



# LAZIO UNVS IN-FORMA

## TUTTO PARTE DALLO SPORT

a cura della CONSULTA REGIONALE LAZIO

### IL LAZIO IN-FORMA

Vogliamo mettere in risalto la figura del nuovo presidente Francesca Bardelli, una donna a guida d'una benemerita e di tutta la squadra, compreso il vice-presidente del centro Fabrizio Pellegrini, compagine ch'è andata formandosi dalle elezioni u. s. Un sincero augurio alla nuova squadra dell'UNVS!

E la speranza che in quest'anno si riesca ad esprimere il valore UNVS.

### DALLA DELEGAZIONE REGIONALE

Questo primo numero dell'anno 2021 è un semplice augurio, un buon auspicio riferito alla possibilità di stare bene e poter attuare i nostri progetti mantenendo i nostri affetti. L'anno appena passato ha portato via sogni e persone care, ha indotto in tutti la paura dell'altro e bruciato ogni forma di rispetto, ha riportato indietro il mondo di trent'anni, cancellando trent'anni di passi verso l'integrazione e la fratellanza.

Quindi possiamo sperare per noi stessi e per gli altri augurando che i sogni divengano obiettivi da raggiungere con la buona volontà in una società integrata e solidale. Che il ricordo dei nostri amati rimanga forte in noi come una gioia sempre presente ed attuale. Che la paura venga trascesa trasformandosi in forza interiore e determinazione da usare per realizzare progetti che determinino l'evoluzione della coscienza.

Perché è solo attraverso la consapevolezza personale possiamo divenire persone migliori, persone che nelle difficoltà trovano risorse utili a superare il problema contingente esprimendo le più alte doti. E come si può stimolare in sé lo sviluppo della coscienza? Fermare il pensiero giudicante chiedendosi se questo sarebbe utile e soprattutto giusto e per comprenderlo basta rovesciare la situazione e mettersi nei panni degli altri. Un vecchio insegnamento ricorda che conviene fare agli altri quello che piacerebbe fosse fatto a noi stessi. E questo riporta al valore sportivo, a coloro che praticano esclusivamente per passione e dedizione verso la qualità della vita

### SOMMARIO

ARTICOLO	PAGINA
PaLLs e la marcia alpina	2
Donazione della Caccavale	4
Stella d'oro al merito sportivo	5
PaLLS incontra il judo sportivo in Italia	7
Sport e welfare	8
Etica morale nello sport ... il doping	12
Competenze sociali ed empatia	15
Per non dimenticare il passato	20
Attività fisica	21
Attività motoria come investimento strategico	24
Storia d'un campionato di karate	30
Disagio infantile da coronavirus	37
La questione della professionalità educativa	40
PaLLS incontra le istituzioni italo-cinesi	48
Competenze di insegnanti ed educatori sportivi	52
Il coronavirus e la comunicazione a distanza	56
PaLLS ed il Pak hok pai	59
L'integrazione attraverso lo sport	61
Contributo dalla Romagna	64
Papa e sport	67
Comunicazione educativa	68
Povertà educativa	78
PaLLS e Special olympics	83
Riportiamo a scuola il corpo e le emozioni	84
Trasformazione della società attuale	86
Maestro Roberto Daniel Villalba	91
Benessere sport	94
60 <sup>a</sup> assemblea nazionale	97
News letter	99

## **PaLLS E LA MARCIA ALPINA**



2

La marcia di regolarità, o marcia alpina di regolarità, trae le sue origini dalle esercitazioni di marcia, con rispetto dei tempi prestabiliti per il percorso in zona montano-alpina, alle quali erano dediti gli allievi ufficiali e sottufficiali nella Scuola Militare del Corpo Alpini, già negli anni venti del secolo scorso.

La regolamentazione come pratica sportiva, fu adottata dall'Opera Nazionale Dopolavoro-Federazione Italiana Escursionismo (OND-FIE), sospesa con lo scioglimento obbligato della Federazione negli anni '30 e ripresa dopo la ricostituzione della FIE nel 1946: viene praticata dai primi anni '50 nei comitati regionali a quel tempo federati: Liguria, Piemonte, Lombardia e Veneto.

Inizialmente è prettamente maschile per pattuglie di tre elementi, con caratteristiche di gran fondo (oltre i 20 km, per più di 4 ore di marcia ininterrotta e dislivelli complessivi di salita tra 1200-1800 metri), nella prima metà anni 1960 è stata integrata con la categoria per pattuglie femminili e contemporanea riduzione dei percorsi entro 18 e 20 km. Dopo la metà anni '60 si organizzano le prime prove a partecipazione individuale, con percorsi entro i 15 km, per oltre 3 ore di marcia e dislivelli compresi tra 800 e 1200 metri.

Attualmente la marcia alpina è uno sport che evidenzia lo stretto legame tra escursionismo e marcia alpina, richiedendo mente allenata e buone gambe e privilegiando il gesto tecnico rispetto alla prestazione fisica.

Si pratica su sentieri di montagna, strade sterrate e mulattiere, limitando il percorso pavimentato a brevi tratti nelle zone urbanizzate.

Attualmente le gare di marcia alpina di regolarità vengono organizzate dalle associazioni sportive locali, che provvedono a selezionare il percorso, misurarlo, pulirlo e segnalarlo. Partenza ed arrivo solitamente coincidono ed il circuito è suddiviso in 3-6 settori in salita, discesa, pianeggianti o misti. Ogni settore viene percorso a velocità variabile tra 2,5-7 km/h, con dislivelli tra 600-1200 m. e lunghezza suddivisa in categorie e specialità: 10-13 km. nelle gare individuali, 13-18 km. nella gara a coppie o pattuglie (3 persone).

Le gare sono sia agonistiche per marciatori esperti che partecipano ai campionati regionali e nazionali delle varie specialità (individuale, coppie, pattuglie), che attività promozionale per escursionisti, occasionali o saltuari marciatori di regolarità.

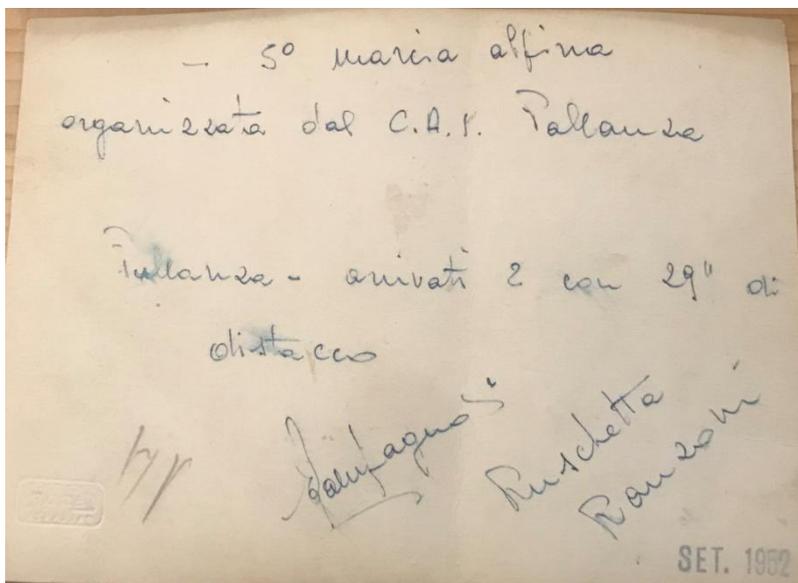
Dal punto di vista ambientale la localizzazione nel territorio montano delle vallate o pedemontano delle Prealpi rivela la conoscenza del territorio: assicurare la variabilità del percorso di gara tra sentieri e mulattiere ben segnalati e con raccordi transitabili, con il ripristino di sentieri abbandonati o la tracciatura di nuovi tratti. L'organizzando di queste manifestazioni in zone diverse dalle normali sedi delle associazioni evidenzia l'attitudine alla ricerca di collaborazione con persone ed associazioni residenti nelle località prescelte.

All'attività sportiva basilare si uniscono quindi gli interventi di manutenzione del territorio, utili al mantenimento dell'agibilità sentieri.

La foto iniziale, del quale quella a fianco è il retro, è riferita alla 5° marcia alpina del 1952, organizzata dal C.A.I. di Pallanza: la pattuglia Campagnoli-Ranzoni-Ruschetta arrivò 2<sup>a</sup> con 29" di distacco dai primi arrivati

info:

Storia della FIE -  
Federazione Italiana  
Escursionismo, Bruno  
d'Onofrio



sito [www.marciaregolarita.it](http://www.marciaregolarita.it)

*Piera Campagnoli*

## DONAZIONI DELLA CACCAVALE

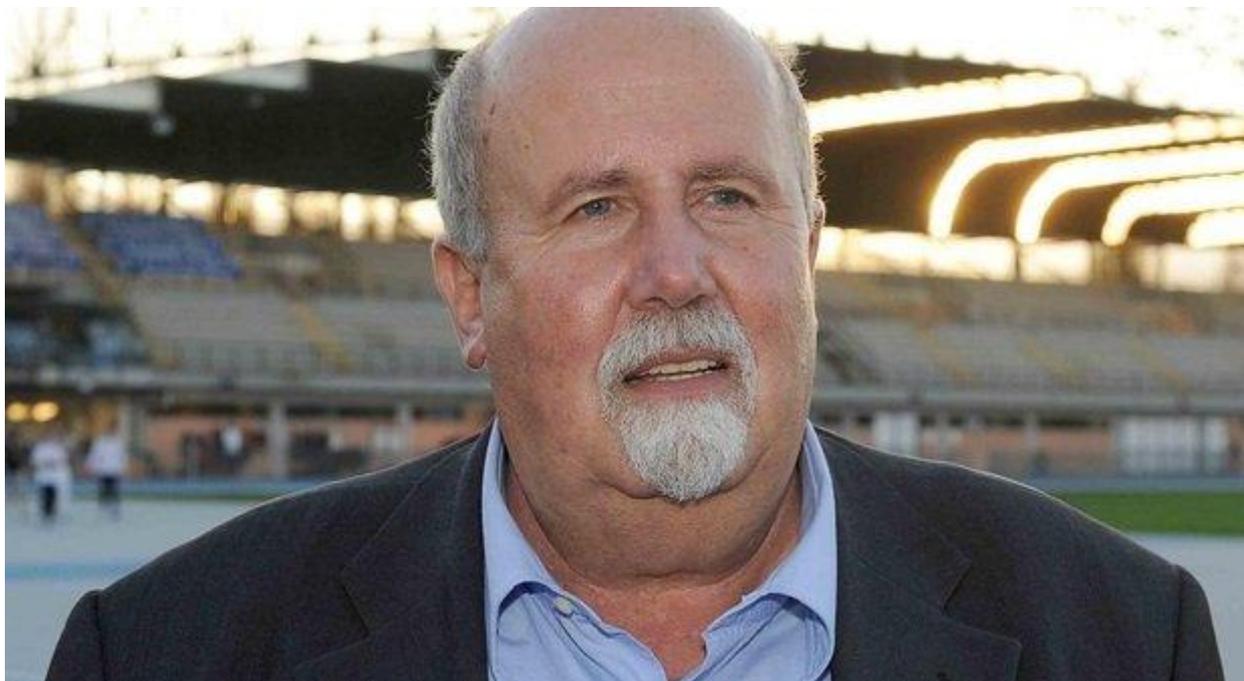
In seguito ai fondi raccolti negli eventi degli anni precedenti ed alle donazioni dei membri del CDS della sezione di Anzio Felice Caccavale, sono stati donati 2 televisori al reparto di pediatria degli Ospedali riuniti di Anzi Nettuno. Lo scopo è quello di dare supporto ai piccoli degenti de reparto. Nelle foto membri della sezione, il primario Milita, il pediatra Di Giorgio, aposala ed infermieri della pediatria. Lasciamo spazio alle foto, molto più eloquenti delle parole.

*Josè Pincay*



4

## **STELLA D'ORO AL MERITO SPORTIVO**



5

Il 28 novembre 2020 il Coni ha conferito la Stella d'oro al merito sportivo a Umberto Fusacchia, attuale delegato provinciale della Figc. Il prestigioso riconoscimento si riferisce al 2019 «in riconoscimento delle benemeritenze acquisite nella tua attività dirigenziale», si legge nel documento a firma del presidente Giovanni Malagò.

«Con questa onorificenza l'organizzazione sportiva nazionale, oltre ad attestare le tue capacità e i risultati conseguiti in tale attività - si legge nel documento del Coni - desidera anche esprimerti profonda riconoscenza per la generosa collaborazione e per l'impegno dedicati allo sport in tanti anni di servizio».

Va ricordato che Umberto Fusacchia è stato arbitro di calcio, presidente dell'Alba Villa Reatina e anche numero uno dei Veterani dello sport reatini.

«Mi congratulo profondamente con te - prosegue la lettera che assegna l'onorificenza - augurando che nel prosieguo dell'attività dirigenziale possa conseguire ulteriori traguardi e soddisfazioni».

La consegna del prestigioso riconoscimento avverrà appena possibile in una cerimonia organizzata dal comitato territoriale del Coni.

«Rinnovo i miei complimenti e ti invio i miei più affettuosi e sportivi saluti», conclude il documento firmato da Giovanni Malagò.

«Sono orgoglioso e onorato di questo riconoscimento - afferma Fusacchia - che mi dà ulteriori stimoli in questo difficile momento a fare sempre meglio per il bene dello sport reatino».



Roma, 23 novembre 2020

*Caro Umberto,*

con felicità comunico che il CONI ti ha conferito la Stella d'Oro al Merito Sportivo per l'anno 2019 in riconoscimento delle benemerenze acquisite nella tua attività dirigenziale.

Con questa onorificenza l'organizzazione sportiva nazionale, oltre che attestare le tue capacità e i risultati conseguiti in tale attività, desidera anche esprimerti profonda riconoscenza per la generosa collaborazione e l'impegno dedicati allo sport in tanti anni di servizio.

Mi congratulo profondamente con te, augurando che nel prosieguo dell'attività dirigenziale possa conseguire ulteriori traguardi e soddisfazioni.

Nell'informarti che l'onorificenza ti verrà consegnata, appena possibile, nel corso di una cerimonia predisposta dal Comitato Territoriale del CONI che avrà cura di comunicarti con nota a parte la data ed il luogo dell'evento, rinnovo i miei complimenti e ti invio i più affettuosi e sportivi saluti.

Giovanni Malagò

Sig. Umberto Fusacchia

## **PaLLS INCONTRA IL JUDO SORTIVO IN ITALIA**

Circa 20 anni fa, il prof. Oscar Nuccio (premio Saint Vincent, *La storia del pensiero economico italiano*) mi disse: "Caro dottore, si ricordi che la presunzione va di pari passo con l'ignoranza e la cultura va d'accordo con l'umiltà".

Socrate non scrisse nulla perché tutto era incentrato sul *conosci te stesso*. Per conoscere sé stessi, gli antichi greci credevano che l'individuo dovesse sempre mantenersi in posizione *mantano* (imparo) e mai *didasco* (insegno). Pensando ad un insegnante di qualsiasi disciplina, questo potrebbe sembrare un controsenso. Eppure, non è sempre vero che la persona di vastissima cultura sia un ottimo insegnante. Spesso accade il contrario. Se l'auditorio non è sufficientemente preparato, infatti, chi spiega non è in grado di comprendere le difficoltà di chi ascolta e non riesce a entrare in sintonia con i propri studenti.



Anche nelle discipline sportive, come il judo, il metodo è uguale, forse ancora più evidente. Il judo è una palestra di vita, il sensei deve entrare in simbiosi con gli allievi. Solo così potrà arrivare a risultati positivi. Questo è un concetto poco conosciuto e soprattutto poco praticato. In un dojo si cerca spesso di creare un campione e di ottenere qualche trofeo per il centro sportivo di appartenenza. Su cento allievi probabilmente uno solo arriverà a raggiungere i risultati agonistici necessari a promuoversi nella disciplina. Un esempio calzante è lo sci turistico che si è diffuso in Italia dopo i primi anni 70 grazie ai risultati della nostra gloriosa valanga azzurra.

Io, come maestro di judo, curo maggiormente la formazione dell'individuo, guardando agli altri 99 allievi. Così il risultato agonistico passa in secondo piano. Quando poi ho una lezione con allievi particolarmente piccolo, la distanza biologica tra me e loro è ancora più marcata, ma una volta entrati in sintonia sono i bambini a trasmettere a me molte cose. Solo in seguito, io trasmetto loro gli insegnamenti del judo. Non è un discorso né astruso né utopico. Tralascio i dettagli tecnici perché la tecnica è una fase successiva. Anticiparla non porta benefici. So per mia esperienza sul tatami che questo non funziona mai. Spero di poter proseguire il discorso con coloro che fossero interessati ed ogni proposta sarà ben accolta.

Nella foto sopra il m° Balducci a sinistra, un giovane atleta al centro e l'istruttore alla fine d'una sessione d'allenamento.

*Riccardo Balducci*

## SPORT E WELFARE

Il termine welfare, di derivazione inglese, viene spesso usato per indicare, nella sua traduzione letterale, una situazione di benessere o di star bene, secondo una nozione classica centrata sul principio di assistenza, in cui lo Stato si prende cura, attraverso una copertura sociale, delle fasce di popolazione più deboli che riguardano in particolare: le situazioni di sofferenza psico-fisica, la malattia, la vecchiaia, l'invalidità, la disoccupazione, l'infortunio sul lavoro, la deprivazione culturale, la povertà educativa, ecc.

Ne consegue che questo tipo di intervento si configura come un'azione finalizzata ad assicurare una serie di servizi, sistemi di protezione e riduzione delle situazioni di disagio, rispondenti a particolari bisogni, che tendono a contenere le situazioni di fragilità e ridurre gli effetti negativi.

Si tratta, cioè, di assicurare i servizi basilari che investono il diritto alla salute, il diritto all'istruzione, il diritto alla vecchiaia, il diritto al lavoro, ecc., spesso caratterizzati da un eccesso di assistenzialismo (stare on welfare = ricevere un aiuto).



8

All'inizio del ventunesimo secolo i sistemi di protezione sociale, con l'aumento di nuove e sempre più complesse richieste e con l'espansione quantitativa dei rischi, legate anche all'aumento delle aspettative di vita dei paesi sviluppati, al cambiamento degli stati sociali e alle esigenze occupazionali, il sistema classico di protezione dello welfare state è andato in crisi, venendo anche a mancare l'indebolimento dell'azione solidaristica della famiglia.

Afferma M. Ferrera : "lo stato del benessere europeo deve fare i conti non solo con una struttura demografica profondamente diversa rispetto al passato, ma anche nuove nobili configurazioni di rapporti familiari e più in generale sociali, non sempre capaci di autosufficienza (M. Ferrera, *Le trappole del welfare*, il Mulino, Bologna, 1998).

In questa ottica viene a configurarsi l'urgenza/necessità di una nuova governance del sistema, che predisponga razionali strategie d'intervento, in cui entrano in ballo problematiche, giuridiche, economiche, ecologiche, pedagogiche, sportive, rivolte a migliorare la qualità di vita degli individui.

Un piano di visione innovativa del problema comporta, però, un cambio di mentalità in cui il protagonista non può essere solo lo Stato, ma una

molteplicità di attori sociali, come le varie realtà associative che, in qualità di agenzie formative, mettono in atto secondo una logica di ingegneria sociale, interventi mirati a promuovere, anche in collaborazione col settore pubblico, progetti ad ampio respiro, finalizzati a stimolare comportamenti e abitudini sociali positive, in cui trovino posto dinamiche motivate, affettive, relazionali, desiderio di appartenenza a un contesto .

All'interno di questo quadro di ampliamento di prospettiva, l'Associazionismo di tipo Sportivo trova spazi d'azione particolarmente favorevoli, in cui è richiesta una forma di partecipazione diffusa dei vari soggetti (stato, regione, ente locale, azienda sanitaria locale, scuola, famiglia, associazionismo sportivo (enti di promozione sportiva, associazioni benemerite, mondo del volontariato e del terzo settore, Fondazioni, impegnati nella promozione dello sport per tutti e per ciascuno, in una dimensione pedagogia e pro-sociale.

Negli ultimi vent'anni, in particolare, si è registrata un'inversione di tendenza in questa direzione, che mette al centro dell'attenzione l'attività sportiva e l'esercizio fisico, non solo come esperienza migliorativa dal punto di vista morfologico-funzionale, igienico-salutistico e prestativo, ma come tirocinio di vita utile alla prevenzione delle situazioni di malessere, derivate dalla vita sedentaria.

È, inoltre, necessario che l'espansione dell'attività offra, nel contempo, opportunità fondamentali, per riconoscere e sviluppare le competenze umane e sociali, vale a dire quei metadiritti, che sviluppino competenze per la vita (life skills), che riguardano: la conquista dell'identità personale, l'apprendimento degli alfabeti del convivere, la realizzazione di esperienze collaborative di prima mano, l'incontro/confronto con gli altri, il senso di solidarietà, l'educazione e l'istruzione scolastica, il rispetto delle regole, degli altri e delle diversità, la difesa dell'ecosistema e dell'ambiente, ecc.).

Un'Amministrazione pubblica, che voglia conferire all'attività motorio-sportiva, pari diritto di cittadinanza a quella degli altri interventi riparativi di promozione sociale, considerata anche la progressiva diminuzione delle risorse e l'incidenza negativa dei finanziamenti futuri, legati al fenomeno del Coronavirus, non può lavorare, in solitudine, ma deve, necessariamente, individuare dei compagni di viaggio qualificati, che rendano l'welfare, un sistema misto (welfare mix) che, come afferma il sociologo Nicola Porro (1999), diventi "un luogo sociale dove lo sport si fa bene pubblico".

Rimane l'auspicio che, da una situazione di fragilità, come quella attuale, faccia emergere, da parte della politica europea, il bisogno di disegnare un modello sportivo, che risponda alle reali esigenze di tutti.

È bene altresì sottolineare che l'attenzione e l'entità di contributi per i Progetti interistituzionali, non sia sbilanciata, come in passato, a favore dello sport



agonistico di eccellenza o alle manifestazioni internazionali, come per esempio, i Giochi Olimpici.

È, comunque, confortante, a tale proposito, la linea di condotta delineata, in Italia, dall'agenzia governativa Sport e Salute, la quale sembra sia fortemente orientata, in via prioritaria, a valorizzare, diffondere e potenziare l'attività ludico-motorio-sportiva, anche col contributo e il coinvolgimento attivo dei vari soggetti formativi, che operano sul territorio.

Al fine di offrire alcuni orizzonti di riferimento utili, per la realizzazione di una progettualità, centrata sulle sinergie programmatiche e realizzative con il coinvolgimento di tutti gli attori impegnati in un piano d'intervento sociale (sport for welfare).

SALUTE	INTEGRAZIONE	LAVORO	AMBIENTE
SICUREZZA	INCLUSIONE	SVILUPPO	
COMPORAMENTO	MULTICULTURALITÀ		
(DEVIANZE)			

INDIVIDUO

10

<ul style="list-style-type: none"> <li>• acquisizione di comportamenti finalizzati allo sviluppo e al potenziamento della salute dinamica</li> <li>• gestione della prevenzione di alcuni quadri patologici derivati dalla vita sedentaria</li> <li>• riduzione delle ospedalizzazioni</li> <li>• prevenzione di eventi traumatici legati all'esercizio fisico</li> <li>• controllo dei comportamenti devianti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• inserimento, nell'ambiente comunitario, di tutti i cittadini</li> <li>• conoscenza, accettazione delle differenze e delle diversità</li> <li>• azioni facilitanti l'inclusione dei compagni disabili o provenienti da paesi, culture, lingue, costumi diversi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• inserimento dell'attività fisica, come momento distensivo, di comunicazione e di socializzazione all'interno dell'ambiente di lavoro</li> <li>• riduzione dei giorni di malattia</li> </ul>	<p>conoscenza e valorizzazione del territorio e dell'attività in ambiente naturale</p>
---	---	--	--

## COMUNITÀ

società allargata, città, paese, quartiere, associazioni, terzo settore

<ul style="list-style-type: none"> <li>• riduzione delle situazioni di deprivazione motoria</li> <li>• creazione di situazioni di aggregazione sociale, attraverso la pratica dell'attività motorio-sportiva, da inserire negli istituti nei luoghi di pena, valorizzando l'aspetto relazionale ed amicale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ridurre e contenere le situazioni di incomprensione e conflittualità fra i soggetti provenienti da culture, lingue e costumi diversi</li> <li>• valorizzare le differenze e gli aspetti affettivo/comunicativi nei rapporti interpersonali</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aumento delle situazioni di benessere</li> <li>• incremento della produzione, tramite il coinvolgimento diretto e responsabile dei lavoratori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• salvaguardia e tutela dell'ambiente</li> <li>• valorizzazione del patrimonio artistico, naturalistico, architettonico</li> </ul>
---	--	---	---

11

## STATO

<ul style="list-style-type: none"> <li>• creazione di luoghi educativi appropriati ed idonei per lo svolgimento dell'attività ludico-motorio-sportiva, rendendoli disponibili per la generalità della popolazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• creazioni delle situazioni facilitanti l'inserimento nel gruppo di soggetti con gravi difficoltà di adattamento</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• difesa dello sviluppo sostenibile</li> </ul>
--	---	--	---

*Pasquale Piredda*

## **ETICA E MORALE NELLO SPORT ... IL DOPING**

La storia racconta che, alcuni secoli addietro, un tal Diogene visse in una botte e a chi gli domandasse perché girava sempre con una lanterna in mano, rispondeva: «cerco l'Uomo». Di anni ne sono passati molti, ma a quanto pare di Uomini c'è ancora una certa penuria.

La Grecia antica e le Olimpiadi? La scelta di accumulare i due non stupisca dato che là sono nate e questo è solo un artificio per introdurre un discorso spinoso: il doping. Londra 2012 è solo l'ultimo dei grandi casi emersi a riguardo di sportivi ad alto livello.

Volutamente non riporto nomi, non è importante ora il chi, perché questa non vuole essere la storia, né tantomeno il tribunale a carico, di alcuno. Piuttosto il "ma perché?" di molti, troppi, che si sono giocati il mondo per la follia di un attimo.

Fare della morale è fin troppo facile ed i commenti si sprecano, così come i toni che li accompagnano e che vanno dal desolato alla condanna senza appello, passando per tutta una serie di sfumature.

La morale però è figlia di mode, società e convenzioni, cioè non è solo decisamente umana, ma anche terribilmente soggettiva, così che un comportamento che per qualcuno è buono diventa per qualcun altro orribile.

Diversa è l'etica, anche se spesso, a torto, sono considerate sinonimi.

L'etica cerca valori oggettivi che regolino l'agire in sé, validi perciò ad ogni latitudine e longitudine.

Se seguire la morale significa accettare comunque le norme comportamentali e di giudizio di una determinata società, comportarsi in modo etico è affermare la propria capacità di discernimento nei confronti di qualunque azione, valutandone appieno le conseguenze prima di compierla.

La morale giudica, l'etica no.

La domanda è dunque: «perché uno che già è un grande, un campione, può scegliere di giocarsi tutto, di rischiare la propria credibilità cercando "un aiuto" non lecito pur di esibire un risultato che, alla fine, deve essere ben consapevole non sarà nemmeno realmente suo?»

Scegliere, perché sempre di scelta si tratta. E forse nemmeno facile.

Io penso ci sia qualcosa di sbagliato di fondo, perché è facile puntare il dito contro le persone, ma a volte, senza voler togliere responsabilità a chi sbaglia, si dovrebbe guardare a una sorta di "correttezza" tra questi ed una società impazzita che sembra aver dimenticato l'Uomo a favore del profitto.

Il Campione da persona si trasforma in una cosa che si divide tra gli occhi della gente, che lo vede come un novello guerriero, e quelli di chi sulla sua figura vive, per i quali è un enorme ingranaggio-sforna-denaro.

Chi compra le merendine, in realtà, troppo spesso compra la simpatia e l'immagine di chi le sta mangiando nello spot. E soprattutto l'immagine di chi è vincente è una potente molla che spinge le vendite. Non importa che il tizio in tv sia alla fine una persona come chiunque, con alle spalle problemi, paura, ansie, gioie: si vedono i risultati eccezionali, ma non gli eccezionali sforzi per

raggiungerli e ciò che conta è l'associazione medaglia-cioccolato. O auto, acqua, telefono o quant'altro.

Tutti amiamo l'idea di essere per un momento eroi. Strani meccanismi ha la mente, che ci fa sentire tali pescando da uno scaffale di supermercato.

Antiche tradizioni affermano che oggi siamo nell'era della menzogna, quella dell'immagine effimera che ingigantisce il Niente, purché luccicante.

E si sa che dietro la vittoria, se ne stanno comodamente seduti il denaro e la gloria, e se il denaro permette molto, il sentire che il tuo nome viene portato in alto è da sempre una droga che dà dipendenza.

Ma presi da questo vortice di euforia, ci si dimentica che, quando è la folla ad applaudirti, spesso è la folla a schiacciarti. Vogliamo sì l'eroe, ma lo pretendiamo immacolato; chi sale in alto "deve" essere il più degno, il migliore, colui che non sbaglia.

Per questo non sappiamo perdonare ad un eroe-campione di essere anche una persona normale, con le stesse crisi che noi ci portiamo dentro, noi li vogliamo vedere andare avanti ad ogni costo, ancora idealizziamo i soli-in-cima-alla-vetta e non capiamo che è proprio nella loro umanità nascosta, che lotta ogni giorno come ciascuno di noi fa, la vera grandezza.

Ma andiamo, se la tua forza-lavoro sta nella potenza del tuo corpo, è davvero così immorale volerci anche guadagnare con la pubblicità, quella che ti chiede l'anima, ma di contro ti porta la notorietà?

La risposta deve essere che lo è, prima di tutto verso se stessi.

Purtroppo sentirsi ammirati (e ricchi) è inebriante, può dare alla testa come vino d'annata, e niente podio, niente sponsor, e fama addio.

Se lo sport e la competizione in sé, ad un certo punto, non sono più stimolo e divertimento, ma lavoro o peggio ancora boa per continuare a sentirsi vivi, rimanere *primus intra pares* si trasforma in disperata necessità, perché colui che ha tutto vuole continuare a mantenerlo, come se da questo avere dipendesse il suo essere. Potere dell'apparire in cui è facile perdersi.

Succede anche quando, come in Italia, fai parte delle Forze Armate, nelle loro varie accezioni, e quindi uno stipendio ce l'hai già (pubblico): alla fine è lo sponsor la vera fonte di reddito e notorietà.

Ma come nel famoso cerchio in cui il gatto si morde la coda, lo sponsor paga in base al "se vinci" e tu devi fare ciò per cui sei pagato: allenarti e vincere.

E se andiamo a scavare, non ci sono solo grandi nomi, la tentazione è lì davanti anche per tanti piccoli, semiconosciuti per le grandi folle, ma magari guardati con ammirazione nel piccolo paese, o anche solo nel quartiere. In



fondo è meglio Cesare nel più piccolo villaggio della Gallia che secondo a Roma.

Forse allora gli uomini, nel tempo, non cambiano poi così tanto ed anche in passato ci sono state vittime illustri dell'ambizione.

Ci sono stati però anche atleti grandi non solo per i risultati ottenuti, ma per i gesti compiuti, per la forza d'animo dimostrata. Spesso queste persone si sono semplicemente ritirate al momento giusto, senza clamori, portandosi appresso luci ed ombre della propria carriera.

Nessun uomo può vantarsi di non avere mai perso, nemmeno quando, in qualche modo, il meccanismo in cui siamo incorsi non ci permette di accettare la sconfitta. Qual è stato allora il momento in cui abbiamo dimenticato la nostra umanità ed abbiamo scelto l'apparire invece che l'essere, andando forse incontro alla fine di noi stessi?

Mi torna in mente un grande del ciclismo, uno dei più grandi a detta di molti del settore, un gigante in sella alla bici, duro, determinato davanti alle salite della strada, eppure così fragile nelle discese della vita, fino a scegliere di lasciarla.

Ma l'uomo che vuole modelli in cui credere, può essere anche il primo a calpestare la statua eretta.

Mi chiedo se non sarebbe meglio fare un passo indietro. La natura, che per qualche suo strano ed imperscrutabile motivo non segue la logica del profitto, ha impiegato un tempo infinito a portarci dove oggi siamo, anche fisicamente. Fino a che punto pensiamo di poter essere sempre affamati dell'andare oltre i limiti? Amara considerazione che oramai investe tutti i campi.

Ma ora parliamo di sport, e se continuiamo così ci sarà una forma di ansia in più da catalogare, quella da record sportivo (e se ne sente proprio il bisogno di una in più).

Poveri tristi eroi, li lasciamo forse con le tasche piene, ma con il vuoto di sé, quando il gioco finisce.

Ci sono persone arroganti, ma ci sono anche quelle fragili: cosa accade nell'anima di chi vede spegnersi i riflettori?

Se continuiamo ad avvallare tutto ciò, non atteggiamoci poi a giudici irreprensibili nei confronti di chi utilizzerà metodi "alternativi" per mantenersi ai primi posti, vittima di quella fame insaziabile che noi stessi creiamo per loro. Prima o poi qualcuno capirà che la parte dell'idolo di cartapesta fa male soprattutto all'idolo.

Ed un uomo è molto di più di un record. Persino un campione.

Lo sport, quello autentico, quello fatto di impegno e disciplina, dovrebbe rendere più forti, e se l'etica va oltre la morale, non è più un fatto di bene o male. È una questione di scelte, una questione di onestà e, alla fine, di essere liberi.

Anche liberi di scegliere di restare onesti.

*Giovanni Salbaroli*

## COMPETENZE SOCIALI ED EMPATIA

***Quando sorridi alla vita, metà sorriso è per il tuo viso, l'altra metà è per quello di un'altra persona (detto tibetano)***

L'uomo, per sua natura, è un animale sociale, il cui comportamento tende a modularsi per il confronto con gli altri e per il bene comune, secondo una regia dinamica, guidata da alcuni precisi circuiti del cervello, i quali guidano il suo modo di porsi nelle svariate occasioni di confronto col mondo esterno.

In pratica tutti gli esseri viventi sono programmati per cercare e realizzare continue connessioni interpersonali, che riguardano i rapporti sentimentali, le esperienze scolastiche e lavorative o altre occasioni di incontro/confronto interpersonale.

Salta all'attenzione, l'esempio della distanza fisica, imposta dalle misure restrittive, connesse con l'emergenza del coronavirus, che si configura come una forma innaturale di limitazione, anche se necessari, che contrasta con il bisogno, profondamente radicato, di connessioni e legami sociali, realizzabili ed esprimibili con la comunicazione emotiva, nella situazione di vicinanza o di contatto fisico reale.

In mancanza di tale rapporto diretto, alcuni studi, condotti su popolazioni esposte a grandi eventi traumatici, come quello dell'11 settembre in America, hanno messo in luce che le condizioni stressanti possono, in molti casi, rafforzare psicologicamente le persone colpite e riordinare i loro rapporti verso atteggiamenti più positivi.

La stessa ricerca conferma, infatti, che le popolazioni colpite non hanno evidenziato condizioni di sofferenza psicologica o disturbi mentali particolari, ma un forte capacità di **resilienza**, maggiore di quella che si potrebbe pensare, soprattutto, come aggiungiamo noi, nei casi, come quello dell'attuale pestilenza virale, non viene a mancare la testimonianza emotiva e socio affettiva a distanza (solidarietà partecipata) da parte delle persone care.

Per quanto riguarda le situazioni di sofferenza, legate al problema del coronavirus, resta da verificare, se le situazioni di difficoltà rimarranno nell'ambito della semplice paura e giustificato malessere psicologico o se potranno, in futuro, generare quadri patologici ansiogeni o di tipo depressivo.

In ogni caso sarà sempre fondamentale mantenere, anche se nella semplice modalità telefonica o telematica forme di contatto che potranno essere particolarmente utili ad alleviare le varie forme di disagio emotivo.

In qualsiasi spazio esistenziale o momento della vita di ogni persona, gran parte del tempo e delle ore della giornata sono scanditi, infatti, da **emozioni e interazioni sociali**, in cui il cervello, seguendo una precisa melodia cinetica interpersonale, come afferma Daniel Goleman, "è impegnato in un tango emotivo" con le persone intorno a noi.

A tale proposito, alcune evidenze scientifiche, dimostrano, inoltre, che la qualità dei suddetti legami regola la funzionalità dei sistemi biologici collegati al cuore e alle difese immunitarie.

È stato, così, scoperto che le relazioni appaganti, i rapporti interpersonali

sereni, armonici e divertenti sono in grado di modellare l'attivazione dei geni nelle cellule T, che rappresentano la prima linea di difesa del sistema immunitario, nella continua azione di contrasto contro l'invasione dei virus e dei batteri. Al contrario, invece, i rapporti conflittuali esercitano un'azione frenante o di blocco delle suddette cellule.

Altre ricerche accademiche sulla dinamica neurale, riferita ai rapporti umani, evidenziano, anche, che un'azione importante è svolta dai neuroni specchio, scoperti dal neuroscienziato italiano Giacomo Rizzolatti, i quali percepiscono sia il movimento che un'altra persona sta per fare sia i suoi sentimenti, (che agiscono anche dentro di noi), stimolando, di conseguenza, l'imitazione immediata di quel movimento e facilitando la disponibilità ad essere empatici nel personale comportamento sociale, orientato ad un *"agire con saggezza nei rapporti umani"* (Thorndike).

Si potrebbe, a questo punto, affermare che le capacità sociali dipendono, in gran parte, dai neuroni specchio che, come spiega Rizzolatti, *"ci permettono di captare le menti altrui, non attraverso il ragionamento concettuale, bensì tramite la simulazione diretta; con la percezione, non con il pensiero"*.

L'importante funzione di questi neuroni è riscontrabile in ambito familiare o nei normali rapporti interpersonali, nel campo del lavoro, nei processi di apprendimento scolastico e nello svolgimento dell'attività motorio-sportiva.

Essi sono, sicuramente, di grande aiuto, quando parliamo di imparare ad apprendere una conoscenza specifica o un gesto tecnico precisato, in quanto permettono di codificare un'immagine o un'azione dell'educatore, vista in termini insegnativi e, quindi, replicata, seguendo un modello (apprendimento per imitazione), in cui interviene anche la qualità del rapporto empatico.

Sulla base delle considerazioni sopra esposte, non è azzardato sostenere che la vita, in termini prosociali, nasce dalla possibilità e dall'intenzionalità consapevole di mettere in atto rapporti positivi, costruttivi ed efficaci con altre persone, con le quali si può realizzare una vera sintonia, un contagio emotivo reciproco e una condivisione delle esperienze intime, che viaggiano sulla stessa lunghezza d'onda.

In caso contrario si verificano situazioni di freddezza reciproca, di incomunicabilità, che portano a un grave deterioramento di ogni tipo di incontro con gli altri.

Una recente ricerca, infatti, ha potuto constatare che situazioni di fragilità o di analfabetismo emotivo possono compromettere la positività del rapporto e generare condizioni di sofferenza, come, per esempio quella dovuta a rapporti familiari di tipo conflittuale, che fanno emergere il seguente fenomeno: quando una coppia di coniugi, il corpo di ciascuno dei partner tende a mimare i segni di agitazione presenti nell'altro, con un'ulteriore degenerazione del conflitto fra i due, alimentando, così, una progressiva escalation di rabbia, dolore e tristezza.

### **L'EMPATIA**

Col termine empatia viene, solitamente, indicata la capacità di vivere le emozioni e i sentimenti degli altri, mettendosi nei loro panni e condividendone i vari stati d'animo (gioia, dolore, tristezza): *"capisco e condivido ciò che stai"*

vivendo”.

Altre definizioni, come quelle che seguono, ribadiscono lo stesso concetto, cioè:

- *la capacità di entrare all'interno dell'esperienza di un altro o di comprendere oggetti od emozioni al di fuori di noi stessi (Oxford English Dictionary)*
- *la capacità di partecipare ai sentimenti o alle idee degli altri (New Merriam Webster Dictionary)*

Già Freud affermava che è solo per mezzo dell'empatia che noi possiamo conoscere l'esistenza di una vita psichica diversa dalla nostra.

Nel corso degli ultimi due secoli, si sono succeduti numerosi contributi scientifici su questa problematica, da parte di importanti studiosi e ricercatori, come Rogers (1957), Hogan (1969), Davis (1983), Geenberg, Paino (2000), Hoffman (2008), Goleman (2015) ed altri.

Da sottolineare, inoltre, la dichiarazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la quale inserisce la competenza emotiva tra le seguenti dieci principali competenze per la vita (life skills), che sono fondamentali per la difesa della salute mentale e sociale:

- consapevolezza di sé
- gestione delle emozioni
- gestione dello stress
- comunicazione efficace
- relazioni efficaci
- empatia
- pensiero creativo
- pensiero critico
- prendere decisioni e risolvere problemi

La stessa organizzazione sostiene che *"acquisire e applicare in modo efficace le life skills (competenze di vita), può influenzare il modo in cui ci sentiamo rispetto a noi stessi e agli altri ed il modo in cui noi siamo percepiti dagli altri. Le life skills, quindi, giocano un ruolo importante nella promozione del benessere mentale. La promozione del benessere mentale incrementa la nostra motivazione a prendersi cura di noi stessi e degli altri, alla prevenzione del disagio mentale e dei problemi comportamentali e di salute"*.

A questo punto è necessario un chiarimento di fondo sulla falsa interpretazione, che alcuni attribuiscono al significato delle competenze emotive: molte persone si ritengono maestri di empatia, convinte che sia sufficiente dare l'impulso, regalare consigli, offrire rassicurazioni, indicare ricette comportamentali inutili, a volte dannose, sulla base di parametri valutativi, basati sul loro modo personale di pensare, sentire ed agire.

In realtà è fondamentale che, nei rapporti personali, la nostra mente si liberi da una visione egocentrica dell'essere gli unici al mondo e si ascolti, invece, gli altri e le loro narrazioni, proiettandosi in una dimensione, fuori dal nostro io e che promuova il senso del noi.

Un ruolo irrinunciabile per lo sviluppo dell'empatia è svolto da tutti quei soggetti che, a vario titolo, sono impegnati nel campo dell'educazione

(istituzioni pubbliche, genitori, insegnanti, istruttori sportivi, agenzie educative, mondo del volontariato, ecc.).

Calando il discorso a livello scolastico, nei rapporti interpersonali, è indispensabile che gli insegnanti escano dal proprio riferimento esistenziale, per provare a muoversi all'interno dello schema di riferimento dell'alunno, nella consapevolezza che l'attività didattica, centrata sulle conoscenze e sulle abilità (contenuti disciplinari) debba prevedere, come finalità degli esiti formativi, i Traguardi di sviluppo delle competenze socio-comportamentali, che riguardano il saper essere, il saper agire e i sapersi rapportare con gli altri.

A tal fine avranno cura di predisporre i loro interventi, mobilitando le personali energie umane e professionali, utilizzando, soprattutto, la loro disponibilità/sensibilità empatica, come requisito essenziale per favorire una comunicazione efficace, in cui l'aspetto cognitivo/insegnativo dell'azione si fonda con una significativa componente affettiva.

Essere persone empatiche significa:

- acquisire consapevolezza della propria intelligenza emotiva
- padroneggiare il personale equilibrio emotivo
- sentire e comprendere le emozioni, gli intenti, i pensieri e i bisogni degli altri ed offrire loro un supporto adeguato
- capire con chiarezza le percezioni che si creano negli altri con le loro azioni e parole
- diventare leader carismatici, disponibili al confronto e al dialogo
- migliorare la tecnica della comunicazione

C'è da considerare, però, che mentre le acquisizioni scientifiche e le varie scuole di pensiero delle scienze umane mettono in risalto, per la salute individuale e sociale, la necessità di realizzare rapporti interumani soddisfacenti e appaganti, prende forma e consistenza la tendenza disumanizzante di una società, fortemente caratterizzata dall'individualismo, dalla logica della produzione, del profitto, oltre che da un cinismo egoistico, in cui prevale la corsa ansiosa alla prestazione e al successo personale, comportamenti, questi, che, di fatto, limitano le opportunità del contatto umano fra le persone.

Prevale, in questo modo, la consuetudine abbastanza diffusa, di impostare uno stile di vita, centrato sulla filosofia egocentrica dell'io, che ostacola *l'alfabeto etico del convivere*, spersonalizzandolo, indebolendolo e impoverendolo, col risultato di conferirgli una funzione accessoria, aggiuntiva, esteriormente decorativa dell'esistenza comunitaria.

Spesso, infine, sono abbastanza frequenti i casi in cui, da parte di molti, sono ipocritamente manifestate e sbandierate, le varie forme di solidarietà e aiuti umanitari, al solo scopo di pubblicizzare un'immagine positiva di sé, finalizzata ad esaltare ed espandere il personale ego narcisistico.

### **LA NECESSITÀ DI UN RISCATTO UMANO**

In un panorama così desolante è fondamentale, superare la condizione di solitudine e autoisolamento, che rischia di compromettere il futuro dell'umanità, per recuperare la personale dimensione autenticamente umana e sociale, fatta di condivisione emotivo-affettiva con gli altri, cominciando a pensare ad un noi anziché a un loro, in un rapporto di sintonia emotiva e di

condivisione, che permetta *uno scambio di doni reciproco*, in cui prevalga il sorriso, come recita un antico detto tibetano, secondo cui ***quando sorridi alla vita, metà sorriso è per il tuo viso, l'altra metà è per quello di un'altra persona.***

Bisogna, in pratica, rimodellare i comportamenti, cercando di non cadere totalmente, in un pericoloso stato di analfabetismo emotivo e di autismo affettivo, utilizzando, sempre, il tempo necessario per prestare attenzione agli altri e per stabilire con loro un flusso comunicativo socio-affettivo di tipo bidirezionale.

Concluderei con esempio di tipo sportivo, ricavato dall'affermazione di uno degli allenatori più vincenti in assoluto e molto amato dai suoi atleti: John Wooden, il quale, nell'illustrare gli aspetti metodologici del suo lavoro e i criteri utilizzati per favorire una comunicazione empatica con loro, si pone questa domanda: *"perché è così difficile capire che gli altri sono più portati ad ascoltarti se prima noi ascoltiamo loro?"*

*Pasquale Piredda*

## PER NON DIMENTICARE IL PASSATO

La sezione Felice Caccavale di Anzio, come tutte le sezioni appartenenti all'U.N.V.S., crede fortemente nell'importanza di mettere in risalto tutti quegli sportivi non più giovanissimi che con le loro vittorie hanno lasciato un segno nello sport, sia per capacità personale che come patrimonio di esperienza trasmesso ai futuri atleti. Per questo la nostra sezione ha deciso di offrire un riconoscimento ai seguenti sportivi:



### **Stalin Max Canale Avisá** (Spagna)

noto atleta del Taekwondo che nei suoi 35 anni di sport ha collezionato tante vittorie ed il premio BECA, andando a perfezionare il Taekwondo in Corea, paese di origine di questa disciplina  
(foto a sinistra)

### **Kleber Cartagena** (Svizzera)

pluricampione e maestro di Taekwondo, anche lui con più di 35 anni di esperienze e vittorie  
(foto a destra con il presidente Pincay)



20



### **Enzo Thompson** (Italia)

pluricampione nazionale ed internazionale in Ecuador, suo paese di origine  
(foto a sinistra).

Il riconoscimento di benemerita consegnato a questi atleti, vuole essere solo un inizio, in quanto l'intenzione della Caccavale è l'organizzazione d'incontri con questi atleti, nel rispetto dell'attuale situazione sanitaria mondiale. Eventi ed incontri avranno lo scopo d'evidenziare quanto questi atleti hanno unito altri personaggi sportivi di spicco, credo di fatto il substarto per il futuro sviluppo sportivo. Inoltre sarà motivo d'orgoglio ripercorrere le loro carriere e condividere l'impegno profuso per raggiungere gli obiettivi, lasciando un segno importante ed una maggiore consapevolezza a coloro che verranno in seguito.

*Josè Pincay*

## ATTIVITÀ FISICA

L'attività fisica è la difesa della salute e carburante cognitivo del cervello: **le persone sedentarie sono portate ad avere menti inerti** (Robert Kennedy). Il modello culturale sempre più diffuso dell'uomo moderno è quello di conservare e consolidare stili di comportamento centrati sulla vita sedentaria e sull'esonero dalla fatica per cui, attraverso una rivoluzione copernicana del suo modo di essere, *l'homo erectus* e *l'homo sapiens* di un tempo, che aveva un contatto diretto e dinamico con la natura e la realtà, nel corso degli anni, si è andato, man mano, trasformando in *homo sedens*, che passa le giornate davanti al computer e a uno schermo, la cui continua esposizione lo priva delle esperienze calde e di prima mano, lo immerge totalmente in un universo virtuale, liberandolo da qualsiasi sforzo fisico, sia nel campo del lavoro, che nelle normali attività quotidiane.

Come è stato ampiamente dimostrato dalle scienze mediche, dalle scienze umane e dalle neuroscienze, l'apparente vita comoda, anziché creare situazioni di agio e di benessere psico-fisico, in realtà, procura situazioni di disagio e di malessere esistenziale, che si manifestano con precisi quadri patologici, riscontrabili, appunto, nelle persone con bassi livelli di attività fisica.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, nel sottolineare i pericoli per la salute, causate dalla mancanza di movimento (*ipocinesia*), indica alcune forme morbose, che stanno prendendo progressivamente una dimensione e una consistenza sempre maggiori.

In particolare, nei soggetti inattivi, sono state registrate le seguenti forme patologiche: malattie cardio-vascolari, ipertensione arteriosa, frequenza cardiaca elevata anche a riposo, insufficienza respiratoria (dispnea da sforzo), attacchi cardiaci, ictus cerebrali, varie forme di cancro, diabete di tipo 2, obesità, diminuzione della scioltezza articolare, limitazione funzionale di organi e apparati (involuzione delle capacità motorie di base), diminuzione delle difese immunitarie.

Oltre a questi fenomeni degenerativi, che investono il campo della salute e dell'efficienza morfologico-funzionale, è il caso di sottolineare l'incidenza che

una vita sedentaria assume sulle varie fragilità emotive, che sono, spesso, alla base di disturbi psicologici e disordini mentali, come la disistima e il senso di inadeguatezza a risolvere i problemi, che rappresentano i segni distintivi di una possibile o già presente forma depressiva.

È stato anche dimostrato che, nei casi più gravi, secondo alcune statistiche e appositi studi, a causa dell'inattività



fisica, si verificano due casi gravissimi, che è il caso di sottolineare: il primo è legato alla morte precoce (30% dei casi), il secondo è legato alla percentuale di decessi, quantificabile in una percentuale, che colloca la malattia ipocinetica al quarto posto delle varie cause di morte.

Una vita senza movimento è, dunque, una vita contro natura, che si presenta come antitetica alle stesse attitudini congenite del cervello, una vita, cioè, in cui predominano ambienti di lavoro e di apprendimento stressanti, che pregiudicano la qualità della vita della persona e, in definitiva, la difficoltà a gestire, il modo adeguato, l'essenza e l'autenticità della propria umanità.

I vari studi sull'evoluzione umana ci dimostrano che l'uomo è nato per muoversi e che **il nostro cervello, alla pari degli altri organi e apparati, si è sviluppato con l'allenamento fisico** che, nell'era ancestrale, era la condizione necessaria per sopravvivere in un ambiente esterno instabile, ostile e pericoloso, come le giungle e le praterie. *Ciò significa che il nostro formidabile cervello non si è sviluppato mentre noi oziavamo o stavamo fermi, bensì mentre facevamo esercizio fisico (John Medina).*

A dispetto di ciò, la società attuale, che ha fatto passi da gigante nel campo della medicina, debellando malattie una volta considerate incurabili, ha anche determinato un effetto collaterale negativo per la salute, legato ad errori di comportamento, compreso quello dell'inattività fisica.

Ricordiamo, a tale proposito, che i nostri progenitori nella scala evolutiva erano soliti percorrere fino a 20 chilometri al giorno.

L'evidenza scientifica e le numerose indagini bio-neuro-fisiologiche dimostrano che l'esercizio fisico regola il rilascio dei tre neurotrasmettitori più comunemente associati al mantenimento della salute mentale: serotonina, dopamina e norepinefrina.

Il cervello, come è noto, ha bisogno, inoltre, di sangue ossigenato, il cui sistema di rifornimento può essere migliorato con l'attività fisica, la quale ha il potere di migliorare le strade all'interno del corpo (accesso e viabilità), vale a dire i vasi sanguigni, aumentandone il flusso.

Maggiore è l'esercizio fisico, maggiore è il numero dei tessuti che si possono nutrire e maggiori sono le tossine, che si possono rimuovere in tutto il corpo.

L'incremento del flusso sanguigno consente, inoltre, ad una quantità maggiore di cellule nervose un maggiore accesso al nutrimento e alle squadre di ripulitura portati dal sangue.

L'attività motoria stimola, infine, anche uno dei più potenti fattori di crescita cerebrali, il BDNF (*brain derived neurotrophic factor - fattore neurotrofico cerebrale*), che esercita, su determinati neuroni del cervello, un effetto di crescita, producendo l'effetto di un vero e proprio fertilizzante. L'attività fisica può essere, dunque, definita come un vero carburante cognitivo.

A conferma di ciò, la comunità scientifica e alcuni studi sull'attivazione del cervello mostrano che i bambini e adolescenti in forma sono in grado di assegnare più risorse cognitive a un dato compito e di farlo per periodi di tempo più lunghi.

Come afferma Antronette Yancey, ex modella professionista, grande giocatrice di basket, oggi scienzista, studiosa dei processi evolutivi della mente, un

bambino in buona forma fisica identifica gli stimoli visivi molto più velocemente di un sedentario, è in grado di concentrarsi meglio, mostra maggiore attenzione agli argomenti che ha di fronte, maggiore capacità di ragionamento, migliore rendimento scolastico nell'apprendimento della lingua, della letteratura, e nei test; egli è, inoltre, più disciplinato nel suo comportamento in classe, si sente meglio con se stesso, ha un'autostima superiore, ed è, perciò, meno depresso meno ansioso.

A questo punto è, certamente, utile citare la raccomandazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, che consiglia per i bambini un impegno fisico aerobico di circa 60 minuti al giorno.

I benefici riguardano, comunque, tutte le fasce di età. Vari ricercatori hanno anche scoperto che se una persona svolge un'attività fisica moderata, ma continuativa, dimezza il rischio del declino cognitivo e della demenza correlata all'età.

Nel caso dell'Alzheimer si verifica la riduzione del 60% la probabilità di contrarre il morbo. Per trarre beneficio viene consigliata un'attività fisica blanda almeno bisettimanale.

Particolarmente consigliabile, a tale scopo, potrebbe essere la passeggiata di 20 minuti al giorno.

Tale attività assumerebbe un valore preventivo e ridurrebbe del 57% il rischio di subire un ictus cerebrale, che rappresenta una delle principali cause di disabilità mentale degli anziani.

In definitiva, un impegno fisico, regolarmente svolto, mantiene giovani e in salute i neuroni esistenti e li predispone a connettersi con gli altri (ampliamento della rete neuronale), stimolando, e arricchendo, inoltre, il serbatoio e la plasticità mentale, attraverso la formazione di nuove cellule cerebrali, situate nell'ippocampo (*neurogenes*).

Come nota conclusiva vorrei avanzare l'augurio e la speranza che la tecnologia moderna, peraltro indispensabile e irrinunciabile, sia utilizzata nel modo più corretto possibile, in modo da offrire, soprattutto alle future generazioni, spazi di libertà, fantasia, creatività, legati anche all'attività motorio-sportiva, che diventino occasioni preziose da esplorare, scoprire, valorizzare e realizzare nella costruzione del loro personale progetto di vita.

*Pasquale Piredda*

## **ATTIVITÀ MOTORIA COME INVESTIMENTO STRATEGICO**

Nel particolare momento di sofferenza che stiamo vivendo, determinato dal pericolo del contagio e dalle regole di comportamento prescrittive, indicate dalle autorità competenti, il presente contributo si prefigge lo scopo di stimolare una riflessione comune sui possibili strumenti, per fronteggiare e superare il sentimento di impotenza di fronte a questa devastante situazione di difficoltà.

Uno dei mezzi idonei, a tale scopo, penso sia quello di valorizzare l'importanza dell'attività fisica, intesa come prezioso investimento, per difendere e potenziare la salute dinamica, per migliorare gli aspetti etico-comportamentali e per prevenire, inoltre, alcune situazioni di disagio e di malessere psico-fisico, che stanno prendendo, sempre, più forma e consistenza, proprio in occasione del coronavirus.

Le attuali evidenze scientifiche, le teorie psicopedagogiche più accreditate, nonché le recenti scoperte delle neuroscienze sono pervenute alla convinzione che l'attività fisica costituisce, di fatto, uno dei nuclei fondanti della vita umana, il modo di essere di ogni persona, che voglia essere rispettosa del principio che la sua vera natura non è quella di essere un uomo inattivo, un "homo sedens", ma quella di essere una persona dinamica ("homo currens", "homo ludens" e così via), continuamente impegnata a realizzare il suo personale percorso di vita.

Basti pensare che lo stretto rapporto tra attività fisica e salute non rappresenta, un fatto nuovo, ma un principio riconducibile a un concetto antico, già presente nella civiltà antica, a partire da Platone (427-347 a.C.), Ippocrate (460-377 a.C.), Galeno (131-201 d.C.) e altri, i quali, già nella loro epoca, sostenevano che la pratica di un'attività fisica regolare fosse correlata a significativi benefici per la salute e al benessere psico-fisico.

A dispetto di questo principio, già tramandato dalla cultura classica, una società come quella attuale, fortemente caratterizzata dalla meccanizzazione e dall'automazione accelerata dei processi produttivi, di fatto, condiziona gli stili di vita delle persone, limitandone le attività di movimento e, compromettendone, di conseguenza, non solo la funzionalità di organi e apparati, ma anche le capacità e le abilità motorie, legate alle semplici attività quotidiane.

Eppure è un dato ormai accertato che vivere senza movimento è come vivere contro le leggi della natura, con la reale conseguenza che tale privazione comporta e consolida gravi errori di comportamento.

Ne deriva uno stile di vita, basato sull'esonero dalla fatica che, come è noto, determina l'insorgenza di una vera e propria sindrome morbosa, rappresentata dalla malattia ipocinetica (definita anche la malattia del secolo dei paesi industrializzati), il cui potere invalidante, rende più fragili, vulnerabili e indifesi i vari sistemi e apparati dell'organismo.

A conferma di ciò, le numerose ricerche dimostrano, infatti, che la vita sedentaria sta producendo, in maniera esponenziale, quadri patologici preoccupanti, come l'insorgenza di malattie cardio-circolatorie, ictus,

disfunzioni respiratorie (dispnea da sforzo), diabete di tipo due, vari tipi di tumore, obesità, disturbi morfo-funzionali del sistema muscolare, articolare, osseo (demineralizzazione dei tessuti che portano all'osteoporosi), ecc.

Come afferma l'Organizzazione Mondiale della Sanità, la mancanza di movimento produce una condizione di debolezza, che impedisce all'organismo di liberarsi delle tossine e, di conseguenza, di predisporre le necessarie difese immunitarie dell'organismo stesso (presidi di difesa) che, in condizioni normali, sono in grado di riconoscere e distruggere i fattori patogeni e di conservare, dunque, quello stato di armonico equilibrio psico-fisico che, normalmente, viene definito col termine omeostasi.

La stessa Organizzazione sostiene, infatti, che le persone attive, indipendentemente dall'età, presentano, oltre ad una migliore condizione fisica, una riduzione significativa dei fattori di rischio di malattie croniche ma, soprattutto, una percentuale di decessi cardiovascolari inferiore del 30% rispetto ai sedentari.

È stato calcolato, inoltre, che negli USA circa il 10% delle morti precoci (fra i 25 e i 64 anni di età) è legato alla scarsa attività fisica.

Le indagini svolte a livello internazionale dimostrano, inoltre, che un quarto delle cause di morte è dovuto all'inattività fisica.

È bene sottolineare, infine, la nota critica sulla constatazione che esiste una sorta di analfabetismo sull'influenza positiva dell'attività fisica sulla salute, per cui sussiste il pregiudizio culturale, abbastanza diffuso, che l'attività fisica non rappresenti un'esigenza vitale e fondamentale per l'uomo, ma una semplice attività accessoria, complementare, decorativa, ricreativa, evasiva, dopolavoristica, della quale si può fare benissimo a meno.

Un giudizio qualitativamente più valido, invece, viene attribuito, dall'opinione pubblica, all'attività sportiva, la quale è considerata, a tutti gli effetti, come l'espressione motoria più nobile, che esalta il valore tecnico-prestativo degli atleti di assoluta eccellenza.

### **LA RISPOSTA IMMUNITARIA**

Uno dei temi più studiati da parte dei ricercatori è il legame tra attività fisica e difesa immunitaria. Pur essendo un tema in fase di approfondimento, studi specifici piuttosto accreditati evidenziano, che le persone che praticano un'attività fisica moderata, con costanza e continuità, dispongono di un'azione difensiva dalla contrazione di infezioni e di esposizioni a contagi e di prevenzione di certi fenomeni di stress, legati alla vita sedentaria.

La migliore risposta immunitaria, riferita a una maggiore barriera di contrasto rispetto a patologie virali così attuali (in particolare le infezioni respiratorie), come il CORONAVIRUS, è stata riscontrata, soprattutto, nell'attività fisica non molto impegnativa dal punto di vista dei carichi di lavoro intensivi e prolungati, (per esempio un'attività blanda come 30' di camminata o una corsa lenta a 130 pulsazioni).

Al contrario, è stato accertato che tale difesa si indebolisce nello sport agonistico (depressione immunitaria), che prevede sforzi fisici ad elevata intensità (es. maratona o altri sport, che prevedono un dispendio energetico consistente). In questo caso si abbassa la concentrazione dei linfociti, vere

sentinelle contro l'invasione degli agenti patogeni.

In base a questa teoria, nota come "open windows", dopo aver svolto un esercizio molto intenso si verificherebbe una diminuita funzionalità temporanea del sistema immunitario (da 3 ore a 3 giorni a seconda dei casi) e, quindi, una maggiore predisposizione alle malattie e alle infezioni del sistema respiratorio, compresa la possibilità di sviluppare la comparsa della COVID - 19.

Il ricercatore americano David Nieman della "Appalachian State University", nel suo trattato "Clinical implications of exercise immunology", sottolinea che, in base ai risultati dello studio di un anno su oltre 500 adulti, è emerso che 1 - 2 ore di esercizio fisico moderato al giorno era associato a una riduzione di un terzo del rischio di ottenere un'infezione respiratoria, rispetto ai soggetti che avevano uno stile di vita inattivo.

Altri studi dimostrano che le persone, che si allenano 2 o più giorni alla settimana, hanno la metà di assenza dalla scuola o dal lavoro, a causa di raffreddori o influenza di quelli che non si allenano.

Resta, dunque, accertato, che con la ripetizione sistematica e prolungata dell'attività, svolta a ritmi blandi, migliora la resistenza dell'organismo contro l'attacco di virus o batteri, influenzando, in qualche misura, sulla difesa immunitaria (*Coronavirus e attività motoria adattata*, Carmelo Giuffrida, 7 Marzo 2020).

Altri contributi, in questo campo, sono stati offerti da J. Romeo et al, Session 6: *Role of physical activity on immune function*, nell'articolo *physical activity, immunity and infection*, il quale sostiene, comunque, che esiste un dibattito, ancora in corso, sulla materia.

L'azione immunitaria è svolta, principalmente, da una serie di cellule: immunoglobuline, macrofagi, neutrofili (globuli bianchi), mastociti, linfociti NK (cellule Natural Killer), che sono in grado di creare una barriera difensiva degli agenti esterni virali, soprattutto nelle attività fisiche poco impegnative che, tra l'altro, sono alla portata di tutti, comprese le persone inferme o con disabilità.

### **GLI EFFETTI BENEFICI DEL MOVIMENTO SUL SISTEMA NERVOSO E FUNZIONE PREVENTIVA ED EDUCATIVA**

Lo scienziato Donald Olding Hebb (1904 - 1985) sostiene il valore del corpo in movimento che, sperimentando una conoscenza esplorativa dell'ambiente, svolge un'importante azione nel processo di modificazione della rete neuronale, che è alla base della memoria e dell'apprendimento.

Secondo tale teoria l'esperienza fisico-motoria è, quindi, in grado di attivare circuiti e strutture specializzate, capaci di mantenere l'eccitazione elastica del neurone e di determinarne importanti modificazioni adattive.

Una ricerca presentata a Toronto, al meeting annuale della American Academy of Neurology (2020), ha coinvolto 1557 persone, nelle quali è stato esaminato il cervello con risonanza magnetica; il campione è stato suddiviso sulla base dei diversi stili di vita : un gruppo poco attivo e un gruppo attivo.

Il gruppo sedentario presentava in media una superficie di 871 centimetri cubici, contro gli 883 centimetri cubici del gruppo più attivo dal punto di vista motorio, corrispondente, cioè, a 12 centimetri in più.

Gli studiosi hanno, inoltre, sottolineato che, per ottenere questo risultato e

mantenere giovane il cervello, bastano semplici attività di movimento, come la semplice camminata, il nuoto, la danza, le attività di giardinaggio, ecc.

È stato, anche verificato, a tale proposito, che una persona che svolge attività fisica risulta biologicamente più giovane di 4 anni rispetto alla sua età anagrafica. L'autore di questo studio, la ricercatrice della Columbia University Yian Gu, nel 2015, ha effettuato un'indagine sul ruolo della dieta mediterranea, dell'attività fisica, del sonno e di altri fattori legati allo stile di vita, rapportati all'attività cognitiva del cervello e alla possibilità di rallentarne, attraverso il movimento, il processo di invecchiamento e l'insorgenza delle malattie neurodegenerative.

Altre ricerche, anche a livello nazionale, hanno dimostrato che un'attività fisica di due ore e mezza a settimana di attività aerobica, come la corsa lenta, svolta per 4 mesi, rende il nostro organo pensante più efficiente, più lucido e in grado di prendere decisioni in tempi decisamente più brevi.

### **LA PREVENZIONE DEGLI STATI DEPRESSIVI**

Da un'apposita ricerca risulta che, per gli adolescenti, dagli 11 ai 16 anni, ogni ora in più al giorno di attività fisica leggera (anche la semplice camminata) riduce del 11% i sintomi della depressione, come umore negativo, deconcentrazione, scarsa voglia di fare. Questo studio, realizzato dalla University College di Londra, pubblicato sulla Rivista Lancet Psychiatry, ha coinvolto 4.257 giovani, monitorati fin dalla nascita, i quali hanno indossato, per diversi giorni, accelerometri all'età di 12, 14, 16 anni.

Quando i giovani hanno compiuto 18 anni, gli esperti hanno registrato il livello di depressione di ciascuno con una scala ad hoc, basata su questioni specifiche. La scala offre un punteggio, una misura quantitativa dei sintomi depressivi e della loro gravità. Ebbene, è emerso che per ogni ora in più al giorno di sedentarietà riscontrata rispettivamente a 12, 14, 16 anni, si ha un aumento del punteggio della depressione dell'11,1%, dell'8% e del 10,5%, nel questionario somministrato a 18 anni, viceversa per ogni ora quotidiana in più di attività fisica leggera registrata dall'accelerometro, rispettivamente a 12, 14, 16 anni, si ha una riduzione del punteggio della depressione del 9,6%, del 7,8% e dell'11,1% nel questionario somministrato a 18 anni (Aaron Kandola).

Le evidenze scientifiche, nei loro vari risvolti, sottolineano che l'esercizio fisico può essere considerato un vero e proprio farmaco, come sottolinea l'Organizzazione Mondiale della Sanità che, nel sostenere l'azione di prevenzione delle varie patologie, legate alla mancanza di movimento, afferma che "se esistesse in farmaco in grado di dare gli effetti benefici dell'esercizio fisico, sarebbe il medicinale più prescritto al mondo". Tale cura, purtroppo, non è molto diffusa nella generalità della popolazione: in tutto il mondo, infatti, un adulto su 4 e 3 adolescenti su 4 (tra gli 11 e i 14 anni), non svolgono un'attività fisica adeguata che, secondo le Raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, sarebbe quantificabile in almeno di 150 minuti settimanali per gli adulti e di 60 minuti al giorno per i bambini e i ragazzi.

Sulla base dei dati forniti dal Sistema di Sorveglianza OKkio alla Salute, quasi un bambino su quattro dedica al massimo un giorno a settimana (almeno

un'ora) allo svolgimento di giochi di movimento e il 41% trascorre più di due ore al giorno davanti alla TV, ai videogiochi, ai tablet e ai cellulari.

Si presenta, dunque, l'esigenza/urgenza che le Istituzioni preposte si facciano carico di questo problema e che attivino progettualità mirate verso una campagna di "alfabetizzazione culturale" del fenomeno motorio-sportivo, orientato alla difesa e al potenziamento della salute, intesa nella accezione più ampia di difesa della vita, secondo il principio enunciato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che considera la salute come "uno stato di benessere fisico, mentale e sociale completo e non semplicemente l'assenza di malattie o infermità". Le considerazioni qui esposte si propongono, quindi, lo scopo di sottolineare la funzione formativa dell'area disciplinare centrata sulla motricità, con particolare riguardo ai tre elementi fondanti, che investono, nello stesso tempo: l'aspetto igienico-salutistico, l'aspetto morfologico-funzionale-abilitativo e l'aspetto socio-comportamentale. Tale disciplina, a livello scolastico, ha assunto la denominazione di educazione fisica (1° ciclo d'istruzione) e scienze motorie e sportive (2° ciclo d'istruzione), può, dunque, essere veicolata per raggiungere gli obiettivi di apprendimento e i traguardi di sviluppo, riferiti alle aree d'intervento sopra indicate:

- ◆ sul piano igienico-salutistico l'esercizio fisico e l'attività motorio-sportiva contribuiscono a:
  - promuovere stili di vita positivi
  - contrastare le patologie più comuni legate alla vita sedentaria
  - prevenire le dipendenze da sostanze psicoattive
  - prevenire il sovrappeso e l'obesità bilanciando e razionalizzando l'alimentazione, stabilendo un equilibrio tra dispendio energetico e assunzione di calorie
  - rafforzare le difese immunitarie
  - potenziare attraverso l'attività motoria e sportiva, la salute dinamica (efficienza di organi e apparati) ed in particolare
    - migliorare le capacità cardio-respiratoria e cardio-circolatoria (diminuzione della pressione, diminuzione della frequenza cardiaca a riposo, aumento della capacità vitale)
    - migliorare la funzionalità e l'efficienza muscolare
    - migliorare la funzionalità osteo-articolare ( maggior nutrimento del tessuto osseo e un maggior rifornimento del calcio, mantenimento della mobilità articolare e maggiore resistenza delle strutture)
    - migliorare la struttura del cervello in termini di dimensioni, attivare la funzionalità e i meccanismi di proliferazione neuronale
- ◆ sul piano morfologico-funzionale-abilitativo-prestativo (efficienza motoria) l'attività motorio-sportiva contribuisce a:
  - potenziare la funzionalità/efficienza di organi e apparati
  - migliorare le personali capacità motorie di tipo coordinativo e condizionale
  - valorizzare le personali vocazioni e dotazioni native

○ sviluppare abilità di tipo sportivo (tecniche tattiche in alcuni sport).  
Sul piano psicologico, educativo e socio-relazionale, l'attività motorio-sportiva, inserita all'interno di un processo formativo mirato, esercita un ruolo fondamentale sul piano personale e sul piano sociale, che può essere così sintetizzato:

→ sul piano personale contribuisce a :

- sviluppare il senso dell'identità personale e del concetto di sé e il sentimento di autostima (self-esteem) e di autoefficacia (self-efficacy)
- assicurare una stabilità emotiva di fondo, prevenendo l'insorgenza di squilibri affettivi e di quadri caratteriologici disturbati
- migliorare la fermezza volitiva
- incanalare e sublimare, senza reprimere, la naturale aggressività in termini costruttivi
- assecondare le motivazioni primarie legate al gioco e all'agonismo, favorendo esperienze di tipo ludico, in cui l'alunno possa gustare l'avventura, il senso gratuito dell'attività, il divertimento distensivo e, nello stesso tempo, coglierne i valori sotto il profilo etico-sociale, utile anche a contrastare fenomeni di disagio sociale
- arricchire la componente affettiva, mediante l'educazione alla sensibilità, agli interessi, al gusto e alla capacità creativa
- risolvere situazioni problematiche, che sviluppino la capacità di adattamento a situazioni nuove ed impreviste.

→ sul piano socio-comportamentale contribuisce a:

- agevolare il passaggio dalla fase egocentrica alla fase sociocentrica dello sviluppo
- armonizzare i propri comportamenti con quelli degli altri, in modo che gli stati emotivi personali non ledano l'altrui dignità ed identità (condivisione dello stato di star bene con il mondo, con gli altri, con la famiglia, con le istituzioni, ecc.)
- attenuare il fenomeno dell'isolamento, della solitudine e della marginalità sociale
- accettare e sostenere la diversità come valore
- sviluppare il senso del fair-play
- prevenire e contrastare il bullismo, il cyberbullismo e le varie manifestazioni di aggressività.

In conclusione, non è azzardato affermare che i parametri fisici, intellettivi, mentali, sono sempre direttamente coinvolti e interagenti nell'attività di movimento e che, pertanto, rappresentano un'occasione irripetibile, che consente a tutti di poter utilizzare una corazza protettiva nei confronti di quegli agenti esterni e di quelle condotte errate, che compromettono la salute e, quindi, la qualità della vita di ognuno.

*Pasquale Piredda*

## STORIA D'UN CAMPIONATO DI KARATE



Dal 07 al 09 febbraio la città di Budapest ha ospitato il 47° Campionato Europeo Junior Cadet e la 12<sup>a</sup> edizione del Campionato Europeo U21. Un importante evento dove atleti provenienti da tutta Europa cercano il loro momento magico.

### APPUNTI DI VIAGGIO

Si parte mercoledì 03/02, alle 06,35 da Ciampino con volo diretto per Budapest, una fredda mattina che fa da presagio per il clima che incontreremo. All'arrivo, al Liszt Ferenc International Airport ci attende il taxi che ci porterà ai nostri rispettivi alloggi. Il mio è al n°8 di Kazinczy utca a due passi dalla metro, uscita Astoria.

Utilizziamo il resto della giornata per girare un pò, dopo esserci muniti di abbonamento per i mezzi di trasporto, che collegano la città in maniera ottimale. Budapest è dotata di una rete ferroviaria [metropolitana](#), di un servizio ferroviario suburbano ([BHÉV](#)), di una [rete tranviaria](#), oltre che di una rete di autobus, filobus e navette fluviali sul Danubio.

La giornata di giovedì ci accoglie con freddo vento e 4 gradi, iniziamo il nostro tour turistico che si concluderà con un giro in battello sul Danubio, tutto meno che blu ...

### VENERDI' 07/02 (1° giorno di gara)

Di buon ora siamo al palazzetto, una grande struttura quella dell'Olympic Center Arena (**BOK Sportcsarnok**), costruito nel 1999, con una capacità di 8000 spettatori è diventato una delle arene più popolari e moderne, ospitando ogni anno eventi sportivi, concerti di musica, mostre e conferenze. A fianco l'Olympic Center Arena: lo spettacolo inizia ...



52 nazioni per un totale di 1128 atleti e 28 team nei kata, sono pronti a contendersi tra ori, argenti e bronzi i 140 podi a disposizione. Trampolino di lancio per atleti che vogliono



mettersi in mostra o per atleti che vogliono consolidarsi nelle rispettive categorie, gli europei giovanili sono uno spaccato sul karate del nostro continente. Sistemi e metodi, strategie e tattica si confrontano, il presente ed il futuro della nostra disciplina si delinea in questo scenario, dove le nazioni mostrano il meglio del loro prodotto. Suggestivo l'ingresso degli atleti con supporto musicale, come un fiume che scorreva, per poi dividersi e

disporsi di fronte alle proprie are di gara.

Nella foto: la delegazione ungherese durante la cerimonia d'apertura.

Sono di scena i cadetti (14°-15° anno di età) kata e kumite, gli juniores (16°-17 anno di età) e U21 (18°-20° anno di età), kata maschile e femminile.

Il bilancio dopo la prima giornata per la nostra Nazionale Fijlkam è di 2 ori (Inzoli Sonia e Galassi Matilde kata), 1 argento (Marturano Irene kumite) e 2 bronzi (Amato Carolina e Galeotti Thomas kata).

Ventisei le nazioni che sono andate a podio in questa prima giornata (vedi tabella 1).

Una delle medaglie conquistate dalla nostra nazionale mi tocca particolarmente da vicino, il bronzo nella classe kata/fe U21 vinto da mia figlia Carolina.

Era il suo primo europeo in questa classe, anche se il suo palmares è abbastanza ricco di podi in campo internazionale ( un argento, un oro ed un bronzo nei precedenti europei, un argento ed un bronzo ai mondiali ed un oro ai campionati del mediterraneo).

Ma gli U21 sono la porta che apre ai senior ... il top.

Con l'applicazione del nuovo regolamento, per quanto concerne i kata, gli atleti sono suddivisi in pool, alla fine delle rispettive prove viene assegnato un punteggio che poi determinerà il prosieguo della competizione.

30 atlete distribuite su quattro pool, quattro le prove da eseguire per chi aspira al podio.

Nella pool 2 Carolina si esibisce per terza e con un punteggio di 24,36 è seconda dietro la croata Malcec Sara 24,38.

Al secondo turno con 24,66 si piazza al secondo posto dietro la russa Shcherbina Anna 25,6. Il terzo round è quello che apre le porte alle finali, due pool da quattro atleti, tre passano una è fuori.



Qualche piccola imperfezione per Carolina che con 23,58 si classifica ancora seconda e cede la finale alla turca Colak Keida Nur 24,8, ma si lascia dietro la croata Malcec e soprattutto l'ostica russa Shcherbina (accreditata da tutti al podio).



La finale per il terzo e quinto posto la vede confrontarsi con l'austriaca Celo Funda, che nell'ultima gara di preparazione per l'europeo aveva battuto Carolina.

Il regolamento gara per le finali prevede che entrambe le atlete eseguano la propria prova, poi alla fine si schierano e solo allora vengono mostrati i risultati.

L'attesa prima del verdetto è snervante,

le personali valutazioni e oltre quaranta anni di esperienza sembrano non avere valore in quel momento, si osserva lo schermo gigante in attesa che mostri i punteggi ottenuti, poi l'arbitro designato si pone tra le due atlete ed il braccio si alza verso Carolina (che è stata la prima ad esibirsi), con il punteggio di 25,26 contro 24,26 dell'austriaca si aggiudica il bronzo che sa di rivincita.

L'emozione è forte, palpabile, gli U21 sono veramente tosti, la tensione scende nell'attesa di abbracciare la campionessa. Nella foto: Carolina Amato (1<sup>a</sup> da dx) medaglia di bronzo kata U21, atleta dell'anno G. Onesti 2019.

32

Tabella 1 : medagliere 1<sup>a</sup> giornata

47 <sup>th</sup> EUROPEAN CHAMPIONSHIPS JUNIOR – CADET & U21							
MEDAGLIERE 1 <sup>a</sup> GIORNATA							
	CL.	NAZIONE					TOTALE
1	1 <sup>st</sup>	TURKEY		3	1	2	6
2	2 <sup>nd</sup>	ITALY		2	1	2	5
3	3 <sup>rd</sup>	SPAIN		1	2	3	6
4	4 <sup>th</sup>	RUSSIAN FEDERATION		1	1	3	5
5	5 <sup>th</sup>	ROMANIA		1	1		2
6	6 <sup>th</sup>	GERMANY		1		2	3
7	6 <sup>th</sup>	FRANCE		1		2	3
8	8 <sup>th</sup>	AZERBAIJAN		1			1
9	8 <sup>th</sup>	BELARUS		1			1
10	8 <sup>th</sup>	ENGLAND		1			1

11	8 <sup>th</sup>	SCOTLAND		1			1
12	12 <sup>nd</sup>	SLOVAKIA			3	1	4
13	13 <sup>rd</sup>	MONTENEGRO			1	2	3
14	14 <sup>th</sup>	ARMENIA			1		1
15	14 <sup>th</sup>	CZECH REPUBLIC			1		1
16	14 <sup>th</sup>	GREECE			1		1
17	14 <sup>th</sup>	POLAND			1		1
18	18 <sup>th</sup>	UKRAINE				3	3
19	19 <sup>th</sup>	BELGIUM				1	1
20	19 <sup>th</sup>	DENMARK				1	1
21	19 <sup>th</sup>	GEORGIA				1	1
22	19 <sup>th</sup>	HUNGARY				1	1
23	19 <sup>th</sup>	LATVIA				1	1
24	19 <sup>th</sup>	LITHUANIA				1	1
25	19 <sup>th</sup>	SERBIA				1	1
26	19 <sup>th</sup>	SWEDEN				1	1

### SABATO 08/02 (2° giorno di gara)

Questa seconda giornata di gare vede impegnate le squadre di kata cadet/junior ed il kumite junior sia maschile che femminile.

13 i team schierati in campo femminile e 16 in quello maschile. Dimostrando il nostro valore la nazionale italiana si aggiudica un oro nel femminile (D'ONOFRIO/RIZZO/ROVERSI), ed un bronzo nel maschile (ARNONE/BINOTTO/VILLANO), cominciando bene la giornata.

Nel kumite non andiamo oltre due medaglie, un argento con De Vivo Daniele ed un bronzo con Fiore Matteo, concludendo complessivamente con un bottino di un oro, un argento e due bronzi.

22 le nazioni a podio in questa 2<sup>a</sup> giornata di gare ( vedi tabella 2), dove spicca il 1° posto dell'Azerbaijan.

33

Tabella 2 : medagliere 2<sup>a</sup> giornata

							
N.	CL.	NAZIONE					TOTALE
1	1 <sup>st</sup>	AZERBAIJAN		3	1	1	5
2	2 <sup>nd</sup>	TURKEY		2	2	2	6
3	3 <sup>rd</sup>	SPAIN		1	2		3
4	4 <sup>th</sup>	ITALY		1	1	2	4
5	5 <sup>th</sup>	FRANCE		1	1	1	3
6	6 <sup>th</sup>	HUNGARY		1		1	2
7	6 <sup>th</sup>	UKRAINE		1		1	2
8	8 <sup>th</sup>	ENGLAND		1			1
9	9 <sup>th</sup>	BULGARIA			1		1
10	9 <sup>th</sup>	ROMANIA			1		1
11	9 <sup>th</sup>	SERBIA			1		1

12	9 <sup>th</sup>	SLOVENIA		1		1
13	13 <sup>rd</sup>	RUSSIAN FEDERATION			3	3
14	14 <sup>th</sup>	AUSTRIA			2	2
15	14 <sup>th</sup>	PORTUGAL			2	2
16	16 <sup>th</sup>	BELARUS			1	1
17	16 <sup>th</sup>	CROATIA			1	1
18	16 <sup>th</sup>	GERMANY			1	1
19	16 <sup>th</sup>	KOSOVO			1	1
20	16 <sup>th</sup>	NORTH MACEDONIA			1	1
21	16 <sup>th</sup>	SLOVAKIA			1	1
22	16 <sup>th</sup>	SWITZERLAND			1	1

Anche il secondo atto di questo campionato europeo si conclude, si esce dal palazzetto, si prende la metropolitana, due fermate e siamo al centro, l'aria fredda si fa sentire; mangiamo qualcosa poi un ultimo giro in un'affollata Budapest e via a casa. Domani ultimo giorno di gare.

### DOMENICA 09/02 (3° giorno di gara)

Oggi tocca agli Under 21 kumite maschile e femminile, quaranta le medaglie in gioco per dieci categorie di peso ( 5 Ma e 5 Fe), in palio anche la classifica finale per nazioni.

Raccogliamo solo un argento con Mangiacapra Alessandra, sfioriamo un bronzo con Brunori Veronica, ma non andiamo oltre.

La Francia aggiudicandosi due ori un argento ed un bronzo risulta prima nel medagliere di questa ultima giornata di gare, le nazioni a podio sono 21 ( vedi tabella 3), presenti in questa classe atlete ed atleti che partecipano già alla Premier League, competizione ad alto tasso agonistico, tanto per dare l'idea del livello tecnico.

34

Tabella 3 : medagliere 3<sup>^</sup> giornata

47 <sup>th</sup> EUROPEAN CHAMPIONSHIPS JUNIOR – CADET & U21 MEDAGLIERE 3 <sup>^</sup> GIORNATA							
CL.	NAZIONE				TOTALE		
1	FRANCE		2	1	1	4	
2	GREECE		1	1		2	
3	PORTUGAL		1	1		2	
4	CROATIA		1		4	5	
5	TURKEY		1		2	3	
6	UKRAINE		1		1	2	
7	AUSTRIA		1			1	
8	HUNGARY		1			1	
9	NORWAY		1			1	
10	RUSSIAN FEDERATION			2	2	4	
11	MONTENEGRO			2		2	
12	ITALY			1		1	
13	DENMARK			1		1	
14	SCOTLAND			1		1	

15	15 <sup>th</sup>	KOSOVO		3	3
16	16 <sup>th</sup>	AZERBAIJAN		2	2
17	17 <sup>th</sup>	GEORGIA		1	1
18	17 <sup>th</sup>	GERMANY		1	1
19	17 <sup>th</sup>	IRELAND		1	1
20	17 <sup>th</sup>	NORTH MACEDONIA		1	1
21	17 <sup>th</sup>	SERBIA		1	1

Si conclude questo 47° Campionato europeo che incorona la Turchia con 6 ori, 3 argenti e 6 bronzi, Regina d'Europa nella speciale classifica per nazioni, bissando così il 1° posto ottenuto nell'edizione 2019 dei campionati europei di Aalborg (Denmark).

La nostra nazionale si attesta alla quarta posizione nella classifica generale con un bottino di 3 ori, 3 argenti e 4 bronzi ( vedi tabella 4), preceduti dalla Francia al secondo posto ( 4 ori, 2 argenti e 4 bronzi), e l'Azerbaijan al terzo (4 ori, 1 argento e 3 bronzi). Ancora una volta i kata sono stati un nostro punto forte, mentre nel kumite bisogna sicuramente rivedere qualcosa.

Tabella 4 : medagliere nazionale Fijlkam

ATLETA/I	CL.	SPECIAL.		CAT. KG	TEAM	MED.		
		KA	KU					
INZOLI SONIA	CA	X						
GALEOTTI THOMAS	CA	X						
GALASSI MATILDE	JU	X						
AMATO CAROLINA	U21	X						
D'ONOFRIO/RIZZO/ROVERSI	CA/JU	X			X			
ARNONE/BINOTTO/VILLANO	CA/JU	X			X			
MARTURANO IRENE	CA		X	-54				
DE VIVO DANIELE	JU		X	-68				
FIORE MATTEO	JU		X	-76				
MANGIACAPRA ALESSANDRA	U21		X	-61				
<b>TOTALE</b>						<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

Stanco di questi tre giorni di karate ma soddisfatto, dove, aldilà della gioia per una medaglia conquistata da Carolina, ho avuto modo di osservare, filmare, scambiare opinioni e punti di vista, e di prendere nota su tantissimi giovani atleti e non solo.



Il confronto è fondamentale se si vuole essere al passo con i tempi, la nostra disciplina è in continua evoluzione, lo dimostrano le 36 nazioni a podio (69,23%), sulle 52 partecipanti. Segno questo del forte sviluppo e della crescita del karate in ambito sportivo, dove arrivare al podio è sempre più difficile.

Un atleta su tutti, il turco Ozdemir Enes oro kata individuale Junior e a squadre, nonché titolare della squadra seniores di kata. Un atleta giovane che riesce a conquistare un podio anche nelle Premier League terreno di caccia per i più esperti senior.

Si torna a casa, domani levataccia alle quattro, volo per Ciampino alle 6,35.

Ancora un ultimo giro per ammirare la città, poi cena e poi a letto, sempre se riusciremo a dormire.

Nella foto: il m° Amato con Carolina

P.S.

Se andate a Budapest non dimenticatevi, oltre a visitare la città, di gustare i kürtőskalács (il camino ungherese). Sono dei profumatissimi dolci di origine ungherese a base di pasta brioche arrotolata lungo un rullo, spennellati di burro, cotti al forno ed insaporiti a fine cottura tradizionalmente con zucchero alla cannella o semi di papavero, oggi con nutella ed altro; un profumo inebriante ed un sapore spettacolare a scapito del suo nome impronunciabile, viszlát Budapest.

*Maurizio Amato*

## DISAGIO INFANTILE DA CORONAVIRUS

Il tema del coronavirus è, in questi tempi, al centro dell'attenzione politica, delle autorità sanitarie e delle varie fonti di informazione, spesso, contenente una serie di raccomandazioni, non sempre corrette, a volte, contraddittorie, sul comportamento da seguire, per arginare il grave fenomeno e prevenire le occasioni presenti e future di contagio.

A tale scopo si sono susseguiti, ultimamente, numerosi decreti ministeriali, centrati su precise misure di contenimento del fenomeno, che si sono concretizzate nella chiusura della scuola, delle palestre, dei campi sportivi, degli spazi ludici, dei parchi, nell'interruzione dell'attività lavorativa, del divieto dei contatti ravvicinati, degli spostamenti in macchina o a piedi (*con qualche eccezione per l'ora d'aria dei cani ! Sempre citati nei suddetti decreti*)

I genitori, in particolare, si sono trovati impreparati di fronte alla necessità di gestire la vita domestica e l'educazione dei loro figli, il cui impegno prevede, normalmente, la necessità, per loro, di conciliare, contemporaneamente, il lavoro da casa (smart-working) e la cura degli impegni scolastici dei figli stessi.

La diffusione del coronavirus ha, in molti casi, mandato in tilt milioni di famiglie, compromettendo e sconvolgendo la stabilità e l'equilibrio emotivo precedentemente consolidati, con l'effetto di creare una situazione di allerta e disorientamento generalizzato e, soprattutto, il sentimento diffuso di incapacità e di inadeguatezza a fronteggiare le varie situazioni problematiche, dovute ad un fenomeno imprevisto e mai sperimentato precedentemente.

Tale oggettiva difficoltà, in parecchi casi, è accompagnata da situazioni poco serene all'interno del nucleo familiare, che riguardano diverse forme di fragilità emotiva o sociale o condizioni di debolezza culturale e strumentale, riferite alla competenza digitale e alla mancanza dei mezzi tecnici necessari per gestire la didattica a distanza dei loro figli.

È un principio, sicuramente scontato, che i bambini, in ogni circostanza, hanno sempre bisogno di fare affidamento su precise figure di riferimento e che devono, perciò, disporre, di una grande attenzione e protezione, soprattutto da parte dei genitori, i quali hanno bisogno, comunque, di essere supportati da un intervento rafforzato e mirato delle istituzioni preposte, per garantire loro una situazione facilitante per trovare soluzioni educative, adatte a risolvere i problemi connessi alla chiusura delle scuole fino a settembre.

È il caso di sottolineare, a questo punto, che eventuali interventi di supporto da parte di figure professionali esterne, come le baby sitter, oltre all'impegno economico non facilmente sostenibile, di fatto, non offrono la necessaria garanzia della non trasmissibilità del virus.

A dispetto di ciò, come è stato rilevato da numerosi genitori, nei documenti ufficiali dei decreti, riferiti a precise iniziative d'intervento, non è apparso, a parte le proposte attivate o degli ultimi giorni, alcun riferimento esplicito a progettualità centrate sulle problematiche esistenziali dei bambini e dei ragazzi che preveda, un razionale piano di assistenza formativa nei loro confronti, in un'ottica che, superando il semplice provvedimento della chiusura delle scuole,

possa prevedere un'azione compensativa di costruzione di spazi educativi adeguati, che bilanci, almeno in parte, la mancanza delle opportunità offerte loro, fino a qualche mese fa, dalle agenzie extrafamiliari, in campo scolastico, sportivo o in altre attività, che li impegnavano per 8 ore giornaliere circa, per 5 giorni a settimana.

La deprivazione del gioco e del movimento organizzato, in particolare, ha determinato una situazione di grande malessere psico-fisico, che si contrappone, nettamente, alle Raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la quale, nell'indicare le linee di condotta, riferite alla difesa della salute dinamica di tutte le persone, consiglia lo svolgimento di 60 minuti al giorno di attività motoria per i bambini e di 30/40 minuti al giorno per le persone adulte, da effettuare a distanza di sicurezza da altre persone.

I bambini, chiusi in casa, in gran parte, figli unici, si trovano, ora più che mai, in una condizione di deprivazione delle loro esigenze e bisogni fondamentali, che ne mortificano i naturali processi di crescita, maturazione e sviluppo, che coinvolgono tutte le aree della personalità : morfologico-funzionale (area abilitativa), igienico-salutistica, emotivo-affettiva, socio- educativa.

### **UNA PROPOSTA**

Nel caso che l'allontanamento fisico dall'ambiente esterno e la mancanza di relazioni interpersonali dirette si protraggono a lungo, i genitori o uno dei genitori sono chiamati ad affrontare un compito potenziato e più complesso rispetto al passato, che li coinvolge in un'azione vicariante e di supporto, sia nei confronti di vari compiti di sviluppo quotidiani, gestiti da altri soggetti.

Tra l'altro, si è già evidenziato, nella maggior parte dei casi, una lodevole azione di supporto in questa direzione da parte loro, che si sono attrezzati per fronteggiare al meglio le nuove sfide educative, conciliando il loro impegno lavorativo, tramite lo smart-working, col supporto alle lezioni on line della scuola e ad attività formative di vario tipo.

La loro vicinanza sistematica a fianco dei figli, infatti, ha trasformato una situazione di grave difficoltà e fragilità, legata alla prevenzione diffusiva del virus, in un'opportunità educativa, in cui il contatto prolungato con i propri figli ne ha rafforzato l'aspetto affettivo, comunicativo-relazionale e, quindi, la qualità del loro rapporto interpersonale.

Al fine di agevolare quest' azione di sostegno sistematico e prolungato da parte dei genitori, nei confronti dei figli, che copra l'arco di tutta la giornata, si forniscono alcuni consigli utili, con la precisazione che le note sotto indicate non hanno la pretesa di indicare precise linee di condotta , né ricette operative valide in ogni circostanza, ma solo uno stimolo alla riflessione su alcune strategie di conduzione dell'attività educativa, adattandole alle situazioni di emergenza, che ha modificato radicalmente comportamenti già consolidati e, più in generale, il sistema di vita di molte famiglie.

Azioni consigliate per i genitori nei confronti dei bambini:

- ascoltare, in modo attivo, i loro bisogni, le loro preoccupazioni o le condizioni di disagio, come requisito indispensabile per dare adeguate risposte rassicuranti e per risolvere eventuali condizioni di fragilità emotiva

- comunicare con loro, con un linguaggio semplice e chiaro, la situazione critica che si sta vivendo, evitando il carico di informazioni ansiogene dei dati statistici forniti dai mass media, minuto per minuto
- attivare forme di conoscenza del fenomeno Coronavirus, anche sotto forma di gioco, sulle caratteristiche scientifiche della sua struttura e dei meccanismi di diffusione del virus
- evitare l'esposizione prolungata e ripetuta davanti alle strumentazioni telematiche, che possono creare un fenomeno di dipendenza
- tranquillizzarli che le Istituzioni preposte sono seriamente impegnate in un progetto di tutela della salute di tutti i cittadini, che ha reso necessario, a tal fine, alcune misure cautelative e preventiva, come la chiusura delle scuole, la sospensione delle gite scolastiche, dell'attività dei centri sportivi, il divieto di frequentazione dei locali affollati e il divieto di incontri ravvicinati con altre persone
- dimostrare, in modo concreto, linee di comportamento personale emotivamente ed eticamente coerenti con i principi di comportamento da loro enunciati
- dare continuità, con i dovuti adattamenti e nei limiti delle possibilità ambientali, alle attività che, normalmente, i bambini svolgevano in ambito extrafamiliare (attività scolastiche, ludico motorie, musicali, ricreative), cercando di ricavare spazi vitali, anche minimi, che consenta loro di muoversi e giocare
- agevolare le forme di comunicazione telefonica (videochiamate in particolare) e telematica, oggi disponibili, che impegnino i loro figli, in modo attivo, nel loro processo di apprendimento e nel loro contatto a distanza con i loro coetanei, ma anche coi nonni, fisicamente distanti, educandoli, però, ad un uso consapevole e corretto dei suddetti mezzi
- coinvolgerli in modo attivo nell'organizzazione di attività organizzative familiari, come, per esempio la stessa cucina, che può diventare una sorta di laboratorio divertente, in cui si possono sperimentare abilità pratiche come il saper fare e la disponibilità a rendere utile la loro collaborazione.
- valutare positivamente l'istituzione, da parte delle autorità competenti, di eventuali centri estivi, selezionando la qualità delle offerte formative proposte, da parte delle agenzie esterne presenti nel territorio.

*Pasquale Piredda*

## LA QUESTIONE DELLA PROFESSIONALITÀ EDUCATIVA

Un qualsiasi discorso sul divenire umano, presuppone una scelta che decide la visione del mondo, sulla quale si misurano i ruoli possibili dell'uomo e della sua capacità di essere, di adattarsi e modificarsi, attraverso *la maturazione* (modifiche legate alla crescita biologica) e *l'apprendimento* (cambiamenti che si producono con l'esperienza, riferita ai comportamenti, agli atteggiamenti, ai valori, alla conoscenza, alle capacità, oltre che ai modelli socio-culturali offerti dall'ambiente in cui vive).

Questi due processi non sono alternativi, ma trovano il loro stretto rapporto e la loro armonica interazione attraverso l'azione educativa, che coinvolge la totalità della persona, nelle sue funzioni fisiche, conoscitive, emotive, motorie, socio-comportamentali.

Si realizza, così, un percorso evolutivo (sviluppo) in cui, come afferma C. Nanni, si evidenziano le caratteristiche essenziali dell'esistenza, "quali ad esempio la corporeità, la razionalità, la libertà, la spiritualità, l'amore, la comunicazione, la socialità, ecc."

Chi viene educato si trasforma, si comporta in modo nuovo, guarda le cose da un punto di vista diverso, diventa interlocutore di persone, che consentono nuovi modi di stabilire relazioni; anche se è fondamentale riconoscere ciò che per ogni soggetto deve rimanere stabile (patrimonio biologico e orizzonti culturali di riferimento) e ciò che si può cambiare.

Questa dialettica è alla base di ogni processo educativo e si attiva ogni volta che l'insegnante si propone come portatore di una cultura da condividere e, insieme, come colui che sa stimolare il pensiero vivo, originale, nonché il desiderio di scoperta dei suoi allievi, rendendo, però, stabili le fondamenta e le radici, su cui si può sviluppare la loro personale creatività.

Ogni bambino fin dalla nascita trova, già bello e fatto, un sapere e un repertorio linguistico (modellato dalla cultura e dai suoi codici espressivi), adatto ad esprimere quello che via via capisce, adatto a dare forma ai suoi pensieri, ma, contemporaneamente, egli si trova nella necessità di utilizzare un suo criterio interpretativo, che gli consenta di pensare nuove idee, di realizzare soggettive esperienze di vita e di poterle comunicare agli altri con un suo stile personale.

### LA MEDIAZIONE DELL'INSEGNANTE E LE SUE COMPETENZE

Si pone, allora, la domanda se questa duplice istanza, riferita all'evoluzione della persona umana, trovi un'armonica fusione nei processi educativi istituzionalizzati.

A questo proposito si potrebbe sostenere che, per l'insegnante, non si tratta, in realtà, di scegliere tra l'una o l'altra modalità educativa (stabilità o innovazione), ma di acquisire la consapevolezza che, in ogni caso, in campo educativo, egli non può essere totalmente orientato a privilegiare lo sviluppo del "pensiero convergente" (sapere definito entro certi schemi e basato su conoscenze disciplinari chiuse e impermeabili) o quello del "pensiero divergente", (sapere creativo, fuori da schemi precisati e con molteplici e vari

approcci), ma impegnarsi, piuttosto, a conciliare le due diverse impostazioni, a seconda delle occasioni; per cui si potrebbe avvalorare il principio, secondo cui la stabilità è utile nella misura in cui sostiene l'innovazione.

Ogni patrimonio culturale, infatti, deve essere utilizzabile dagli eredi di una nuova generazione, come una ricchezza, che consenta loro di saper vivere bene in un mondo che è cambiato, nella consapevolezza che il dono culturale a loro tramandato non può essere, certamente, considerato una sorta di bagaglio pesante e fastidioso di cui liberarsi appena possibile, ma una risorsa preziosa e irrinunciabile per la loro crescita umana, morale, civile, sociale.

### **GLI ORIENTAMENTI DELLA NUOVA SCUOLA**

Nella sua impostazione tradizionale di tipo prettamente cognitivo, la vecchia scuola, come sappiamo, ha privilegiato, per molto tempo, la concezione stabile di certi cliché culturali standardizzati, stereotipati, basati su modelli chiusi, stabili, omologanti e livellanti.

Questo tipo di rigidità ha, per troppo tempo, schiacciato o limitato le idee originali e le intuizioni creative, legate al saper fare personale e ragionato di chi apprende, evidenziando, nell'azione didattica-educativa, la scarsa attenzione dell'insegnante agli aspetti affettivi, emotivi ed espressivi; elementi, questi, che incidono profondamente sul processo di apprendimento e, più in generale, sull'esito dei suoi interventi insegnativi.

L'efficacia di qualsiasi rapporto educativo passa, inevitabilmente, attraverso il legame personale tra l'insegnante e l'allievo, tra i quali si realizza un incontro, in cui lo stile relazionale dell'insegnante "*facilitatore*", superando l'esposizione asettica della lezione frontale, assume la forma di **comunicazione empatica**, che attraverso la parola, lo sguardo, il sorriso, la mimica, il linguaggio non verbale, testimonia la sua sensibilità pedagogica centrata sulla componente emotiva dell'ascolto attivo, sulla stima, sulla fiducia, sulla comprensione.

La comunicazione tra i due soggetti non può essere concepita, dunque, come una comunicazione a senso unico, ma come una mezzo di espressione interpersonale reciproco, **uno scambio di doni**, che valorizza un modo di vivere, di relazionarsi, di aprirsi emotivamente e affettivamente agli altri, di comprendere che tale disponibilità appaga desideri, attenua sofferenze, aiuta a capire il modo di essere al mondo.

Il tradizionale stile distaccato, trasmissivo e riproduttivo dei saperi confezionati, infatti, ha frenato, nel passato, le possibilità di partecipazione e lo sviluppo personale degli alunni, compromettendone, in qualche modo, l'autenticità, l'autonomia esplorativa e la voglia di pensare, riflettere e comprendere la realtà circostante che, notoriamente, rappresenta il luogo educativo per eccellenza e la *palestra di umanità* fondamentale, che li aiuta a costruire e consolidare le conoscenze, le abilità e le competenze (*life skills*), fondative della personale identità.

La concezione della vecchia modalità di travaso riproduttivo dei saperi teorico-concettuali in maniera decontestualizzata, attraverso le tradizionali lezioni frontali, secondo una concezione "*digestiva*" dei saperi, centrati esclusivamente sui contenuti delle singole discipline, deve, dunque, aprirsi al nuovo e all'inedito, valorizzando una attività didattica polivalente e multilaterale di tipo

laboratoriale, rivolta, anche, a significati originali e diversi, che valorizzi l'operatività degli alunni e preveda il loro coinvolgimento attivo, convinto e consapevole (personalizzazione dell'intervento), nella realizzazione del loro percorso formativo.

Attraverso il ruolo attivo del soggetto, che costruisce il proprio percorso di apprendimento, l'attività laboratoriale si trasforma da auditorium, in cui il docente parla e gli studenti ascoltano, in laboratorio, in cui lo studente e l'insegnante agiscono in una forma di collaborazione, che diventa mezzo stimolante di esplorazione di idee, con potere di generare nuove esperienze nell'ambito della comunità classe.

Con questa nuova prospettiva le pratiche laboratoriali previste anche dalle Indicazioni nazionali, non costituiscono un'attività speciale, accessoria o solo opzionale e, dunque, un elemento separato dalle attività educative e didattiche che si svolgono a scuola, ma come un tirocinio vitalizzante, in cui non esiste una concezione gerarchica dei saperi, ma una interazione continua dei saperi stessi, che si integrano e si potenziano a vicenda.

Si supera, così, il pregiudizio che il fare ragionato, l'esperienza concreta degli alunni rappresenti una sorta di "*sapere minore*", di "*sapere debole*", di serie "B", centrato su alcune aree disciplinari meno formalizzate, in cui trovano posto altri linguaggi (iconico, musicale, artistico, corporeo, ecc.), che, rispetto alle discipline nobili, svolgono una funzione puramente aggiuntiva, accessoria o semplicemente decorativa.

In realtà, attraverso la metodologia d'intervento di tipo laboratoriale, si può offrire agli allievi la possibilità di fare esperienze calde, di prima mano, vivacizzanti, fortemente coinvolgenti, attraverso le quali l'insegnante centra la sua azione, non sulla disciplina, ma sull'alunno che apprende, prendendosi cura di lui (*I care*), preoccupandosi, innanzitutto, di attivare una comunicazione efficace, che deve essere, necessariamente, di tipo empatico.

Ogni bravo insegnante avrà cura di valorizzare questa tipologia d'intervento, tenendo, però, presente, che nessuna metodologia può essere sposata in modo acritico ed esclusivo e che, quindi, ogni azione deve necessariamente destreggiarsi tra vecchie e nuove istanze.

Egli, in definitiva, come abbiamo già sottolineato, deve diventare garante tra la cultura della specie e la creatività degli individui, tra i fondamenti stabili e le potenzialità innovatrici, in modo che gli alunni, nella costruzione del loro personale processo di apprendimento, possano avere accesso ad entrambe le forme della nostra conoscenza del mondo, in una concezione unitaria dei saperi (armonia tra i saperi codificati e i saperi creativi).

#### **IL PROFILO PROFESSIONALE DELL'INSEGNANTE:**

##### **PROGETTUALITÀ E MODALITÀ DI GESTIONE DELLE SITUAZIONI EDUCATIVE**

In base delle considerazioni sopra esposte, ogni situazione didattico-educativa ha, certamente, bisogno, di insegnanti professionalmente competenti, capaci di farsi carico del principio di cura e di relazione, in grado di costruire una solida e significativa progettualità, che dia senso e significato al loro agire pedagogico, impostato più sulla qualità che sulla quantità della sua azione didattico-educativa.

L'efficacia di tale azione è, quindi, legata alla dimensione della progettualità, intesa sia in senso personale (progetto esistenziale legato alla formazione e alle scelte professionali personali), sia in senso oggettivo e relazionale (azione educativa come confronto con l'ambiente e i rapporti interpersonali).

Gli orientamenti pedagogici più attuali, nell'evidenziare la complessità dell'agire educativo, sottolineano il superamento dell'idea di una programmazione ben definita, precisata, secondo principi e canoni stabiliti a priori, nel rispetto di un paradigma lineare-sequenziale fisso, con la particolareggiata indicazione di concetti, schemi obiettivi, strategie, valutazione (metodo deduttivo), a favore di una metodologia laboratoriale ispirata ad una forma di progettazione flessibile, che tenga conto della molteplicità e delle diverse condizioni del contesto, nel rispetto delle motivazioni, dei bisogni e delle esigenze personali di ogni allievo.

L'intervento progettuale è, quindi, tale se, nella sua applicabilità, è in grado di:

- collegarsi con le diverse situazioni complesse che l'educatore deve fronteggiare
- affrontare e fronteggiare l'incertezza
- personalizzare l'azione didattica - educativa, tenendo conto delle caratteristiche personali dei singoli allievi (livello di maturazione e patrimonio di conoscenze e abilità acquisito)
- interagire con gli altri luoghi educativi extrascolastici
- controllare l'efficacia degli interventi, verificare le dinamiche del processo e gli esiti finali del percorso formativo.

Il docente, all'interno della didattica laboratoriale, intesa come spazio di *generatività* e *creatività* in cui l'allievo si automotiva e si autopromuove, svolge la funzione di regista del processo insegnamento/apprendimento, creando le occasioni favorevoli e le situazioni stimolo adeguate, individua gli obiettivi generali e specifici, definendo, inoltre, le strategie più efficaci da utilizzare, che tengano conto sulla base della situazione reale in cui opera.

Particolarmente efficace risulta, in questa impostazione metodologica, il dispositivo formativo della ricerca-azione, che, rifacendosi alla teoria di Kurt Lewing (centrata sul processo di analisi critica dell'agire in situazione), prevede la collaborazione riflessiva e partecipata da parte di ragazzi, in un comune e collaborativo percorso di ricerca, che consente loro di sviluppare uno sguardo critico, di pensare con metodo e di attuare un'indagine investigativa delle pratiche, in cui l'intelligenza motoria e quella della mente, si muovano, integrandosi e potenziandosi a vicenda, secondo la teoria del Dewey, il quale, riprendendo un concetto già espresso da Aristotele, sostiene che *"la riflessione separata dall'azione è cosa morta, un peso inutile sulla mente"*.

Al centro dell'aspetto qualitativo dell'intervento educativo si pone, perciò, la competenza dell'insegnante, nel gestire le varie situazioni, che potrebbe essere definita come l'insieme complesso e dinamico di conoscenze, di abilità, di procedure metodologiche, di esperienze consolidate e ordinate, fondate sulla riflessione e sulla teorizzazione pedagogica, che egli è in grado di mettere in

campo in modo personale e critico, all'interno della progettazione didattico-educativa.

Nell'ambito della struttura interna della competenza Giorgio Chiosso identifica cinque tipologie di competenze che prevedono conseguenti comportamenti e strategie di intervento:

- le meta competenze
- le competenze trasversali o attitudini
- le competenze di base
- le competenze cardine o specifiche.

Le metacompetenze possono essere definite come la capacità, di guardare oltre lo specifico disciplinare, di riflettere sulle proprie capacità di generare e padroneggiare le competenze che, nell'ambito dell'intenzionalità educativa, si configura anche come capacità di analizzare le proprie azioni e le proprie condotte, nonché l'agire pedagogico scientificamente e razionalmente fondato.

Le competenze trasversali o attitudini sono quelle che costituiscono la professionalità pedagogica in senso stretto. Esse riguardano la capacità di mobilitare alcune particolari attitudini in campo educativo che possono essere così sintetizzate:

- l'estroversione, la facilità alla comunicazione, all'ascolto e ai rapporti interpersonali
- una buona solidità emotiva, un buon equilibrio psicologico e una buona maturità personale e culturale
- pazienza e tolleranza
- capacità di comprensione dell'altro, delle sue esigenze, dei suoi bisogni dei suoi interessi.

Le competenze di base rientrano in questo tipo di competenze le seguenti azioni:

- gestire la complessità
- interpretare i bisogni educativi e formativi degli allievi
- saper indagare
- saper osservare e ascoltare (ascolto attivo)
- saper organizzare
- lavorare in gruppo
- saper animare e motivare
- saper comunicare in modo efficace
- saper gestire la diversità
- lavorare in rete con altre scuole e con altre agenzie educative.

In sintesi, intorno a tali competenze è possibile costruire un intervento pedagogico/educativo e didattico significativo, che non sia centrato esclusivamente su un catalogo particolareggiato delle performances misurabili di ogni singolo allievo (*sapere e saper fare*), ma che tenga conto, come abbiamo già sottolineato, degli aspetti socio-affettivi, relazionali, emozionali e comportamentali, che hanno una funzione incentivante e necessaria per lo sviluppo delle competenze base, da cui dipendono, in prospettiva, non solo il successo scolastico, ma anche la capacità di elaborare un personale progetto di vita.

Le competenze specifiche riguardano quelle riferite alla propria professione. È bene precisare che tra le competenze sopra elencate (*diversi knows*) non esiste un rapporto sequenziale e gerarchico, ma una interazione sinergica, dinamica, processuale e reticolare.

In ogni caso, l'insegnante dovrà fare i conti con l'esigenza di adattarsi a situazioni, soggetti, contesti diversi, cioè di saper gestire, controllare e risolvere, contemporaneamente e rapidamente varie situazioni problematiche impreviste e di calibrare, infine, i tempi e le modalità d'intervento.

Un insegnante maturo e responsabile dovrà, inoltre, prevedere di poter fare un bilancio delle competenze acquisite e assumere un atteggiamento critico ed autovalutativo:

- dell'efficacia delle sue azioni messe in campo
- della sua capacità di rimettersi in gioco, di reinventarsi in modo flessibile ed elastico
- della propria vocazione motivazionale
- della personale disponibilità a realizzare la sua *mission*
- degli esiti finali di un percorso formativo significativo dei suoi allievi.

Rimane, infine, da sottolineare il codice deontologico (riferimenti etico-professionali) ai quali ogni educatore deve ispirare la sua azione educativa, in piena collaborazione con la famiglia e con la rete dei servizi operanti sul territorio.

Suo compito fondamentale è, quindi, quello di testimoniare e attestare con il proprio comportamento, la sua adesione agli ideali, ai significati, ai valori da lui enunciati.

Le semplici esaltazioni di principi e valori etici enunciata dell'insegnante, che non siano accompagnate dall'esempio e dall'agire quotidiano, nella loro incoerenza, diventano parole inutili, spese male, puntualmente soggette al severo giudizio da parte degli allievi, che, grazie alla loro innata e istintiva sensibilità, ne sanzionano, da interlocutori costruttivamente critici, la scarsa autorevolezza e l'inaffidabilità morale.

L'attività didattico-educativa richiede, perciò, da parte dell'insegnante, un impegno arduo e complesso, che investe problematiche contenutistiche, metodologiche, relazionali e che prevede, anche e soprattutto, momenti di ascolto e comprensione della realtà esistenziale degli alunni, che lo possano guidare, conseguentemente, nella messa in atto di molteplici competenze ed energie, che non sempre producono, però, gli affetti desiderati e preventivati.

Questo ultimo aspetto, spesso, rappresenta, una delle cause del suo senso di inadeguatezza e di fallimento, caratterizzato dal diffuso fenomeno del *burn-out*, che si manifesta come una forma di difficoltà ad adattarsi a realtà complesse e diversificate che, solitamente, si configura come incapacità di ricercare rinnovati stimoli culturali e strategie funzionali ed efficaci, che stimolino la motivazione dell'allievo e lo contagino emotivamente, nel suo processo di apprendimento e di sviluppo.

Paradossalmente, comunque, tale consapevolezza e il fatto di andare in crisi, se non si manifesta come un preciso quadro patologico di tipo depressivo, ma come stimolo a mettersi in discussione, rappresenta, per l'insegnante, un

indice di maturità e senso di responsabilità, che può essere incentivante per migliorare la qualità del servizio educativo e costituire, quindi, un utile antidoto a *"non cedere le armi"* e a sanzionare, in modo definitivo, la propria *"morte professionale"*.

Come nota conclusiva, si potrebbe avanzare la riflessione che il futuro della società sarà collegato al tipo di educazione che potremo garantire alle nuove generazioni e che sia in grado di conciliare due tipi di sviluppo, che potrebbero apparire diversi e contrastanti: il progresso tecnologico di una società in continua trasformazione e lo sviluppo delle qualità etico-culturali storicamente consolidate.

Si potrebbe, a questo punto, avanzare la riflessione che il futuro della società, sarà disegnato dagli uomini, i quali dovranno decidere se creare una società post-industriale centrata sull'incessante e inarrestabile sviluppo della tecnologia, in cui prevale l'aspetto economico-produttivo, il successo, la competizione sfrenata, il consumismo, la competizione sfrenata, accompagnata dall'ansia di prestazione, oppure una società, intesa come comunità educante, centrata sullo sviluppo integrale della persona e fondata su valori autenticamente umani.

La soluzione non può che essere la facoltà pedagogia e didattica di conciliare le due diverse istanze, nel quadro di un progetto unitario, ispirato allo sviluppo della personalità dell'alunno, intesa nella sua totalità antropologica.

In conclusione, sarà indispensabile che la società esprima un sistema educativo, dove si sappiano conciliare i diversi saperi, che mirino allo stesso obiettivo, che sia, cioè, fondato sul loro sviluppo armonico e interattivo e che promuova le varie forme di apprendimento che, secondo la teoria di Cosimo Laneve, possono essere così sintetizzati:

- l'apprendimento cognitivo, riferito agli alfabeti fondamentali, cioè al sapere, indica la tipologia dei saperi, normalmente definiti dichiarativi, riguardanti : nozioni, ide, concetti, ossia, *il che cosa* = "Know what?"), ma anche al sapere di sapere, cioè l'abilità di riflessione, il controllo critico sui processi e sui prodotti cognitivi, ecc.)
- l'apprendimento abilitativo riferito ai saperi procedurali, cioè al saper fare coincidente con l'abilità, comportamenti = saper come (know how?)
- l'apprendimento valoriale (riguardante il significato, il senso, il significato, il valore del saper essere se stesso, autentico, libero, verace, responsabile, originale) e il saper essere con gli altri (know why?).

A questi assi pedagogici e culturali di riferimento si potrebbe aggiungere anche la direzione di senso dell'attività, cioè il dove arrivare, vale a dire il traguardo di sviluppo delle competenze (= where?).

Sulla base delle considerazioni sopra esposte, emerge la sottolineatura delle competenze plurime dell'insegnante, al quale si chiede di gestire una situazione complessa, come quella dell'impegno educativo, che si configura come : la capacità riflessiva, selettiva, innovativa, strategica, comunicativa, valutativa ed, infine conciliativa delle diverse esigenze.

A titolo esemplificativo indichiamo alcune competenze fondamentali, riferite alle seguenti capacità:

- essere riflessivo sull'azione, di descrivere ciò che fa, (delineando le finalità da perseguire e metodologie adoperate)
- enucleare e selezionare gli aspetti concettualmente salienti
- apportare le necessarie innovazioni nella pratica didattica
- trovare la soluzione ai problemi emersi
- verificare le proprie strategie didattiche
- creare un lo spazio comunicativo di tipo affettivo con i suoi alunni
- confrontarsi con i colleghi, che vivono situazioni analoghe
- conciliare la ricerca (in cui si teorizza sulla didattica e quello della pratica, dove la didattica si fa)

In conclusione, all'insegnante viene affidata una grande responsabilità: quella di avere, nel suo agire educativo, una bussola di riferimento e un orizzonte di senso, che aiuti il soggetto in-formazione a trovare un orientamento verso la meta, a misurarsi con una realtà nella quale agiscono vincoli, norme, tradizioni, situazioni, persone, con cui egli inevitabilmente entra in relazione, ma anche a valorizzare le potenzialità personali di ogni allievo, che gli consentano di essere una persona unica e irripetibile, ma, soprattutto, attore protagonista e responsabile del suo processo educativo e, quindi, del proprio progetto di vita e della sua apertura al mondo.

È, proprio nell'incontro col mondo e con gli altri, infatti, che egli modifica i propri comportamenti, realizza le proprie potenzialità di pensare, sentire, agire, in una parola, la propria umanità.

*Pasquale Piredda*

## PALLS INCONTRA LE ISTITUZIONI ITALO-CINESI

La Fondazione Vittorino Colombo ha reso omaggio ai 50 anni dei rapporti diplomatici tra Italia e Cina ascoltando storie e pensieri di prestigiose istituzioni e imprese. Dopo gli interventi iniziali del presidente Stefano Devecchi Bellini, del vicepresidente Gloria Wang e del consigliere economico del console generale della Cina a Milano, hanno preso la parola alcuni professori e rappresentanti di primarie istituzioni come il prof. Giovagnoli dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, la prof.ssa Alessia Amighini dell'ISPI, la segretaria dell'associazione

Italia ASEAN Alessia Mosca, il cav. Boselli presidente della Fondazione Italia-Cina e dell'Istituto Italo-Cinese e Marcello Menni che per anni è stato direttore della Fondazione.

Il presidente della Fondazione ha portato i saluti introduttivi ricordando come la figura di Vittorino Colombo possa aiutare a creare piacevoli occasioni d'incontro tra due realtà, che sono sempre state storicamente molto vicine. La Fondazione Vittorino Colombo si è costituita a Milano il 15 luglio 1996 all'indomani della scomparsa del senatore Colombo, per ricordarne la figura e l'intensa attività in campo politico, sociale e diplomatico.



**FONDAZIONE VITTORINO COLOMBO**

La Fondazione Vittorino Colombo rende omaggio ai 50 anni di relazioni diplomatiche tra Italia e Cina con la Tavola rotonda su Zoom del titolo:

# 50 ANNI

DI RELAZIONI DIPLOMATICHE, IMPRENDITORIALI E CULTURALI TRA **ITALIA e CINA**

**SALUTI INTRODUTTIVI**  
Stefano DEVECCHI BELLINI  
Presidente Fondazione Vittorino Colombo

Gloria WANG  
Vicepresidente

Luomen SHU  
Consigliere Economico e Commerciale del Consolato Generale di Cina a Milano

**INTERVENTO DI CONTESTO**  
Marcello MENNI  
"Il cartina profetica di Vittorino Colombo tra archivio e buone pratiche"

**TAVOLA ROTONDA ISTITUZIONI**  
Alessia GIOVAGNOLI  
Storico e Professore Ordinario presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano

Alessia AMIGHINI  
Co-Head Asia Centre e Senior Associate Research Fellow presso ISPI, Istituto per gli Studi di Politica Internazionale

Alessia MOSCA  
Segretario Associazione Italia ASEAN

Maria BOSELLI  
Presidente Fondazione Italia-Cina e Istituto Italo-Cinese

Antonio SPADARO S.J.  
Direttore "La Civiltà Cattolica"

**TAVOLA ROTONDA IMPRESE**  
Angelo GIU  
Imprenditore e storico della prima classe a Milano

Aldo FUMAGALLI  
Consigliere non Esecutivo Italer Europe

Vallero CANEPA  
General Manager Shanghai Brassco Steel

Claudio D'AGOSTINO  
Partner BIA Piper Shanghai

Francesco WU  
Imprenditore e Presidente Onorario dell'Associazione UNIC, Unione Imprenditori Italia Cina

Debin SONG  
General Manager di CCCC Italia - China Communication Construction Company

Alessandro GIULIO  
CEO e Founder di Giglio Group

Enriuelle COLOMBO  
Professione presso l'Istituto Marangoni Shanghai

**MODERA**  
Giovanni LONSETTI  
Segretario Fondazione Vittorino Colombo e Managing Associate in Ocean Skills

**VENERDI**  
**18 DICEMBRE 2020**  
**ORE 11.00-13.00** ORARIO ITALIANO  
ZOOM <https://zoom.us/j/3902782422>

48

*“Se penso ai giorni nostri in cui alcune tensioni caratterizzano il panorama geopolitico mondiale, mi tornano in mente i saggi pensieri del politico e accademico italiano Giorgio La Pira che si possono apprezzare nella sua “biblioteca epistolare” dedicata ai governanti cinesi alla fine degli anni sessanta”* fa presente il presidente. *“L’espressione che più ho fatto mia”* prosegue *“è la seguente: la prua della nave dev’essere sempre orientata verso Pechino e verso il porto del disarmo e del negoziato”*. I tempi erano proprio quelli della guerra fredda e del gelo diplomatico tra Stati Uniti e Cina.

L’accoglienza che in più occasioni in Cina venne riservata a Vittorino Colombo durante questi tanto celebrati 50 anni, va oltre ogni nostra immaginazione. Nel 1971 una chiesa (e non certo una delle meno prestigiose!) venne aperta per far partecipare alla celebrazione il nostro Vittorino. E non solo quella chiesa, anche la cattedrale meridionale di Pechino venne aperta per lui e i suoi accompagnatori, dove tutti hanno potuto assistere alla santa messa la mattina del 20 novembre del 1971, lasciando inevitabilmente sorpreso il senatore Colombo.

Gli ultimi anni sono stati di grande slancio per la presenza cinese in Italia. Ricordiamo il 2018 come l’anno del turismo cinese in Europa e il 2019 in cui Milano e Shanghai hanno festeggiato, con armonia e bellezza, il loro quarantesimo anniversario del gemellaggio sancito nel 1979. Nel 2020 si celebra sia l’anno della cultura e del turismo tra Italia e Cina, che i 50 anni di rapporti diplomatici tra i due paesi. L’anno prossimo correrà il 25esimo anniversario dalla morte del nostro Vittorino Colombo, che ha speso in passato tempo ed energie per rinsaldare i rapporti di amicizia tra i due paesi.

Anche il Santo Padre ha fatto ricorso al tema dell’amicizia per parlare della Cina e nei confronti dei cinesi Papa Francesco sente indubbiamente quell’empatia che può meglio essere rappresentata dalla *“cultura dell’incontro”* che ha sempre valorizzato ed enfatizzato. A cinquant’anni dall’avvio delle relazioni diplomatiche tra i nostri due paesi, c’è ancora tanto da fare per rinsaldare le relazioni, aumentare gli scambi e facilitare sinergie in un momento storico in cui gli attriti sembrano prevalere.

Luomei Shu, il Consigliere economico e commerciale del Consolato Generale di Cina a Milano, partecipa alla tavola rotonda affermando come *“nonostante la situazione che stiamo vivendo, tra Cina ed Italia continua ad esserci un rispetto reciproco, una fiducia che si è consolidata nel corso degli anni a partire dal 1970. I due Paesi sono infatti, dei partner importanti soprattutto nell’ambito del commercio internazionale. La Cina è il più grande partner commerciale dell’Italia in Asia e l’Italia è la quinta potenza commerciale più grande della Cina in Europa risultando una delle più importanti destinazioni degli investimenti cinesi”*. Cina e Italia si aiutano anche in ambito accademico.

Marcello Menni ci racconta un Vittorino Colombo come un uomo straordinario nella sua semplicità, colto e che non smise di studiare. Lo ricorda pioniere nell’aver idee moderne come quella di stabilire rapporti con la Cina e di istituire un servizio sanitario nazionale.

Il prof. Giovagnoli ci racconta come i primi vent’anni successivi alla fondazione della Repubblica Popolare Cinese (1949), durante i quali non fu possibile per

l'Italia stabilire delle relazioni diplomatiche per via della guerra fredda, il nostro ministero degli esteri provò ad avviare delle relazioni diplomatiche, ma fu subito fermato nei primi mesi del 1950 per via della volontà americana di tenere i Paesi europei al di fuori di questo rapporto.

Questo blocco iniziale non è stato totalmente negativo, in quanto ha favorito le iniziative della società civile italiana nella misura in cui era possibile sviluppare delle relazioni diplomatiche e questo ha fatto sì che il tutto iniziasse sotto forma di dialogo fra il popolo italiano ed il popolo cinese. Questo rapporto "people to people" è stato il tratto caratterizzante delle relazioni Italia-Cina e l'imprenditoria ha certamente avuto un ruolo molto importante perché l'interscambio commerciale è stato il primo modo di sviluppare rapporti tra questi due paesi aprendo la strada a molto altro.

Il Presidente Boselli, dai suoi osservatori privilegiati della Fondazione Italia Cina e dell'Istituto Italo Cinese, ci descrive la Cina come uno dei pochi paesi al mondo ad avere PIL positivo anche quest'anno. Essa è quindi una grande prospettiva sia ora che in futuro, anche se non tutti però hanno percepito questa opportunità. La Belt & Road sicuramente renderà la Cina più vicina privilegiando infrastrutture come aeroporti, porti e tratte ferroviarie.

Il segretario dell'associazione ASEAN Alessia Mosca ricorda come quest'area del mondo avrebbe cominciato a diventare sempre più centrale nelle dinamiche sia geopolitiche che economiche già molti decenni addietro. La politica commerciale è sempre stata usata più come uno strumento bilaterale di avversione con conflittualità crescente ma oggi fare accordi commerciali significa anche portare avanti altre relazioni, non solo interessi strettamente legati all'economia.

Il gesuita Padre Spadaro, direttore della prestigiosa rivista *La Civiltà Cattolica* da poco pubblicata anche in cinese, sostiene come il dialogo non deve mai venire meno e il cristianesimo ci insegna un incontro tra culture anche molto diverse.

Nella tavola rotonda dedicata alle imprese invece si sono susseguiti gli interventi di Angelo Ou noto imprenditore cinese e memoria storica dei primi cinesi a Milano, Aldo Fumagalli consigliere non-executiv Haier Europe, Valtero Canepa general manager Shanghai Bracco Sine, Claudio D'Agostino partner DLA Piper Shanghai, Francesco Wu imprenditore e presidente onorario dell'Associazione UNIIC (Unione Imprenditori Italia Cina), Song Debin general manager CCCC Italia-China Construction Communication Corporation, Alessandro Giglio fondatore del Gruppo Giglio ed Emanuele Colombo, professore presso l'Istituto Marangoni Shanghai.

Per Angelo Ou, che conosce molto bene la comunità dei cinesi a Milano, Vittorino Colombo si prefissò tre obiettivi nei rapporti con il paese del dragone quali amicizia, dialogo e rispetto. Secondo lui bisogna far rifiorire un passato lontano, perché dopo Ricci non abbiamo avuto grandissime relazioni tra i nostri due paesi.

Per Aldo Fumagalli la ripartenza della Cina dopo l'influsso pandemico è stata fortissima e non equilibrata, con interrogativi rispetto alla globalizzazione, mentre per Claudio D'agostino la figura di Vittorino è da sempre punto di

riferimento per tutti gli avvocati italiani che guardano alla Cina. L'Italia di Colombo era un'Italia di visionari e curiosi che guardavano il mondo costruendo ponti.

Alessandro Giglio descrive una situazione commerciale in Cina molto interessante ma con tante criticità di successo. Agli occidentali a volte sembra mancare la fame di successo, mentre la Cina appare sempre più forte e mette in campo la spinta verso l'affermazione nel diventare prima potenza mondiale. Per Valter Canepa l'Italia è un paese fatto anche da imprenditori e manager che lavorano molto e conoscono bene la Cina, nonostante i cinesi abbiano inevitabilmente dimensioni maggiori. In Cina le occasioni e le opportunità non mancano, ma è difficile far capire queste cose a chi rimane in Italia, in quanto la localizzazione (che non vuol dire la totale uscita dal mercato cinese) è il modo per vincere nel paese del drago: bisogna lavorare come se fossimo cinesi anche se siamo italiani. Le aziende di successo sono quelle più localizzate, che hanno mantenuto una strategia globale e hanno localizzato di più i progetti di manager e di localizzare la supply chain. Bisogna lavorare sui punti di forza e fare maggiormente gioco di squadra.

L'imprenditore cinese in Italia Francesco Wu afferma che il nostro dovere è anche cercare di raccontare quello che vediamo tutti i giorni, senza rincorrere una narrativa che vede il mondo occidentale e quello orientale, come rivali. Sono due culture diverse che vanno comprese ed entrambe apprezzate per ciò che rappresentano.

Infine Emanuele Colombo, professore presso l'Istituto Marangoni a Shanghai. Ricorda come l'importanza di tale istituto sta nel fatto che è un'istituzione italiana e quindi ci tiene a mantenere l'italianità nelle lezioni e nei programmi. L'Istituto Marangoni è una delle poche scuole italiane che ha investito fortemente aprendo diversi campus in Cina. L'apice si è avuto nel 2017 quando hanno vinto il Panda D'Oro come piccola-media impresa, premiati dalla Camera di Commercio Italiana in Cina e il Consolato Italiano. Riconosce nella Fondazione Vittorino Colombo un attore molto capace per aiutare i rapporti tra i due paesi.

*Gloria Wang*

## COMPETENZE DI INSEGNANTI ED EDUCATORI SPORTIVI

Questo contributo vuole proporsi come stimolo e come provocazione, per avviare un'attenta riflessione sul tema molto dibattuto in questi ultimi tempi del nuovo profilo professionale dei soggetti impegnati nel campo dell'educazione e, nel caso specifico che ci interessa, delle competenze riferite alla loro funzione e alla interazione con gli allievi.

Le nuove prospettive aperte dall'evoluzione del sistema educativo e sportivo, nonché i profondi cambiamenti che caratterizzano l'intera società, pongono domande alte e pressanti di professionalità, che richiedono agli insegnanti e agli istruttori del settore giovanile più rilevanti responsabilità culturali, etiche, ma anche migliori competenze socio-psico-pedagogiche, relazionali e organizzative.

L'impostazione della didattica tradizionale che basava essenzialmente il suo intervento nella trasmissione di un pacchetto di modelli tecnici confezionati, definiti e precisati, in cui l'insegnante o l'istruttore svolgeva una funzione trasmissiva del suo bagaglio di conoscenze e di competenze, ispirata a un concetto di quantità rispetto alla qualità.

In definitiva, l'avviamento alla pratica sportiva era centrato su una funzione puramente riproduttiva/esecutiva, in cui si ripetevano e perpetuavano modelli operativi fissi, ripetitivi e sclerotizzati, "validi per tutte le stagioni", senza variazioni sul tema, divagazioni creative, o pause di riflessione; non c'era, insomma tempo da perdere, perché eventuali arresti o rallentamenti avrebbero compromesso lo svolgimento di tutto il programma di allenamento, con grave pregiudizio del personale prestigio dell'educatore.

In pratica l'azione didattica educativa era imperniata sulla disciplina sportiva e non sull'allievo.

Le agenzie educative di oggi, scuola, CONI, federazioni e società sportive sono chiamate a garantire offerte adeguate e corrispondenti alle domande e alle sfide che una società in continua evoluzione pone in modo sempre più pressante.

Tale esigenza e le istanze di tipo pedagogico di tutte le scuole di pensiero concordano, infatti, nel concetto basilare che il fulcro del processo educativo è centrato sull'allievo che apprende, il quale deve:

- appropriarsi di strumenti logico-formativi, di analisi, di sintesi e comunicazione
- cogliere il senso delle cose che apprende
- acquisire capacità di ragionamento e consapevolezza dei "perché" e dei "come"
- praticare il dubbio e la curiosità
- collegare l'esperienza alla riflessione
- sviluppare la capacità critica.

L'interesse degli educatori allora, va, quindi, spostato dal campo dei saperi "ricettivo-riproduttivi" e dei contenuti disciplinari circoscritti e impermeabili a quello della metacognizione, cioè all'esplicitazione dei processi che sottendono all'apprendimento (motivazione e desiderio di "apprendere ad apprendere",

capacità di procurare conoscenze, ecc.).

Emerge, dunque, più che nel passato, la necessità che l'educatore sia in grado di assolvere efficacemente nuovi compiti e che posseda competenze plurime e polivalenti, per poter essere soggetto di progettualità e promotore di iniziative innovative.

Ne deriva una nuova definizione della sua funzione: da docente tutto teso alla lezione-memorizzazione, esecuzione a docente stimolatore e facilitatore di situazioni di apprendimento e a docente ricercatore, in grado di arricchire costantemente il suo "saper fare" sul piano metodologico-didattico e su quello della partecipazione all'innovazione e allo sviluppo.

Tutti gli insegnanti (insegnanti delle scuole, istruttori sportivi) a loro volta, sono chiamati a padroneggiare competenze plurime, che investono diversi campi di intervento, e che, in qualche modo, possono essere sintetizzate in una sorta di decalogo:

- **competenze culturali** ovvero la capacità di padroneggiare i contenuti specifici della disciplina sportiva nella sua evoluzione, di individuarne i nuclei fondanti che la caratterizzano in una prospettiva dinamica e generativa e di collocarne le finalità e gli obiettivi di apprendimento all'interno delle finalità generali dell'azione educativa
- **competenze metacognitive** che consentono agli insegnanti di superare gli steccati disciplinaristici, per inserirsi in una dimensione operativa ad ampio respiro, che interessi oltre alla sfera cognitiva anche quella affettiva e quella socio-relazionale
- **competenze metodologico-didattiche** che riguardano la organizzazione del sapere in funzione degli obiettivi dati e la predisposizione di mezzi, metodi e strategie operative efficaci, utilizzando anche le nuove tecnologie, per realizzare percorsi personalizzati. Nel piano di lavoro sono logicamente previsti il controllo e la verifica dei tempi, dei modi e dei ritmi del processo di apprendimento, nonché la valutazione degli esiti finali
- **competenze organizzative** della vita associativa, che prevedono lo svolgimento di una serie di attività connesse con l'attività didattica o ad essa complementari
- **competenze creative** collegate alla capacità di superare la semplice applicazione di formule, di contestualizzare, di reinventarle sulla base delle diverse situazioni educative che si presentano, di tirar fuori "l'inedito" e di far tesoro delle soluzioni divergenti spesso proposte dagli alunni stessi
- **competenze riflessive** che consentono loro di scrutarsi dentro, di guardare agli altri oltre la cortina delle apparenze, di sollecitare gli alunni a porsi domande e invitarli a riflettere sulle loro azioni, a farli ragionare sul risultato di un compito o su un comportamento
- **competenze valoriali** riguardanti gli atteggiamenti fondamentali in ordine al proprio stile di vita e al modo di porsi nei confronti degli altri (autorevolezza, credibilità, affidabilità, coerenza, senso di responsabilità)

- **competenze di autoanalisi e di senso critico** riguardanti la capacità di mettersi in discussione e di giudicare obiettivamente il proprio operato
- **competenze di gestione della propria sfera emozionale** (insegnanti fragili dal punto di vista emotivo non potranno essere punto di riferimento valido per gli alunni, né valido aiuto in situazioni di difficoltà)
- **competenze relazionali e comunicative** con gli alunni, e con i genitori, che costituiscono la base fondante dell'azione didattico-educativa educativa.

### **LA COMUNICAZIONE CON GLI ALLIEVI**

Il rapporto docente-discente, che caratterizza, in modo costante, l'azione educativa, è spesso oggetto di studio e dibattito da parte di studiosi ed esperti del settore.

Tale rapporto, diventa sempre più complesso e problematico in una società che, come afferma lo psichiatra Paolo Crepet, nel suo libro *Non siamo capaci di ascoltarli*, ( Einaudi, 2001 ), non agevola la comunicazione interumana, ma alimenta spesso rapporti cinici ed egoistici tra le persone, determinando una forma di autismo emotivo reciproco.

I sempre più frequenti casi di giovani che arrivano ad uccidere persino i genitori o i compagni più cari, portano a considerare che " dentro le loro storie si riconoscono diversi elementi comuni ad altri che non arrivano a uccidere o compiere misfatti: anaffettività, indifferenza, vuoti di emozioni ...

Afferma sempre Crepet, che i bambini e gli adolescenti sono sempre soli per la latitanza fisica e affettiva dei genitori. "La cosa più sorprendente è che questo tempo di solitudine è quasi uguale al residuo di comunicazione familiare: la cena. Il tempo medio in cui si sta a tavola la sera è di tredici minuti al lordo di tutto, telegiornale compreso. Terminata la cena, la famiglia si divide in una sorta di diaspora: papà va a sdraiarsi sul divano in salotto a vedere la televisione, mamma va in cucina a finire di sfaccendare, l'adolescente si chiude nella sua tomba tecnologica – la stanza da letto – a giocare con la Playstation, a telefonare o a chattare con gli amici. Se volete spaventare a morte un adolescente proponetegli di cenare in ventisei minuti: inorridirà".

Questa lunga premessa, che potrebbe sembrare inopportuna, perché riferita a problematiche relazionali di tipo familiare, in realtà, chiama in causa anche la scuola, le agenzie formative extrascolastiche , come le società sportive, che dispone di uno spazio comunicativo significativo, certamente molto lungo e sicuramente più dilatato rispetto alle opportunità comunicative offerte dalla famiglia.

La domanda che scaturisce, a questo punto, riguarda la tipologia e l'efficacia dell'interazione docente-discente; perciò è lecito chiedersi come viene vissuto tale rapporto dagli alunni e quale sia lo stile di conduzione del rapporto stesso da parte degli insegnanti.

La interazione docente-discente rappresenta un tentativo di incontro, che si concretizza con la possibilità di attuare scambi di messaggi tramite la comunicazione.

L'atto del comunicare è, quindi, un comportamento umano fondamentale per muoversi nel mondo delle relazioni e dei rapporti.

E' un comportamento vitale e necessario, ma non sempre agevole da realizzare, soprattutto quando, come spesso avviene tra insegnanti e alunni, tende a ridursi ad una comunicazione ad una via nella trasmissione dei messaggi.

Comunicare, in campo educativo, non è stabilire un rapporto generico, freddo e impersonale, ma creare una corrente carica di emotività e affettività.

Se nell'atto dell'insegnare non corre questa vena affettiva, la vecchia tecnica della trasmissione del sapere risulta inefficace.

Il processo di apprendimento nasce, fondamentalmente, da un atto d'amore fra il docente e l'allievo, che si potrebbe simbolicamente rappresentare come uno scambio di doni.

Senza flussi emotivi c'è sordità, non si riesce a mettere dentro nulla (insegnare = mettere dentro), né a tirar fuori, come diceva Socrate, le dotazioni native dell'allievo.

L'insegnamento, dunque, si realizza attraverso un processo di comunicazione, che oltre a scambiare messaggi e informazioni, stimola alla scoperta, suscita interessi, promuove feed-back, innesca operazioni mentali e spinte motivazionali.

In questo senso l'atto del comunicare è strettamente legato alla continua interazione fra chi insegna e chi apprende e risulta determinante per garantire l'efficienza e l'efficacia dell'atto educativo.

*Pasquale Piredda*

## **IL CORONAVIRUS E LA COMUNICAZIONE A DISTANZA**

Il fenomeno del coronavirus, come è noto, ha imposto, a livello mondiale, una forte modificazione degli stili di vita, con forti ripercussioni, che investono l'economia, il commercio, il turismo, ma, soprattutto, la nostra realtà esistenziale ed, in particolare, il nostro modo di interpretare e gestire i personali codici comportamentali, le nostre abitudini, i nostri ritmi quotidiani, vale a dire, il nostro personale modo di pensare, sentire, agire.

Il sentimento di inquietudine, derivato da questa situazione problematica, comporta la necessità di trovare le giuste soluzioni per contenere, in qualche modo, il devastante contagio che, per la sua abnorme diffusione, ha imposto a tutti, come unica soluzione possibile, una condizione di isolamento e di clausura forzata, riducendo e impoverendo, in qualche modo, i rapporti umani diretti.

Lo stravolgimento delle abitudini di vita e dei comportamenti di ognuno ha, così, modificato la tipologia dei rapporti della singola persona col mondo esterno e limitato, soprattutto, la possibilità di relazioni interpersonali dirette.

A tale proposito può essere utile fare riferimento all'aspetto spaziale del rapporto interpersonale, utilizzando la teoria della prossemica, disciplina semiologica che studia i gesti, i comportamenti, lo spazio e le distanze all'interno dei vari tipi di comunicazione.

Sulla base delle indicazioni dal lavoro scientifico sopra citato, possiamo dedurre che la distanza intima di 45 cm. è stata, oggi, sostituita dalla distanza sociale quantificabile in 120 cm.

Ciò comporta, naturalmente, la privazione del contatto e della vicinanza fisica, con la conseguente eliminazione delle modalità comunicative ravvicinate, la cui possibilità espressivo-relazionale è, dunque, proiettata su una distanza trasmissiva dei messaggi più ampia e dilatata, rispetto al passato.

Si è potuto sottolineare, inoltre, che le varie avvertenze ufficiali e i provvedimenti emanati, per arginare il pericoloso fenomeno del contagio, contenenti precise regole prescrittive sulle regole e rigidi comportamenti da seguire, pur se necessarie, hanno creato una situazione di disagio e di malessere generalizzato, che evidenziano la sensazione di difficoltà e inadeguatezza a fronteggiare questa nuova ed inaspettata situazione problematica.

In molti casi, infatti, le limitazioni della libertà di movimento, di avvicinamento ad altre persone e, quindi, la sottrazione del consueto contatto fisico con loro, comprese le persone care, hanno generato un sentimento di impotenza ad affrontare una realtà non facilmente gestibile, scatenando, talvolta, condizioni di sofferenza psicologica e facendo emergere fragilità emotive, espresse sotto forma di paure, preoccupazioni, ansie, disorientamento, senso di vuoto.

Questa situazione di sofferenza, comunque, più che alimentare una sterile, improduttiva e pericolosa rassegnazione deve, piuttosto, stimolare il bisogno di attivare una necessaria reazione, tesa a stimolare tutti ad un piano d'azione funzionale, collettivamente concordato, che sia utile a garantire, di

conseguenza, la continuità delle dinamiche comunicative, già presenti con altre persone, facendo ricorso agli appositi strumenti telematici (video, immagini, messaggi vocali, ecc.), che, in questo caso, saranno particolarmente preziosi ed in grado di sostituire il suddetto impoverimento delle relazioni, basate sulla prossimità fisica del rapporto del "faccia a faccia" e del "a tu per tu"; il loro utilizzo, inoltre, potrebbe rappresentare la giusta opportunità per esplorare e scoprire altri orizzonti fino ad ora sconosciuti.

Bisogna, dunque, andare alla ricerca degli strumenti e strategie d'intervento compensativi dello spazio vitale della comunicazione diretta, facendo ricorso, principalmente, ai mezzi tecnologici attuali, i quali garantiscono, comunque, la possibilità di dare, in qualche modo, conforto e sicurezza e di alleviare il disagio della solitudine delle persone lontane, in particolare, di quelle persone che, già in condizioni normali, soffrono di gravi latitanze affettive.

In occasione della chiusura delle scuole, particolarmente efficace si è dimostrata l'attività didattica on line per gli studenti, i quali stanno, ora, sperimentato una formula innovativa di fare scuola, attraverso le varie proposte didattiche degli insegnanti, che li invitano e li stimolano ad interagire, in modo dinamico e partecipato con loro, ma li incoraggiano, anche, a mantenere i contatti comunicativi, collaborativi e solidali con i compagni di classe.

Oltre alle regole di comportamento previste per la salvaguardia e la difesa della salute, si prospetta, inoltre, per ogni persona, l'occasione/necessità di ricercare, coltivare e mantenere un rapporto di umana solidarietà con gli altri, con l'aiuto dei quali, si può resistere alla tentazione di rinunciare alla tentazione di mollare la presa, di staccare la spina, di tagliare i ponti col mondo.

Per dar senso e significato alla vita umana, nel mare della tempesta che affligge, ora, la generalità della popolazione mondiale, la comunicazione costituisce, sicuramente, un'ancora di salvezza fondamentale e irrinunciabile, in quanto, come afferma Paul Watzlawich (considerato il padre della comunicazione), la conservazione della specie e l'evoluzione l'uomo sono strettamente legate alla comunicazione: L'uomo, egli sostiene, non può non comunicare e non può esimersi dal comunicare qualcosa agli altri.

Lo psicologo Daniel Stern conferma questo concetto, avanzando la teoria, secondo cui, *"i nostri sistemi nervosi sono concepiti in maniera tale da essere captati da quelli altrui, così che possiamo provare le sensazioni degli altri come se fossimo nella loro pelle"*.

Si tratta, quindi, di un'esigenza vitale e irrinunciabile, per cui il rapporto, anche se, ridimensionato nella sua fisicità, a causa di impedimenti ambientali, costituisce, sicuramente, un'esigenza necessaria, che consente ad ogni persona di utilizzare le risorse intime e personali, di tenere viva e solida la connessione emotivo-affettiva interpersonale, di conservare, in modo costante, il senso, il significato, il bisogno e la disponibilità del saper condividere, con altre persone, interessi, esigenze, desideri, aspettative, valori che, in definitiva, rappresentano il vero significato della vita comunitaria.

Sulla base di tale facoltà/disponibilità, infatti, ogni persona, facendo ricorso alla carica e ai processi energetici interiori, è in grado di superare limiti e difficoltà di vario tipo, di mobilitare le personali risorse che rendano possibile e agevole ogni tipo di comunicazione interpersonale, compresa la comunicazione a distanza.

Per quest'ultima modalità di comunicazione, si tratta di una strategia già ampiamente utilizzata, attraverso i moderni mezzi di comunicazione che, però, in questa particolare emergenza, andrebbe ulteriormente valorizzata e potenziata, facendo ricorso, in particolare, agli strumenti telematici attuali, ormai, alla portata di tutti, che offrono l'opportunità di trasmettere, ricevere e decodificare un vasta gamma di linguaggi verbali, iconici, gestuali, corporei.

È bene sottolineare, a tale proposito, che i rapporti comunicativi interpersonali, in ogni caso, risulteranno particolarmente efficaci, se saranno rispettati alcuni principi fondanti della comunicazione, che va sempre intesa in senso circolare, che prevede, cioè, nella sua dinamica espressiva, la trasmissione e l'ascolto attivo, profondo e reciproco dei messaggi.

I vari flussi comunicativi, infatti, hanno senso e significato se si configurano come un rapporto umano interpersonale, uno scambio di doni o come una relazione d'aiuto reciproco (Carl Rogers), che si alimenta attraverso una carica emotivo-affettivo dinamica, sempre viva e continua fra le persone che comunicano.

In conclusione, questo tipo di relazione umana che, sulla base delle norme di comportamento indicate nei documenti ufficiali, non può prevedere il contatto fisico, la tradizionale stretta di mano o l'abbraccio affettuoso, rappresenta, comunque, una forma di connessione emotiva di tipo empatico che, anche attraverso la semplice e amichevole conversazione telefonica o telematica, permette l'esternazione e lo scambio confidenziale e arricchente di pensieri, sentimenti, stati d'animo comuni.

Ognuno di noi è chiamato a vincere, anche in questa delicata circostanza, la grande sfida della vita, facendo ricorso ad una sorta di muto soccorso, come abbiamo sottolineato, reclutando e utilizzando le risorse più profonde che, nell'occasione, hanno bisogno di essere realizzate ed esterne, nella loro autentica umanità, necessariamente aperta al mondo degli altri, nella consapevolezza che tutti gli uomini convivono e si realizzano, in quanto tali, in un comune villaggio globale.

*Pasquale Piredda*

## PaLLS ED IL PAK HOK PAI

Il mio amico Alessandro, il maestro Cossu, m'ha mostrato queste foto e così nasce la condivisione.

Inizialmente lo stile è Si Ji Hao (狮子吼, Shizihou), il Ruggito del leone, legato alla posizione di Buddha alla nascita: una mano alzata verso il cielo e una appoggiata sul cuore ricordando le fauci d'un leone, mentre emetteva il suono OM che ne rievoca il ruggito. Le origini dello stile risalgono al quattrocento, durante la dinastia Ming (1368-1644), quando Ho Ta To (阿達陀, Adatuo) probabilmente originario di Chin Hoy (青玉, Qingyu) si trasferisce in Tibet e diviene monaco e discepolo del maestro Gut Gong. Mentr Ho Ta To pratica la meditazione nella natura, viene interrotto durante la meditazione da grida d'animali e vede una grossa scimmia di montagna intenta ad attaccare una gru bianca. I colpi delle zampe anteriori della scimmia vanno a vuoto grazie ai movimenti evasivi della gru, la quale attacca con il becco gli occhi della scimmia. Il monaco è impressionato dal combattimento tra i due animali e decide di prendere ispirazione sia dalla tecnica della scimmia (colpi di braccia potenti e gioco di gambe) che da quella della gru (capacità evasiva e forte determinazione) e crea un sistema di combattimento.



Grandmaster Kwong Bon Fu ( 邝本夫) / Third Generation Master of the Pak Hok Pai

Kwong Bon Fu ( 邝本夫), was one of the most senior disciple of Grandmaster Ng Siu Chung and has passed away on May 15, 2006. He lived to a respectable age of 100.



UNIONE NAZIONALE VETERANI dello SPORT  
**LAZIO IN-FORMA** PERIODICO TELEMATICO  
a cura della Consulta regionale Lazio UNVS  
informazione primaverile  
n°6 domenica 21 marzo 2021



Le arti marziali tradizionali rappresentano un patrimonio sia marziale che culturale unico nel suo genere e la condivisione è un impegno che continueremo.

*Piera Campagnoli*

## L'INTEGRAZIONE ATTRAVERSO LO SPORT

Tutte le scuole di pensiero e gli orientamenti pedagogici più attuali ritengono che l'attività sportiva, rappresenta, un'esperienza umana necessaria ed arricchente che, nella sua esplicazione multifunzionale, mobilita una serie di cariche energetiche, in cui l'aspetto morfologico-funzionale (funzionalità e piena efficienza di organi e apparati, miglioramento delle naturali dotazioni native e del patrimonio motorio acquisito) si abbina a qualità di ordine cognitivo, emotivo, temperamentale, comportamentale, che prevedono un importante impegno personale nel continuo confronto del sé con l'altro da sé.

L'impegno sportivo si configura, quindi, come:

- il confronto con se stessi
- il confronto con gli altri
- il confronto con la natura.

Nelle sue varie espressioni, che possono essere di tipo salutistico - ricreativo, di confronto-competizione agonistica individuale o collettiva, di collaborazione-cooperazione, all'interno di un gruppo-squadra, l'attività sportiva presenta sempre un elemento comune ed unificante del contatto e del confronto sociale delle competenze motorie acquisite e dei traguardi di sviluppo, riferiti all'incremento qualitativo delle capacità prestantive e delle abilità motorie da maturare. Si tratta di un'attività, che l'uomo, in quanto animale sociale, anche negli sport individuali, ha il desiderio/bisogno di proiettare verso l'esterno; infatti il risultato di qualsiasi azione, anche se svolta individualmente (es. le imprese solitarie, la scalata di una montagna, ecc.), contiene sempre il significato implicito di un'impresa da comunicare, da socializzare e da confrontare con chi assiste all'evento (semplici spettatori o giudici di gara), con la naturale aspettativa di avere una conferma o disconferma sulla qualità e validità dell'azione svolta.

In questo senso lo sport rappresenta una peculiarità particolare e un'occasione privilegiata che, a prescindere dalle qualità della prestazione, permette al singolo di educare e incrementare le personali capacità/qualità e di relazionarsi col mondo e con gli altri, di renderle visibili e valutabili con un giudizio di valore, al di là delle differenze dei ruoli imposti dalla società, delle etnie, delle culture di soggetti provenienti da paesi diversi. Il bianco e la persona di colore (che usano lo stesso pallone, la stessa maglia), il ricco e il povero, nel momento in cui esibiscono le loro performances agonistiche, sono uguali e prendono il via dalla stessa linea di partenza; ciò che li differenzia è, logicamente, la differenza e il livello della prestazione. Gli uomini, nelle varie forme di autoaffermazione, comprese quelle di tipo sportivo, sentono tutti le stesse emozioni: non esistono emozioni di serie A ed emozioni di serie B : l'emozione del vincitore di una gara olimpica è pari a quella che prova un bambino disabile che, per la prima volta supera, con successo, un piccolo ostacolo, realizza un canestro, o quella di un bambino isolato ed emarginato, che viene accettato dal gruppo.

L'accettazione e l'approvazione sociale di ogni evoluzione nel processo di apprendimento dei bambini che presentano diversi tipi di abilità oppure

situazioni di difficoltà di adattamento e situazioni di marginalità all'interno del gruppo (dovute, in gran parte, alla diversità degli stimoli ambientali) costituiscono una forma importante di rinforzo, che vivacizza il desiderio/bisogno e innescano un importante stimolo motivazionale ad apprendere e a consolidare il personale percorso formativo. L'universalità dei significati e dei valori, collegati all'esperienza sportiva, che uniforma le regole, la tipologia del terreno di gioco, i ruoli attribuiti, sono elementi basilari, che rendono lo Sport un importante fattore di aggregazione, in cui entrano in ballo componenti cognitive, emotive, affettive, volitive, che costituiscono l'elemento fondante di qualsiasi relazione interpersonale.

Aggregarsi significa stabilire rapporti interpersonali, significa comunicare, significa dialogare e confrontarsi con gli altri, significa avere le giuste occasioni educative, in cui tutti debbono avere diritto di cittadinanza, ed, in particolare, i ragazzi disabili o quelli, che rappresentano le cosiddette minoranze, vale a dire gli immigrati, che, di fatto, sono inseriti nella nostra realtà e nelle nostre comunità. In questo senso lo sport costituisce un importante mezzo di integrazione fra le varie culture, che si inquadra in un piano più vasto di realizzazione di una società multietnica e multiculturale. Attorno alle persone che, un pregiudizio ancora diffuso, ci porta a considerare diverse e *figlie di un Dio minore*, si incontrano, atteggiamenti di diffidenza e di rifiuto, che, poi vengono man mano superati nella circostanza della gara sportiva (per es. il gioco di squadra o la staffetta 4×100 ), in cui la fisicità si trasforma in umanità (la vicinanza e il contatto fisico si trasformano e sfociano, quasi per necessità, in un contatto umano carico di disponibilità affettiva, che si concretizza in una relazione interumana efficace, basata sull'accettazione della diversità come valore, sulla condivisione, sulla solidarietà e sulla cooperazione).

L'attività motorio-sportiva, svolta all'interno di una classe o di una società sportiva, come gli incontri culturali e le manifestazioni sportive nazionali e internazionali rappresentano, in questo senso, un momento di incontro e di solidarietà, atto a superare le barriere antropologiche, sociali, etniche, culturali, linguistiche, razziali. Lo spirito olimpico, con la simbologia dei 5 cerchi, rappresenta, infatti, a livello internazionale, l'unione tra i 5 continenti e quindi tra le rispettive culture, che vedono come protagonisti atleti, allenatori, spettatori appartenenti a popoli, culture, costumi, idioma differenti.

I mass media, giustamente, attraverso gli organi di stampa, la radio, la TV, danno il giusto rilievo all'evento olimpico, rendendolo fruibile a milioni di persone di tutto il mondo. In definitiva l'attività ludica e l'attività sportiva, a qualsiasi livello, costituiscono una vera e propria palestra e un tirocinio efficace, per allenare i giovani alla valenza pedagogica dell'intercultura, che li guida ed aiuta a superare i particolarismi, a concepire la differenza come valore in sé e la sua assunzione come elemento agonistico necessario e fondante di un ideale processo di *concordia discors*. Lo sport dovrebbe anche rappresentare un fenomeno contrastante delle attitudini sociali imperanti, presenti anche nel mondo del lavoro, in cui spesso prevalgono antagonismi esasperati e spirito spietato di concorrenza, in netto contrasto con i principi regolativi che disciplinano la vita sportiva, che va, sempre, concepita in una

dimensione autenticamente educativa. Purtroppo, in questi ultimi tempi, l'attività sportiva sta subendo deviazioni, inquinamenti, intolleranze, collegati all'esigenza di ottenere, in tempi brevi, facili successi e performances di qualità, ricorrendo a comportamenti e atteggiamenti censurabili dal punto di vista etico. Basti pensare ai supporti farmacologici non consentiti (come il doping), a manifestazioni di intolleranza e di aggressività incontrollate di atleti e tifosi, che mirano al risultato a tutti i costi. Gli aspetti mercantili e consumistici prevalgono sulla partecipazione gioiosa e disinteressata e sulla gratuità della pratica. A questo punto, penso sia necessario che i soggetti istituzionalmente preposti, disegnino un nuovo modello di Sport, con l'intento di inaugurare una operazione di alfabetizzazione etico-culturale del fenomeno sportivo, basata sulla regola dell'interazione umana, dell'inclusione e dell'integrazione, a partire dalla ridefinizione degli *alfabeti del convivere*, da quei concetti chiave, cioè, che sono la base del vivere sociale in cui l'integrazione, lo scambio, la reciprocità, l'interdipendenza, assumono nuovo spessore etico, nuovi significati e vera operatività, diventano, insomma, cultura dell'incontro, del confronto, del dialogo, della condivisione.

E' compito della scuola e delle agenzie formative, che si interessano di sport giovanile, fare in modo che l'esperienza sportiva e il successo rappresentino un mezzo privilegiato, che agevoli la crescita e lo sviluppo della persona, nella tensione ideale a poter e dover essere migliori. La scuola, in particolare, prevede, tra l'altro, che gli obiettivi di apprendimento delle varie discipline, compresa l'educazione fisica e sportiva, declinate in conoscenze e abilità si trasformino in vere e proprie competenze per la vita e siano uno strumento fondamentale per lo sviluppo della cittadinanza attiva. si può, allora, affermare che lo sport e, quindi, la possibilità che esso possa garantire una migliore qualità di vita, non solo di ben-essere, ma anche di saper essere-bene con gli altri, dipenderà sicuramente dalla capacità politica di affrontare il problema, ma anche e soprattutto da una seria e approfondita riflessione critica sull'argomento, che porti le persone ad assumere, nell'attività sportiva, come in altri contesti, atteggiamenti positivi, come l'accettazione, la stima e il rispetto degli altri, che siano affettivamente coinvolgenti e socialmente arricchenti.

E' importante vincere la scommessa, se vogliamo che la cultura dell'effimero e del nulla annienti, come un deserto di tristezza, la scuola, la società e le giovani generazioni. Potremmo, a questo punto, concludere queste riflessioni, con la considerazione particolarmente significativa di uno studente atleta, campione mondiale juniores di Canottaggio, vincitore di un Concorso letterario sull'etica sportiva, il quale, al termine del suo elaborato, afferma quanto segue: *è importante che dietro la vittoria ci sia solo e comunque l'uomo!*.

*Pasquale Piredda*

## CONTRIBUTO DALLA ROMAGNA

Sono convinto che la pratica sportiva possa rappresentare davvero una grande risorsa educativa, capace di contribuire con efficacia alla maturazione dei giovani, insegnando loro il valore della fatica e del sacrificio, il gusto dei risultati ottenuti con impegno e costanza, promuovendo l'amicizia e una cultura di ospitalità e di pace, educando a perdere senza umiliazione e a vincere senza arroganza. Può, ma non è affatto scontato che lo sia davvero! Fare dello sport un luogo di crescita umana e di maturazione di virtù positive non è un processo automatico, ma un preciso atto della volontà che richiede consapevolezza, impegno e determinazione. Soprattutto è necessario riconoscere e promuovere con coerenza il ruolo educativo dello Sport. Una cosa, però, va detta con la necessaria schiettezza: questo, al di là delle dichiarazioni di rito, non sembra essere, purtroppo, la principale preoccupazione di coloro che istituzionalmente sono chiamati al governo del mondo dello Sport.

MI CHIEDO COSA POSSA SERVIRE PER TRASFORMARE UNA POSSIBILITÀ IN UNA REALTÀ CONCRETA ... dico che prima di tutto servirebbe un'assunzione di responsabilità da parte degli adulti. Troppo spesso noi adulti siamo divisi tra una retorica dello Sport come preziosa agenzia educativa alla quale affidare la maturazione dei nostri figli e una prassi quotidiana imperniata sul cinismo della vittoria a tutti i costi. Peccato che i figli non ascoltino le parole e apprendano per imitazione dai comportamenti. A mio avviso lo Sport avrebbe bisogno di un profondo ripensamento, che metta al centro il bambino e il ragazzo e non il risultato. Del resto, se ha ragione chi pensa che nello sport –e nella vita– la vittoria è l'unica cosa che conta, allora non c'è spazio per chi perde e si afferma una logica dell'esclusione e dello scarto.

Se conta solo vincere, i meno dotati, gli "scarsi", devono accomodarsi in panchina o accontentarsi di guardare la partita dagli spalti. Se conta solo la vittoria, tutto ciò che consente di conseguirla è, di fatto, consentito; anche l'imbroglio. Del resto quante volte si insegna ai ragazzini a simulare, a *farsi furbo*. Per altro verso, se il valore di uno sportivo si misura solo in termini di risultati, quando questi non arrivano poco conta che si sia dato il massimo e che ci si sia impegnati a fondo. Chi perde è un perdente. Non solo. In un simile contesto l'avversario non è più il compagno di viaggio che mi consente di praticare l'attività amata e di esprimere al meglio il mio potenziale; l'altro diviene il nemico da sconfiggere, l'ostacolo da rimuovere.

MI CHIEDO SE HANNO QUINDI RAGIONE COLORO CHE PENSANO CHE L'AGONISMO SIA ALL'ORIGINE DEI MALI DELLO SPORT E CHE LA SOLUZIONE SIA UNO SPORT NON-AGONISTICO ... dico non credo che questa sia una buona soluzione.

L'agonismo è il sale dello sport: senza di esso tale pratica sarebbe insipida (incapace di appassionare e motivare); in eccesso, però, rende tutto immangiabile. Quando si gioca, si gioca per vincere ed è proprio il modo in cui si certifica la vittoria ad organizzare le regole del gioco. Guai, però, a confondere il fine di un gioco col suo significato per l'uomo. Il fine di una

partita di tennis è fare più punti dell'avversario, quella di una gara di velocità arrivare primi al traguardo e così via.

Il senso umano della pratica sportiva è ben più complesso e articolato. È sfida intelligente con i propri limiti, coraggio di mettersi alla prova, umiltà di accettare le proprie debolezze, solidarietà con i compagni di squadra, lealtà con gli avversari. Il senso umano dello sport è custodito nella sua capacità di favorire la fioritura della persona. In questo un pizzico di agonismo non guasta affatto, anzi, ma se si eccede si rischia di rovinare tutto.

I mali dello sport nascono dall'incapacità di vivere con equilibrio la complessità degli elementi in gioco in quel tipo di pratica. Tale perdita di equilibrio si manifesta ogni qual volta vien meno la capacità di far convivere in armonia competizione e responsabilità, agonismo e valori, libertà e doveri.

Il vero cuore della questione consiste nel tenere assieme, in un tutto coerente e armonico, la pluralità di valori veicolati, promossi e incentivati dalla pratica sportiva. Ma per farcela ci vuole allenamento, determinazione, tenacia.

In una battuta, la possibilità di una competizione responsabile, in cui l'agonismo e il piacere per la vittoria non vadano a deterioramento degli altri valori umani ugualmente in gioco.

MI CHIEDO SE C'È POSTO PER L'UMILTÀ NELLO SPORT ... MI CHIEDO CHE SE IL FINE DEL GIOCO È SUPERARE COSTANTEMENTE I PROPRI LIMITI, INFRANGENDO PROGRESSIVAMENTE OGNI RECORD, COME SI FA AD AFFERMARE, NELLO STESSO TEMPO, CHE I PROPRI LIMITI VANNO RICONOSCIUTI E ACCETTATI ... dico che ci sono limiti e limiti. Alcuni sono ostacoli che dobbiamo saper rimuovere e che ci si presentano dinanzi come altrettante sfide da vincere. Quando ce la facciamo, quando superiamo quelli che credevamo essere, sbagliando, i nostri limiti, ci scopriamo migliori di quello che pensavamo e questo ci rende giustamente orgogliosi. Ma ci sono anche altri limiti, che definiscono i confini della nostra identità; limiti che debbono venir riconosciuti e accettati anche quando ci parlano delle nostre fragilità (non tutti siamo ugualmente dotati e c'è sempre chi è più bravo, più veloce, più capace).

La vera sfida, che riguarda l'uomo prima che lo sportivo, è imparare a distinguere i primi dai secondi. Farlo non è semplice: ci vuole pazienza, per gestire anche ciò che non ci è possibile modificare; ci vuole sagacia, per trovare il modo di valorizzare anche le nostre debolezze; ci vuole coraggio, per sfidare noi stessi (prima che gli altri) senza scorciatoie e senza sconti; ci vuole tenacia, per tener duro anche quando costa fatica; ci vuole prudenza, per saper perseguire il bene e il bello in ogni situazione.

Soprattutto servono buoni maestri che insegnino tutto questo ai più giovani, possibilmente con poche parole e tanti fatti.

MI CHIEDO QUANTO SIANO IMPORTANTI LE REGOLE NELLO SPORT ... dico che sono essenziali. Le regole sono la condizione affinché si apra lo spazio del gioco e questo rappresenta un aspetto molto interessante, perché dimostra che libertà e regole non sono in conflitto reciproco, anzi. Si è liberi nel gioco proprio grazie alle regole che ne proteggono il senso e che favoriscono l'espressione delle capacità dei partecipanti. Questo è un insegnamento prezioso di cui

possono fruire i cittadini di domani: non si è liberi dalle regole, ma entro regole buone.

Per esprimere compiutamente se stessi non bisogna sciogliere i vincoli che ci legano agli altri, ma costruire legami sani e positivi entro i quali mettere a frutto i propri talenti.

MI CHIEDI QUALI SIANO I PRINCIPALI MALI CHE AFFLIGGONO LO SPORT ... dico che è il doping. Preoccupa la diffusione delle pratiche dopanti sia tra i professionisti, sia tra i semplici amatori. Ma il doping è il sintomo visibile di un male più profondo: l'aver confuso il gusto della sfida personale con la vittoria ad ogni costo, l'aver svenduto i valori sociali e comunitari dello Sport all'interesse economico, l'incapacità dell'adulto di essere realmente tale. Ma non basta cercare di descrivere lo sport "come dovrebbe essere", occorre soprattutto guardare senza sconti la realtà del mondo sportivo così com'è, denunciandone limiti e ipocrisie.

Come detto lo sport –sia quando praticato, sia quando solo fruito come spettacolo– è un potente veicolo formativo, capace di incidere in profondità sugli stili di vita e sui modi di pensare delle persone. Affinché ciò accada realmente è però necessario che tale ruolo educativo sia riconosciuto e incoraggiato. Se ciò non avviene, se cioè manca la consapevolezza del ruolo formativo dello Sport, quest'ultimo continua a veicolare valori, ma corre il serio rischio di favorire il diffondersi di valori negativi.

Per questo è necessario puntare con decisione sulla formazione dei futuri allenatori e dirigenti. Solo promuovendo una sana cultura dello Sport si può sperare di arginare i mali che lo affliggono.

*Giovanni Salbaroli*

66

## PAPA E SPORT

www.gazzetta.it

Sabato 21/03/2021 Anno 125 numero 1 euro 2,00

# La Gazzetta dello Sport

Tutto il rosa della vita

Sportweek  
Francesco Oro

**Libro in regalo**  
Oggi con la Gazzetta e Sportweek,  
il documento con l'intervista integrale.  
Chiedetelo al vostro edicolante

“  
**CHI VINCE  
NON SA  
CHE COSA  
SI PERDE**  
”

**G+**  
ESCLUSIVO

# PAPA SPORT

Prima intervista a Francesco  
sui valori e sui campioni,  
come un'enciclica laica  
«Maradona poeta in campo  
Bartali è stato un esempio  
La vittoria può rendere arroganti  
E il doping annulla la dignità»

di **PIER BERGONZI** → PAGINE 2-3-5

L'EDITORIALE  
**LA FORZA DI ARRIVARE  
AL CUORE DI TUTTI**  
di **STEFANO BARIGELLI** → PAGINA 31

«Maradona era un poeta», ha detto Papa  
Francesco alla Gazzetta. Delle migliaia  
di parole scritte e pronunciate alla morte  
di Diego, queste, siamo sicuri,  
sarebbero state le preferite dal Pibe de oro,  
se avesse potuto sceglierle...

IL RAMPAPALLONE

di Gene Gnocchi

Bergoglio è un grande appassionato di calcio. «La domenica ci schiera col 4-3-2-1», hanno detto le guardie svizzere

SUZUKI È 100% HYBRID. ANCHE CON TECNOLOGIA 4X4.

TECNOLOGIA DA INCENTIVI

SWIFT HYBRID IGNIS HYBRID VITARA HYBRID ACROSS PLUG-IN S-CROSS HYBRID SWACE HYBRID

Gamma Suzuki Hybrid. Consumo ciclo combinato: da 1.0 a 6.4 l/100km (WLTP). Emissioni CO<sub>2</sub>: da 22 a 145 g/km (WLTP). Le immagini delle vetture sono puramente indicative. Agos Suzuki 3 PLUS MOTUL

## COMUNICAZIONE EDUCATIVA

La comunicazione rappresenta, da sempre, l'elemento principe della vita sociale, collegata all'evoluzione degli esseri umani (il modo di essere, pensare, sentire ed agire), che si configura come la loro capacità e modalità, in quanto membri di una comunità, di stabilire rapporti intenzionali e significativi tra di loro.

Essa rappresenta, infatti, nel corso della vita di ogni persona, l'asse educativo di riferimento, su cui si sviluppano gli alfabeti del convivere e della cittadinanza attiva.

In tale contesto, come afferma il pedagogista Giuseppe Acone, la relazione interpersonale, intesa come luogo della comunicazione, rappresenta l'orizzonte e il fondamento dell'educativo e dell'educabilità.

La comunicazione educativa, nel suo processo, nelle sue modalità espressive e nell'insieme dei contenuti che essa contiene, esprime la sua dimensione etica, nel momento in cui l'educatore, col suo modo di fare e di rapportarsi con le nuove generazioni, rappresenta un testimone reale e un punto di riferimento prezioso per loro, attraverso la sua opera di stimolo e supporto al processo di apprendimento e, soprattutto, allo sviluppo di valori utili a costruire un personale progetto di vita.

In questa prospettiva, la comunicazione e, in particolare, la comunicazione efficace, centrata sullo scambio reciproco di messaggi di chi parla e di chi ascolta, rappresenta, un elemento centrale e irrinunciabile di ogni relazione e segna, in modo chiaro e visibile, il livello di competenza professionale dei diversi soggetti o agenzie che, sono impegnati, a vario titolo, nel campo dell'educazione (genitori, insegnanti, operatori sportivi, agenzie formative, parrocchie, associazioni varie).

### L'IMPORTANZA DELL'ASCOLTO EMPATICO

In ogni contesto relazionale, un ruolo fondamentale è svolto dalla capacità di ascolto: come afferma lo studioso Carl Rogers: *l'ascolto molto attento è un modo significativo di essere d'aiuto* (comunicare significa per il 90% ascoltare). A proposito dell'ascolto attivo (definito anche *ascolto profondo*), aggiunge: *il primo e semplice sentimento che vorrei parteciparvi è la gioia che provo quando posso realmente ascoltare qualcuno. È stato grazie all'ascolto delle persone che ho imparato tutto ciò che so circa gli individui, la personalità, le relazioni interpersonali* (1983).

È il caso, a questo riguardo, di sottolineare che, nei diversi contesti educativi, al contrario del principio sopra esposto, esiste una forma assai diffusa di povertà e fragilità della comunicazione, che in una situazione di deprivazione culturale, affettivo-sociale, motorio-sportiva, come quella determinata dalle misure restrittive del Coronavirus, assume forme e dimensioni preoccupanti.

Dai vari studi sull'argomento, emerge, inoltre, nei vari ambienti di vita, la tendenza ad utilizzare forme comunicative ad una via, in cui genitori ed insegnanti parlano da soli, trascurando, spesso, la necessità di mettersi in ascolto dei bisogni, dei desideri, delle attese dei bambini e dei ragazzi,

riducendo, in questo modo, i momenti d'incontro e indebolendo i flussi comunicativi a tempi e modalità d'intervento frettolosi, limitati e superficiali.

I risultati di alcune indagini svolte in Italia, dall'Osservatorio dei diritti dei minori rilevano la crescente inadeguatezza del rapporto interpersonale dei genitori con i propri figli utilizzando solo 18 minuti ogni giorno, per comunicare con loro; si tratta, ovviamente, di uno spazio temporale limitato e ridotto rispetto a quello degli paesi europei (Alberico, 2007).

Lo psichiatra Paolo Crepet, nel suo libro *Non siamo capaci di ascoltarli* (Einaudi) fa rilevare che il tempo della comunicazione genitori/figli è di 14 minuti lordi, in orario serale, telegiornale compreso.

Anche nel mondo della scuola, sostiene Michael P. Nichols (*L'arte perduta di ascoltare*, Positive Press, 1997), il tempo e la capacità di dedicarsi all'ascolto degli allievi è piuttosto carente.

Alcune ricerche svolte dalla Società italiana di pediatria, fanno emergere che gran parte del nostro tempo è speso ad ascoltare, ma, è importante sottolineare che, in realtà, si tratta di un ascolto superficiale e passivo, per cui diventa problematico attivare quei flussi emotivo-affettivi, che solo una condizione di sintonia empatica tra i due soggetti può garantire.

Secondo lo psichiatra e filosofo Roberto Assagioli (1973), l'empatia rappresenta, infatti, *la proiezione della propria coscienza in un altro essere* (*Dalla coppia all'umanità* - Biblioteca di Psicocinesi, L'uomo Edizioni, 2011, a cura di Alberto Alberti)

Ne deriva, dunque, l'esigenza che, nella comunicazione educativa, a livello familiare e scolastico, oltre ai contenuti trasmessi dai vari messaggi, è fondamentale che l'educatore:

- ◆ crei un clima psicologico stimolante e affettivamente intenso
- ◆ favorisca l'interazione autentica e costruttiva interpersonale
- ◆ agevoli la scoperta
- ◆ susciti interessi
- ◆ promuova feedback
- ◆ inneschi operazioni mentali, dinamiche emozionali e spinte motivazionali, che rendano il rapporto e, quindi, il processo educativo, più piacevole ed efficace.

Bisogna, inoltre sottolineare che la scuola, in quanto agenzia fondamentale di socializzazione, deve tener conto delle tante forme di diversità presenti all'interno di una classe e adegui, di conseguenza, le sue strategie operative alle singole realtà (differenza di genere, alunni iperattivi, timidi, diversamente abili, di diversa provenienza geografica, di diversa lingua, cultura, ecc.).

L'insegnante, con la sua vigile presenza fisica, deve diventare, a sua volta, un facilitatore della comunicazione per ogni suo allievo, che tenga presenti, non solo i contenuti disciplinari da trasmettere (travaso dei saperi dottrinali), ma che orienti la sua azione, in modo intenzionale, riferita, principalmente, *alle modalità della loro trasmissione, in relazione, anche, alle dinamiche motivazionali ed emotive che influenzano i processi cognitivi* (Osborne E., 1993, De Beni R., 2000, Moé A. 200, Tufanelli L., 1999, Capurso M., 2004).

Una lezione noiosa e priva di partecipazione e di passione, una lezione a distanza, come avviene spesso nella situazione di isolamento fisico prodotto dall'epidemia del coronavirus, produce, infatti, una forma di rapporto senz'anima, che determina una conseguente sordità affettiva da parte chi ascolta e genera, sicuramene, seri fattori di perturbazione (rumori), che pregiudicano e compromettono l'efficacia della comunicazione autentica.

### **GLI INFLUSSI DELLA TECNOLOGIA E IL FENOMENO DELLA DIPENDENZA**

Connessione o disconnessione?

La scienza odierna e la continua espansione della comunicazione telematica rendono possibili un archivio di conoscenze mai visto prima d'ora, attraverso le varie forme di connessione a livello mondiale, eliminando ogni forma di barriera geografica, culturale e linguistica.

Nel contempo, però, l'evoluzione tecnologica, non è in grado di sostituire il contatto diretto caldo e di prima mano, che la comunicazione diretta, basata sulla vicinanza fisica, comporta. Nel caso del coronavirus, si è avvertita, in modo ancora più marcato, la necessità/urgenza di utilizzare, nel mondo del lavoro e della scuola, i mezzi telematici, che consentono l'unica forma di comunicazione che, nell'attuale distanziamento fisico, può essere realizzata solo con la formula comunicativa a distanza.

Gli effetti positivi di un processo evolutivo inarrestabile, legato all'abbattimento delle frontiere e delle distanze della comunicazione in presenza che, già di tempo, si sono andati profilando in tutta la loro dimensione espansiva, prima della pandemia da covid, si sono rivelati utili, sotto molti aspetti; ma oggi, con la diffusione esponenziale delle grandi restrizioni sociali, l'effetto più concreto e visibile è stato quello di determinare, in una situazione di emergenza, un intervento vicariante, ma incompleto, dei rapporti veri, legati al rapporto faccia a faccia.

Tale soluzione, peraltro necessaria, non risulta, quindi, risolutiva, in quanto non può evitare, in ogni caso, come è già stato detto, il problema dell'assenza delle relazioni interpersonali, che sta assumendo connotazioni sempre più disumanizzanti, impedendo anche gli incontri fra le persone care.

Manca, cioè, la possibilità, di concretizzare la reale volontà di approssimarsi e rapportarsi affettivamente verso il mondo degli altri, l'autentica disponibilità emotivo-affettiva a porsi in atteggiamento di vera attenzione verso di loro, a leggere ed interpretare i reciproci bisogni, a condividere, attraverso un abbraccio, emozioni, sentimenti, stati d'animo.

L'implacabile e sempre più diffuso sviluppo della tecnologia, comporta, come afferma anche Daniel Goleman (Intelligenza sociale, Rizzoli), che *tutte queste tendenze indicano il progressivo calo delle opportunità di contatto fra le persone creando, di fatto, una forma di comunicazione apparente in un quadro di sostanziale isolamento ... la tecnologia trasferisce i suoi utenti in una realtà virtuale tanto da attenuare il contatto con gli esseri umani circostanti, con conseguenti costi sociali ed emotivi che nessuno ha avuto modo di calcolare*". In pratica, si realizza, così, in un periodo drammatico come quello attuale, una

forma involutiva delle opportunità di incontri ravvicinati, che, talvolta, genera pericolose condizioni di disgregazione/disconnessione dei rapporti umani. Appare particolarmente attuale la sottolineatura della studiosa Sherry Turkle, la quale afferma che ci aspettiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri, per cui è necessario *recuperare i contatti intimi, di stare insieme agli altri, di sentirne la voce, e vederne il volto, cercando di conoscere il loro cuore*. L'universo giovanile è, logicamente, pienamente coinvolto in questo fenomeno di distanziamento fisico, attualmente imposto dai provvedimenti restrittivi istituzionali che, nella situazione pandemica attuale, assumono la dimensione di isolamento, di solitudine, di sofferenze di vario tipo che, secondo alcuni studi internazionali, avranno effetti duraturi e forse, permanenti, su abilità cognitive, affettive e relazionali, motorie.

Già da tempo, inoltre, siamo abituati a notare il comportamento di molti ragazzi quando, con le orecchie sigillate dal guscio dell'iPod, assumono un'espressione inebetita e indifferente, anche nei confronti degli amici o delle persone fisicamente vicine, perché, in pratica, sono sempre connessi altrove (hanno sempre la testa o qualche neurone da un'altra parte).

Un'analoga situazione di distanziamento relazionale, ma in modo ancora più accentuato, si verifica, ormai da un anno, nelle prigioni telematiche, in cui prende sempre più consistenza la dipendenza maniacale e compulsiva dei bambini e dei ragazzi dalle connessioni digitali (esposizione prolungata davanti alla televisione, uso smodato di internet, e-mail, Facebook, cellulari, smartphone, WhatsApp, videogiochi, ecc.), che limitano i contatti diretti fra le persone (si contatta un amico su Facebook, perché non è permesso di andare a trovarlo).

### **QUALE COMUNICAZIONE ?**

Una consuetudine consolidata, ormai, assegna alla comunicazione verbale (uso della parola), già di per sé limitata in questo particolare momento di distanziamento sociale, il ruolo preminente della comunicazione, trascurando gli altri tipi di linguaggi altrettanto significativi come :

- ◆ il linguaggio paraverbale (che si esprime con il volume, il tempo, il tono, il timbro, il ritmo)
- ◆ il linguaggio non verbale (caratterizzato dai movimenti del corpo, dalla postura e, soprattutto, dalle espressioni del viso).

Risultano, di fatto, sottovalutate: la comunicazione paraverbale e non verbale, la cui funzione si è ulteriormente ridotta o eliminata a causa del coronavirus; eppure è scientificamente appurato che esse sono in grado, in una situazione di incontro reale in vicinanza, di veicolare la qualità emotivo-affettiva della comunicazione e di esprimere emozioni, gioia, rabbia, tristezza, disgusto, disprezzo, disinteresse, colpa, sorpresa, tenerezza, vergogna, ecc..

Il linguaggio del corpo, in particolare, con le sue varie forme espressive, che investono le esperienze associative, cognitive, ludiche, motorio-sportive e teatrali, ha subito una forma di arresto, generando una forma di analfabetismo di ritorno, che riguarda tutte le fasce della popolazione ed, in modo particolare, quelle più fragili.

Albert Mehraban, psicologo statunitense di origine armena, docente presso l'Università della California, nella sua opera, *Non verbal communication*, sostiene che il linguaggio del corpo (comunicazione non verbale) influirebbe nei confronti dell'interlocutore per il 55%; la comunicazione paraverbale per il 38%, mentre il contenuto espresso verbalmente (comunicazione verbale) solamente per il 7%. L'autore ha, però, precisato, a tale proposito, che il suo studio si riferisce, in particolare, alla dimensione emotiva ed affettiva della comunicazione.

È ormai appurato, dunque, che ogni individuo, *attraverso il corpo parla una lingua che spesso esprime pensieri ed intenzioni lontane da quelle che afferma; esprime emozioni più profonde che le parole non fanno o non vorrebbero dire*, in sintesi si può, dunque, affermare che il corpo non sa mentire e che falsificare il linguaggio corporeo è pressoché impossibile, perché i sentimenti, come è già stato evidenziato, si comunicano più attraverso il linguaggio del corpo che attraverso le parole.

### **GLI ELEMENTI DI FRAGILITÀ DELLA COMUNICAZIONE E I PERICOLI DELLA DIPENDENZA TELEMATICA**

Come si evidenzia dalle recenti scoperte delle neuroscienze, l'inquinamento informatico, derivante da una utilizzazione continuativa e ossessiva dei mezzi telematici, di fatto, ha il potere di rallentare i circuiti mentali ed, in particolare, le aree cerebrali deputate al controllo dell'attenzione e delle emozioni, influenzando negativamente sulle capacità di giudizio sui personali comportamenti. Nel suo libro *Internet ci rende stupidi? Come la rete sta cambiando il nostro cervello*, Nicholas Carr (Raffaello Cortina Editore, Milano 2011), sostiene, infatti, che il web fornisce "proprio il genere di stimoli cognitivi e sensoriali - ripetitivi, intensivi, interattivi, appassionanti - che procurano, come è stato dimostrato, forti e rapide alterazioni dei circuiti e delle funzioni cerebrali, (forgiamo nuove connessioni neuronali, ma sfruttiamo sempre meno le vecchie).

C'è da registrare, inoltre, che il fenomeno della dipendenza dagli smartphone, che non si spengono mai, può generare delle forme di autismo emotivo e di auto-isolamento pericolose, attraverso, una molteplicità di contagiosi messaggi, che possono stimolare e provocare comportamenti anomali, a volte autolesionisti.

Particolarmente significativa, a tale proposito, è la vicenda descritta in un articolo di Massimo Gramellini (nel n.18 del Corriere della sera del 22 gennaio 2021) dal titolo *Morire su Tik Tok*, nel quale viene riportato il caso di una bambina palermitana di dieci anni, che si è chiusa in bagno, col suo telefonino, per partecipare a un folle gioco su Tik Tok, sempre più diffuso a livello mondiale (8 milioni di iscritti in Italia), che consisteva nello stringersi qualcosa al collo il più a lungo possibile, per dimostrare una forma di resistenza al soffocamento, che andava, normalmente, filmata e poi postata sullo stesso Tik Tok. La bimba, utilizzando la cintura dell'accappatoio, l'ha trasformata in un cappio, con cui ha finito per strangolarsi, con la conseguente asfissia, che le ha procurato la conseguente morte cerebrale.

Sono, sicuramente, segni distintivi di una chiusura al mondo reale, all'affannosa ricerca di dare, in una situazione di isolamento fisico, un senso ad un personale modo di essere protagonisti, seguendo la spinta adrenalinica e il fascino del proibito. Le cause di questi comportamenti sono certamente da iscriversi in una serie di fattori, legati ad una nuova povertà esistenziale ed, in particolare, alla sfera degli affetti negati, che una società complessa, come quella della civiltà tecnologica attuale, genera e alimenta.

Il recente libro di Vittorio Andreoli, dal titolo *La famiglia digitale*, mette in evidenza la situazione di isolamento in cui si trovano i componenti di una famiglia, in cui i genitori da una parte e i figli dall'altra, sono in una situazione di connessione continua, ognuno per proprio conto, ad un personale mondo virtuale, determinando, così, pericolosi *mutismi affettivi*, che pregiudicano la qualità del loro rapporto interpersonale.

### **IL FENOMENO QUANTITATIVO**

Un'indagine di Viacom (casa madre di Mtv), pubblicata dal Corriere della Sera (17/05/2017), presenta una serie di risposte ai questionari posti ai ragazzi della fascia di età fra i 14 e i 16 anni, in base alle quali il 96% degli italiani e il 93% dei 7 mila dei 14 paesi presi in considerazione, dichiarano che essere giovani oggi è difficile. In pratica, ammettono di sentirsi irritabili, scontenti, tesi, smarriti, demotivati. E questo è facilmente spiegabile col fatto che il cervello è sovraccarico di stimolazioni e che la capacità di discernimento e di selezione scarseggia.

Uno dei tanti motivi delle varie situazioni di malessere è legato al fatto che l'essere costantemente connessi rende impossibile non farsi travolgere dalle notizie negative. Solo il 18% è in grado di farlo. Mancano o – non vengono trovati – filtri e guide affidabili per ottenere e scoprire altri punti di vista. I ragazzi, perciò, si buttano nella rete, fingendo un universo relazionale fittizio, privo di calore intersoggettivo, che può diventare, al contrario, violento nei loro confronti.

Un rapporto della Kaiser Family Foundation rivela che, negli Stati Uniti, i ragazzi dagli otto ai diciotto anni usufruiscono dei mezzi di comunicazione per 7 ore e 38 minuti al giorno, che salgono a 10 ore e 45 minuti, se si sommano i tempi dei vari dispositivi utilizzati contemporaneamente. Un'indagine su 2200 madri in 11 paesi rivela che il 70% dei bambini dai due ai cinque anni è a proprio agio con i video-giochi, ma solo l'11% è capace di allacciarsi le scarpe (Miranda Sawyer, in *Children and computers: state of play*, The Observer Magazine, 15 luglio 2012). In Italia, secondo il secondo il *Rapporto Eurispes sulla condizione dell'infanzia e dell'adolescenza 2011*, la TV mantiene il primato di mezzo più utilizzato: solo il 4,1% non la guarda mai, quattro ragazzi su dieci (42%) passano davanti allo schermo da una a due ore al giorno, il 18,3%, da due a quattro ore, il 6,2% oltre quattro ore. Il concorrente principale è il computer: il 4,8% dei ragazzi non lo usa quasi mai, il 23,6% lo utilizza dalle due alle quattro ore circa: il 12% ancora più a lungo.

Ma anche l'utilizzo di Internet non è da meno: solo il 7% degli adolescenti non naviga mai, il 37,7% lo fa da due a quattro ore al giorno e il 13,3% per oltre quattro ore. Il 42,5% controlla continuamente la posta elettronica o Facebook,

sperando di aver ricevuto un messaggio. Metà degli intervistati (49,9%), infine, dichiara di perdere la cognizione del tempo, quando son connessi, tralasciando altri compiti.

In un articolo pubblicato sul Corriere della sera, il 31 agosto 2013, Martina Pennisi sottolinea che, già allora, due italiani su tre, fra i venti e i quarant'anni, non hanno rinunciato ad internet in vacanza. La dipendenza da internet presenta, secondo Elias Aboujaoude (*Virtuality You. Dangerous Powers of the E-Personality*, W.W. Norton & Company, New York - London 2011), due caratteristiche principali:

- a) si spreca molto tempo on line (indipendentemente dal motivo)
- b) il tempo sottratto ad altre attività e rapporti personali comporta una perdita personale importante, come il divorzio, oppure significative difficoltà a scuola o al lavoro.

La situazione è così preoccupante che, a partire dal 2013, tale dipendenza (Internet Addiction) è stata inclusa nel Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (DSM).

In Italia, secondo i dati forniti dal Day Hospital di psichiatria del policlinico Gemelli, i ragazzi assuefatti alla rete sono l' 80%, per lo più tra i tredici e i diciassette anni (in prevalenza maschi), il restante 20% è composto da adulti (che indugiano spesso sui siti porno e i sui giochi d'azzardo).

Un'analoga situazione, riferita alla dipendenza da smarthphone, viene presentata da Damian Thompson, il quale, nel suo libro *The Fix: Addiction Is Invading our Lives and Taking Over Your World*, (Harper Collins, New York 2012) afferma che il 44% degli studenti della Stanford university, della California, dichiara che è molto o totalmente dipendente dallo smartphone; il 9% ammette di *accarezzarlo*; l' 8% è persino arrivato a pensare che l' iPod fosse *geloso dell' iPhone*.

Negli ultimi tempi, comunque, per fortuna, sta prendendo forma e consistenza una nuova consapevolezza nei ragazzi e nei giovani, della necessità di rivolgersi all'altro, come presenza fisica in carne ed ossa, oltre gli schermi degli smartphone, per cercare aiuto e certezze. Questa evoluzione positiva nelle nuove generazioni può generare la sensibilità, la carica umana e l'empatia, che sono fondamentali nei rapporti comunicativi profondi e si contrappongono, spesso, alla superficialità dei rapporti virtuali dei social. Emerge, così, anche l'aspetto etico legato alla comunicazione interpersonale diretta. C'è registrare, infine, che il 51% dei nostri giovani connazionali si rende conto di avere un rapporto di amore-odio con i social media. La dipendenza, riconosciuta, come tale, da loro stessi, diventa facilmente causa di frustrazione, di disagio e di scarso controllo emotivo. Norman H. Nie, esperto di studi su Internet, e direttore dello Stanford Institute for quantitative study of the society, nella sua opera *What do americans do on the internet?*, ha commentato *non si può né abbracciarsi, né baciarsi via internet*. Si presenta, a questo punto, l'esigenza e l'urgenza, per la società e, quindi per le più importanti agenzie educative, di promuovere una sorta di alfabetizzazione di nuovi paradigmi culturali e valoriali, che riscoprano e valorizzino l'intelligenza

sociale e il senso del noi, centrato sulla cultura dell'incontro, della comunicazione dialogica, della condivisione e della reciprocità.

Sulla base delle suddette istanze, la scuola può svolgere, in particolare nel momento attuale di una grave emergenza educativa, legata alla diffusione mondiale del Covid 19, un ruolo fondamentale e potenziato rispetto al passato, che consiste nel complesso compito di una nuova ridefinizione dei saperi, rivolti non solo all'ambito disciplinare, ma anche e soprattutto ai vissuti emotivi, affettivi, socio-relazionali, che ogni singolo alunno deve stabilire e rinforzare nei rapporti quotidiani con l'insegnante e con i compagni. Le nuove richieste formative, dovranno recuperare il terreno perduto in quest'ultimo anno, con l'intento di migliorare i rapporti comunicativi interpersonali, nella consapevolezza che non potranno essere considerati come qualcosa di più, come un'opportunità accessoria, aggiuntiva e complementare rispetto alle attività curricolari, ma come parte integrante di un itinerario didattico-educativo fondamentale e irrinunciabile nel processo di crescita personale, civile e sociale delle nuove generazioni. In questo contesto i genitori e gli insegnanti dovranno essere in grado di acquisire una nuova forma mentis e creare nuovi sistemi di rapporti interpersonali più diretti ed efficaci, senza, peraltro, demonizzare le competenze sulle nuove tecnologie e le nuove propensioni, spesso già acquisite, in particolare, dai bambini e adolescenti digitali, cresciuti a pane e web. Dovrà essere fatto, comunque, ogni sforzo per educarli ad un uso corretto e ragionato delle stesse, cercando di trovare un connubio intelligente tra mondo reale, in cui prevale la vicinanza fisica e il contatto diretto e mondo virtuale, in cui prevalgono le capacità di superamento della distanza spaziale.

Si pone, allora, il problema dello sviluppo di una nuova ecologia mediale, come compito dell'educazione, che favorisca lo sviluppo armonico di conoscenze, abilità e competenze (life skills). È giusto e necessario, perciò, in questa grave situazione di difficoltà relazionali, che impone una nuova e diversa organizzazione del modo di vivere, pensare ed agire, che l'ambiente scolastico sia rivolto ad esaltare gli aspetti formativi del percorso scolastico e diventi un luogo educativo idoneo ad arricchire le esperienze e ad incidere positivamente sulla struttura dei processi di insegnamento-apprendimento, in cui si possa sintonizzare la cultura e il linguaggio alfabetico tradizionale con quella del linguaggio postalfabetico, valorizzando i punti di forza che le due diverse modalità comunicative possono offrire.

### **LA COMUNICAZIONE NEL RAPPORTO RAVVICINATO NELL'AZIONE DIDATTICO-EDUCATIVA**

Rimandando ad altre opportunità di approfondimento il tema della comunicazione didattica digitale, cerchiamo, ora, di evidenziare alcuni comportamenti che devono essere alla base di ogni strategia comunicativa da parte dell'insegnante nel suo rapporto diretto con gli allievi. È cosa nota che la comunicazione faccia a faccia (a tu per tu) ha la forza di coinvolgere gli individui nella loro totalità psico-fisica.

Attualmente, nella situazione patologica della distanza, imposta dai nuovi regolamenti antivirus, sono venuti a mancare, in particolare, la chiarezza, la

modalità espositiva diretta, l'uso della voce, la gestualità, gli atteggiamenti posturali, la vicinanza fisica, che rispondono al bisogno psicologico di un clima psicologico stimolante e coinvolgente, in cui si crea un contagio e una contaminazione reciproca con l'insegnante e con i compagni. Secondo una prassi consolidata, la scuola che, per anni, nel processo di insegnamento/apprendimento, come è già stato sottolineato, ha sottovalutato i linguaggi non verbali e paraverbali, ha continuato a privilegiare la comunicazione verbale che, nella realtà attuale si è ridotta, ormai alla messaggistica telematica, trascurando, così, l'importanza della comunicazione corporea in presenza reale, esonerando il corpo e il movimento dalle sue naturali e vitali funzioni.

### **QUALCHE CONSIGLIO SULLA COMUNICAZIONE EFFICACE**

Per rendere la comunicazione efficace e funzionale, a titolo orientativo, si potrebbero proporre alcune linee guida comportamentali che, in qualche modo, sintetizzano i contributi di vari studiosi, che si sono occupati di questa tematica. L'ampia letteratura, prodotta in questo campo, concorda nel sostenere che la comunicazione dei genitori e degli insegnanti non possa prescindere dalle seguenti esigenze:

- ◆ facilitare l'osservazione di se stessi e degli altri
- ◆ scegliere selezionare i contenuti dei messaggi da veicolare, (chiarezza concettuale)
- ◆ utilizzare messaggi completi, specifici e chiari (chiarezza e naturalezza espositiva)
- ◆ verificare sempre se la comunicazione passa in maniera corretta
- ◆ riconoscere i tipi di rumori che ostacolano la comunicazione
- ◆ assicurare la necessaria corrispondenza tra messaggi verbali, non-verbali, paraverbali
- ◆ dosare la quantità temporale del discorso (inizio, sviluppo, conclusioni, stringatezza, brevità)
- ◆ favorire l'accoglienza affettiva/accettazione
- ◆ porsi in ascolto empatico ed attivo nei confronti dei bambini e degli adolescenti e dialogare con ognuno di loro
- ◆ rispettare i loro punti di vista
- ◆ dare sempre precise risposte alle loro domande
- ◆ provocare, suscitare e promuovere domande
- ◆ esercitare spinte motivazionali per l'apprendimento e dare incoraggiamenti continui
- ◆ saper gestire le emozioni, sviluppare un buon stile espositivo,
- ◆ variare la posizione nello spazio, riducendo, il più possibile, la distanza fisica : genitore-figlio, insegnante-alunno alunno e fra gli alunni (esercizi di contatto, a coppie, giochi di squadra, attività teatrali, musicali, ecc.)
- ◆ gestire e incoraggiare l'espressività corporea (postura, mimetica, gesto, voce, uso delle pause)
- ◆ mantenere il contatto visivo con loro
- ◆ utilizzare uno stile espositivo dialogante, discorsivo e confidenziale
- ◆ modulare e variare il tono della voce

- ◆ personalizzare gli interventi
- ◆ mettersi sempre in discussione.

### **IL RUOLO DELLA SCUOLA**

A livello scolastico, non è possibile tracciare un quadro ideale degli stili di conduzione del rapporto didattico-educativo in presenza e, quindi, delle modalità relazionali e comunicative degli insegnanti nei confronti degli alunni. Si può, però, sottolineare che molti comportamenti degli insegnanti acquistano significato alla luce dei feedback, che i loro interventi producono nel rapporto ravvicinato, in quanto ogni azione comunicativa ha senso se esiste la condivisione di un processo comunicativo a due vie, rispettoso delle esigenze, dei desideri, delle aspettative dei giovani allievi. È bene sottolineare, a questo punto, che gli studenti, in genere, sono in grado di osservare e percepire e, quindi giudicare, con le loro antenne speciali e con la loro particolare sensibilità, le caratteristiche comportamentali dei loro insegnanti. Come affermano alcuni i ricercatori, che hanno svolto un'apposita indagine, all'interno di alcune scuole, *gli allievi sanno, in genere, distinguere gli insegnanti che si occupano veramente di loro, che si impegnano di soddisfare queste loro richieste, che accettano la discussione alla pari, creano nella classe un'atmosfera democratica e dedicano ad ogni singolo allievo l'attenzione specifica di cui ha bisogno ... così come sanno distinguere gli insegnanti che conoscono bene la loro disciplina, ne presentano con chiarezza i contenuti, sapendoli rendere interessanti e significativi.* Comunque, gli insegnanti, con i quali i ragazzi continuano a richiedere un rapporto diretto e in presenza, in una situazione di difficoltà relazionali, come quella legata al distanziamento sociale imposto dalle autorità competenti, acquistano notevole prestigio.

77

Le forti e insistenti richieste degli studenti di tornare a scuola dimostrano:

- ◆ che essi si sono affezionati ai loro docenti
- ◆ che hanno bisogno di riproporre loro domande, che possono andare al di là dei confini della disciplina
- ◆ che ad essi desiderano fare nuovamente confidenze e chiedere consigli.

Così, col loro contributo, in una futura prospettiva, si spera a breve termine, una società e, quindi, una scuola, sempre più attenta alle problematiche esistenziali degli alunni, riuscirà a combattere la cultura del nulla, che arresti la loro tendenza maniacale a perseverare, oltre ogni limite, in un arido e prolungato tormento di immobilità psico-fisica su una tastiera. Non si può rischiare, così, di inaridire, sommergere ed annientare, come un deserto di tristezza, le nuove generazioni. Sarà per tutti noi un motivo di soddisfazione se si arriverà alla concezione di un nuovo umanesimo, che ci porti a superare il severo concetto espresso da Leonardo da Vinci, secondo il quale *l'uomo medio guarda senza vedere, ode senza ascoltare ... tocca senza percepire ... si muove senza essere cosciente del suo corpo ... e parla prima di pensare.*

*Pasquale Piredda*

## LA POVERTÀ EDUCATIVA

La sospensione prolungata, per oltre tre mesi, dell'attività scolastica e dell'attività ludico-sportiva, dovuta al *Covid-19*, ha generato un senso di smarrimento, paura, ansia e angoscia in tutta la popolazione, provocando danni devastanti, che investono il campo della salute, dell'educazione, del lavoro, delle relazioni sociali e, più in generale, dei comportamenti e della qualità della vita di ogni persona.

In particolare, nei bambini, negli adolescenti e nei giovani, ha preso forma e consistenza una sorta di disagio psico-fisico e di malessere generalizzato, dovuto ad alcune restrizioni vitali, come quelle della rinuncia all'incontro/confronto interpersonale, che si configura come una perdita vitale, una sorta di "amputazione" del loro modo di essere con se stessi e di rapportarsi con gli altri e col mondo reale.

A causa del lockdown, L'Organizzazione Mondiale della Sanità sottolinea che la situazione di sofferenza derivata dalla quarantena, ha assunto dimensioni veramente preoccupanti, fino a far registrare un incremento, nei ragazzi, del 30% dei disturbi mentali.

Potremmo dire, pertanto, che le nuove generazioni si trovano, ora, nella condizione di elaborare quattro forme di lutto fondamentali, riguardanti le seguenti mancanze:

- la perdita della dimensione educativa della scuola e del contatto personalizzato con gli insegnanti,
- la deprivazione dell'attività ludico-motorio-sportiva scolastica ed extrascolastica,
- la mancanza di un incontro/confronto con i pari e la riduzione degli spazi comunicativi verbali e non verbali in presenza reale,
- la mancata disponibilità, per molti alunni, degli strumenti tecnologici necessari per seguire le lezioni digitali, con la conseguenza che questo modo di fare scuola accentua le diseguaglianze e le opportunità formative.

Per quanto riguarda quest'ultimo aspetto, la Convenzione ONU sui Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza sottolinea che molti dei soggetti vulnerabili, come quelli che hanno sofferto maggiormente a causa di fenomeni legati alla violenza, alla povertà e alla diseguaglianza, non hanno avuto accesso a dispositivi connessi ad Internet, né tutte le famiglie hanno avuto la possibilità di seguirli nella didattica a distanza, che, involontariamente, determina vere e proprie forme di espulsione, per loro, dal percorso didattico programmato e, quindi, dal sistema formativo ufficiale.

### LA PERDITA DELLA DIMENSIONE EDUCATIVA DELLA SCUOLA

In merito al problema riferito all'educazione scolastica, il Ministero dell'Istruzione ha attivato una soluzione di rimedio provvisorio alla sospensione del suo pubblico servizio, mettendo in atto, come strumento riparativo, la didattica a distanza, che sarebbe meglio definire didattica d'emergenza che, di fatto, pur rappresentando, al momento, una soluzione indispensabile, si limita a curare l'aspetto esecutivo dei compiti a casa, in cui predomina la dimensione più propriamente *cognitivo/istruttivo/addestrativa* (asse della cultura

dell'insegnamento) e non quella globale di tipo *educativo* (asse educativo dell'insegnamento) che, notoriamente, investe la totalità antropologica della persona.

La comunicazione a distanza insegnante-allievo, pur nell'immediatezza della sua esplicazione, viene privata, così, delle componenti emotivo-affettive, socio-relazionali e corporee, legate alla fisicità espressiva e al rapporto diretto faccia a faccia, in cui il corpo può parlare e manifestare pensieri, sentimenti, stati d'animo.

In pratica la connessione telematica, attraverso l'immersione forzata del digitale, pur garantendo un utile flusso di informazioni immediato di tipo disciplinare, determina una sorta di disconnessione/isolamento sociale in cui, non essendo consentita la presenza fisica e la distanza ravvicinata dei componenti della comunità educante, si rende fragile e superficiale la qualità del rapporto educativo caldo, intensamente empatico e di prima mano, che solo la vicinanza fisica può offrire.

È proprio tale tipo di rapporto intimo, fatto di flussi emotivo-affettivi, in cui uno parla e l'altro ascolta attivamente e in modo partecipato, infatti, che permette all'insegnante di decifrare e interpretare, dal vivo, attitudini, bisogni, esigenze, aspettative, aspirazioni e di definire, conseguentemente, gli stili di conduzione dell'attività didattica-educativa, i tipi di comportamento da adottare, i contenuti da approfondire, i criteri valutativi da adottare e i traguardi di sviluppo da perseguire.

Un altro elemento da rimarcare è, inoltre, la riduzione degli interventi didattici limitati ad alcune Discipline, consolidando, così, il pregiudizio, già abbastanza diffuso anche nella nuova Scuola, che esista una sorta di gerarchia dei saperi, da privilegiare, in via prioritaria, nel processo di apprendimento, per cui i **saperi dichiarativi** (centrati sui aspetti teorico-concettuali dell'insegnamento), prevalgano sui **saperi procedurali** (come per esempio quello motorio, connessi con l'abilità del fare e del saper fare) che, come si sa, prevedono il coinvolgimento emozionale diretto tramite l'espressività corporea, che nessun computer può garantire.

Vengono, così, trascurate, nelle lezioni a distanza, le forme comunicative legate ai linguaggi non verbali, come il linguaggio artistico, il linguaggio musicale e il linguaggio motorio, già considerate, all'interno del curriculum scolastico, come aree disciplinari accessorie, in pratica, come figlie di un Dio minore, meno nobili e, tutto sommato, aggiuntive, all'interno dell'itinerario curriculare della scuola.

In molte realtà scolastiche non vengono, dunque, recepite le istanze e le linee di principio contenute nelle Indicazioni Nazionali per il curriculum che, riprendendo tutte le teorie pedagogiche più attuali, conferiscono pari dignità di cittadinanza a tutte le Discipline, nella consapevolezza che tutte devono essere considerate parte integrante dei percorsi formativi personali, in una concezione unitaria ed armonica del sapere.

In particolare, si può rimarcare, a tale proposito, il potere motivante e coinvolgente proprio di quelle Discipline che, in questo periodo, soffrono di uno spazio d'intervento inesistente o scarso che, a causa della mancanza di

esercizio, provocano una sorta di analfabetismo, che compromette e impoverisce la qualità dell'offerta educativa, centrata sulla completezza esistenziale di ogni alunno.

Un ultimo aspetto da non ignorare, inoltre, a causa della mancanza del contatto umano, riguarda la diminuzione delle occasioni educative per i soggetti con disabilità, i quali hanno bisogno, più degli altri, della continua presenza diretta degli educatori e, risentono, quindi, più di loro, della loro assenza/distanza, che interpretano come una vera forma di latitanza e di abbandono affettivo.

### **LA PERDITA DELL'ESPERIENZA LUDICO-MOTORIO-SPORTIVA**

Le misure restrittive adottate dal Governo hanno decretato, oltre alla chiusura delle scuole, la sospensione dell'attività sportiva a tutti i livelli, compresa la pratica dell'attività ludico-motorio-sportiva, aggravando, ancora di più, l'abitudine, sempre più consolidata, da parte dei bambini e degli adolescenti, di prediligere stili di vita sedentari, in cui trovano spazio abitudini e comportamenti non corretti, come l'immobilità fisica prolungata, determinata, dall'uso/abuso incontrollato dei molteplici giochi, offerti dai vari strumenti telematici (TV, Smartphone, ecc.), abitudine, questa, accompagnata molto spesso da un'alimentazione irrazionale e disordinata.

Si crea, così, uno squilibrio innaturale tra dispendio energetico e l'assunzione calorica esagerata, i cui effetti visibili e preoccupanti evidenziano, da una parte, l'involutione progressiva delle capacità e delle abilità motorie di base, dall'altra, la comparsa sempre più evidente di quadri patologici precoci, come l'obesità, il diabete di tipo C, la ridotta funzionalità di organi e apparati, ecc.

Un'ulteriore riduzione degli spazi di gioco, resa ancora più drammatica dalla presente situazione di reclusione forzata, rappresenta, perciò, un vero pericolo per la salute delle nuove generazioni, ma significa, anche, sottrarre loro occasioni privilegiate e irripetibili per maturare, attraverso l'educazione del movimento e l'educazione attraverso il movimento, la conoscenza di sé, lo sviluppo dell'autostima, nonché la possibilità di acquisire, tramite l'esercizio dell'incontro-confronto con gli altri, comportamenti etici, finalizzati al raggiungimento del benessere psico-fisico e alla civile convivenza.

Privare i bambini, in particolare, delle esperienze legate all'attività ludico-motorio-sportiva, vuol dire privarli di un diritto inalienabile, sancito, tra l'altro da vari organismi internazionali, che considerano il gioco, nelle sue varie forme espressive, come il loro vero modo di essere, pensare ed agire, in definitiva, come un mezzo fondamentale per la scoperta della realtà che, in prospettiva, può essere utile per la costruzione di un personale progetto di vita.

Il fatto che i bambini non sappiano e non vogliono più giocare, se non con giochi statici e già confezionati, soprattutto in un momento come quello attuale, alimenta e rinforza una forma di pigrizia già preesistente, che li abitua a subire passivamente una deprivazione motoria sistematica per tutto l'arco della giornata.

### **QUALI RIMEDI?**

Quando si riapriranno le aule scolastiche e quando l'Associazione Sportiva riprenderà la sua attività, è necessario che i soggetti, che saranno impegnati in

una vera e propria azione di recupero, si attrezzino e si impegnino a riprogrammare e rimodulare la tipologia dei servizi e degli interventi, attraverso una nuova accoglienza stimolante, orientata al recupero della stabilità e dell'equilibrio emotivo, nonché al consolidamento degli alfabeti del convivere e del relazionarsi con gli altri.

Occorre, insomma, rivedere in modo nuovo ed originale i paradigmi relazionali, attraverso un'attività di tipo laboratoriale, centrata sugli aspetti collaborativi e cooperativi, che esaltino un modo di fare e di agire ragionato e responsabile.

Un'articolazione elastica della classe, consentirà lo svolgimento, a piccoli gruppi, di esperienze di sviluppo dei vari linguaggi (iconico, musicale, corporeo, artistico), associati al linguaggio verbale, al linguaggio logico-matematico, al linguaggio scientifico, ecc.).

Un'altra opportunità può essere quella prevista dal Progetto governativo sulla costituzione dei **centri estivi**, affidati alle varie Associazioni, che preveda la predisposizione di percorsi formativi, da svolgersi, preferibilmente in ambiente naturale, finalizzati, essenzialmente, allo sviluppo di attività cognitive, motorie, creative, attraverso proposte didattiche centrate sull'animazione ludica, sui giochi presportivi, sui giochi di esplorazione e scoperta, sui giochi di ruolo, sui giochi popolari, ecc.

Per quanto attiene i contenuti didattici delle discipline scolastiche e il livello del corredo motorio maturato, perlopiù, in ambiente extrascolastico, sarà opportuno che l'insegnante e l'istruttore si chiedano cosa valutare e come valutare.

In primo luogo è consigliabile, per entrambe le figure professionali, che l'attenzione sia rivolta principalmente alle caratteristiche di ogni singolo allievo, con particolare riguardo agli aspetti psicologici (sicuro di sé/timido, deciso/indeciso, entusiasta/annoiato, introverso/estroverso, calmo/nervoso, ecc.) e comportamentali (diligente/negligente, costante/incostante, aperto verso gli altri/ chiuso verso gli altri, collaborativo/isolato dal gruppo, ecc.).

Dopo gli *inciampi* trimestrali del devastante tsunami, che hanno caratterizzato gli interventi didattici parziali e frammentati, la valutazione delle singole condizioni/situazioni individuali, dovrà configurarsi, non come controllo finale di un processo formativo accidentato, ma come un'osservazione attenta dell'evoluzione di una molteplicità di situazioni, comprese quelle inattese.

Tale valutazione, di tipo formativo, va intesa come un momento di partenza utile per attivare nuovi interessi e motivazioni a costruire, in un ambiente psicologico facilitante, favorevole e stimolante, conoscenze, abilità e competenze personalizzate, che ogni allievo possa affrontare, con spirito rinnovato.

La tempesta Coronavirus, nel rendere più esplicito e visibile il consolidamento graduale di uno stile di vita anomalo e pericoloso, paradossalmente, può rappresentare, comunque, un'utile occasione per i soggetti istituzionali e non, impegnati nel campo dell'educazione, di assumere piena consapevolezza, che siamo a livello di emergenza e che un'ulteriore disattenzione o sottovalutazione del fenomeno, può creare danni irreversibili dal punto di vista della salute

dinamica, con costi sociali insostenibili, ma anche gravi ripercussioni sotto l'aspetto umano, civile, sociale.

A livello più ampio, sarà utile attivare un sistema di Welfare, in cui potrebbero essere coinvolti, con vari livelli di responsabilità, diversi attori istituzionali e non, in grado di costruire un architettura progettuale, che comporti vincoli reciproci, precise sinergie operative, in un piano d'azione concordato e condiviso.

Un serio impegno per costruire un percorso formativo polifunzionale e interdisciplinare, può essere quello di prevedere, da parte delle Istituzioni preposte (Scuola, Genitori, Enti locali, ASL, Associazioni Sportive, Enti di Promozione Sportiva, Associazioni del Terzo Settore, Associazioni Benemerite, Associazioni culturali, Associazioni di volontariato, ecc.), la realizzazione di un **Progetto interistituzionale**, all'interno delle scuole, che preveda la costituzione di centri aggregazione pomeridiana polivalenti, in cui possano essere valorizzate potenziate le dotazioni native e le personali vocazioni di ogni singolo allievo.

*Pasquale Piredda*

## **PaLLS E SPECIAL OLIMPICS**

Chris Nikic atleta Special Olympics è il primo atleta con sindrome di Down a completare un *Ironman*: ha tagliato il traguardo nuoto, bici, corsa ×224 km in meno di 17 ore.



83

*Tu sei un modello di riferimento per noi, insegnandoci che non ci sono avversità che non possiamo superare, nessuna paura della differenza che non possiamo curare e nessun gioco che non possiamo giocare* "queste le parole di Tim Shiriver, presidente di Special Olympics nel benvenuto a Gerald Mballe, per il movimento internazionale come primo consigliere in assoluto per il programma Unificato con i rifugiati!

dalla messaggeria Roma 12

## **RIPORTIAMO A SCUOLA IL CORPO E LE EMOZIONI**

Gli impedimenti e le restrizioni dovute alla pandemia del Covid 19, hanno generato, in tutto il mondo, la privazione di esperienze e spazi esistenziali fondamentali, che fanno parte del vero modo di essere, pensare, sentire ed agire di ogni persona.

In particolare il problema ha investito, in modo significativo, il mondo dei bambini e degli adolescenti i quali, negli ultimi mesi, hanno frequentato una scuola virtuale, ridotta alla gestione di alcuni saperi essenziali e formali di tipo conoscitivo, che non poteva prevedere, all'interno delle aule, la presenza reale del corpo e, quindi, della sua valenza di ordine comunicativo, espressivo, emotivo, affettivo.

La latitanza del corpo dalla naturale frequenza scolastica ha, così, prodotto un processo di apprendimento monco, "senz'anima" che, come afferma Edgard Morin, avrebbe, invece, bisogno di passare prima attraverso il cuore e solo dopo attraverso la mente.

L'attività didattica on line, peraltro necessaria, in un momento così complicato, ha prodotto un ridimensionamento del curriculum scolastico, con un conseguente indebolimento della comunicazione verbale e non verbale, che possono essere alimentate e arricchite, solo con il contatto diretto e ravvicinato tra l'insegnante e i suoi alunni.

In questa situazione di drammatica emergenza, gli insegnanti, facendo ricorso alla loro competenza comunicativa e alla loro carica di umanità e affettività, si sono sforzati di fare l'impossibile per non interrompere quel filo diretto che li lega ai propri alunni, aggiornando, in poco tempo, anche, le loro competenze tecniche di tipo telematico.

Tale rapporto, già di per sé, difficile, in mancanza della vicinanza fisica e del contatto diretto con loro, ha reso ancor più problematica la conduzione dell'attività didattico-educativa con gli alunni che non hanno potuto disporre dell'opportunità delle lezioni a distanza, per la mancanza dei mezzi strumentali necessari, per cui non hanno avuto un accesso regolare e continuo, al percorso formativo della scuola.

La ripresa dell'attività scolastica normale, deve, dunque, tenere presente che la nuova accoglienza sia orientata, principalmente, al recupero del ruolo inclusivo del progetto educativo, con particolare riferimento alla valorizzazione del ruolo emotivo-affettivo-comunicativo, come base di ripartenza, per rimettere in moto processi di apprendimento attivi e coinvolgenti, che siano rivolti a tutta la comunità scolastica.

È fondamentale, a questo punto, recuperare il valore formativo dell'emotività e della fisicità e conferire al corpo diritto di cittadinanza, esaltandone quei flussi emotivi ed affettivi, che esso realizza, attraverso le sue varie forme espressive, caratterizzate dal contatto interumano diretto.

Come afferma Orefice "i saperi emozionali costituiscono la via che dalla corporeità del conoscere porta alla sua costruzione mentale".

La fantasia, la creatività e la sensibilità psico-pedagogica degli insegnanti, alla ripresa delle lezioni, saranno messe a dura prova, ma, come spesso è successo

in varie situazioni problematiche, riusciranno a vincere questa difficile sfida, se saranno in grado di creare un ambiente psicologico favorevole e stimolante, utilizzando nella loro azione educativa, stili di insegnamento personalizzati e dialoganti, in grado di contagiare gli alunni, attraverso un'educazione alla corporeità e alle emozioni, che li faccia sentire protagonisti di loro processo di crescita, maturazione e sviluppo.

In questa prospettiva, sarà importante proporre agli alunni una vasta gamma di contenuti disciplinari, non in modo a se stante, come è avvenuto in questi mesi, ma progettare un itinerario di apprendimento interdisciplinare, in cui la dimensione corporea, colorata di emotività nelle sue varie potenzialità espressive, non rappresenti un fatto accessorio, complementare o semplicemente decorativo, ma un vero veicolo irrinunciabile per avviare un percorso di conoscenza e di educazione alla vita.

*Pasquale Piredda*

## **TRASFORMAZIONE DELLA SOCIETÀ ATTUALE**

Vari studiosi, già da tempo, nell'affrontare il tema della trasformazione integrale del mondo contemporaneo, oltre a sottolineare il miglioramento del livello di vita, legato alla continua evoluzione tecnologica, socio-culturale ed economica, sottolineano anche le situazioni di fragilità dell'attuale sistema sociale, che comportano varie situazioni di malessere, soprattutto in molti soggetti, che avvertono un diffuso disagio esistenziale, accompagnato da un senso di disistima e inadeguatezza ad affrontare le molteplici sfide che la vita quotidiana impone.

Quest'ultimo aspetto fotografa la diffusa tendenza della società attuale, caratterizzata dalla complessità e dalla contraddittorietà, che non appare più orientata ad un'apertura "vitale", come animatrice di umanità, finalizzata al progresso sociale, alla cooperazione, alla disponibilità e alla solidarietà interpersonale, nei rapporti di lavoro e nella vita comune.

Oggi infatti, va assumendo sempre più consistenza una forma di chiusura dell'individuo verso l'altro, alla ricerca del successo personale (legato agli affari, alla politica, alla vita mondana, alla professione, ecc.), in cui primeggia la direzione della vita basata l'ipertrofia dell'io, che prende forma e si consolida, attraverso un pericoloso isolamento utilitaristico ed egocentrico.

Si avverte così, in modo sempre più evidente, sia nel mondo del lavoro che in altre attività, la tirannica ed urgente esigenza dell'efficienza produttiva e della competitività esasperata che in qualche modo creano dislivelli, squilibri settoriali, sperequazioni di reddito e crisi occupazionali, limitando la dimensione valoriale di una vita collettiva, i cui elementi fondanti sono costituiti dalla solidarietà, dalla disponibilità e dall'impegno sociale.

La conseguenza, dunque, è una condizione di pericoloso isolamento che, chiuso in settori senza comunicazione reciproca, porta a privilegiare la sfera del privato e dell'individualismo sfrenato, dove "nessuno è più compagno di strada, ma antagonista di qualcuno da cui guardarsi" (Bauman).

In primo luogo, viene limitato lo spazio dei valori collettivi, come il senso di affiatamento, la cementificazione e la solidificazione dei legami interpersonali, che permettono di coltivare la leggerezza, i sentimenti, la sensibilità, la gioia, la disponibilità ai rapporti affettivi.

Già nel 1956 E. Zolla (*Eclissi dell'intellettuale*, Milano) affermava che "l'uomo massa ... si è convertito in mera efficienza, ha imparato a schivare i pericoli del sentimento".

In tempi più recenti, nella sua chiara e lucida denuncia, Zygmunt Bauman (*La modernità liquida*, Laterza, 2002), sostiene che alla società attuale manca ogni punto di riferimento, per cui tutto si dissolve in una sorta di liquidità. La società liquida, dipinta dall'autore, agli inizi del terzo millennio, appare sfibrata, stanca, priva di speranze e di sogni utopici, in cui emergono le peggiori qualità dell'essere umano: l'aggressività, l'antagonismo esasperato, l'indifferenza, la rinuncia ai valori etici, la brama di possesso, ecc.

In una simile situazione, l'uomo moderno, non trovando punti di ancoraggio stabili e sicuri, ma stimolato dall'ansia di prestazione, compensa la sua

situazione di sofferenza e il penoso senso di disorientamento, con la preoccupazione ossessiva di apparire a tutti i costi, nella convinzione che l'esibizione narcisistica e la visibilità ingigantita della propria immagine rappresentino la vera arma del successo, inteso come valore esistenziale assoluto e quindi, indispensabile per la propria autoaffermazione e approvazione sociale.

A questo individualismo estremo, inoltre, si accompagna dalla tendenza maniacale verso una forma di un consumismo continuo, in una sorta di bulimia iperattiva senza scopo, come se la felicità fosse la risposta quantitativa a ciò che si consuma.

Le condizioni del lavoro, imposto dalla tecnica, dall'economia, dalla politica, si presentano, quindi, come un'esperienza di vita avvilita, frustante, disumanizzata e alienante che di fatto non agevola, anzi contrasta, la realizzazione di un personale progetto di vita, compreso l'uso razionale del tempo libero, anch'esso condizionato da ambizioni performanti e da risultati da conseguire, spesso, con mezzi socialmente censurabili.

### **LA NUOVA CONFIGURAZIONE SOCIALE E LO STOP DEL CORONAVIRUS: QUALE INSEGNAMENTO?**

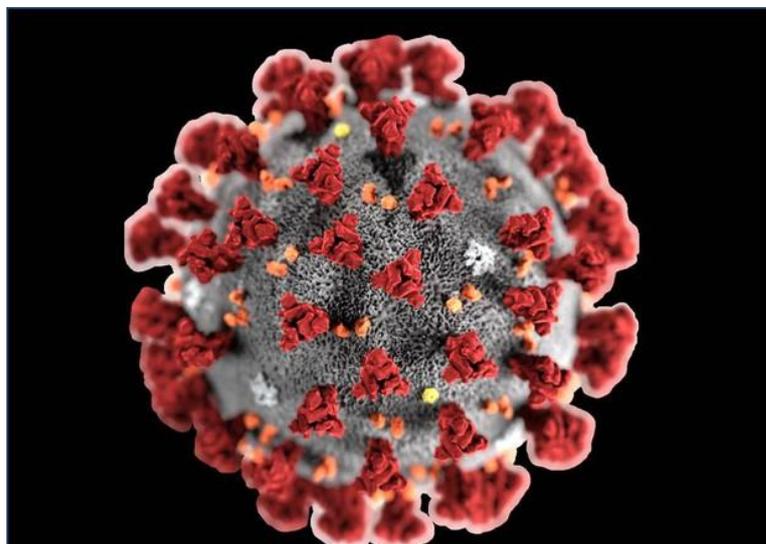
L'emergenza Coronavirus e la conseguente quarantena forzata, come tutti sanno, ha imposto uno stop alla società liquida, costretta a rallentare il suo corso veloce e frenetico e a predisporre una stagione nuova e rivitalizzante, orientata ad inaugurare una diversa opportunità, in cui poter rinvenire basi solide di una acuta sensibilità umana e dare rinnovato impulso alle emozioni dimenticate.

Proprio la minaccia di un nemico invisibile ha fatto riemergere il valore della vita umana, che si è concretizzato in una consapevole e responsabile accettazione del controllo istituzionale, in nome della sicurezza sanitaria.

Le note restrizioni, pur nella loro severità, sono state interpretate come l'unico strumento disponibile per affrontare i rischi, che non potevano essere combattuti con le armi tradizionali, ma solo con la correttezza dei comportamenti.

Da un giorno all'altro abbiamo dovuto cambiare le nostre abitudini quotidiane, ci siamo abituati ad un nuovo modo di lavorare, ad un nuovo modo di studiare, di vivere la vita domestica, abbiamo ridotto i consumi e rinunciato all'attività all'aria aperta, all'attività sportiva, ai viaggi e agli incontri fisici ravvicinati.

Improvvisamente sono cambiate la nostra percezione dell'altro, la nostra percezione dello spazio operativo (che si è ridotto) e del tempo (che si è



dilatato).

Da una società centrata sull'individualismo sfrenato, ci siamo velocemente riscoperti "comunità", insieme di individui solidali, che si fanno forza a vicenda per fronteggiare un nemico invisibile.

Pensiamo ai cori nei balconi, alle comunità di volontariato, che hanno voluto offrire un sostegno materiale (come la spesa solidale) e psicologico alle persone bisognose d'aiuto.

Questa pandemia, pur nella sua drammaticità, come un vero schiaffo in faccia, ha offerto, in modo provocatorio, a tutti noi l'opportunità di fare una seria riflessione del nostro abituale modo di pensare, sentire ed agire, educandoci alla consapevolezza critica che ognuno di noi è in grado di:

- ◆ capire quanto la nostra società sia fragile
- ◆ renderci conto che, negli ultimi anni, presi dalla frenesia della corsa, non abbiamo avuto il tempo di pensare e di riflettere
- ◆ capire che il Coronavirus ci offre la possibilità di soffermarci su noi stessi
- ◆ acquisire conoscenze e abilità spesso inesplorate, come quelle digitali, l'uso dello smart working, della didattica a distanza, delle forme di interazione on line, superando il buio comunicativo e affettivo, che la stessa vicinanza fisica, in qualche modo, non ha saputo, sempre, garantire
- ◆ valorizzare la relazionalità a distanza, che prescinde dal contatto fisico e dalla prossimità
- ◆ ridare impulso alle emozioni positive, reprimendo quelle espresse dalla società liquida, che si sono rivelate incapaci di costruire e consolidare un tessuto sociale.

88

Appare chiaro sulla base di questa nuova realtà, determinata dall'epidemia da Covid-19, che i provvedimenti adottati, ovviamente, non possono eliminare gli aspetti drammatici, legati alla diffusione mondiale del contagio, generativa di numerose patologie, pericolosi stati depressivi, gravi lutti, seri dissesti economici.

Si ha la sensazione, comunque, che proprio l'eccezionalità dell'evento, nella sua gravità, abbia innescato il desiderio e l'urgenza di riscoprire la sfera umanizzante della vita di ognuno, la consapevolezza che la società sia diventata meno egoistica, più conviviale, più solidale, in cui è possibile uno scambio vicendevole di messaggi, manifestazioni di affetto a distanza, accompagnate da consigli comportamentali da seguire via social (scambio di doni).

È, però, anche il caso di sottolineare, che il necessario isolamento sociale, imposto dai provvedimenti governativi, ha generato delle gravi deprivazioni, riferite ad alcune attività quotidiane, sottraendo a tutti la possibilità di:

- ◆ stabilire contatti sociali diretti col mondo reale
- ◆ uscire dalla propria abitazione, se non per esigenze urgenti (impegni di lavoro, esigenze mediche, spesa quotidiana, ecc.)
- ◆ svolgere le consuete attività ricreative, sportive, istruttive, turistiche, ecc.
- ◆ rispettare il diritto al gioco dei bambini e dei ragazzi, sostituendola alle

attività virtuali

- ◆ disciplinare l'uso degli strumenti telematici, evitando la sbornia virtuale di un'esposizione continua imposta dal virus, che si espande per uno spazio orario eccessivo
- ◆ garantire la continuità del lavoro per tutti, spesso compromessa dalle restrizioni governative

### **LE NUOVE PROSPETTIVE DI UN USO RAZIONALE DEL TEMPO LIBERO**

In una situazione, come quella sopra illustrata, con la stabilizzazione delle condizioni di normalità, si rende, perciò, indispensabile la ricerca di strumenti adeguati, che servano:

- ◆ da una parte ad equilibrare, gli aspetti deteriori dell'isolamento e dell'individualismo della società liquida, già prima sottolineati
- ◆ dall'altra, a restituire gli spazi di libertà sottratti, nel periodo del coronavirus.

Uno strumento adeguato potrebbe essere l'uso razionale del tempo libero, che consenta una sorta di rinascita, utile a recuperare quell'aspetto di umanità, di vitalità libera e intensa, che spesso il lavoro e, in genere, le obbligazioni sociali possono ledere o addirittura violentare, come è avvenuto durante la società liquida.

Bisognerà, a tale proposito, precisare che l'impiego del tempo libero, va inteso non come fatto puramente ricreativo, ma come esperienza pedagogica e come occasione di crescita. Perciò non può essere limitato :

ad un semplice riposo fisico e mentale,

ad una sola forma di evasione dalla fatica,

ad un mezzo compensativo della inquietudine e insoddisfazione personale, collegato con l'impegno lavorativo, al semplice aspetto che caratterizza i semplici svaghi di massa (spettacoli sportivi, turismo, cinema, TV, uso/abuso delle tecnologie informatiche e di Internet, frequenza di bar, ecc.).

Il problema non può essere, inoltre, risolto, con la ricerca di modalità di stordimento, legate alla ricerca di eccitazioni psichiche, che possano dare l'idea di pseudo liberazione di se stessi (bullismo giovanile, alcolismo, uso di sostanze psicotrope, alcolismo, gioco d'azzardo, ecc.).

L'uso del tempo libero va inteso, piuttosto, come un'attività arricchente, che possa consentire ad ogni singola persona, in una prospettiva pro-sociale, di esprimere e realizzare se stessa in forme diverse da quelle costituite dalla sua abituale e specifica mansione lavorativa, esaltandone le qualità creative e la cultura individuale e dell'incontro con l'altro.

Per un suo uso in modo razionale, perciò, è necessario che l'attività scelta risponda alle seguenti condizioni:



deve essere effettivamente intesa come tempo libero e non come una prosecuzione dello studio e del lavoro,

Il soggetto deve disporre di una vasta gamma di scelte tra varie attività, corrispondenti alle intime esigenze di affermazione e sviluppo della sua personalità e al tipo particolare di socializzazione che gli è più congeniale (spazi aggregativi come palestre, spazi in ambiente naturale, campi sportivi, palestre, piscine, circoli culturali, musicali, teatrali, ecc.), è necessario che possa usufruire delle energie necessarie, non compromesse da carichi di lavoro eccessivi e sgradevoli, legati alla propria occupazione, non rappresenti una forma di evasione, che lo allontani dagli altri, ma un senso di apertura nei loro confronti. G. Marcel definisce, così, l'atteggiamento di disponibilità etica verso l'altro: "l'être disponible est celui qui est capable d'être tout entier avec moi lorsque j'ai besoin de lui" (l'essere disponibile è colui che è capace di essere interamente con me, fino a quando io ho bisogno di lui).

Per quanto riguarda i criteri da tenere presenti sulle attività da svolgere, è bene precisare, che esse hanno senso e significato se vengono inserite in un progetto formativo razionale, che valorizzi il protagonismo e la partecipazione diretta alle attività stesse.

Non rientra, perciò, nel novero delle attività del tempo libero, inteso in senso razionale, la partecipazione alla vita sportiva, che si limiti alla frequenza degli spettacoli sportivi, e non implichi la pratica diretta di almeno uno sport.

In questo quadro non vi rientra nemmeno, la partecipazione alla vita artistica che si limiti ad esempio, ad una semplice frequenza degli spettacoli, non accompagnata da una preparazione adeguata (alfabetizzazione del fenomeno artistico) e da una discussione sul loro valore culturale ed estetico.

Da consigliare sono, dunque, le esperienze personali di attività artistiche, teatrali, musicali, poetiche, sportive, direttamente vissute, in cui il soggetto si confronti con attività calde e di prima mano, che coinvolgano, anche, i membri del gruppo di appartenenza.

*Pasquale Piredda*

## MAESTRO ROBERTO DANIEL VILLALBA

Desidero parlare e scrivere di un mio amico, che ci ha lasciati in questi giorni, il 4 del mese di febbraio dell'anno 2021, perché è stato un esempio di vita sportiva per tutti coloro che lo hanno conosciuto. Si chiamava Roberto Daniel Villalba.

Villalba nasce in Argentina nel 1950 da genitori italo-argentini nella cittadina Mar del Plata a pochi chilometri dalla capitale Buenos Aires.

Il caso vuole, che una mia conoscenza sportiva, sia stata indirettamente "causa" di questa storia umana. E' cognito a tutti che lo sport per sua natura, affratella lealmente le genti, unisce le razze (non le divide!), unisce i pensieri di fraternità fra i popoli (non li confonde con le trame della politica).

Questi sani principi però ci sembra che, in questi ultimi 40 anni, siano rimasti solo negli atleti praticanti. I governatori dello sport non riescono più a conservare il principio decubertiano, che aveva preso vita a fine ottocento reinserendo nel mondo lo spirito dei giochi di Olimpia che si effettuavano duemila anni prima. I giochi si basano sui principi regolamentari sportivi del tempo ed avevano una sola regola indissolubile: la **pace tra le genti** durante il periodo dei giochi.

Nelle discipline sportive non-olimpiche meno praticate, come alcune arti marziali per esempio, lo **spirito sportivo** di tutta una organizzazione, dai dirigenti ai neofiti praticanti, si manifesta e si decupla facendone uno strumento di socialità eccezionale, in grado di preservare tanti giovani dagli inganni che li circondano e facendo sopravvivere le società sportive che le propongono. Di questo ne sono un testimone vivente, avendo vissuto in alcune di esse, in Italia, tra le quali proprio il Tang soo do.

La storia che mi appresto a scrivere conferma quanto asserivo appena sopra.

Nel 1977 rivestivo l'incarico di dirigente nazionale della Federazione di Karate ed in tale veste, conobbi il maestro di karate Ippolito Giumenti, un innamorato delle arti marziali. Poiché il suo lavoro in una compagnia aerea, lo portava in giro per il mondo, lui durante le soste non tralasciava di visitare le varie palestre di tale arti e così fece, stando in Argentina, andando a visitare la palestra e conoscere dove insegnava il maestro Roberto Daniel Villalba. Era l'anno 1971 e all'epoca, Giumenti praticava il tae-kwon-do a Roma con il maestro Park. Similmente il maestro Villalba prima di acquisire il 1° dan come insegnante di TKD, aveva acquisito il grado di judo di 1° dan. E poi era passato nel 1965, al karate acquisendo anche in questa disciplina il grado di 1° dan. Tra i due nacque una simpatia prima e poi una amicizia, dovuta anche allo sport praticato e che è andata rafforzandosi dalla conoscenza anche del maestro coreano Han Chang Kim, maestro dello stesso Villalba.

In Argentina, in quegli anni, c'era molta instabilità politica ed il maestro Villalba, fresco di studi di filosofia classica, specializzato in orientalismo, non sopportando il pensiero imposto dal suo governo peronista, emigrò in America trasferendosi a Los Angeles, dove lavorava per sopravvivere e praticava intensamente con il maestro Ted Mason il Tang-soo-do.

I campionati mondiali, di tale disciplina svoltisi in Inghilterra, qualche anno dopo, dettero l'opportunità di conoscere la grandezza di questo maestro anche al nostro amico giramondo.

Il maestro Villalba fu preso dai nuovi insegnamenti americani anticonformisti e libertari, ma i suoi studi orientali lo dirozzarono nel New Jersey, presso la scuola coreana del figlio Hwang Kee, master Hyun Chul Hwang, dove sostenne degli esami per il passaggio di dan. Tale scuola era più consona ai suoi pensieri e le tecniche del TSD più fluenti nel suo agire.

Nel contempo aumentava il rapporto epistolare con il suo amico italiano Giumentì, che nel contempo si era convertito al karate divenendone un maestro.

Il maestro Villalba non riusciva, con il suo lavoro, a mantenersi in America e a frequentare le scuole di TSD, così si trasferì in Canada cercando miglior fortuna. Era divenuto un maestro di Tang soo do con basi solide, aveva idee chiare in tal proposito, così cominciò ad esternare con le sue lettere inviate all'amico italiano, il pensiero di venire in Italia a diffondere tale disciplina. Il freddo canadese, una interpretazione di un pensiero di risposta a tale proposta non ben espressa e poi spedita, lo indussero ad imbarcarsi su un volo diretto a Roma con meta la casa di Giumentì. Era il 2 novembre del 1977.

La praticità di Giumentì compensò la sua sorpresa.

Anche il maestro Francesco Schiavoni di karate partecipò vivamente a concretizzare l'idea di diffusione del TSD e la sopravvivenza del maestro Villalba, mettendo a disposizione insieme a Giumentì tre palestre romane: Takamori, Judo Preneste e Colonna Frascati. Non era facile imporsi con una nuova disciplina marziale in Italia e a Roma in particolare, per doversi motivi: in primo luogo proprio in quel decennio della sua venuta si erano affacciate altre arti marziali come il karate, il kendo, il kiu-do, il tae-kwon-do, con un potenziale di diffusione molto più efficiente. Il clima romano poi, se era valido per il suo calore, non lo era per chi voleva andare in palestra.

Il maestro non era affatto autonomo con il suo lavoro d'insegnamento, così andò a vivere nei castelli romani, talvolta a casa di amici divenuti suoi allievi. Sempre con grande dignità. Anche in quell'aria cercò di fare proseliti. La sua volontà di portare avanti questa sua idea era ferrea e risoluta, il suo credo sportivo era avallato dalla sua filosofia di vita, dall'intendere il rapporto umano, dall'interpretare bene ogni forma di rispetto, dal non cedere ad ogni lusinga che appannasse il suo credo interiore.

Il maestro Villalba si era innamorato della nostra terra e volle ritornare ad essere cittadino italiano, come i suoi antenati calabresi. L'ottenimento della



cittadinanza italiana dette un nuovo impulso diffusivo della sua disciplina: incominciò a modificare i costumi rendendoli più distinguibili dalle altre arti marziali, modificò il nome della sua creatura chiamandola TANG SU DO, cominciò a presentarsi, con i suoi allievi nei gradi eventi nazionali, come per esempio nel *Martial body nightm* (evento rappresentativo di tutte le arti marziali che si svolgeva ogni anno al palasport di Roma, con più di quindicimila spettatori) per ben 4 anni consecutivi portando anche, in una delle rappresentazioni, il suo presidente mondiale coreano. Poi divenne presidente e responsabile europeo della disciplina e porse il suo seme sportivo anche nel napoletano, ma la sua intransigenza al compromesso lo costrinse, suo malgrado, ad allontanarsi. Aprì dei centri in Romagna e in Lombardia che presero a fiorire, la sua cultura si esternava non solo con i suoi continui esempi pratici, anche con la pubblicazione dei suoi libri, il primo dei quali data giugno 1994 e famosi i suoi articoli su una rivista prestigiosa come l'arte d'oriente.

L'estetica, la forma ed il rigore erano gli elementi più rappresentativi del suo Tang so do, non venir meno a questi principi erano la base per la sopravvivenza di questa disciplina. Pochi gli amici del maestro, ne cito solo due perché li conosco e perché gli sono stati sempre vicini; Mattei Carlo che lo conobbe sin dai primi giorni della sua venuta e che spero ora lo aiuti ancor di più per completare l'opera che il maestro aveva intrapreso. L'altro il colonnello Giampiero Fontana, praticante dal 1985 nella palestra di Grottaferrata con il maestro, divenuto poi suo amico e collaboratore sincero.

Nella foto i maestri Villalba a sinistra ed Addamiani a destra, durante una manifestazione nella palestra di Grottaferrata.

Ho raccontato una storia umana colma di sacrifici e di contenuti morali, piena di tanto amore verso il prossimo, proposta da un uomo semplice nei modi, tenace nella soluzione dei casi, pensatore riflessivo, di estrema correttezza morale.

Sono felice di averlo conosciuto.



*Addamiani Silvano*

## BENESSERE SPORT

La tradizione americana che unisce lo studio superiore all'attività sportiva è rappresentata nella foto: il professor James Naismith a Springfield alle prese con il basketball.



94

Lo sport o attività ludico-motoria è praticato fin dagli albori della storia umana e di solito, parte delle festività che i gruppi umani celebravano riunendosi nei tempi legati agli avvenimenti celesti conosciuti.

Possiamo solo presumere che le attività fossero paritarie nel genere, in quanto la spinta alla sopravvivenza rendeva preziosa ogni risorsa procurata, indipendentemente dai ruoli di clan e gruppi. Correre, saltare, lanciare e tirare vari strumenti trasformandoli in armi, sono state le attività primarie utili a procurarsi il cibo attraverso la caccia, non disdegnando la raccolta dei prodotti spontanei della Terra. Con l'introduzione della residenza stanziale e l'aumento della quantità di cibo a disposizione, migliora la prospettiva di vita e quindi la possibilità d'ampliare interessi e disponibilità per le attività che celebrano la natura umana, quali il confronto senza terminare l'avversario.

E questo principio è la base della competizione sportiva: compiere un'attività per prevalere su altri godendo esclusivamente della gloria in termini psichici.

Attualmente lo sport dovrebbe fare un passo indietro e rifarsi su quest'archetipo: la capacità di bearsi-nutrirsi d'un valore come massimo premio.

Ridare forza e completezza all'interiorità umana, insegnare che ciò che prova un campione è la massima soddisfazione alla quale uno sportivo deve puntare. E questo potrebbe essere un buon modo per ridare proprietà alle attività considerate minori e soprattutto, potrebbe eliminare quelle differenze basate sul denaro che mai hanno rappresentato l'eccellenza sportiva.

Il principio dell'autonomia economica, che rende le organizzazioni in grado d'operare in termini attivi, non va mai confuso con il premio. Quando le istituzioni sportive mettono al primo posto il mero guadagno economico, trascurando di fatto ogni regola che indica il rispetto umano, abbiamo perso.

Tutti abbiamo perso.

Lo sport attuale dovrebbe insegnare cosa significa mettersi alla prova, provare e riprovare tenendo conto solo dell'obiettivo, superando in sé il senso di frustrazione fino all'ottenimento dell'obiettivo, qualunque esso sia. E durante questo percorso si forgia un carattere distintivo, si stabiliscono relazioni umane e si compiono imprese che divengono esempi per coloro che verranno.

Oltre alla personale capacità di mantenere viva in sé la meta da raggiungere sia in termini fisici che psichici, unico vero discrimine per i campioni, l'altro principio fondamentale è la fratellanza, l'assoluta capacità d'accettare l'altro semplicemente come avversario da battere, senza pregiudizi discriminanti.

Quindi definire istituzioni o sport migliori di altre è una perversione mentale che ci riporta alla sconfitta.

La sconfitta di tutti.

Ogni paese e popolo riconosce nel campione sportivo un esempio da celebrare, quindi lo sport nella sua pratica è il miglior educatore esistente e le sue tante sfaccettature possono veramente interessare chiunque.

Parimenti allo sport, la cultura musicale è simbolo attivo dell'uguaglianza umana, in quanto capacità di creare suoni armonici attraverso un movimento s'uno strumento. E questi suoni inducono stati interni positivi e potenzianti in quanti assistono, esattamente come un evento sportivo.

Durante la seconda guerra mondiale è stato proposto a Winston Churchill, primo ministro inglese, di tagliare i fondi per la cultura in favore di quelli per la guerra. lui ha risposto *tagliare la cultura? E allora per cosa combatteremmo?*. Analogamente definisco lo sport come unica motivazione per combattere verso un domani migliore ed uguale per tutti.

Stiamo attraversando un durissimo momento ed ancora oggi persistono divisioni in ambiente sportivo, anche in questo momento qualcuno è più uguale degli altri. Un po' come i maiali di George Orwell (La fattoria degli animali, 1945) che si sono insediati nella casa del fattore scacciato ed hanno iniziato a tiranneggiare gli altri animali.

Non ci sport o attività che possano determinarsi superiori: semplicemente lo sport ha obiettivi diversi. C'è chi vuole primeggiare ed ha questo tipo di vittoria come unico traguardo e chi utilizza lo sport per divenire una persona migliore, sia quand'è un giovane in crescita, che quando da adulto mette in pratica i principi imparati, relazionandosi nella società. Lo sport non può cambiare l'indole dei praticanti, può insegnare a far emergere le parti migliori di noi stessi.



Quindi m'auguro che in questo momento di privazione dei principi fondamentali quali le libertà di lavoro o spostamento, ciascuno di noi si raccolga in sé e decida d'operare per il bene delle persone, lasciando da parte meschine diatribe politiche che con lo sport non c'entrano nulla.

Io auguro a tutti la consapevolezza che il corpo abbisogna del movimento come fonte di benessere. E soprattutto auguro alla società intera che lo sport divenga ancora un esempio fulgido di uguaglianza, fratellanza ed eccellenza per merito.

Piera Campagnoli

## **60^ ASSEMBLEA NAZIONALE ELETTIVA: PASSAGGIO DEL TESTIMONE E UNIONE TRA ESPERIENZA E NUOVA GUARDIA**

Sabato 13 marzo a Roma presso il Grand Hotel Fleming un numero ristretto, ma significativo di associati ha assistito ad una staffetta memorabile: il Direttivo che da molti anni conduce l'Associazione Unione Nazionale Veterani dello Sport ha passato il testimone ad un nuovo gruppo guidato dalla neo Presidentessa Francesca Bardelli, la prima donna in Italia a Capo di una Benemerita dello Sport. Molti sono stati i momenti di commozione a conferma dell'autentica e sincera partecipazione alle attività dell'Associazione che chi lascia ha sempre dimostrato alla guida dell'U.N.V.S., sicuri che il Direttivo entrante porterà novità e darà un nuovo respiro all'Associazione.

Il soffio di novità che ha caratterizzato la mattinata è stato ben rappresentato dall'intervento dei ragazzi della sezione "PaLLS - Provita at LOO LIN SHI" di Roma Casal Bernocchi, invitati dalla Presidentessa della sezione Piera Campagnoli a descrivere i progetti che vorrebbero attivare sotto l'egida dell'U.N.V.S.

Tre i progetti illustrati dai ragazzi. Il primo ideato da Alessio Bonfanti, Lisa Nardini e Giordano Staro dal titolo "I Veterani per la sicurezza personale". Lisa Nardini, portavoce del gruppo nella giornata di sabato, ha spiegato come il progetto sia nato *"per insegnare a tutte le ragazze e i ragazzi la difesa personale tramite le arti marziali, per accrescere la sicurezza in loro stessi e per dare la serenità ai genitori nel sapere che i loro figli, quando vanno in giro, sono in grado di difendersi e tutelarsi."* Giordano Staro aggiunge che *"lo scopo che portiamo avanti con questo progetto è far passare l'insegnamento della difesa personale non solo da un punto di vista pratico e teorico come una protezione per sé stessi, ma anche da quello etico, ovvero l'uso di questo mezzo come emergenza e non per prevaricare gli altri."* Infine, Alessio Bonfanti, il più giovane del trio, sottolinea come *"da ragazzo che frequenta ancora la scuola vedo molta insicurezza nei ragazzi della mia età, sono tutti spaventati dagli altri e penso in primis da loro stessi, con questo progetto penso si possa insegnare sulla difesa personale oltre ad utilizzarla in caso di necessità, anche ad essere più sicuri di sé"*.

Il secondo dal titolo "Festival della storia, della letteratura e della pratica" ideato da Alice Lavezzo e Cristiano Piu, che durante la mattinata ha raccontato che *"attraverso il progetto vuole comunicare che l'esperienza dei veterani è una risorsa preziosa e che dividerla è una parte essenziale del percorso stesso del veterano. Volevo inoltre dare spazio alle persone che vogliono condividere la loro esperienza per poter presentare i loro lavori, come le opere letterarie o anche solo per presentarsi come veterani e promuovere la propria arte marziale. In sostanza, voglio che il festival sia un dare/avere tra persone veterane e giovani: uno scambio equo di visibilità ed esperienza in cui tutti possano sentirsi, alla fine dell'evento, arricchiti e appagati."*

Il terzo progetto intitolato "Veterani per la salute" ideato da Gessica Falsini e Valerio Abrugia nasce, come ci ha raccontato Valerio, anche lui presente con Gessica al Grand Hotel Fleming, *"come iniziativa giovane, con l'intento di*

*privilegiare l'aspetto salutistico e filosofico dietro le altri marziali, piuttosto che l'aspetto sportivo e agonistico; andando verso una concezione che valorizzi l'esperienza. L'arte marziale quindi non come disciplina elitaria quanto come stile di vita, salutare e simbolo di uguaglianza."*

Tutti i progetti hanno ricevuto una calorosa accoglienza da parte dell'Assemblea e della neo Presidentessa Bardelli che ha dichiarato che darà massimo appoggio e sostegno ai progetti presentati, mettendo a disposizione l'esperienza ed i mezzi dell'U.N.V.S. per una loro proficua realizzazione.

Ci piace in chiusura riportare le parole dei ragazzi sulla giornata trascorsa seguendo i lavori della 60<sup>a</sup> Assemblea e su come si proiettano nel futuro di PaLLS.

Alessio "Mi aspetto che PaLLS possa darmi una grande lezione su quanto l'impegno e la voglia di fare siano importanti e su come accompagnati dall'esperienza di validi insegnanti si possano raggiungere grandi traguardi."

Lisa "Sono grata a PaLLS per l'opportunità che ci offre, per la possibilità di dar vita a progetti che attraverso l'aiuto alle altre persone, possano rendere noi persone più ricche dentro".

Alice "La giornata di sabato è stata molto interessante e in alcuni momenti anche emozionante. Sono stata felice di conoscere alcuni tra i più importanti volti dell'U.N.V.S. e partecipare attivamente come PaLLS con le proposte che abbiamo portato. Spero si possano riprendere presto le varie attività e che questo incontro porti a collaborazioni ed incontri interessanti che possano accrescere in noi la voglia di fare e di metterci in gioco."

Cristiano "Personalmente posso dire che partecipare in qualità di auditore al consiglio dei veterani è stata una bella esperienza ed ho potuto vedere quali persone la guidino e quanto esse tengano a questa attività".

Valerio e Gessica "La disponibilità offertaci dai Veterani, l'attenzione rivolta dal presidente dell'U.N.V.S. Francesca Bardelli e la breve partecipazione del Presidente del CONI Giovanni Malagó, è stata di ispirazione e ci sprona a lavorare per aumentare il nostro contributo all'interno di PaLLS."

Elena Santini  
Addetto Stampa PaLLS



## UNIONE NAZIONALE VETERANI dello SPORT

NEWSLETTER

Segreteria Generale

15/03/21

### Eletto il nuovo Consiglio Nazionale 2021/24

Dall'Assemblea elettiva di Roma e dalle urne è uscito il nuovo Consiglio Nazionale che durerà in carica fino al 2024. Questi i suoi componenti:



#### Presidente Nazionale

**FRANCESCA BARDELLI (Pistoia)** - 51 anni - Iscritta all'UNVS dal 2008

Laureata in Scienze Politiche, Lettere e Filosofia. Docente di ruolo presso il Liceo Scientifico per insegnamento discipline giuridiche ed economiche. Giornalista pubblicitaria. Collabora con quotidiani e periodici nazionali e riviste specializzate di carattere culturale, storico ed artistico. Già presidente della sezione UNVS di Pistoia, successivamente Vice Presidente Nazionale e quindi Presidente Vicario.



#### Vice Presidente Vicario Nazionale e Area Sud Italia

**POSTORINO DOMENICO (Reggio Calabria)** - 54 anni - Iscritto all'UNVS dal 2007

Diplomato ragioneria. Responsabile amm.vo presso una struttura ambulatoriale riabilitativa. Dal 2010 al 2019 Delegato regionale UNVS Calabria, successivamente Consigliere e Vice Presidente nazionale. Dirigente società di calcio.



#### Segretario Generale

**PRANDO PRANDI (Treviso)** - 67 anni - Iscritto all'UNVS dal 2010

Diploma magistrale. Giornalista Pubblicitario dal 1975, corrispondente della "Gazzetta dello Sport" per 20 anni. Ha scritto decine di libri di sport. Tecnico Pubblicitario Professionista, dirigente aziendale nel marketing per oltre 40 anni. Presidente del Panathlon Treviso per 6 anni, è stato Presidente della Sezione UNVS di Treviso per poi diventare Delegato regionale, Consigliere Nazionale e Vice Presidente Nazionale fino al 2020. Stella di bronzo al merito sportivo CONI. Consigliere del Villorba Rugby.

#### Consiglieri Nazionali Area Nord Italia



#### Vice Presidente Nazionale Area Nord Italia

**MUSCARÀ ANTONINO (Arona)** - 70 anni - Iscritto all'UNVS dal 2011

Laurea in ingegneria elettronica gestionale informatica. Ha praticato tennis a livello agonistico e successivamente amatoriale. Ex dirigente in una multinazionale con responsabilità del sistema informatico. Per 5 anni presidente sezione di Arona, poi Delegato Regionale Piemonte-Valle d'Aosta fino al 2020.



**BARBIERI GIANNI (Parma)** - 79 anni - Iscritto all'UNVS dal 2005

Perito industriale, dirigente di numerose società sportive. Presidente provinciale CONI Parma 2005-2016. Stella d'oro CONI 2016. Socio Panathlon e socio onorario Sez. UNVS Parma dal 2007



**LAZZARI ILARIO (Pavia)** - 73 anni - iscritto all'UNVS dal 2003

Diplomato ragioneria. Ex Presidente sezione di Pavia. Giocatore, dirigente e arbitro pallavolo serie C. Scrittore di numerosi libri di carattere sportivo. Stella argento CONI. Delegato Regionale UNVS Lombardia fino al 2020.

### Consiglieri Nazionali Area Centro Italia



**Vice Presidente Nazionale Area Centro Italia**

**PELEGRINI FABRIZIO (Roma)** - 63 anni - iscritto all'UNVS dal 2007

Perito elettronico. Presidente Braccelli club associazione sportiva e culturale. Responsabile CSEN Roma. Dirigente OPES e di diverse società sportive. Dirigente arti marziali. Presidente della sezione UNVS Giulio Onesti di Roma sud fino al 2020.



**FICINI PIERLUIGI (Pisa)** - 79 anni - iscritto all'UNVS dal 1976

Diplomato. Dirigente sportivo e segretario settore giovanile Calcio Pisa. Segretario prima e poi Presidente della Sezione UNVS di Pisa. E' stato fino al 2020 coordinatore della Consulta Nazionale dello sport UNVS.



**GRASSIA FILIPPO (Massa)** - 70 anni - iscritto all'UNVS dal 2013

Laureato. Voce del giornalismo sportivo italiano, svolge da quasi 50 anni la professione giornalistica con quotidiani, magazine, tv e radio. Da 22 anni cura la moviola su Radio RAI di cui è opinionista. Docente universitario, scrittore. Ha ricoperto il ruolo di Assessore sport e giovani della Regione Lombardia. Ex presidente GLGS. Dal 2001 al 2013 ha guidato il CONI provinciale di Milano. Dal 2019 è Presidente del Panathlon Milano. Pratica il tennis agonistico.

### Consiglieri Nazionali Area Sud Italia



**MUSCIO FILIPPO (Carlentini)** - 65 anni - iscritto all'UNVS dal 2003

Diplomato ragioneria. Assistente amm.vo Azienda sanitaria prov. di Catania. Allenatore calcio amatoriale. Presidente sezione di Carlentini e nominato rappresentante del Presidente per la Regione Sicilia. Dal 2019 componente del Consiglio Nazionale UNVS.



**PAPPALARDO PAOLO (Penisola Sorrentina)** - 70 anni - iscritto all'UNVS dal 1999

Laureato in Scienze marittime. Funzionario amm.vo presso l'Amministrazione Comunale di Napoli. Istruttore corsi residenziali regionali, già componente di varie commissioni. Delegato Regionale UNVS della Campania fino al 2020.

100

### Collegio dei Probiviri



#### Presidente

**BIAGINI ETTORE (Massa)** - 84 anni - Iscritto all'UNVS dal 1984

Laureato in Legge. Direttore amministrativo presso enti ospedalieri e poi presso l'ASL di Massa Carrara fino al 2000. Delegato Regionale UNVS dal 2002 al 2012 per la Toscana e Segretario Generale dal 2013 al 2020.



#### Probiviro

**FACCHIN MARIO (Udine)** - 77 anni - Iscritto all'UNVS dal 1990

Arbitro di calcio ai massimi livelli. Presidente per 3 mandati della sezione AIA di Udine. Stella d'oro CONI. Dal 1997 al 2000 Presidente della Sezione UNVS di Udine. Dal 2001 al 2008 Consigliere Nazionale UNVS.



#### Probiviro

**YANNACCI LUCIANO (S.Giovanni Valdarno)** - 80 anni - Iscritto all'UNVS dal 1989

Diplomato in ragioneria. Ex quadro bancario. Membro dei Probiviri UNVS dal 2017 al 2020.



#### Supplente Probiviro

**RIBOLLA ROBERTO (Pontremoli)** - 71 anni - Iscritto all'UNVS dal 1989

Laureato in Legge. Funzionario presso Ufficio Legale Carispezia. Libero Professionista. Probiviro UNVS dal 2017 al 2020.



#### Supplente Probiviro

**EMMI EGIDIO (Carlentini)** - 36 anni - Iscritto all'UNVS dal 2012

Laurea in legge. Avvocato abilitato e iscritto all'Albo dal 2015 presso il Consiglio Ordine di Siracusa. Significative esperienze e competenze nel campo del Diritto. Commissario antidoping FIGC.

### Collegio dei Revisori dei Conti



#### Presidente

**MICHELI GIANNI (Parma)** - 69 anni - Iscritto all'UNVS dal 2011

Laureato in Economia e Commercio. Iscritto all'Ordine dei Dottori Commercialisti e degli esperti contabili di Parma dal 1991. Iscritto all'Albo dei Consulenti tecnici del Giudice Cat. 3 del tribunale di Parma. Iscritto al registro dei revisori Contabili presso il Ministero di Grazia e Giustizia ed all'elenco Revisori dei conti enti locali. Membro del Collegio dei Revisori dei conti UNVS dal 2017 ad oggi.



#### Membro effettivo

**BENESPERI FRANCO (Pistoia)** - 65 anni - Iscritto all'UNVS dal 2019

Diploma Liceo Classico e tecnico Commerciale. Responsabile Amministrazione e finanza di un'azienda tessile. Consigliere e vicepresidente della Banca Alta Toscana. Giornalista Pubblicista dal 1993. Revisore dei conti della Sezione UNVS di Pistoia.



#### Membro effettivo

**D'ANDREA ROBERTO (Cosenza)** - 62 anni - iscritto all'UNVS dal 2002

Laureato in Scienze economiche. Iscritto all'Ordine dei Dottori Commercialisti e degli esperti contabili revisori dei conti, iscritto all'Albo. Titolare di studio Commerciale a Cosenza. Si occupa di tenuta contabilità per imprese e società. Curatore fallimentare presso il Tribunale di Cosenza.



#### Membro supplente

**FINI STEFANO (Massa)** - 55 anni - iscritto all'UNVS dal 2013

Consulente aziendale.

#### Commissione d'Appello



**PASQUALIN CLAUDIO (Vicenza)** - 76 anni - iscritto all'UNVS dal 1988

Iscritto dal 1974 all'Ordine degli Avvocati di Vicenza. Membro della Commissione Federale. Molti incarichi di rilievo nel mondo del calcio, ex Segretario dell'Associazione Calciatori, procuratore sportivo di decine di grandi campioni del calcio italiano tra cui Del Piero, Gattuso, Cassano, Viali. Nota opinionista RAI. Stella d'oro CONI. Dal 2009 al 2020 Presidente della Sezione UNVS di Vicenza. Campione del Mondo Giornalisti di ciclismo e pluri Campione italiano



**CULTRERA SALVATORE (Pisa)** - 84 anni - iscritto all'UNVS dal 2000

Laureato in Ingegneria. Tecnico scientifico per 22 anni presso la CISAM. Colonnello e poi Generale ricopre incarichi di Direttore Centro Tecnico Chimico Físico biologico di Civitavecchia. Vicecomandante dell'Ist.Geografico Militare di Firenze. Presidente UNVS Pisa dal 2005 al 2012. Delegato Regionale Toscana dal 2013 al 2017. Stella Bronzo CONI.



**RISUGLIA PIETRO PAOLO (Carlentini)** - 60 anni - iscritto all'UNVS dal 2009

Laureato in Economia e Commercio. Comandante della Tenenza di Guardia di Finanza di Lentini. Delegato Regionale UNVS 2010/13 e successivamente Membro Commissione d'Appello 2017/2020.

102



Unione  
Nazionale  
Veterani dello  
Sport



ASSOCIAZIONE  
BENEMERITA  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI

Via Piranesi, 46 - 20137 Milano - Tel. e fax 02 70104812  
[www.unvs.it](http://www.unvs.it) - email segreteria: [segreteria.unvs@libero.it](mailto:segreteria.unvs@libero.it)

La presente newsletter viene inviata periodicamente a tutti i Dirigenti, Delegati regionali, Presidenti e Soci dell'U.N.V.S.  
Se non desiderate ricevere le newsletter date cenno alla Segreteria Generale.

Foglio 4 di 4



## UNIONE NAZIONALE VETERANI dello SPORT

NEWSLETTER

Il Presidente

19/03/21

### Saluto alle Sezioni e ai Soci



Il Presidente Francesca Bardelli



Il Presidente Francesco Bardelli  
con il Presidente del CONI  
Giovanni Molagò

Cari Presidenti e Soci delle Sezioni UNVS d'Italia, siamo all'inizio di un nuovo ciclo per la nostra Associazione, ci prepariamo ad affrontare un altro quadriennio olimpico che, purtroppo, non nasce sotto le migliori stelle.

Avremo ancora da combattere contro questa terribile pandemia che crea problemi di ogni genere e, inerentemente alla vita associativa, ci impone di non poter svolgere la nostra attività come di consueto, facendoci rinunciare all'attività sportiva con la sospensione dei campionati, alla convivialità con il divieto di eventi in presenza e all'espletamento delle normali funzioni assembleari sostituite dalla fredda modalità in remoto.

Nessun contatto quindi per chissà quanto tempo ancora, ma cerchiamo di essere ottimisti e fiduciosi nella campagna vaccinale. L'estate poi ci farà tirare un sospiro di sollievo e forse sarà l'occasione per rincontrarci e ristabilire quei contatti umani che troppo ci mancano e tanto sacrificano la nostra operosità.

Utilizziamo comunque questo tempo di attesa per pensare a idee e progetti da poter mettere in campo quando tutto sarà finito, perché a quel punto dovremo veramente ripartire alla grande!

Confido che nessuno di voi abbandoni l'Associazione proprio in questo momento, mi rendo conto che l'immobilismo non stimoli all'impegno, ma il senso di appartenenza verso UNVS ci deve far tenere duro e guardare oltre.

Prima di salutarvi vorrei ringraziare ancora il Consiglio Nazionale uscente e i membri degli altri organismi di vertice, con tutti ho lavorato in sintonia e spirito di rispetto e amicizia. Un ricordo commosso lo rivolgo a Nino Costantino, che troppo presto ci ha lasciati.

Alla Segreteria generale di Ettore Biagini, coadiuvato da Rina e Laura, tutta la gratitudine per la disponibilità e l'impegno sempre dimostrati.

Al Presidente Scotti la riconoscenza per quanto mi ha insegnato e per la fiducia che ha avuto in me.

Adesso tocca alla nuova squadra, costituita da figure di spessore, caratterizzate da una poliedricità e da una dislocazione territoriale che sarà certamente utile all'Unione.

Un ringraziamento infine a tutti i candidati che si sono messi in gioco e hanno dimostrato passione e attaccamento alla casa comune.

**Il Presidente**  
prof. Francesca Bardelli



Unione  
Nazionale  
Veterani dello  
Sport



ASSOCIAZIONE  
BENEMERITA  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI

Via Piranesi, 46 - 20137 Milano - Tel. e fax 02 70104812  
[www.unvs.it](http://www.unvs.it) - email segreteria: [segreteria.unvs@libero.it](mailto:segreteria.unvs@libero.it)

La presente newsletter viene inviata periodicamente a tutti i Dirigenti, Delegati regionali, Presidenti e Soci dell'U.N.V.S.  
Se non desideri ricevere la newsletter darne cenno alla Segreteria Generale.

Foglio 1 di 1