

## Corporeità, movimento e benessere: il potenziale educativo di itinerari motorio-sportivi inclusivi giovanili

### Body, movement and wellness: The inclusive potential of motor-sport activity for young people

Carmen Palumbo\*, Antinea Ambretti\*\*, Giovanna Ferraioli\*\*\*

#### Abstract

Over the past few decades, the adoption of an inclusive approach to education has stimulated a reflection on the educational value of body and movement within teaching-learning process in order to break down all barriers to learning and promote the full participation of young people to school activities. Indeed, body and movement represent an important didactic “medium” for developing individualized and personalized learning paths that take into account the specific needs and characteristics of students thus contributing to their global and harmonious development.

**Keywords:** inclusion, body, movement, wellness, sport, young-people.

#### Introduzione

I recenti studi sui modelli educativi e, più in generale, sull'educazione hanno ribaltato i tradizionali schemi pedagogici, portando ad una diversa concettualizzazione del corpo e della conoscenza, nella quale il “*corpo*”, considerato come fonte di attività emotiva, è diventato un'entità che dovrebbe essere

\* Ricercatore senior di metodi e didattiche delle attività motorie ssd MEDF/01, Dipartimento di Scienze Umane, Filosofiche e della Formazione dell'Università di Salerno. È autrice del lavoro, ha curato la parte introduttiva e la stesura del paragrafo intitolato *Le attività motorie e sportive: itinerari inclusivi nella formazione dei giovani* ed è coordinatore scientifico del lavoro.

\*\*PhD in Metodologia della ricerca educativa e della ricerca formativa docente a contratto del Laboratorio Metodi didattiche attività motorie - settore scientifico disciplinare M\_EDF/01, Dipartimento di Scienze Umane, Filosofiche e della Formazione dell'Università di Salerno, è coautrice del lavoro ed ha curato, in particolare, la stesura del paragrafo intitolato *Inclusione sportiva giovanile: prospettive europee e le conclusioni*.

\*\*\*(Miur) Docente di Discipline letterarie, latino e greco, ha curato la stesura del paragrafo intitolato *Il culto della corporeità infantile nell'antica Grecia: ripensare il corpo nella prospettiva della sua sacralità*.

promossa e valorizzata all'interno di programmi educativi inclusivi e attività scolastiche e socio ricreative ad ampio raggio, insieme con le nuove forme di produzione e di conoscenza, ribaltando la separazione tra *res cogitans* e *res extensa*, su cui per secoli si è fondata la cultura educativa occidentale.

Il “*corpo*” come concetto e come “*struttura fisica*” del soggetto, che si realizza all'interno delle impostazioni educative tradizionali, è stato, per lungo tempo, ritenuto come un oggetto che deve essere regolato, controllato, disciplinato e al servizio della conoscenza cognitiva.

Al contrario, ora è considerato uno “*spazio*” di liberazione della mente e dello spirito, un luogo e un processo che può generare azioni dinamiche e transazioni con elevato valore pedagogico e sociale, basate sull'organizzazione di pratiche educative che valorizzino le potenzialità motorie, emotive, sensoriali ed espressive.

Non è infatti possibile educare senza entrare in relazione con il soggetto ultimo, ma ontologicamente primo (Balduzzi, 2015, p. 15), perché il processo comunicativo non può mai essere inteso in senso unidirezionale, bensì è sempre e comunque un processo di interazione nel quale i due soggetti entrano in relazione l'uno con l'altro, attraverso le parole e attraverso le azioni, azioni che sono gesti, sguardi, movimenti impliciti intenzionali e non intenzionali, consapevoli o non consapevoli.

Del resto, secondo Bateson (1976), non esistono parole “pure” perché ogni parola è sempre impregnata di movimenti, di sguardi, di toni di voce, di silenzi.

La necessità della comunicazione, nella relazione educativa, è quella dell'incorporamento di ogni comunicazione, poiché anche il linguaggio è una voce del corpo (Balduzzi, 2015, p. 15) e richiama la centralità di una riflessione approfondita sulla comunicazione corporea e sulle sue declinazioni nei campi educativi, sia sul piano della relazione, sia su quello della formazione dei professionisti dell'educazione.

Il corpo, così come l'immagine corporea, indipendentemente dall'approccio teorico o metodologico a cui ci riferiamo, è considerato l'elemento centrale dell'identità della persona, è luogo di ogni attività, strumento e veicolo, per liberare lo spirito e il bambino da limitazioni e barriere interiori o esterne.

D'altronde, la forma iniziale di intelligenza è di tipo cinetico e le prime esperienze del soggetto sono cinetiche/sensoriali/somatiche; il cervello si sviluppa in modo equilibrato grazie all'attività che già nel corpo materno il bambino compie e che lo sosterrà nel processo di sviluppo futuro delle sue capacità di autoregolamentazione e autonomia psichica.

L'efficacia di un'azione didattico-formativa che voglia evidenziare al massimo il valore della diversa abilità deve indurre ad un ripensamento delle prassi didattiche che debbono essere orientate verso un recupero della dimensione corporeo-chinestesica evidenziando come il corpo sia il dispositivo principale

attraverso il quale si realizzano esperienze, si sviluppa apprendimento e si produce conoscenza (Sibilio, 2012, p. 20). L'attuale indagine scientifica si è rivolta alle potenzialità del corpo e del movimento creando nuovi scenari per la didattica, ispirandosi sempre più a modelli che valorizzassero la naturale disposizione del bambino "al fare", riconoscendo nel movimento e nell'azione una funzione propedeutica per lo sviluppo del pensiero: «attraverso attività non esclusivamente intellettuali, ma anche di manipolazione, rispettando in tal modo, la natura globale del fanciullo, che non tende mai a separare conoscenza e azione, attività intellettuale e attività pratica» (Cambi, 2005). In questo senso, gli innesti scientifici di altri ambiti disciplinari hanno condotto al definitivo superamento di idee pregiudiziali che sono emerse dalle visioni dualistiche che storicamente «hanno ritenuto di separare artificialmente il corporeo dal cognitivo» (Sibilio, 2008). L'ampio ventaglio di possibilità offerte dall'esperienza motoria nel promuovere la costruzione della conoscenza ha contribuito all'edificazione di uno specifico campo di indagine sulla realizzazione di ambienti di apprendimento efficaci in cui si espliciti un agire didattico consapevole della funzione motoria del corpo, tuttora riconosciuta quale «fondamento dei nostri pensieri, dello sviluppo delle funzioni cognitive superiori e anche più astratte» (Berthoz, 2011). Il "corpo in atto" (Berthoz, 2011) quale presupposto per lo sviluppo delle funzioni cognitive superiori consente di riconoscere nel "senso del movimento" (Berthoz, 1997) uno dei meccanismi semplificativi (Berthoz, 2011) della complessità dell'agire didattico per il conseguimento di finalità educative. Alla luce di tali recenti teorizzazioni si aprono nuovi scenari alla ricerca educativa sul corpo; essi inducono a guardare alla componente motoria come uno dei principi semplificativi che facilita l'accesso alla conoscenza in grado di sollecitare il corpo e il movimento nella «costruzione attiva di abilità di base e abilità trasversali» (Sibilio, 2002, p. 126). L'uso del corpo e delle sue potenzialità può diventare quindi l'esaltazione delle abilità vicarianti, svolgendo funzioni preventive e compensative che si traducono nel «(...) raggiungere un livello base di abilità tecniche, di provare piacere nell'impegno e nello sforzo prodotti e di non essere esclusi in quanto "meno adatti" (...)» (Canevaro, 2007, p. 97), facilitando e aprendo la strada alla motivazione personale e sociale anche ai soggetti la cui riduzione, alterazione o inefficienza di una o più di queste funzioni sensorie comporti di fatto una condizione di disabilità.

### **Il culto del corpo nell'antica Grecia: ripensare il corpo nella prospettiva della sua sacralità**

Negli ultimi anni, le suggestioni provenienti dagli studi condotti nel campo

delle neuroscienze hanno contribuito a rivalutare il ruolo del corpo nei meccanismi cognitivi ed emotivi che sono alla base dei processi apprenditivi.

In realtà, il culto del corpo è un concetto che risale ai tempi dei Greci, dove tale culto è evidente nelle sculture, come nelle opere pittoriche, nella poesia come negli scritti storici, nella ginnastica educativa come nei giochi olimpici, nelle danze come nella guerra, nell'abbigliamento come nell'erotismo. È sufficiente sfogliare i libri omerici per cogliere la grande considerazione che i Greci avevano per il corpo. Achille, il più forte degli Achei, è descritto come agile, alto, giovane, bello, robusto e, in genere, gli dèi, gli eroi e i guerrieri rivaleggiano tra loro sotto il profilo della bellezza, della forza, dell'abilità, delle virtù fisiche, oltreché morali. La bellezza è individuata innanzitutto nell'altezza e nella grandezza del corpo. Aiace è bello perché sovrasta le teste e le spalle di tutti gli altri guerrieri. Poco sotto, Omero celebra anche la bellezza di un altro guerriero: «Quell'altro dall'altra banda è Idomenèo: lo vedi? ritto in piè fra' Cretensi un Dio somiglia, e de' Cretensi gli fan cerchio i duci» (Omero, *Iliade*, III, vv.305-306). Idomenèo è degno di nota in quanto deiforme. Già nell'*Iliade* troviamo, dunque, una dimensione quasi religiosa della bellezza corporale, che si ritroverà anche in Platone: il bello è una qualità che appartiene innanzitutto alle divinità e di cui gli uomini eccezionali sono partecipi. Significative sono anche le lotte che si compiono per recuperare i corpi dei guerrieri morti, considerati importanti non meno della vita dei guerrieri che se li contendono, per farne scempio o per preservarli. Si pensi alla contesa per il corpo di Patroclo: la dea Teti, alla preoccupazione di Achille che il corpo del fratello possa imputridire ed essere mangiato dai vermi, risponde rassicurante: «Ov'anco ei giaccia intero un anno, farò sì che il corpo incorrotto ne resti, e ancor più bello» (Omero, *Iliade*, XIX, v. 314).

Per i Greci, in un corpo debole alberga di necessità un'anima vile, in un corpo forte un'anima virtuosa. Questo perché un debole sarà costretto dalla sua costituzione fisica a essere subdolo, a mentire, a fuggire, al fine di sopravvivere (si veda il personaggio di Tersite, Omero, *Iliade*, II, vv. 211-277). Il forte sarà, invece, pronto ad affrontare a viso aperto i propri avversari, a esprimere sinceramente le proprie convinzioni e a combattere coraggiosamente. Nella misura in cui si riconosce che l'integrità, la sincerità e il coraggio sono virtù, mentre la doppiezza, la menzogna e la codardia sono difetti morali, assume significato l'affermazione che la forza e la bellezza del corpo sono *le cause profonde* della moralità. E lo stesso ritroviamo in Senofonte quando, al pari di Platone, imbastisce l'apologia di Socrate, ingiustamente condannato dai suoi concittadini: egli, oltre a respingere le accuse di ateismo e di corruzione morale, si premura significativamente di difenderlo anche dall'accusa di non curare il proprio corpo o di indurre i giovani a non esercitare il loro. L'esortazione socratica a cambiare stile di vita, infatti, si basa su tre principali

argomenti: la prudenza, l'immoralità dei deboli e l'influsso che la forma del corpo ha sulla mente. Innanzitutto, dice, «quelli che hanno i corpi in buone condizioni sono sani e forti: e molti per questo motivo, si salvano decorosamente negli scontri militari e scampano da tutti i pericoli» (Senofonte, 1973, p. 16). I deboli, in un mondo segnato dalla lotta, finiscono uccisi o schiavi e, dunque, è prudente allenarsi, anche se la città non impone gli esercizi fisici a tutti cittadini. Inoltre, chi si salva nonostante la debolezza, lo fa in genere per ignominia, fuggendo, e, così facendo, non difende i vecchi, le donne e i bambini. Si configura così anche una dimensione morale e altruistica delle attività ginniche. La conclusione di Socrate è perentoria: chi non ha cura del proprio corpo e lo lascia invecchiare deve vergognarsi. Inoltre, tanto per Socrate quanto per Platone, è proprio attraverso l'apprezzamento della bellezza e l'amore per i corpi che si raggiunge l'elevazione spirituale, la tensione dell'anima verso il mondo delle idee e la conoscenza del Bene. Questo è un aspetto fondamentale del loro pensiero. La bellezza dei corpi è sacra, perché rimette le anime che ricadono sulla Terra, per via della metempsicosi, in contatto con la divinità che hanno conosciuto nell'Iperuranio. C'è un passaggio nel *Fedro* di Platone, in cui Socrate spiega come la vista di un bel corpo elevi l'anima, mettendole le ali. La vista, dice, è la più acuta delle sensazioni. Dice che essa non può cogliere tutte le realtà degne d'amore. Per esempio, guardando una persona non capiamo se essa possiede la saggezza. Per cogliere questo aspetto dobbiamo interagire verbalmente. Inoltre, critica chi riduce l'apprezzamento della bellezza a mero soddisfacimento degli appetiti sessuali e che «consegnandosi al piacere imprende a montare e a generare figli a mo' di quadrupede» (Platone, 1973, p. 23). Per i Greci, l'uomo animalesco che si getta su qualsiasi preda in cerca di piacere immediato è propriamente chi è incapace di venerare la bellezza dei corpi, chi non riesce ad apprezzarla da un punto di vista squisitamente estetico, a trarne piacere dalla sola vista. Socrate e Platone concepiscono un universo che è eterno e increato, il quale ha un'anima divina, così come sono divine le anime degli uomini che si reincarnano. Se è vero che il corpo è prigioniero dell'anima, giacché la libertà dell'anima nel mondo Iperuranio è nettamente superiore a quella nel mondo terreno, è anche vero che con i corpi – quello attuale e quelli futuri – bisogna fare i conti per l'eternità. La corporeità è una condizione ineluttabile, giacché il ciclo di morti-e-rinascite è infinito. A questo punto, diventa *razionale* scegliere il corpo migliore, quando ci si reincarna, e coltivare la bellezza e la forza di questo corpo fintanto che esiste; sarà la vista di un corpo bello e apparentemente perfetto a porci in contatto con il divino.

Per tale ragione, l'espressione greca "*culto del corpo*" è non solo metaforica, perché evoca venerazione e adorazione della bellezza fisica, anche, Nietzsche, nel 1871 dirà poi ne *La nascita della tragedia*, che Socrate e Plato-

ne, in questo senso, hanno segnato il passaggio del paradigma dalla bellezza esteriore a quella interiore, che non è frutto del Cristianesimo ma della nascita stessa della filosofia.

Appare utile, in questa sede, fare un richiamo anche a quello che rappresenta in Grecia il corpo disabile che non è visto come un'utile possibilità. Il malformato è, infatti, agli antipodi dei presupposti basilari della Weltanschauung e della "παιδεία" greca, quali l'ideale guerriero, basato sulla forza e sull'accentuato militarismo bellico, e quello etico-estetico. Riguardo alla negazione dell'imperfezione e della deformità, solitamente si porta come esempio la diffusione del costume spartano di far morire i neonati deformi, in quanto considerati inadatti a crescere tra le file della classe dominante degli Spartiati. Alcune fonti attribuiscono allo stesso legislatore Licurgo la regola che imponeva di buttare giù dal Taigeto tutti i neonati minorati e di lasciar dormire all'aperto quelli normodotati, affinché sopravvivessero solo i più forti (Cfr. Vita di Licurgo, 1980). In quest'ottica, la morte, regalata a un infante deforme, può essere considerata addirittura come un gesto di pietà, piuttosto che come un atto di crudeltà. Una visione della "perfezione", conforme ai canoni allora considerati paradigmatici, si riscontra, per alcuni tratti, anche in Platone: questi, infatti, nel descrivere la sua città ideale, riteneva non utile curare i deboli, i malformati, i figli di genitori troppo vecchi o malsani o di scarso valore morale (Platone, 1973). In Grecia, dunque, la disabilità comporta gravi limitazioni all'inserimento sociale per quella associazione tra deformità fisica e indegnità morale, tramandata dal mito e dall'epos, basata sull'inclusione ideale di "καλοκαγαθία" (*kalokagathia*), l'ideale di unità tra bellezza e bontà.

### **Le attività motorie e sportive: itinerari inclusivi nella formazione dei giovani**

Lo sport è, da sempre, un'attività per il corpo e sfrutta il potenziale inclusivo del movimento di tutte o di alcune delle sue parti, per concretizzare forme di coinvolgimento socio educativo; la pratica sportiva, infatti,

*«lungi dall'essere una panacea per tutti i mali, ha una valenza pedagogica e sociale così ampia da risultare un elemento di rinforzo di alcuni fattori protettivi (...). Lo sport, infatti, può svolgere un ruolo importante nella costruzione di una positiva immagine di sé, di una disposizione ottimistica verso il futuro, di uno sviluppo del senso di autoefficacia. Può favorire la socializzazione facilitando le relazioni amicali e quelle con adulti capaci di offrire dialogo, comprensione, aiuto. Può infine rendere capaci le persone di rispetto di codici e norme precostituite, di interazioni efficaci con gli altri, di assunzione di ruoli complementari e di reciproco aiuto»* (Raffuzzi, Inostroza, Casadei, 2006, p. 3).

A tal proposito, a livello europeo, già in passato, si è cercato di evidenziare il nesso tra benessere, sport ed inclusione giovanile, sollecitando la diffusione per forme di avviamento/avvicinamento al mondo dello sport e sostenendone il potenziale socio inclusivo fin dalla più tenera età. Già nel 1992, nella *Carta Europea dello Sport*, il Consiglio d'Europa definiva lo sport come «Qualsiasi forma di attività fisica che, attraverso una partecipazione organizzata o non organizzata, ha per obiettivo l'espressione o il miglioramento della condizione fisica e psichica, lo sviluppo delle relazioni sociali e l'ottenimento di risultati in competizioni di tutti i livelli» (Carta Europea dello Sport art. 2, n. 1), focalizzando l'attenzione sul valore sociale dello sport e sull'impatto positivo riferibile alla sfera fisica, psicologica e sociale, introducendo, nello scenario internazionale, una cultura dello sport riconducibile in primis al benessere e all'inclusione, in quanto strumento di aggregazione e superamento del disagio.

Questa dimensione socio inclusiva viene messa in risalto anche nel *Libro Bianco sullo sport*, in cui si legge:

*«Lo sport contribuisce in modo significativo alla coesione economica e sociale e a una società più integrata. Tutti i componenti della società dovrebbero avere accesso allo sport: occorre pertanto tener conto (...) del ruolo particolare che lo sport può avere per i giovani (...) e quanti provengono da contesti sfavoriti. Lo sport promuove un senso comune di appartenenza e partecipazione e può quindi essere anche un importante strumento d'integrazione»* (Commissione Europea, 2007, pp. 177-200).

Del resto, la quantità e la qualità di iniziative socio-sportive, messe in campo grazie alla sinergia del Miur, del Coni, di enti e associazioni sportivo-ricreative è indicativa di una cultura del movimento intesa come forma di educazione *all'inclusione e per l'inclusione*, nell'ottica del benessere generale soprattutto giovanile.

Secondo il Rapporto Giovani 2017, «avere uno sguardo educativo sui giovani significa vincere la spinta alla generalizzazione e al pessimismo per assumere invece una prospettiva di fiducia e di promozione delle loro risorse e le loro potenzialità» (Miscioscia, 1999, p. 13); lo sguardo degli adulti è in grado di innescare una spirale che può essere virtuosa o il suo contrario, e quando questo accade si produce una delusione da parte dei giovani nei confronti del mondo adulto che viene considerato come inadeguato a creare spazi di opportunità e di crescita per uno sviluppo sereno: «Se è vero che i ragazzi devono “trovare una bussola” per la costruzione di una propria identità, è altrettanto vero che anche gli adulti abbisognano di strumenti e chiavi interpretative puntuali e approfondite, per rafforzare il ruolo educativo e propositivo» (Covi, 2018, pp. 9-10).

Ne deriva che

«i giovani acquisiscono il loro modo di pensare la vita dal contesto in cui vivono (...) e gli educatori non possono essere coloro che insegnano semplicemente in che cosa credere e come vivere, ma persone capaci di accompagnare una crescita come processo multiforme, aperto a diversi, possibili, sblocchi» (Ivi, p. 229) e «l'educazione fisica può [...] anche e soprattutto, formare il ragazzo al rispetto delle regole del gioco, a dominare gli impulsi e padroneggiare e canalizzare le forze, armonizzando la dimensione fisica con quella spirituali» (Ivi, p. 229),

ecco perché diventa fondamentale la partecipazione ad attività motorio sportive a tutte le età, nell'ottica del benessere e della partecipazione attiva e *sociale*.

In questo senso, Lavega non ha dubbi nel ritenere dai suoi studi emersi sul campo che

*«The motor activity is multidimensional and it's characterized for being associated to an external signification (what we observe) and an internal one (body experience, mental image, emotion...) that activates at once the biological, cognitive, affective and social dimensions of the person. These motor activities are full of meaning in the social and cultural context where the person lives»* (Jaouen, Lavega, Parlebas, 2009, p. 73).

L'esperienza sportiva giovanile, infatti, «interpreta didatticamente la dimensione pedagogica del movimento nelle sue diverse forme» (Le Boulch, 1989, p. 15), offrendosi come una risorsa all'interno di un contesto educativo orientato al benessere, alle domande di senso e al graduale sviluppo di competenze (Casolo, 2011).

Nelle diverse esperienze di tipo motorio-sportive emerge, infatti, il ruolo esplicito ed implicito, svolto da «questa pluralità di elementi che creano tante possibilità di crescita, emotiva e cognitiva insieme, per far evolvere le potenzialità di tutti e di ciascuno, creare la disponibilità nei ragazzi a fidarsi e ad essere accompagnati, nell'avventura della conoscenza» (MIUR, 2012).

Lo sport, dunque, può consentire l'attuazione di un percorso di conoscenza dei propri limiti e delle proprie potenzialità, una ricerca delle diverse forme della personalità, uno studio della propria dimensione morfologica e funzionale e l'attività sportiva, se connessa ad una riflessione critica, aiuta a conoscere il rapporto tra *intenzione* ed *azione*, le regole dei rapporti fisiologici tra cause ed effetti, permette di decodificare gli effetti del movimento sui diversi sistemi, di interpretare il rapporto tra azioni dinamiche e aumento della frequenza e della pressione sanguigna, e di analizzare il rapporto tra l'accelerazione del ritmo respiratorio e l'aumento della prestazione. Il movimento intenzionale consente, anche, di determinare e controllare gli stessi fenomeni, programmando e modellando il complesso delle attività motorie capaci di modellare morfologicamente e psicologicamente la persona.



La funzione vicariante svolta dal corpo e/o dalle sue parti in movimento, evidenziata dai percorsi sportivo-motori, offre il possibile e graduale raggiungimento di diversi gradi di autonomia personale e sociale, nonché la ricerca ed esecuzione di possibili risoluzioni ai problemi di vita quotidiana.

Vivere la quotidianità, a partire dall'esperienza motorio-sportiva, equivale alla possibilità di entrare in contatto con l'altro, tramite corpo e movimento, permettendo di superare le difficoltà di inclusione, a partire dalla partecipazione ad attività semplici e naturali che fanno dello *spontaneismo* il proprio principio fondante nella costituzione delle prime relazioni con i pari, svincolando, allo stesso tempo, l'attività fisica da ogni componente che la rende meccanica, perché «l'educazione fisica e motoria, interpretata come educazione a un uso consapevole e costruttivo del proprio corpo» (Frabboni, Pinto Minerva, 2001, p. 15) è chiamata a promuovere e favorire esperienze capaci di sollecitare un costruttivo confronto con gli altri.

D'altra parte, già nel 1969, Parlebas ha evidenziato il contributo socio emotivo delle attività motorio-sportive, introducendo il termine socio-motricità a proposito della relazione tra azione motoria e partecipazione/coinvolgimento emotivo-sociale, affermando che

*«contribution of motor education in the development of personality is necessary to understand that emotions are the key drivers of motor behaviors. That is to say, when someone participates in a traditional sporting game, the decision making and the motor answers are shaped by affectivity, so that you cannot separate the cognitive and affective level and therefore the emotions from the motricity»* (Jaouen, Lavega, Parlebas, 2009, p. 20).

Del resto, la Carta Europea dello sport, all'articolo 11, definisce le attività sportive come «qualsiasi forma di attività fisica che, attraverso una partecipazione organizzata e non, abbia per obiettivo l'espressione o il miglioramento della condizione fisica e psichica, lo sviluppo delle relazioni sociali o l'ottenimento di risultati in competizioni di tutti i livelli», propugnando in maniera convinta l'efficacia dello sport quale strumento di inclusione.

Ciò è vero, in particolar modo, negli sport di squadra, dove la collaborazione è fondamentale per raggiungere la vittoria ed esistono regole da rispettare, sia durante le partite che in allenamento.

Inoltre, le esperienze passate insieme favoriscono un apprendimento comune ed una rilettura condivisa delle regole, favorendo in questo modo la costituzione ed il mantenimento del cosiddetto esame di realtà.

Tale elemento consiste nella presa di coscienza dell'esistenza dell'altro (compagno o avversario) e nella presa di consapevolezza dell'importanza di relazionarsi con esso per poter conseguire l'obiettivo sperato, ossia provare soddisfazione, in primis attraverso la vittoria.

Per mezzo di tale meccanismo, l'individuo, che si misura con l'attività sportiva, arriva a provare soddisfazione anche quando non ottiene la vittoria, grazie alla consapevolezza di *aver giocato bene*, in base alle regole esistenti ed in considerazione del valore degli avversari, imparando, in tal modo, a provare soddisfazione anche senza dover necessariamente sopraffare i propri avversari.

Si verifica, in tal modo, una vera e propria esperienza di socializzazione qualificata, la quale si regge non solo sul semplice incontro di altri individui, bensì sulla costituzione di gruppi umani organizzati, i quali si misurano con altri secondo regole condivise e rispettate da tutti.

In tale dimensione, l'individuo può condividere con altri le proprie esperienze di gioia (in caso di vittoria) o di delusione (in caso di sconfitta), imparando a riconoscere ed interagire in maniera qualificata con i propri simili e potrà imparare ad apprezzare l'apporto dei compagni di squadra in caso di vittoria, imparando a condividere i meriti, e, viceversa, riconoscere il valore degli avversari in caso di sconfitta.

Per riuscire a conseguire elevati livelli di inclusione attraverso lo sport, il Coni ha promosso, nel 2017, ha stilato un accordo siglato tra il Coni ed il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, intitolato *Manifesto per lo sport e l'integrazione* allo scopo di favorire, attraverso lo sport, l'inclusione dei migranti di seconda generazione che vivono in Italia e, più in generale, di contrastare gli episodi di razzismo nello sport.

Per raggiungere tale scopo, il Manifesto promuove le seguenti buone pratiche:

- lealtà sportiva tra i bambini ed i giovani, che devono essere incoraggiati ad un pieno rispetto delle regole ed essere resi consapevoli della dannosità delle pratiche scorrette;
- diffusione di buone pratiche finalizzate a promuovere le diversità nello sport e combattere ogni forma di discriminazione;
- pari opportunità nell'accesso alle competizioni sportive, senza distinzioni di sesso, razza, cultura o religione;
- promozione dei concetti di amicizia e rispetto delle regole;
- lotta ad ogni forma di violenza, sia fisica che verbale, e di discriminazione.

In particolare, risulta interessante l'ambizioso obiettivo, menzionato nel Manifesto, di agire nel perseguimento di livelli di inclusione, tali da garantire la *cittadinanza sportiva*, ossia il pieno accesso al tesseramento ed alla partecipazione alle attività sportive, di tutti e di ciascuno.

L'attività motorio sportiva è un'esperienza che coinvolge tutte le sfere della personalità, del proprio sé e dell'altro rivelandosi «an extraordinary mosaic of situations in which people must interact with others, whether companions or opponents. In these socio-motor games affectivity is associated with being

able to read and reacting to emotions, and unforeseen risks generated by other participants» (Jaouen, Lavega, Parlebas, 2009, p.12).

### **Inclusione sportiva giovanile: prospettive europee**

Rispetto al passato, nelle attuali generazioni di giovani si sta verificando un preoccupante aumento dei comportamenti a rischio e un diversificarsi degli stessi in gamme ancor più rischiose per la salute (Tavaglini, 2014; Barone, 2011; Coslin, 2012), oltre a una sempre maggiore diffusione della cosiddetta devianza *borghese* o *normalizzata*, cosiddetta per indicare l'emersione di atteggiamenti devianti che non sono esclusivamente legati a situazioni familiari multiproblematiche e di acclamato disagio sociale ed economico.

La problematica, emersa in termini di benessere giovanile, ha posto le agenzie educative di fronte alla necessità di creare un sistema integrato capace di realizzare una “*società educante*” (Pampanini, 2002, p.18) all'interno della quale tutti gli attori sociali devono concorrere alla formazione e promozione della persona. L'obiettivo è quello di realizzare «welfare society, nella quale il benessere individuale e collettivo appare come risultato dell'azione congiunta di attori, in una società intesa come rete, nella quale il buon funzionamento di un “nodo” è collegato alla capacità di funzionamento degli altri nodi, in una logica di potenziamento e compenetrazione, piuttosto che di sostituzione» (Serra, 2001, pp.16-17).

La scuola, la famiglia, le società, le associazioni, gli Enti di promozione sportiva e tutti gli organismi possono svolgere un ruolo importante tuttavia, affinché la sinergia auspicata si realizzi, è necessario che gli attori sportivi decidano di darsi «come obiettivo il miglioramento delle condizioni fisiche e psichiche, lo sviluppo delle relazioni sociali» (CONSIGLIO D'EUROPA, *Carta Europea dello Sport*, Rodi, 1992, art. 2). In questa prospettiva, è necessaria una lettura di ampio respiro che punti al superamento del tecnicismo sportivo, nell'ottica dell'intenzionalità educativa e nel tentativo di «correlare le attività motorio-sportive ai valori educativi ed ai processi formativi della persona» (Sibilio, 2005, p.15).

Nel 2015, Dick e Ferguson resero noti i risultati di uno studio che rientrava in un progetto elaborato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, *Health for World's Adolescents: A Second Chance in The Second date* (H4WA), nel quale si denunciava, come prima causa di malattia e disabilità, tra i giovani di età compresa tra i 10 e i 19 anni, la depressione, seguita dagli incidenti stradali e dal suicidio, spesso esito estremo di una condizione di grave depressione (Dick, Ferguson, 2015, pp. 3-6).

In molti casi, così emergeva dal progetto, la maggior parte dei Paesi analizzati (84%) non dimostrava di aver posto in essere i giusti livelli di attenzione nei confronti di una situazione assolutamente emergenziale all'interno della quale, molto spesso, i sintomi del disagio (aggressività, conflittualità, difficoltà relazionali, problemi alimentari ecc.) venivano del tutto sottovalutati. Tra i 10 punti del suo programma il WHO indicava la necessità, da parte di tutti gli attori politici, istituzionali e della società civile, di concentrare tutti gli sforzi per migliorare le condizioni di salute fisica e mentale degli adolescenti, quale *conditio sine qua non*, per un futuro migliore.

Lo sport, dunque, quale veicolo d'inclusione e di coesione, funziona in quanto permette di riconoscere l'esistenza dell'*altro*, punto di partenza per poter, a livello di squadra, ottenere dei risultati anche solo di tipo ludico. L'inclusione che deriva dall'esperienza sportiva non dipende solo dal fatto che praticare uno sport implica uscire dalle mura domestiche e confrontarsi con altre persone, ma da un insieme di fattori più specifici che rimandano a quelle dinamiche che soprassedono la creazione di un *team* che si pone un obiettivo e che, insieme, vuole raggiungerlo; si supera, in altre parole, la dimensione individuale e ci si affida a quella collettiva, acquistando fiducia nell'altro e riconoscendogli delle capacità. La pratica sportiva mette in moto l'universo valoriale del ragazzo che è sollecitato nel mettersi alla prova, entrando in una squadra o anche solo decidendo di entrare in competizione con un *avversario*, riconoscendo agli altri un valore quantomeno pari al suo. La pratica sportiva, dunque, si fa strumento di *re-inclusione* sociale, in quanto consente al giovane di avere accesso a una dimensione nuova, dove le esperienze di fatica fisica, di tensione, le emozioni di gioia e di delusione, sconfitta o di successo vengono sempre condivise e mai subite, soprattutto quelle negative, in solitudine

In particolare, esse

*«favoriscono la socializzazione e permettono, quindi, di ampliare la rete sociale dell'individuo, consentendo la fuoriuscita dall'isolamento e dalla solitudine e creando un benefico effetto a catena che implementa le occasioni di socializzazione e la possibilità di accedere a nuove risorse umane e concrete; incentivano la capacità della persona di coltivare un progetto concentrandosi su qualcosa di positivo, di costruttivo e di concreto; sviluppano un senso di autoefficacia e alimentano quello di competenza perché permettono alla persona di dominare le situazioni e di sviluppare nuove capacità, consentendo di alimentare la storia dei propri successi e promuovendo l'autostima e la fiducia in se stessi; facilitano momenti di allentamento dello stress o della pressione psichica causata da problemi personali, allontanando la fonte di stress o il ricordo dell'evento traumatico»* (Milani, 2010, p. 35).

La pratica sportiva può, dunque, essere utilizzata a scopo riabilitativo, terapeutico, per allentare la tensione e diminuire la depressione o semplicemente per attivare modalità comunicative che spesso vengono trascurate per valorizzare attività intellettuali ritenute più elevate.

Spetta agli allenatori, ai preparatori atletici, ai dirigenti (del settore extra-scolastico e scolastico), agli insegnanti di educazione fisica e motoria, rendersi protagonisti del cambiamento e della realizzazione di un nuovo modello di sport che con progetti inediti, che si allontanano dall'ottica della spettacolarizzazione della corporeità perfetta e robusta, si rendono capaci di far sperimentare ai giovani un nuovo modo di fare sport, che possa fornire loro un'alternativa ad eventuali disagi emotivo-sociali.

In particolare, una possibile stretta integrazione con le altre agenzie educative è garanzia di una maggiore efficacia negli interventi educativi, disegnati per supportare quei giovani che mettono a rischio la propria salute o che hanno comportamenti devianti e/o irresponsabili nei confronti di sé stessi e degli altri. Lo sport è uno strumento rivelatore, una cartina tornasole, di quel disagio sommerso, sempre più diffuso tra i giovani e le loro famiglie, in quanto «consente di individuare comportamenti a rischio che potrebbero condurre a stili di vita non corretti o a condotte devianti» (Maulini, Migliorati, Isidori, 2017, pp. 33-47).

Modelli e progetti del nuovo Millennio, dunque, possono sfruttare al meglio il valore dello sport solo se la pratica viene inserita all'interno di interventi sinergici che vedono impegnate tutte le agenzie deputate alla crescita delle giovani generazioni e al contrasto al disagio (Isidori, 2016, pp. 10-19).

*«Progettare significa, infatti, gettare avanti, costruire orizzonti possibili a partire dalle situazioni esistenti, analizzare i bisogni, i desideri, gli interessi e le necessità della persona, del gruppo o della comunità con cui e per cui si intende costruire un possibile spazio educativo, vale a dire, conoscere per costruire e co-costruire in un'ottica di partecipazione e di condivisione»* (Maulini, 2014, p. 28).

In questi anni, di fronte a un crescente disagio giovanile e ad una maggiore consapevolezza rispetto al ruolo dello sport, come progetto di crescita alternativa, si sono moltiplicate le iniziative a sostegno di un modello sportivo che mira, in una società sempre più multietnica, a superare le barriere culturali, a promuovere l'inclusione e ad abbattere le discriminazioni.

Studi sul campo hanno dimostrato che la sola attività fisica, inoltre, può ridurre i livelli di depressione, offrire l'opportunità di divertirsi ed ha un ruolo cruciale nel successo degli apprendimenti, nel funzionamento cognitivo e nella concentrazione (Chalkley et al., 2015).

L'organizzazione mondiale della Sanità (2010) raccomanda, già a partire dalla età infantile, di impegnarsi in 60 minuti di attività fisica, da moderata a

vigorosa, ogni giorno, per raggiungere i benefici associati con le attività fisiche.

Un'attività fisica regolare di intensità moderata (ad esempio camminare, andare in bicicletta o praticare sport) apporta benefici significativi alla salute. Ad ogni età, i benefici dell'attività fisica, superano i potenziali danni, ad esempio quelli legati ad incidenti. Praticare anche poca attività fisica è meglio che non praticarne affatto. I livelli di attività consigliati si possono raggiungere abbastanza facilmente rendendosi più attivi nel corso della giornata in modi relativamente semplici.

Osservando le politiche attuate per favorire l'incremento del livello di attività fisica, appare chiaro che già la scuola rappresenta uno dei luoghi ideali per la promozione dell'attività fisica, in quanto può raggiungere, attraverso la sua opera educativa, un pubblico di grandi dimensioni, ma soprattutto di diversa estrazione, inoltre, i bambini frequentano la scuola per almeno un decennio della loro vita, nella maggior parte delle quali sono in piena attività. Purtroppo, però, gran parte del tempo trascorso a scuola richiede che i soggetti lo trascorrono seduti e con opportunità di attività fisica limitata alla sola educazione fisica, alle pause e ai pasti. Il rapporto *Educazione fisica e sport a scuola in Europa*, prodotto dalla rete Eurydice, ha la finalità di descrivere lo stato dell'arte dell'educazione fisica e delle attività sportive a scuola in 30 paesi europei. Il rapporto rappresenta il primo tentativo della Commissione europea di identificare i punti chiave di debolezza e di forza dell'educazione fisica nella scuola e si fonda sul Trattato europeo di Lisbona del 2009, che ha offerto le basi, sul piano giuridico, affinché l'Unione Europea richiedesse lo sviluppo della dimensione europea nello sport e la promozione delle questioni sportive a livello europeo. Nel rapporto si legge che

*«l'educazione fisica a scuola non solo contribuisce a migliorare la forma fisica e la salute degli alunni, ma li aiuta anche a svolgere attività fisica comprendendone al tempo stesso l'importanza e le ripercussioni positive per tutta la vita. Inoltre, l'educazione fisica a scuola fornisce conoscenze e competenze trasferibili, come il lavoro in team, il comportamento leale, il rispetto, la consapevolezza del corpo e oltre a favorire la comprensione generale delle "regole del gioco", che gli allievi possono immediatamente sfruttare anche per le altre materie scolastiche e nella vita»* (8 Commissione europea/EACEA/Eurydice, 2013. Educazione fisica e sport a scuola in Europa. Rapporto Eurydice).

Dati i suoi numerosi benefici, l'attenzione a livello europeo verso la promozione dell'attività fisica è cresciuta sempre di più. L'educazione fisica è obbligatoria in tutti i curricula nazionali esaminati a livello sia primario che secondario inferiore. Per quasi tutti i paesi, l'obiettivo principale

dell'educazione fisica è favorire lo sviluppo fisico, personale e sociale dei ragazzi.

In realtà, esaminando i dati indicati nel Rapporto Eurydice del 2016, l'Italia tende a collocarsi sempre in una situazione di svantaggio in rapporto a tutte le voci citate.

In ogni caso, così come si evince dai risultati delle indagini emerse sui trenta paesi europei indagati, pur persistendo differenze e peculiarità sulle situazioni di fatto, relative alla presenza dell'educazione fisica nelle istituzioni scolastiche, risulta peculiare che in alcuni paesi come la Germania, il Portogallo, il Regno Unito e i Paesi nordici, l'Educazione fisica venga insegnata con approccio interdisciplinare.

Ciò significa che, ad esempio, durante la lezione di educazione fisica entrano in campo le scienze naturali e sociali e viceversa, a dimostrazione della correlazione esistente fra le materie.

Anche l'orario di insegnamento, prescritto per l'educazione fisica, varia in maniera significativa da un paese all'altro e da un livello di istruzione all'altro e, inoltre, alcuni paesi deliberano a livello centrale le ore minime di educazione fisica, mentre altri lasciano la decisione alle istituzioni scolastiche. In generale, la quota di orario raccomandata per l'educazione fisica è, comunque, piuttosto bassa rispetto a quella prevista per altre materie e questo evidenzia che, solitamente, questa materia è percepita come di minore rilievo per l'educazione, questa differenza è particolarmente evidente nell'istruzione primaria.

La legge 13 luglio 2015, n. 107, *Riforma del sistema nazionale di istruzione e formazione e delega per il riordino delle disposizioni legislative vigenti*, conosciuta come legge di riforma sulla Buona Scuola, all'art. 1, comma 7, recita che

*«Le istituzioni scolastiche, nei limiti delle risorse umane, finanziarie e strumentali disponibili a legislazione vigente e, comunque, senza nuovi o maggiori oneri per la finanza pubblica, individuano il fabbisogno di posti dell'organico dell'autonomia, in relazione all'offerta formativa che intendono realizzare, nel rispetto del monte orario degli insegnamenti e tenuto conto della quota di autonomia dei curricula e degli spazi di flessibilità, nonché in riferimento a iniziative di potenziamento dell'offerta formativa e delle attività progettuali, per il raggiungimento degli obiettivi formativi individuati come prioritari».*

E sempre nello stesso articolo e nello stesso comma, alla lettera **g** recita che vada favorito «il potenziamento delle discipline motorie e sviluppo di comportamenti ispirati a uno stile di vita sano, con particolare riferimento all'alimentazione, all'educazione fisica e allo sport, e attenzione alla tutela del diritto allo studio degli studenti praticanti attività sportiva agonistica.»

A favore di questo potenziamento, la riforma prevede che sia preferibile ricorrere ad insegnanti specialisti per l'insegnamento delle discipline motorie e, difatti, al comma 20 dell'art. 1 si legge che

*«per l'insegnamento della lingua inglese, della musica e dell'educazione motoria nella scuola primaria sono utilizzati, nell'ambito delle risorse di organico disponibili, docenti abilitati all'insegnamento per la scuola primaria in possesso di competenze certificate, nonché docenti abilitati all'insegnamento anche per altri gradi di istruzione in qualità di specialisti, ai quali è assicurata una specifica formazione nell'ambito del Piano nazionale di cui al comma 124.»*

Lo sport è veicolo d'inclusione su più livelli, basti pensare che nella parola *inclusione* rientra il soggetto che si dedica a una pratica sportiva e che, dunque, s'integra in un gruppo, e, ancora, che i ragazzi si trovano a giocare/confrontarsi/gareggiare con e contro coetanei di altre etnie, che lo sport permette anche a giovani con disabilità di partecipare attivamente (secondo i loro limiti) a gare e competizioni sentendosi parte attiva di una società la quale, in altre occasioni, tende a escluderli. Entrare in una squadra o anche semplicemente allenarsi in un campo di atletica, porta i giovani a confrontarsi con i coetanei, con gli allenatori, i dirigenti, gli avversari, in altre parole lo costringe a entrare in una rete *sociale* che lo aiuta a delineare una propria identità che si viene costruendo su valori quali il rispetto delle regole, l'accettazione dei propri limiti e, soprattutto, la consapevolezza di non essere solo e di poter condividere le proprie vittorie e le proprie sconfitte con gli altri. Naturalmente, proprio in virtù del fatto che l'adolescenza è un periodo particolarmente difficile, non è raro che all'interno di un gruppo o di una squadra si vengano a creare dei dissapori e delle tensioni (che, purtroppo, a volte, arrivano a degenerare in atti di bullismo (Giulianelli, 2018), tuttavia, in questo caso, sarà compito degli educatori, degli allenatori e di tutti quegli adulti che ruotano intorno alla pratica sportiva, sedare gli animi, convogliare le energie dei ragazzi verso un sano allenamento e diventare portavoce di quei valori che sono alla base della pratica sportiva. Non è certamente un caso, infatti, che lo sport sia, da tempo, considerato come uno strumento di contrasto del bullismo (Iannaccone, 2007.)

Non bisogna dimenticare, inoltre, che sempre più spesso, a causa dei flussi immigratori, è aumentato il numero degli studenti stranieri nelle scuole di ogni grado e ordine e che, anche in questo caso, lo sport possa diventare veicolo importante di inclusione da parte dei giovani stranieri nel contesto italia-



no e strumento per ridurre forme di malessere e di disagio da parte di giovani certamente svantaggiati.<sup>1</sup>

La proposta sull'educazione fisica, materia che ha come obiettivo specifico il miglioramento delle funzioni corporee e attraverso di esse il miglioramento delle funzioni mentali, rappresenta per l'Italia un cambiamento epocale, perché finalmente riconosce un'istanza ormai improrogabile sulla necessità per i bambini di avere una formazione motoria adeguata alle loro esigenze e la pone in linea con tutti gli altri Stati Europei. In linea con le indicazioni della Legge 107/2015, si pone il Protocollo d'Intesa tra MIUR e CONI (sottoscritto in data 4 dicembre 2013), identificato come piano di alfabetizzazione motoria e proposto in intesa dal Ministero dell'istruzione, dell'Università e della Ricerca ed il Coni, per condividere, nell'ambito delle rispettive competenze istituzionali, la realizzazione di un piano da attuarsi nella scuola primaria, in risposta ai crescenti allarmi della comunità scientifica e delle istituzioni internazionali sulle conseguenze della sedentarietà e degli stili alimentari e di vita non corretti tra la popolazione giovanile. L'obiettivo dell'iniziativa è quello di rendere sempre più stretto il legame tra sport e scuola, perché lo sport è parte integrante del percorso formativo e la cultura del movimento deve rappresentare un fattore di crescita sociale, culturale e civile, uno strumento di prevenzione della dispersione scolastica e di promozione di corretti stili di vita, un volano per l'inclusione e la diffusione della cultura del rispetto. Il piano pone ancor di più l'accento sull'importanza dello sport nella formazione dei ragazzi, perché è fondamentale che la scuola articoli un'offerta sempre più ampia per lo sport per la sua valenza come attività fisica e come elemento di crescita grazie ai suoi valori portanti di impegno, lealtà, rispetto delle regole e inclusione. L'attenzione posta sui laureati in scienze motorie, inoltre, sottolinea la necessità di intraprendere un cammino, ancora lungo, ma necessario, per il riconoscimento di queste professionalità.

A tale proposito, la Banca Etica, in una prospettiva del tutto inedita, ha attivato un *crowdfunding* (che terminerà il 30 giugno 2019) per sostenere, con una donazione, 14 progetti per il *network Produzioni dal Basso*, nell'ambito del bando *Sport per Tutti e Responsabilità Sociale*, il cui obiettivo è quello di supportare progetti di inclusione e di superamento delle barriere etnico-culturali, attraverso l'attività sportiva. Banca Etica ha ricevuto circa un'ottantina di progetti e ne ha selezionati una quindicina per il loro spiccato livello di coerenza, per l'accuratezza e per la potenzialità di attirare *crowdfunding*; i progetti che riceveranno almeno il 75% del *budget* necessario per poter

<sup>1</sup> Secondo i dati del Miur nel 2016/2017 gli alunni con cittadinanza non italiana erano circa 826 mila, con un aumento del 1,38% rispetto al periodo 2015/2016. MIUR, *Gli alunni con cittadinanza non italiana. A.S. 2016/2017*, marzo 2018, in <http://www.miur.gov.it/documents/> (...).

essere realizzati potranno contare su un ulteriore contributo da parte del Fondo per il *Crowdfunding* di Etica Sgr pari al restante 25% (tetto massimo 7.500 euro). Una volta raggiunto il 100% del budget, i progetti riceveranno un *bonus* pari al 10% del totale raccolto da impiegare in altre iniziative di tipo promozionale o legate allo sviluppo in collaborazione a Banca Etica.

Le proposte che sono state selezionate individuano nello sport, che diventa protagonista del cambiamento e volano di benessere, uno strumento per superare e affrontare diversi tipi di disagio giovanile, perché come evidenzia Parlebas, nello sport

*«One learns to lose, which encourages better socialisation; and one can also learn to control one's victory. Practised at a reasonable level, the sports duel can bring a good integration among the actors and it makes it indisputably part of the educational mechanism. the sports duel can bring a good integration among the actors and it makes it indisputably part of the educational mechanism»* (Parlebas, 1997, p. 12).

Lo sport è, dunque,

*«un contenitore sociale, un simulatore di comunità, nel quale interpretare ruoli e funzioni, è un percorso preparatorio alla vita che rinsalda i valori del vivere civile e le attività sportive, soprattutto di squadra, offrono tantissime possibilità per affrontare situazioni controverse, ambigue, antinomiche che necessitano di fare appello al proprio sistema valoriale profondo»* (Daino, 2009, p.5).

È necessario, altresì, riconoscere allo sport una valenza educativa-formativa nella misura in cui istituzione scolastica e sport si basano su un sistema di valori condivisi; l'insegnante di educazione fisica deve essere un educatore sportivo, ma anche un facilitatore della comunicazione in grado di trasmettere valori universali attraverso il gioco di squadra.

Lo sport, in altre parole, rappresenta un ottimo strumento per raggiungere quell'equilibrio psico-fisico cui alludevano i Greci, rivelando con ciò il significato più recondito dello sport inteso come esercizio fisico e contestualmente mentale, come pace interiore e armonia fisica (Prelati, 2003, p. 115 e ss.). Non vi è dubbio che le attività sportive siano legate al corpo e psicologicamente all'io corporeo, come base dell'identità personale; lo sviluppo psicomotorio, infatti, rappresenta la base primaria, essenziale, nella costruzione della propria identità e della propria sicurezza di base, che non solo si formano ma che si definiscono, sviluppano e organizzano sempre attraverso un armonico rapporto tra corpo e psiche, tra corpo ed emozioni. L'attività motorio-sportiva «se connessa ad una riflessione critica, aiuta a conoscere il rapporto tra intenzione e azione, le regole dei rapporti fisiologici tra cause ed effetti» (Sibilio, 2005,

p.22), offrendo l'opportunità naturale di incidere in modo positivo sugli eventi esterni, rendendo ciascun giovane protagonista della propria vita.

## Conclusioni

Il concetto di inclusione si riferisce ad un campo di ricerca riconducibile «ad una posizione teorica di fondo che intende porre fine ad ogni forma di segregazione e di esclusione sociale, istituzionale ed educativa» (Canevaro, Malaguti, 2017, pp. 97-108), richiedendo di focalizzare l'attenzione sulle risorse umane e professionali messe a disposizione dal contesto scolastico e sociale. Non vi sono dubbi che lo sport sia uno straordinario strumento educativo (Farinelli, p. 15.) e di questo ne erano già consapevoli i greci allorquando lo ritenevano un veicolo di aggregazione e di inclusione sociale, in grado di diffondere attraverso le sue forme, che dal fisico raggiungono gli strati più profondi della mente, il rispetto di regole e valori individuali e collettivi (Amatucci, 1998, p. 120).

La scuola di ciascun ordine e grado, in quanto agenzia formativa promotrice di una relazionalità positiva, non può che avvalersi del potenziale educativo delle attività motorie e sportive valide alternative alla solitudine, al disagio e a certe forme di emarginazione.

Nelle diversificate esperienze di tipo ludico-motorio emerge, difatti, il ruolo esplicito ed implicito, svolto da questa pluralità di elementi che creano tante possibilità di crescita, emotiva e cognitiva insieme, per far evolvere le potenzialità di tutti e di ciascuno.

Grazie alle attività ludico-motorie sportive si soddisfa la personale libertà di espressione e la possibilità d'integrare i diversi linguaggi, di alternare la parola e i gesti, di produrre e fruire musica, di accompagnare narrazioni, nonché la ricerca di modalità originali per leggere e interpretare i messaggi provenienti dal corpo proprio e altrui.

L'attività motorio-sportiva può consentire l'attuazione di un percorso di conoscenza dei propri limiti e delle proprie potenzialità, una ricerca delle diverse forme della personalità, uno studio della propria dimensione morfologica e funzionale connessa ad una riflessione critica, facilitando il rapporto tra "intenzione" ed "azione", le regole dei rapporti fisiologici tra cause ed effetti, permettendo di decodificare gli effetti del movimento sui diversi sistemi, di interpretare il rapporto tra azioni dinamiche e aumento della frequenza e della pressione sanguigna, e di analizzare il rapporto tra l'accelerazione del ritmo respiratorio e l'aumento della prestazione. Il movimento intenzionale consente anche di determinare e controllare gli stessi fenomeni, programmando e modellando il

complesso delle attività motorie capaci di modellare morfologicamente e psicologicamente la persona.

È, dunque, auspicabile ricorrere ad una epistemologia della corporeità secondo la quale i gesti motori (correre, saltare) non sono mai gesti naturali in senso fisiologico, ma prodotti di una rappresentazione sociale del corpo in movimento che sono un condensato di riferimenti a paradigmi latenti, fortemente presenti nella nostra percezione del mondo; noi costruiamo nel tempo delle rappresentazioni collettive che diventano personali visioni del mondo al fine di sviluppare una cultura del movimento in termini più globali occorre allenare quella competenza a esserci che fa sì che noi non solo sappiamo e sappiamo fare, ma sappiamo soprattutto esser-ci, nella relazione (Manuzzi, 2010).

D'altra parte lo sport è «un mezzo per educare e far crescere l'individuo non solo da un punto di vista fisico, ma anche strumento di integrazione sociale» (Daino, 1997, p. 25).

È, dunque, sostanziale l'attenzione che deve essere posta nella predisposizione di percorsi socio-educativi tenendo conto delle tre azioni fondamentali da mettere in pratica e cioè teoria (sapere), pratica (saper fare), personalizzazione (saper essere), con una peculiare attenzione alla dimensione corporea.

L'educazione della persona, attraverso lo sport, per essere efficace, necessita una forte esplicitazione dei suoi valori formativi e dei suoi potenziali meccanismi di accesso alternativo e complementare del sapere. Le attività motorie e lo sport incidono nella formazione della persona con una funzione *modellante* e interattiva che si espande anche oltre i *tradizionali obiettivi* previsti dai programmi di insegnamento dell'educazione fisica e sportiva (Sibilio, 2005, p. 21).

Di conseguenza, anche la formazione che si rende necessaria deve essere indirizzata alla maturazione di una competenza *ad esserci*, intesa come capacità dell'educatore di stare nella relazione a partire da sé, da un sé che inevitabilmente è corporeo; è infatti la presenza sensibile all'altro nella quotidianità professionale a creare (o non creare) buone pratiche di cura (Manuzzi, 2009). Si tratta, in sostanza, di formare educatori che si dispongano all'aiuto, lasciando spazio a nuove opportunità, che fanno riferimento ad un atteggiamento corporeo che esprime accoglienza, disponibilità all'ascolto e all'apertura, che sono rintracciabili nella postura, nello sguardo, nel tono della voce, nella distanza prossimale.

L'insegnante, l'educatore, in qualità di mediatore intenzionale, deve essere in grado di promuovere esperienze di tipo:

- motorio: queste esperienze riguardano il movimento, inteso come atto in cui il corpo agisce e provoca una reazione attiva;
- percettivo-cognitivo: il corpo esplora e struttura organizzativamente la realtà;

- simbolico: gli atti motori contribuiscono ad attribuire significati impliciti al campo affettivo-emozionale;
- comunicativo: il corpo si identifica come un sistema di segni e codici linguistici atti alla comunicazione non verbale (Cerini, Mozzetti, Rispoli, 1999, p. 22).

Attualmente, l'educazione fisica e sportiva è ancora alla ricerca di una certezza epistemologica, di una chiara comunità scientifica di riferimento che possa legittimare le relazioni tra movimento, sport e saperi in campo educativo. È ancora presente nell'opinione intellettuale una visione riduttiva dello sport e del movimento, condizionata da una concezione mediatica e superficiale, dalla mancanza di una riflessione culturale che sia in grado di distinguere gli aspetti ricreativi, abilitativi e spettacolari delle attività motorie dai fenomeni complessi che collegano corporeità e apprendimento umano (Cerini et al., 1999 p. 23).

Il superamento di tale situazione richiederebbe sul piano didattico una adeguata attenzione in ordine a tutti i piani di formazione della persona.

Appare indispensabile, in sintesi, una lettura del movimento in chiave inclusivo-sociale, per orientare i docenti, gli educatori sportivi e gli esperti del settore ad una possibile rivisitazione delle piste percorribili nell'ottica del potenziale vicariante della corporeità in movimento.

## Bibliografia

- Amatucci L. (1998). *Il disegno educativo nella scuola*. Api, 3-4.
- Arenda A., a cura di. *Pedagogia dell'allenamento. Prospettive metodologiche*. Roma: Edizioni Nuova Cultura.
- Balduzzi L. (2015). Comunicazione e corpo. In Cunti A. (a cura di). *Corpi in formazione*. Milano: FrancoAngeli.
- Baricco A. (2004). *Omero Iliade*. Milano: Feltrinelli.
- Barone P. (2011). *Pedagogia della marginalità e della devianza. Modelli teorici e specificità minorile*. Milano: Guerini.
- Bateson G. (1976). *Verso un'economia della mente*. Tr. it., Milano: Adelphi.
- Berthoz A. (1998). *Il senso del movimento*. Milano: McGraw-Hill Libri Italia.
- Berthoz A. (2011). *La semplicità*. Torino: Codice.
- Cambi F. (2006). *Le pedagogie del Novecento*. Bari: Laterza.
- Canevaro A., Malaguti E. (2017). Inclusione ed educazione: sfide contemporanee nel dibattito intorno alla pedagogia speciale. *Journal of Italian special education*, 2: 97-108.
- Casolo F. (2011). *Didattica delle attività motorie per l'età evolutiva*. Milano: Vita e Pensiero.
- Cerini, Mozzetti, Rispoli (1999). *Le parole nuove della Scuola dell'Infanzia. Guida alla lettura dei Nuovi Orientamenti*. Loreto (AN): E.L.I. Edizioni.
- Chalkley A., Milton K. & Foster C. (2015). *Change4Life Evidence Review: Rapid evidence review on the effect of physical activity participation among children aged 5-11 years*. London: Public Health England.

- Coslin P. G. (2012). *Adolescenti da brivido. Problemi, devianze e incubi dei giovani d'oggi*. Roma: Armando.
- Covi L. (2018) Premessa. In Alfieri S, a cura di. *Generazione Z. Un'indagine sugli studenti trentini. Report di Ricerca*. Rovereto: IPRASE.
- Daino A. Che cosa può fare lo sport per facilitare l'inserimento sociale degli adolescenti. In "L'adolescente e il suo inserimento sociale attraverso lo sport", 11° Congresso Internazionale del Panathlon, Vienna, maggio 1997, Panathlon International, Rapallo, 1998, 27.
- Daino A. "Etica e sport: aspetti psicologici", Giornata internazionale del Fair Play, Varese, 21-11-2009,
- Dick B., Ferguson B. J. (2015). Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade. *J. Adolesc. Health*, 56(1): 3-6.
- Dorati M. (2004). *Senofonte, Apologia di Socrate*. Milano: La vita Felice Editore.
- Farinelli G. (2008). *Pedagogia dello sport ed educazione della persona*. Firenze: Morlacchi.
- Frabboni F., Pinto Minerva F. (2001). *Manuale di pedagogia generale*. Bari: Laterza.
- Giulianelli E. "In crescita il bullismo nel mondo dello Sport: il 10% dei ragazzini italiani ne è vittima," 17 maggio 2018.
- Iannaccone N. (2007). *Né vittime né prepotenti*. Bari: La Meridiana.
- Isidori E., Migliorati M., Maulini C. (2016). Famiglia, sport e tempo libero: strategie per una pedagogia sociale. In Saez de Jubera M., Isidori E. (a cura di). *Leisure and family: educational contexts*. Roma: Quapeg.
- Jaouen G., Lavega P., Parlebas P., (2009). *Traditional games and social health*. Madrid: Asociación Cultural La Tanguill.
- Le Boulch J. (1989). *L'educazione psicomotoria nella scuola elementare*. Milano: Edizioni scolastiche Unicopoli.
- Manfredini M., Piccirilli L. (1980) (a cura di). *Plutarco. Vita di Licurgo e di Numa*, ed. Lorenzo Valla, Milano: Mondadori Editore.
- Manuzzi P. (2009). Parole come strade in movimento. In: Manuzzi P. (a cura di). *I corpi e la cura. Educare alla dimensione corporea della relazione nelle professioni educative e sanitarie*. Pisa: ETS.
- Manuzzi P. (2010). Pensare in termini di movimento. Note sulla formazione alla corporeità nelle professioni della cura e della salute. In: Cunti A. (a cura di). *La rivincita dei corpi*. Milano: FrancoAngeli.
- Maulini C. (2006). *Pedagogia, benessere e sport*. Roma: Aracne.
- Maulini C. (2014). *Progettare il benessere attraverso lo sport. Indicazioni metodologiche e studi di caso*. Milano: FrancoAngeli.
- Maulini C., Migliorati M., Isidori E. (2017). Sport e inclusione sociale. Tra competenze pedagogiche e lavoro in rete. *Rivista Italiana di Pedagogia dello Sport*, 2.
- Milani I. (2010). Le trame dell'educazione alla corporeità. In: Id. (a cura di). *A corpo libero. Sport, animazione e gioco*. Milano: Mondadori.
- Miscioscia D. (1999). *Miti affettivi e cultura giovanile*. Milano: FrancoAngeli.
- Nietzsche F. (2009). *La nascita della tragedia*, a cura di Vivetta Vivarelli. Torino: Einaudi.
- Palumbo C. (2016). *Corporeità e movimento nel gioco educativo*. Lecce: Pensa Multimedia.

- Pampanini G. (2002). *La complessità in educazione. Società cognitiva e sistema formativo integrato*. Roma: Armando.
- Pati L. (2015). La pedagogia e la prospettiva sistemico-relazionale. In: Elia G. (a cura di). *La complessità del sapere pedagogico tra tradizione e innovazione*. Milano: FrancoAngeli.
- Platone (1973). *Fedro*, Classici Greci UTET, p. 36.
- Platone (1973). *La Repubblica*, III, 409-410.7, Classici Greci UTET.
- Prelati P. (2003). *La prestazione sportiva nell'autonomia dei privati*. Milano: Giuffrè.
- Raffuzzi L., Inostroza N., Casabei B. (2006). Per uno sport che aiuta a crescere. *ACP-Rivista di Studi Rogersiani*.
- Ravaglioli F. (2010). *Il sistema della formazione nella complessità dell'educazione*. Roma: Armando.
- Serra R. (2001). *Logiche di rete. Dalla teoria all'intervento sociale*. Milano: FrancoAngeli.
- Senofonte (1973). *Apologia*. Classici Greci UTET, p. 205.
- Sibilio M. (2002). *Il corpo intelligente*. Napoli: EsseLibri Simone.
- Sibilio M. (2005). *Sport come percorso educativo: attività sportive e forme intellettive*, Napoli: Guida editore.
- Sibilio M. (2008). *Il corpo e il movimento*. Napoli: Cuen.
- Sibilio M. (2012). *I significati del movimento nella didattica*. Napoli: Liguori Editore.
- Tavaglini R. (2014). *Il disagio giovanile. Educazione e comprensione*. Trieste: Edizioni Goliardiche.

### Riferimenti normativi

- Consiglio D'Europa, *Carta Europea dello Sport*, 13-15 maggio 1992, Rodi, disponibile al sito <http://www.coni.it>.
- Commissione Europea (2007). Libro Bianco sullo sport. *Rivista di diritto ed economia dello sport*, III(2): 177-200.
- Banca Etica, *Sport per superare le barriere: crowdfunding al via per 14 progetti*, 2018, disponibile al sito <https://www.bancaetica.it/blog/sport-per-superare-le-barriere-crowdfunding-via-per-14-progetti>.
- D.M. N. 254 del 16 novembre 2012. Indicazioni nazionali per il curriculum della scuola dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione.
- Legge 13 luglio 2015, n. 107, *Riforma del sistema nazionale di istruzione e formazione e delega per il riordino delle disposizioni legislative vigenti*.
- Regolamento 16 novembre 2012, nota 26 novembre 2012 prot. n. 7734. Indicazioni nazionali per il curriculum delle scuole dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione.
- Decreto Ministeriale 19 ottobre 2016, n. 797. Adozione Piano Nazionale di Formazione 2016-2019. [http://www.istruzione.it/piano\\_docenti/](http://www.istruzione.it/piano_docenti/) (ver. 25.07.2018).
- Legge 13 luglio 2015, n. 107. Riforma del sistema nazionale di istruzione e formazione e delega per il riordino delle disposizioni legislative vigenti.
- Osservatorio Nazionale per l'infanzia e l'adolescenza, *V e VI Rapporto al Comitato sui Diritti del Fanciullo. Periodo di riferimento 2008-2016*, 2017, disponibile al sito <http://www.lavoro.gov.it/>.