

# **“Orandum est ut sit mens sana in corpore sano”**

**La sola cosa auspicabile è che ci sia una mente sana in un corpo sano**

Giovenale “Satirae”, X, 356

**Antonetta Cerasale e Anna Maria Savino**

## **Premessa: l'importanza di dialogare e di fornire informazioni complete**

Una comunità educante capace di dialogare, rappresenta un punto di riferimento indispensabile in grado di facilitare il giovane nel suo processo di crescita, al contrario, un conflitto tra sistemi, scuola-famiglia, docente-famiglia, docente-allievo, può generare soltanto confusione e difficoltà.

Per ottenere quanto detto bisogna facilitare il rapporto tra chi trasmette informazioni e chi le riceve. Diventa, perciò, indispensabile essere consapevoli che la comunicazione influenza il comportamento di chi comunica, favorendo così l'organizzazione delle azioni successive, delle quali i ragazzi dovrebbero beneficiare.

Un buon sistema informativo-formativo, teso a facilitare e promuovere condizioni per il benessere della persona fa sì che ogni sua comunità, pur rimanendo autonoma nel proprio specifico campo di intervento, debba condividere gli obiettivi e le finalità delle altre comunità. Lo scopo è quello di sostenere la funzione educativa della famiglia e lo sviluppo psicofisico dei ragazzi, sapendo mettersi in un atteggiamento di ascolto e collaborazione.

Una corretta e completa informazione è, quindi, alla base di una sempre maggiore efficacia dell'azione proposta. Far conoscere alle famiglie cosa realmente offre la scuola significa predisporre le migliori condizioni per avviare un vero gioco di squadra tra gli adulti nell'interesse del minore e, in prospettiva, quello dell'intera comunità.

## **La scuola è il luogo dove effettuare prove tecniche di vita**

Siamo così convinte che questa nostra affermazione-definizione sia estremamente fondata che ogni giorno, spinte dalla consapevolezza di essere educatori, ci rechiamo:

- in quel luogo dove si incontra una molteplicità di genitori, ognuno dei quali portatore di esperienze, problematiche, certezze e insicurezze;
- in quello stesso luogo dove si interagisce con bambini che, giorno dopo giorno, anno dopo anno, si affacciano alla vita pieni di curiosità e desiderosi di apprendere tutto e subito;
- in quel luogo dove preadolescenti provenienti da ogni estrazione sociale, con differenti e variegati bagagli culturali iniziano a voler affermare il proprio Io, perseguendo a tutti i costi la propria visibilità, legittima e dovuta a volte, però, negata, anche opponendosi a coloro che fino al quel momento hanno percepito come i migliori esempi possibili da imitare: il papà e la mamma.

Qui intendiamo esporre, anche se sicuramente non in maniera esaustiva, la rilevanza e il valore della pratica sportiva e dell'attività motoria che, unite ad una corretta alimentazione, all'apprendimento formale, informale e non formale possono contribuire ad una formazione completa e armonica di futuri uomini e donne.

La scuola è un passaggio obbligato attraverso il quale ogni bambino, trascorrendovi alcuni anni della sua vita, potrà essere istruito, educato e formato e dove dovrà trovare l'opportunità di costruirsi una sua personalità. Questa gli permetterà di affrontare la lenta uscita dalla famiglia dalla quale dipende e che gli ruota attorno in maniera quasi esclusiva per

proteggerlo, per avviarlo ad una progressiva autonomia e verso una realtà nella quale avrà un ruolo e agirà autonomamente: la vita.

In concorso con tutte le discipline scolastiche, l'attività fisica e sportiva aiuta il piccolo individuo a star meglio fisicamente e moralmente sia con se stesso sia con gli altri, contribuisce a creare un'identità equilibrata della persona, dà uno strumento di benessere volto a migliorare la qualità della vita personale, collettiva e sociale.

La pratica sportiva ha in sé quei valori che conducono al confronto schietto, sincero e gioioso, all'incontro corretto e al rapporto amichevole. Insegna a vincere senza arroganza e perdere senza irritazione e astio, aiuta ad instaurare gli scambi interpersonali in maniera equilibrata e armoniosa. Più che mai, quindi, anche l'attività motoria e sportiva, proprio per queste sue intrinseche qualità, può concorrere efficacemente ad affermare la cultura della condivisione, dell'accettazione e dell'integrazione.

La Scuola deve impegnarsi a offrire queste attività che permetteranno agli studenti di comprendere che è possibile raggiungere obiettivi comuni agendo con spirito di gruppo, con lealtà e tolleranza e, contemporaneamente, essere stimolati ad alimentarsi e a vivere in modo sano.

Il mancato sviluppo delle abilità motorie e delle capacità coordinative nel periodo compreso tra i 6 e i 12 anni, è ritenuto una perdita difficilmente colmabile in età successiva. L'educazione motoria deve, quindi, rappresentare un obiettivo irrinunciabile della scuola primaria e secondaria nella consapevolezza che corpo e mente sono due aspetti inscindibili della persona e che una crescita armonica si realizza solo attraverso lo sviluppo integrato e non dicotomico delle due dimensioni.

E' ferma convinzione che il desiderio di pratica e di competizione sportiva è avvertito da tutte le persone, quindi, anche da quelle che posseggono abilità diverse. Lo sport rappresenta per tutti aggregazione, socializzazione, desiderio di gareggiare. Lo ricorda la legge 104 all'art. 23 che afferma e sostiene l'importanza delle attività di tempo libero per la qualità della vita di questi bambini e bambine e ribadisce il loro diritto alle pari opportunità. Con grande soddisfazione, ancora oggi a distanza di qualche anno, ricordiamo gli ottimi risultati conseguiti dai nostri alunni nella categoria "habilis" a Lignano Sabbiadoro, Udine, dove si svolgono le finali nazionali dei Giochi Sportivi Studenteschi per questa categoria.

In tale prospettiva, oltre a quella di istruire ed educare, la scuola si arricchisce ulteriormente:

- come luogo di aggregazione sociale anche pomeridiana, in un territorio come il nostro molto carente per gli adolescenti in questo ambito;
- luogo dove apprendere i fondamenti della sana alimentazione e di un corretto stile di vita che inducano a rivedere gli errori dell'alimentazione;
- come luogo privilegiato di esperienza formativa dove possono essere consolidati valori quali il civismo e la solidarietà, tanto più essenziali oggi, e quanto mai necessari contro i pericoli dell'isolamento, dell'emarginazione sociale, della devianza giovanile.

## Riconosciamo il bullismo

Molti sono i recenti fatti emersi sul disagio giovanile e sul bullismo, fenomeno in crescita esponenziale nelle scuole. Questo fenomeno che inizia ad emergere nelle classi della scuola primaria e secondaria di primo grado con comportamenti di disturbo, d'irrequietezza, di iperattività, di difficoltà di apprendimento e di attenzione da parte di qualche alunno prosegue nel giovane con il mettere in evidenza la sua difficoltà di inserimento nel gruppo ed il conseguente abbandono scolastico, che, in casi estremi, sfocia nella devianza sociale ed in comportamenti trasgressivi verso sé e verso gli altri.

Ma cos'è il bullismo?

"Il bullismo è un fenomeno **complesso** che andrebbe affrontato cercando di evitare atteggiamenti semplicistici, quali ad esempio l'estremo "**giustificazionismo**" nei confronti di chi agisce con prepotenze ("era una ragazzata", "volevano scherzare", "non pensavano che....", ecc.) o l'**enfasi vittimistica** e drammatizzante in cui si tende a negare la pur

minima corresponsabilità di chi subisce o del contesto socio relazionale in cui il bullismo cresce e si manifesta. Anche se i singoli episodi di prepotenza coinvolgono pochi bambini o ragazzi, il bullismo è sostanzialmente un fenomeno **sociale** che coinvolge il gruppo dei pari e la comunità di appartenenza dei soggetti coinvolti, pertanto la sua riduzione passa anche attraverso il rafforzamento della cultura della **legalità** e della **responsabilità**, individuale e collettiva". Oliviero Facchinetti<sup>1</sup>

Il termine **bullismo** è la traduzione italiana del termine inglese " **bullying** " letteralmente significa "intimorendo" "che incute timore", è utilizzato per raggruppare un insieme di comportamenti in cui qualcuno fa o dice cose per dominare altri, esercitando un'oppressione psicologica o fisica, ripetuta e continuata . Nel significato inglese del termine vengono compresi sia i comportamenti del "bullo" che quelli del "perseguitato"

Purtroppo, anche se i "bulli" che agiscono con prepotenza hanno vissuto o vivono condizioni di disagio psico-emotivo e socio-educativo, con il loro comportamento causano sofferenza alle "vittime" che, in alcuni casi, diventano una specie di capro espiatorio delle rabbie del "bullo" o del gruppo che fa a lui capo. Il bullismo è quindi sempre espressione di disagio e di malessere. Il problema, però, riguarda anche coloro che sanno, assistono e non intervengono.

L'educazione motoria e sportiva può rappresentare una corsia privilegiata per combattere anche questo fenomeno ormai sociale. Preadolescenti che presentano scarsa autostima, presunta o costruita dall'ambiente nel quale vivono, possono sicuramente potenziarla con l'aiuto di figure adulte di riferimento in grado di ascoltarli, guidarli e di essere presenti empaticamente.

Riteniamo di fondamentale rilevanza l'inserimento delle iniziative a carattere motorio e sportivo all'interno di un percorso curriculare in stretto collegamento con altre aree disciplinari e con l'educazione alla convivenza civile in tutte le sue accezioni relative al benessere psico-fisico degli allievi nel quadro di un armonico sviluppo della personalità.

Il progetto, sviluppato dai docenti di Sostegno, diplomati I.S.E.F., Educazione motoria e sportiva e finanziato dal Ministero della pubblica Istruzione e dalla Direzione Scolastica Regionale per la Campania "Scienze motorie e sportive nella scuola" nasce non solo da queste iniziative ministeriali e regionali inerenti alla collaborazione della scuola in materia di attività sportiva, ma anche da una pregressa e reiterata pratica sportiva, fisica ed attività motoria che negli anni, almeno dieci, è stata inserita costantemente nel Piano dell'Offerta Formativa dell'Istituto, inizialmente solo nella scuola secondaria di primo grado con i Giochi Sportivi Studenteschi e successivamente con l'offerta di consulenza alla scuola primaria, alle sole classi quinte. L'approvazione del progetto ha permesso di ampliare la consulenza di attività motoria a tutte le classi terze e quarte della scuola primaria di tutti i plessi dell'istituto e di potenziare l'orario della pratica sportiva nella scuola secondaria con l'inserimento di un corso per arbitri per pallavolo rivolto agli alunni delle classi terze.

## Sitografia

<http://www.edusport.it>

<http://www.bullismo.it/>

<http://www.facchinetti.net>

---

<sup>1</sup> Facchinetti Oliviero, psicologo psicoterapeuta, nato nel 1958, vive a Trento - si è laureato in psicologia nel 1983 e si è diplomato presso la Scuola Europea di formazione in Psicoterapia Funzionale e Corporea (S.I.F.) nel 1987. è iscritto all'Ordine degli Psicologi della Provincia di Trento come "psicologo psicoterapeuta". *Le sue principali attività lavorative si svolgono presso enti pubblici, scuole o istituzioni.*