveri, coerentemente al pensiero di Platone:

Si può scoprire di più su una persona in un'ora di gioco che in un anno di conversazione.

E della Montessori:

Non educare i bambini nelle varie discipline ricorrendo alla forza, ma come per gioco, affinché tu possa anche meglio osservare quale sia la naturale disposizione di ciascuno. Educa i ragazzi col gioco, così riuscirai a meglio scoprire la loro inclinazione naturale. Per insegnare bisogna emozionare. Molti però pensano ancora che se ti diverti non impari.

Gli aforismi che ho pubblicato rivelano come il gioco sia un grande strumento a disposizione dei maestri e del loro compito educativo. Grazie alla mia esperienza sul campo, posso testimoniare che se ogni insegnante si impegnasse a realizzare un programma di educazione sportiva come quello illustrato nel progetto “Giochiamo a giocare” contribuirebbe non poco a educare i propri allievi a essere esperti della propria infanzia, e successivamente, della propria vita.

Non ho dato ai giochi un ordine gerarchico anche perché le classi sono molto eterogenee e dunque ho sempre cercato di proporli scegliendoli e adattandoli alle capacità degli allievi reali, non di quelli teorici. Capitava così che alcune volte chiedessi ai più bravi di svolgere il ruolo di sparring-partner e a volte ai meno bravi di impegnarsi al massimo in un compito più arduo. Il segreto, comunque,

è sempre stato quello di rendere le proposte accessibili e in grado di divertire e motivare tutti a partecipare attivamente.

Troppo spesso mi è capitato di vedere esclusi dal gioco e dallo sport proprio quei giovani che ne avrebbero avuto più bisogno, per quella mentalità sbagliata, selettiva, che ritiene lo sport competenza esclusiva di coloro che dispongono di un adeguato talento o di mezzi economici per poterlo praticare. Se è vero come è vero che la forza di una catena è data da quella del suo anello più debole, è chiaro che la persona e la società si debbano impegnare a rinforzare proprio gli anelli più deboli per promuovere e facilitare un progresso individuale e collettivo. Rivolgo spesso ai miei allievi-giocatori un quesito per scegliere la strategia più adatta che possa portare alla vittoria nel momento in cui nella squadra gioca un giocatore di scarso talento. Le risposte sono sempre le stesse, e sono due: chi consiglia di eliminare o sostituire il giocatore più debole e chi invece propone di aiutarlo, coprirlo in parte per limitarne lo spazio di competenza, semplificandogli il compito. Quest'ultima soluzione è una grande scelta di vita che si riproporrà ogni volta in cui dovremo affrontare un quesito della stessa portata: escludere o includere.

È chiaro che il gioco, correttamente praticato, aiuta a comprendere che l'inclusione richiede un maggior sforzo da entrambe le parti, con il risultato di rendere la squadra e la società più solidale e più degna di essere vissuta. Ecco perché c'è bisogno di giocare molto, soprattutto – ma non solo – da bambini, ed ecco perché il gioco deve essere di tutti, in modo particolare di chi ne ha più bisogno.

Quali ostacoli superare per riportare il gioco all'attenzione che merita?

Sono solito porre questa domanda sia agli allievi e agli alunni, sia ai genitori e ai maestri ogni qualvolta propongo il progetto “Giochiamo a giocare” come parte dell'offerta formativa.

Diverse sono le ragioni che hanno concorso al crearsi di tale situazione che, se bene affrontata, potrebbe da subito dare buone risposte nell'interesse di tutti a esclusione dei suoi più importanti nemici: il consumismo e il business.

- La concorrenza con altri giochi sedentari, elettronici con cui ci si diverte ugualmente senza fare fatica. - La carenza di spazi sicuri, adatti a giocare senza correre rischi. - L'attenzione delle famiglie che si sentono più sicure nell'affidare i figli ad adulti che ritengono esperti anche perché preoccupate per i tanti pericoli oggi presenti ovunque. - La mancanza di offerte educative mirate a far giocare, e questo a partire dalla scuola.
- La specializzazione precoce, praticata grazie alla miopia e all'interesse di molte società e federazioni sportive. - La perdita progressiva del significato e del compito originale: imparare a conoscersi e conoscere, autovalutarsi, confrontarsi divertendosi, instaurare relazioni sociali, imparare a vivere e a perdere, controllare le emozioni.

- Il ritenere che lo sport rappresenti una opportunità di successo e di guadagno facile spinge molti genitori ad affidare i loro figli a società e persone il cui unico fine è la ricerca di talenti e non certo quello di avvalersi dello sport come opportunità educativa. - Il business economico che agisce dentro lo sport e tratta i giovani come opportunità di guadagno invitandoli ad acquisti compulsivi - Il mancato rispetto delle fasi sensibili da cui deriva l'abbandono.
- Così vicini, così lontani: gli anziani ora svolgono il compito di guardiani e accompagnatori e hanno cessato di essere **trasmettitori dei saperi**. - Non considerare gioco, ambiente, salute, alimentazione compagni di viaggio per una buona qualità di vita.
- La scuola primaria in genere ritiene il gioco una materia tecnica nella quale i maestri non si sentono preparati. Nel gioco non servono tecnici sportivi ma pedagogisti capaci di facilitare il gioco con l'intento di cogliere quelle relazioni sociali su cui intervenire con lo scopo di correggere cattivi comportamenti e aiutare ad acquisire una buona educazione. Con i bambini ci vogliono... i migliori maestri.
- Il vuoto lasciato dalle parrocchie, prima luogo di frequentazione dei bambini e dei giovani insieme alle strade e alle piazze. - Dimenticare molto spesso che **il gioco e l'arte** permettono di imparare dall'errore in condizioni di sicurezza.
- Tollerare gli interessi – non sempre nobili – presenti oggi nel mondo dello sport che mirano a proporre e divulgare l'idea che fine dello sport siano la prestazione, il successo, mettendo in secondo ordine il suo compito educativo e il divertimento.
- La mancanza di politiche volte a riproporre spazi sicuri e attrezzati all'aria aperta dove, sotto gli occhi degli adulti, i giovani possano incontrarsi e giocare liberamente.

Gli uomini grigi

Oggi, troppo spesso, il **gioco** e lo **sport** sono in mano a inquilini e amministratori che non conoscono la loro storia, i loro compiti e li vivono, li propongono e li amministrano come businessmen senza indagare sulle loro fondamenta. È questa la ragione per cui, con molta frequenza, assistiamo al crollo di questi palazzi e ce ne accorgiamo solo quando ne vediamo le macerie.

Il gioco e lo sport: compagni per tutta la vita

Essere sportivi non vuol dire solo praticare le diverse discipline sportive ma – soprattutto – saper gestire il proprio corpo e la propria mente in ogni situazione della vita con quell'equilibrio che è sinonimo di uomo in forma.

Tali condizioni, se vogliamo che gioco e sport ci accompagnino per tutta la vita, presuppongono un curriculum che inizia dalla prima infanzia praticando quelle forme di gioco e di attività libera, creativa, pirotecnica, polivalente, su cui poi

innestare la disciplina sportiva e la successiva specializzazione, sino a praticarlo in età avanzata sia come divertimento, sia come attività salutistica.

Come scriveva Don Milani:

Educazione sportiva non è soltanto saper giocare a pallacanestro ma anche essere capaci di arrampicarsi su di una quercia.

E non è questo ciò di cui hanno oggi bisogno i nostri giovani? A che serve saper tirare a canestro se poi cadi inciampando in un sasso che incontri per strada?

Ricordo quei pattinatori che, in occasione di una manifestazione internazionale, cadevano scendendo dallo scivolo che porta sulla pista costruita con una pendenza non conforme alla inclinazione standard. L'affermazione in una disciplina sportiva deve venire dopo aver giocato ai "cento giochi della piazza" per poter usare il corpo e la mente come un alfabeto motorio per trarne ciò che è utile allo scopo.

Ecco perché la disciplina sportiva che non poggia sul gioco risulta arida, lacunosa, specializzata e incapace di soluzioni alternative: lo sport ha bisogno del gioco come la cultura della lettura. Soprattutto nei giochi sportivi ciò risulta fondamentale quando ci si trova in situazioni come quelle descritte dal regista Stanley Kubrick:

In una gara sportiva si può iniziare con un certo piano di gioco, ma poi, a seconda del rimbalzo del pallone e di dove sono gli avversari, sorgono opportunità e problemi che si possono affrontare soltanto nel momento in cui si verificano.

Circa i limiti della specializzazione precoce ho avuto un esempio collaborando, in qualità di esperto della materia, al corso di formazione in massofisioterapia all'Università di Parma.

La coordinatrice del corso mi aveva invitato per trattare l'argomento dei traumi da sport, una materia molto importante a cui i giovani studenti avrebbero dovuto fare riferimento.

Anche in quel caso avevo portato numerose testimonianze sulle ragioni dei frequenti traumi sportivi a cui contribuiva anche la specializzazione precoce; traumi che si concentravano in quegli anelli deboli della catena cinetica che non rientravano nella ripetitività dei fondamentali sportivi e anche in quelle usure localizzate sulle linee preferenziali del movimento, che trascuravano quelle secondarie dove si accumulano i prodotti della fatica.

L'eccessiva automazione presente oggi nelle tecniche e nelle tattiche sportive, oltre che in quelle della preparazione fisica, riduce il progresso e la creatività dello sport che non va più alla ricerca di soluzioni creative o alternative ma si limita a potenziarne la cilindrata e a migliorarne i suoi aspetti estetici. Anche questo è un motivo di abbandono.

Ritorniamo ai giovani, aiutandoli a sperimentare il piacere del gioco e offrendo loro le condizioni per giocare per tutta la vita.



Parma, la città dove ho operato in questi anni come Maestro dello Sport, è stata nominata **CAPITALE DELLA CULTURA ITALIANA 2020**. Il nostro **FESTIVAL INTERNAZIONALE DEI GIOVANI** fa parte del suo programma con il progetto **VIVAS** (VIVERE I VALORI CON L'ARTE E LO SPORT). Sarà una buona occasione per **riaffermare il valore del gioco** e rispondere all'appello di quei giovani che, da ogni parte del mondo, ci supplicano: **LA-SCIATECI GIOCARE!**







Notizie da Olimpia

(International Olympic Academy)

59ª Sessione Olimpica dell'IOA 2019

Relazione finale dei giovani partecipanti AONI: Martina Bernieri, Giosuè Cuciniello, Giulia Triulzi

La 59ª Sessione dell'Accademia Olimpica Internazionale (IOA) per Giovani, svoltasi dal 1° al 15 giugno 2019, ha costituito per noi ragazzi una grande opportunità per entrare in contatto con culture diverse dalla nostra e per condividere momenti indimenticabili con persone provenienti da tutto il mondo.

Nel corso di queste due settimane abbiamo partecipato a varie attività organizzate appositamente dall'IOA. Innanzitutto, i primi due giorni abbia-



mo potuto visitare i luoghi dell'antica Grecia come l'Acropoli di Atene, il Tempio di Delfi, lo Stadio di Olimpia e i relativi musei. Un'emozione unica è stata ripercorrere i luoghi in cui le Olimpiadi antiche hanno avuto origine.

Inoltre abbiamo avuto l'onore di assistere alla cerimonia di apertura della 59ª Sessione, tenutasi presso la collina di Pnyx alla presenza di Thomas Bach, Presidente del CIO, e con l'accompagnamento musicale del Coro dei Bambini dell'Opera Nazionale Greca.

Lunedì 3 giugno, dopo la visita al sito archeologico di Delfi, siamo giunti all'Accademia Olimpica presso l'antica Olimpia, dove è cominciata effettivamente la nostra avventura. Il tema principale di questa Sessione è stato "Olympic Diplomacy and Peace", in riferimento al quale si sono espresse diverse personalità, quali:

- *Mr. Yves Le Lostecque (FRA)*, che ha introdotto la questione della diplomazia dello sport nell'Unione Europea;
- *Dr. Gelly Aroni (GRE)*, che ha analizzato brillantemente il problema relativo ai rifugiati, indicando le possibili strategie di risoluzione e inclusione attraverso l'attività fisica e sportiva;
- *Prof. Dr Konstantinos Georgiadis (GRE)*, che si è concentrato sul tema dell'educazione alla pace nel Movimento Olimpico;
- *Prof. Ian Brittain (GBR)*, il quale si è focalizzato sul ruolo dei Giochi Paralimpici nella promozione dei diritti umani.

Interventi molto interessanti e coinvolgenti sono stati quelli tenuti dagli atleti olimpici, che hanno condiviso le loro esperienze di vita con noi, trasmettendoci appieno il valore dello sport: a prescindere dalla conquista della medaglia, il risultato più importante è il percorso di crescita personale. Il programma della Sessione non ha previsto solamente convegni con relativi dibattiti, ma anche discussioni in gruppi ristretti di circa 15 parteci-





panti ciascuno, con l'obiettivo di elaborare documenti, che saranno visionati dal Comitato Olimpico Internazionale, attraverso i quali dare eventuali suggerimenti per enfatizzare il ruolo positivo dello sport nei confronti della diplomazia internazionale.

Questi momenti dedicati alla discussione ci hanno consentito di confrontarci con gli altri partecipanti, ascoltando e rispettando i pensieri altrui, e di venire a conoscenza di realtà differenti.

Il periodo trascorso presso l'Accademia Olimpica è stato un arricchimento sotto tutti i punti di vista, in quanto abbiamo trascorso momenti culturali e ludico-ricreativi con ragazzi di diverse nazionalità. Infatti sono stati organizzati diversi workshop (Fine Arts, Dance, Poetry, Music and Singing) e contest sportivi (tornei di pallacanestro, pallavolo, calcio, atletica, nuoto, tennis e tennis tavolo), che hanno dato modo a tutti di esprimersi e socializzare utilizzando un linguaggio comune.

Altri momenti di condivisione sono stati rappresentati dalle attività serali, tra cui proiezioni di film relativi alle Olimpiadi, giochi, esibizioni e soprat-



tutto Serate interculturali; attraverso queste ultime sono state approfondite ulteriormente le tradizioni e usanze tipiche degli altri Paesi.

Infine, un'altra esperienza unica che abbiamo avuto modo di vivere è stata assistere all'alba in cima alla collina di Kronion, a una speciale lezione di Acroyoga condotta da una delle partecipanti.

Siamo molto grati all'Accademia Olimpica Nazionale Italiana e all'Accademia Olimpica Internazionale per averci dato la possibilità di arricchire il nostro bagaglio culturale e personale entrando in contatto con tantissime culture diverse e di condividere i valori dell'olimpismo: Rispetto, Amicizia ed Eccellenza.

Martina Bernieri

(Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale)

Giosuè Cuciniello

(Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale)

Giulia Triulzi

(Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

I partecipanti alla XXX Sessione AONI 2019

Pozzuoli

Sedi Universitarie

BARI	Stefania Cataldi (docente), Costanza Dambrosio, Francesco Fischetti (docente), Marco Lucanie, Antonio Matera, Gaetano Salierno, Francesco Zecca
BOLOGNA	Riccardo Calamosca, Luca Casini, Paolo Di Marco (docente), Federico Ferrucci, Domenico Gilardi, Mario A. Merighetti, Riccardo Motta, Alessandro Plazzi
CAMPOBASSO	Veronica Iacovella, Oscar Ozzella, Simone Pietroantonio
CASSINO	Alessio Bartolomeo, Teresa Capece, Cristina Cortis (docente), Marianna De Maio, Andrea Fusco, Fabio Manna, Giusy Monaco
CHIETI	Valeria Chiacchia, Leonardo Ciurlia, Francesco Rinaldi
FIRENZE	Silvia Conti, Farnaz Farahi (docente)
GENOVA	Alessandro Bozza, Cristian Trentacapilli
L'AQUILA	Sandra Caracciolo, Marianna Caracciolo
NAPOLI	Antonio Di Costanzo (docente)
PALERMO	Marianna Bellafore (docente), Flavia Figlioli, Biagio Giarrusso, Mosè Lioni, Andrea Minnuto, Patrizia Proia (docente), Domiziana Seminara
ROMA	Pietro Abbagnale, Giuseppe Annino, Sofia Bartucci, Rocco Basilio, Catia Battaglioni, Donatella Calvi (docente), Antonello Cipriano (docente), Gianluca Coletti, Antonio

Credendino, Carlo Cuccioletta (docente), Maria Anna Deidda, Maria Teresa Di Lauro, Laura Evangelisti (docente), Alessandro Ferrari, Beatrice Fiorelli, Laura Frangipane, Luca Galasso, Valentina Giammatteo, Davide Grassi, Lorenzo Iommi, Emanuela Lo Savio (docente), Giuseppe Macarone, Paolo Magrini (docente), Francesco Mancuso, Giorgia Monacelli, Claudia Monaldi, Riccardo Monti, Nicholas Nasso, Marco Niccolini, Mauro Pellegrini (docente), Michela Perrone (docente), Vito Putignano, Greta Reccia, Gianluca Serangeli (docente), Mauro Tummolo (docente), Gaetano Valentino, Andrea Vella, Matteo Venditti, Luisella Zanchettin (docente), Irene Zarra

URBINO

Giuseppe De Masi, Roberta Gennarini, Sara Pierbattista, Gloria Scheggia, Annarita Calavalle (docente), Gioele Bonato, Nicolas Chiesi

VERONA

Roberto Milan



Summary

30th Olympic Session

PROSPECTS FOR MOTOR, PHYSICAL AND SPORTS EDUCATION INSIDE AND OUTSIDE OF SCHOOL

Friday 7th June

Mauro Checcoli , <i>President of AONI</i>	4
Opening of the works	

Reports

Vanni M. Loriga , <i>Journalist and writer</i> We plan our future studying what Europe is doing	6
---	---

Fabio Lucidi , <i>University of Rome "Sapienza"</i> Physical education in school comprising right of citizenship and promotion of health	10
--	----

Awarding of the AONI prizes 2019	18
---	----

Saturday 8th June – morning

Antonino Mancuso , <i>Coordinator MIUR Latium</i> The educational and social function of sport	24
--	----

Rodolfo Bottiglieri , <i>Coordinator MIUR Campania</i> Master's degree in Motor Sciences: study path and career opportunities	32
---	----

Marcello Marchioni , <i>Coordinator Regional Sport Schools</i> Short historic excursus regarding the laws and events which have regulated the physical activity in Italian schools	36
---	----

Antonio Lombardo , <i>University "Tor Vergata" Rome</i> Sport and physical education in Italian schools from a historic perspective	40
---	----

Augusto Frasca , <i>Journalist and writer</i> Presentation of the book "Giulio Onesti. Sport, politics and culture in the history of a great Italian"	46
---	----

Saturday 8th June – afternoon

Fabrizio Pellegrini , <i>Teacher of the Sports School</i> Physical education is not an island: as long as	54
---	----

Nicola Candeloro , <i>Masters of Sport Academy – University of Chieti</i> Physical and sports education outside of school	62
---	----

Giuseppe Antonini , <i>Masters of Sport Academy</i> Sport in international institutes of education	84
--	----

Daniela Genovese , <i>Nutritionist biologist</i> Nutrition and sport during the age of development	92
--	----

Sunday 9th June

Romano Mezzetti , <i>Teacher for "kids" of the Gymnastic Federation of Italy – Section Health and Fitness and Section School</i> Physical education including discipline, self-discipline and freedom	108
---	-----

Emiliana Polini , <i>National Technical Director of Gymnastics for All of the Italian Gymnastic Federation</i> Physical education in primary school	112
---	-----

Carlo Devoti , <i>Masters of Sport Academy</i> How you can learn life by playing	116
--	-----

Photogallery	132
---------------------------	-----

News from Olympia (International Olympic Academy) 59th Olympic Session IOA 2019	136
---	-----

Final report of the young participants AONI: Martina Bernieri, Giosuè Cuciniello, Giulia Triulzi	
---	--

The participants of the 30th AONI Session 2019 – Pozzuoli	140
--	-----

Summary	142
----------------------	-----

Finito di stampare
dicembre 2021



ISTITUTO PER
IL CREDITO
SPORTIVO



FONDAZIONE TERZO PILASTRO
INTERNAZIONALE

FCA FONDAZIONE
CULTURA *e* ARTE



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT



FONDAZIONE GIULIO ONESTI
ACCADEMIA OLIMPICA NAZIONALE ITALIANA



ACCADEMIA MAESTRI DELLO SPORT
"GIULIO ONESTI"



Comune di Pozzuoli