LInFA
Luogo per l'Infanzia, le Famiglie, l'Adolescenza
Comprende e integra le attività di:
Centro Documentazione Pedagogico

Comune di Casalecchio di Reno

Polisportiva Giovanni Masi
INSIEME NELLO SPORT

Genitori coinvolti e partecipi

Sintesi degli incontri svolti

Da Ottobre a Dicembre 2014

INDICE

L'alleanza educativa e l'importanza del rapporto con i genitori
(Alessandra Gigli—Università di Bologna)……..pag 3

La sinergia educatore (istruttore-allenatore-dirigente)- atleta-genitore
(Andrea Ceciliani—Università di Bologna)……..pag 6

La specializzazione precoce in attività sportiva: luci e ombre
(Andrea Ceciliani—Università di Bologna)……..pag 9

I processi motivazionali nelle attività sportive
(Francesca Vitali—Università di Verona)…….....pag 13

Supportare o tifare per la propria squadra o per il proprio figlio
(Carlo Balestri—Uisp nazionale)……pag 16

Tradizioni e innovazioni nei giochi e nelle pratiche ludiche (le attività di nicchia)
(Alessandro Bortolotti—Università di Bologna)……pag 19

L'ALLEANZA EDUCATIVA E L'IMPORTANZA DEL RAPPORTO CON I GENITORI

Vogliamo condividere la comprensione di quale comportamento dei genitori sia più adeguato riguardo la loro presenza nelle attività sportive del figlio. Qual è la 'linea di confine' che segna il dentro dal fuori. La prima importante operazione dovrebbe essere quella di stabilire quale sia il comportamento adeguato, né troppo invasivo né troppo distante e che sia funzionale per la crescita armonica dei giovani, affinché stiano bene, trovino un ambiente adeguato, soddisfazioni e che continuino a fare sport.

Supportiamo il nostro ragionamento con alcuni dati anche tratti da:
Emozioni in campo. Una ricerca su genitori e sport consultabile sul sito http://rpd.unibo.it/article/view/4366/3838
Ricerca su un campione di 560 genitori circa, Milano, Monza e dintorni.

Analizzando **due comportamenti estremi,** troviamo da una parte l'atteggiamento **iperprotettivo**: i dati rilevano che i genitori non mettono in atto atteggiamenti che promuovono l'autonomia dei figli, depotenziando così le loro capacità operative. Dai dati emerge che ragazzi tra i 10 e i 12 anni non si preparano la borsa da soli, non si fanno la doccia da soli, non fanno una serie di cose che sarebbero capacissimi di fare. Sono de-responsabilizzati a livello pratico, molti genitori si sostituiscono ai figli svolgendo per loro certe attività (per mancanza di tempo, problemi ecc.), portandoli così ad avere da una parte un anticipo su alcune competenze ma dall'altra un arretramento di autonomia. I bambini d'oggi sono molto precoci nelle capacità logiche, linguistiche, ma molto meno nelle capacità motorie.

Un altro comportamento estremo che possiamo analizzare è definito 'Pushing Parent':
'Pushing parent' ('genitore che spinge') sta ad identificare l'azione di un genitore che fa 'pressione psicologica' sia esplicita (ti voglio motivare a tutti i costi, ti faccio da allenatore io, probabilmente perché tu abbia dei successi che io magari non ho avuto), sia pressioni più sottili, più morbide.
In questi atteggiamenti c'è una tendenza a proiettare sui figli una serie di vissuti, esperienze, problemi, aspettative dei genitori, per cui si è portati a non vedere più il bambino come è, non si vede più il bambino per quello che vuole, per le sue attitudini (che possono anche non essere 'vincenti'). Si proietta sui propri figli qualche forma di 'dover essere', un dover essere che è attualmente 'dover essere vincenti', 'dover essere aggressivi', non doversi far mettere i piedi in testa da nessuno, il farsi valere, il farsi avanti, non rimanere indietro, cioè tutte quelle qualità tipiche del modo di pensare della società contemporanea, che non sono le uniche, ovviamente, però sono dominanti.

Allora quali sono gli ingredienti che servirebbero, pur semplificando al massimo, per evitare questi due estremi?
Per prima cosa **avere capacità empatica,** per cogliere quello che davvero serve ai bambini, che non vuol dire però lasciar fare loro tutto quello che vogliono, assecondarli ogni volta, ma aiutarli a stare dentro gli impegni presi, accompagnarli nel loro percorso, stando attenti a ciò che ci chiedono soprattutto con il corpo, con il linguaggio non-verbale, perché con quello verbale a volte non sono in grado di esprimersi. C'è chi ha bisogno di essere sostenuto, incoraggiato e chi ha bisogno di essere lasciato in pace, cioè di vivere un'esperienza, accompagnato sì, ma messo in grado di potersi confrontare da solo col mondo. È un diritto dei bambini sperimentarsi, nel bene e nel male, senza il controllo diretto dei genitori anche sapendo che un altro adulto vigila su di loro.

Un altro elemento importante è il **sostenere l'autonomia del figlio,** di cui abbiamo già brevemente accennato a proposito dell'atteggiamento iperprotettivo.

Importantissimo inoltre è la **consapevolezza dei propri schemi emotivi** da parte del genitore, che consiste nel saper gestire le proprie emozioni e i propri atteggiamenti ed essere consapevoli dell'importante ruolo educativo che si sta svolgendo in quel momento. Per esempio il genitore che è nella platea, sugli spalti e sta lì a guardare il figlio deve considerare che la sua presenza può interferire nell'interazione che il ragazzo sta vivendo in campo.

Un altro aspetto su cui riflettere è la competenza di **rimanere nei propri confini di ruolo**, di non sostituirsi all'allenatore (il genitore non è l'allenatore e deve far in modo che quest'ultimo sia libero di agire, decidere) definendo in anticipo quali sono questi confini.

Fondamentale dunque anche **l'alleanza educativa** tra genitore e allenatore: è necessario creare un clima di fiducia, avere obiettivi comuni, condividerli e che ognuno faccia la sua parte. L'aspetto tecnico va delegato all'allenatore, lasciandolo lavorare come ritiene opportuno e sostenendo i bambini nell'idea che l'esperto è lui. Se il genitore riesce a delegare, ad informarsi, ad avere un atteggiamento non giudicante, ma si fida in qualche maniera della persona adulta che è responsabile di quel contesto, quello è un segnale di alleanza. Inoltre occorre un'assunzione di responsabilità da parte dei genitori nei confronti del chiacchiericcio, la maldicenza, che è manipolazione, per cui bisogna non alimentare mai questi discorsi, evitarli (esistono degli sportelli nelle società che ascoltano e accolgono i giudizi e le critiche dei genitori); perché così si propaga il pregiudizio e lo stereotipo, attraverso la condivisione sociale.

Dall'altra parte è necessario **considerare i genitori come una risorsa**, facilitandoli ad essere in qualche modo dentro l'attività sportiva del figlio perché senza di loro lo sport giovanile non esisterebbe. Lo sport è un importante momento nella vita dei giovani: non solo insegna le regole ma porta ad una crescita del soggetto anche nella frustrazione, anche attraverso la sconfitta; lo sport è un importante antidoto per la protezione dei ragazzi da una serie di disagi, (non solo devianza, non solo di quelli estremi) ma anche dalla sedentarietà, dall'obesità, dalla passivizzazione, e soprattutto favorisce la socialità vissuta, non la socialità virtuale: l'ambito sportivo è l'unico attualmente che garantisce questi antidoti. I bambini di oggi non hanno esperienze sociali allargate come si aveva una volta; oggi il nucleo famigliare è sempre più isolato, non ci sono luoghi, a parte la scuola e lo sport dove le famiglie si incontrano. Per cui ben vengano le polisportive attente a queste tematiche e sensibili nel creare comunità tra i loro membri.

Ritornando ai dati di cui disponiamo si evince che interrogando i genitori su cosa si aspettavano dall'attività sportiva del figlio e quali fossero i problemi, abbiamo riscontrato un **atteggiamento assolutamente negante**, cioè negavano gli

interpellati di aver avuto comportamenti poco adeguati. La domanda era 'Quando tuo figlio sta facendo una gara, ti è mai capitato di provare frustrazione per un suo risultato scarso?' 'Assolutamente no', negazione totale. 'Quando tuo figlio invece è in una competizione, ti è mai capitato di sentirti orgoglioso?' 'Assolutamente no'.
Quindi aver rilevato una negazione totale in maniera massiccia può essere un campanello d'allarme. Parlando poi con i tecnici del settore sono emersi episodi (anche riferiti a questo campione di genitori) di espulsioni dal campo, di invasioni e di atteggiamenti di ingerenza. Inoltre c'è da sottolineare una vera 'emergenza tifo' contraddistinta da atteggiamenti aggressivi, verbalmente violenti, da parte di genitori (nei confronti dei giocatori avversari, ragazzi coetanei dei loro figli.

Alla domanda 'Quali caratteristiche deve avere un buon allenatore?' i genitori hanno risposto per prima cosa '**Insegnare la disciplina**', che evidenzia una richiesta di sostegno, di aiuto per insegnare le regole e farle rispettare (funzione normativa); ma in seconda istanza, subito dopo, troviamo '**essere pazienti e comprensivi**', quindi insegnare le regole sì ma con tutta la pazienza e la comprensione possibile, (mai essere aggressivi o duri, "non lo traumatizzare perché è delicato"). In terza posizione troviamo 'aiutare a tollerare le frustrazioni'. Un dato significativo è che nessun genitore ha segnalato come opzione 'la comunicazione tra genitore e allenatore'.

Alla domanda 'Quanto le seguenti condizioni possono motivarla a far proseguire suo figlio nell'attività sportiva?' è risultato contare di più gli aspetti legati ad una **logica di 'casualità'**: gli aspetti ambientali (piscina sporca o spogliatoio scomodo, anche se c'è l'allenatore più bravo vado da un'altra parte); l'organizzazione famigliare, per cui gli orari, la collocazione, e poi lo stile della società sportiva. La relazione con l'allenatore e la qualità della proposta formativa non sono state scelte come motivi per far proseguire l'attività sportiva al figlio..

Per concludere, è importante sottolineare che **non si vuole colpevolizzare i genitori**; siamo davanti ad una generazione di genitori più consapevoli di un tempo, molto più motivati, molto più informati, con un livello di consapevolezza teorica molto forte, però con una capacità di gestione delle dinamiche concrete molto più scarsa. Quindi **c'è uno squilibrio**, un po' come abbiamo visto per i figli: i figli sono avanti con la testa e fermi con il corpo, e i genitori sono capaci di apprendere ma fragili nell'applicare. I genitori sono una risorsa e non problema; per questo motivo, è necessaria un'alleanza educativa tra tutte le parti 'in gioco' che agiscono nella vita formativa dei bambini/ragazzi, affinché ci sia collaborazione verso un obiettivo comune.
Un'ultima considerazione è che nel contesto storico come quello attuale è necessario **attenuare la sperequazione sociale**: è in atto un fenomeno abbastanza grave per cui i bambini che già vivono in famiglie disagiate, povere, non possono accedere allo sport, e quindi è importante che queste realtà vengano sostenute dalle polisportive, dagli enti e dal territorio.

Relatore: Alessandra Gigli, Ricercatore Confermato,
Dipartimento di Scienze dell'Educazione 'Giovanni Maria Bertin', Università di Bologna

Sintesi dell'incontro svolto il 01 Ottobre 2014

LA SINERGIA EDUCATORE SPORTIVO - ATLETA - GENITORE

Da qualche anno a questa parte si sta sostenendo l'importanza dell'alleanza tra le figure educative che ruotano attorno alla vita dei bambini. Di seguito si vogliono approfondire gli **aspetti benefici dell'interazione tra genitori e allenatori**. Si prende come sintesi metodologica lo schema utilizzato da diversi autori come 'triangolo dello sport' che vede coinvolti Bambini (all'apice del triangolo), Genitori e Allenatori/Dirigenti (sugli angoli opposti della base) in un rapporto di reciproca collaborazione col fine comune di far vivere il più serenamente possibile l'attività sportiva dei bambini.

Spesso i genitori che iscrivono i propri figli in una società sportiva sono a conoscenza della struttura e della logica di lavoro di quella data società e la condividono. Ma questo non significa che il genitore-cliente, visto che paga il servizio sportivo erogato, possa soltanto a fine anno dire se è stato soddisfatto o meno. È necessario invece **adottare un atteggiamento partecipativo** e sentirsi parte di quella comunità. Tutti gli attori che ruotano attorno alla vita sportiva dei bambini devono quindi lavorare verso un obiettivo comune, condividendo una linea guida da sviluppare. Questo atteggiamento non preclude la possibilità di confronti o discussioni, ma quello che risulta importante è uscire dal dibattito in maniera compatta e condivisa sulla strada da percorrere. Il bambino, in questo modo, vive un'esperienza formativa in armoniosa continuità e comincia a capire che ci sono dei valori condivisi sia dall'allenatore sia dalla famiglia. Se ci sarà un valido patto educativo tra genitore e allenatore si creeranno quelle basi sicure, per un vissuto positivo all'interno dell'attività sportiva. C'è bisogno quindi di connessione, di congruenza tra l'operato dell'allenatore e le famiglie.

Tutte le figure hanno un compito preciso e fondamentale nella crescita dell'atleta poiché è necessario **creare una cultura sportiva di inclusione** e fare gruppo nelle società sportive, 'mettendo in campo' genitori, allenatori, dirigenti, bambini/e, ragazzi/e.
L'allenatore ha il compito di coinvolgere i genitori, renderli partecipi e consapevoli di ciò che accade nella società sportiva. Ad esempio spiegando loro qual è la filosofia di gioco che predilige, che può essere quella di far giocare a rotazione tutti i bambini, anche correndo il rischio di perdere le partite, oppure sottolineando l'importanza di comunicare e confrontarsi tra adulti in caso sorgessero problemi. **La comunicazione nei contesti educativi è fondamentale**.
In ogni caso l'atteggiamento dove ognuno lavora per sé è deleterio nei confronti del bambino che si sente tra due fuochi, sballottato tra queste due figure di riferimento invece che sorretto.

Il dirigente invece è colui che dirige e tiene rapporti con l'esterno, è un organizzatore, non lavora direttamente sul campo ma è lui che può gestire i rapporti che si creano, comunicare, rendere partecipi i genitori, trovare accordi (e cedere ogni tanto), informare sugli spostamenti, sull'organizzazione, stimolare l'allenatore a organizzare le riunioni e se necessario organizzarle lui, convocare i genitori se ci sono comunicazioni urgenti e importanti ecc.

Per quanto riguarda **i genitori** ci sono alcuni comportamenti positivi che potrebbero attuare durante il loro percorso di accompagnatori nell'attività sportiva del figlio: per prima cosa è necessario il loro **supporto logistico**, che può consistere nell'accompagnare i figli all'attività sportiva, procurare attrezzature, organizzarsi in gruppi per i vari spostamenti, per le trasferte ecc.
Fondamentale è **l'aspetto dell'incoraggiamento**: ogni genitore dovrebbe trovare la modalità giusta per esprimere interesse per l'attività del figlio. È deleterio il genitore che sugli spalti grida o insulta, ma altrettanto dannoso il genitore che mostra totale disinteresse (il genitore che legge il giornale o un libro mentre il figlio gioca).

È infine importante che il genitore eserciti la **corretta 'pressione'**, *correct pressure*, che consiste nel supportare il figlio a dare sempre il massimo, ad impegnarsi in quello che sta facendo al di là dei livelli prestativi raggiunti. Altrettanto importante da parte dei genitori come degli allenatori è valorizzare le competenze di ognuno, incoraggiandolo a migliorare le proprie performance, senza mai paragonarlo agli altri atleti.
È ora interessante sottolineare **i tipi di atteggiamento** che i genitori-spettatori possono assumere: **quelli considerati positivi**, 'eccitabili' ed 'emotivi non premeditati', appartengono a genitori che possono anche esagerare ma lo fanno raramente solo se eccessivamente coinvolti; invece **i comportamenti considerati negativi**, sono quelli 'fanatici' dove la persona si identifica costantemente col proprio figlio e vive come un affronto personale tutto ciò che accade. Questi adulti trovano motivo di lamentela e hanno bisogno di sfogare la loro rabbia anche quando i loro figli vincono, hanno reazioni abnormi e spesso vedono nello sport del figlio il proprio riscatto. Sono comunque una minoranza: attenzione perché si parla solo di loro, fanno notizia mentre dei bravi genitori nessuno parla! Un buon allenatore così come un buon dirigente deve lavorare sui 'genitori positivi' affinché possano far calmare i 'genitori negativi', tenendoli buoni, contenendoli e, gradualmente, coinvolgendoli.
Un momento in cui può essere messo a rischio il patto educativo tra i diversi soggetti è quando insorgono difficoltà da una parte o dall'altra. Per esempio quando un bambino va male a scuola la famiglia potrebbe non mandarlo più agli allenamenti (e magari lasciargli fare altre attività che lo distolgono dallo studio, come per esempio trascorrere molte ore davanti alla tv). Quello che sarebbe più corretto fare sarebbe parlarne con l'allenatore e concordare con lui la migliore soluzione. Magari lo sport è l'unico momento in cui il bambino dimostra di impegnarsi e in questo caso togliergli lo sport sarebbe un errore; contemporaneamente però l'allenatore deve andare incontro alle esigenze della famiglia, magari con allenamenti più leggeri o qualche partita in meno ecc.

Prendendo in considerazione il punto di vista dei **futuri atleti** è interessante notare come fino ai 10 anni di vita circa lo sport viene praticato come divertimento (Sport Giocato); in seguito pur continuandosi a divertire compare nel ragazzo la logica dello sport come una pratica competitiva, agonistica (Sport Praticato). La stessa logica che è condivisa e promossa dagli adulti che praticano sport.

Gradualmente entra in gioco l'originaria caratteristica dello sport: allenarsi per misurarsi con degli avversari, che sono i primi partner della nostra attività (non gioco contro, ma gioco con gli avversari, perché se non trovo gli avversari non posso neanche giocare). In questa concezione è presente anche un'idea di educazione al **fair-play**, che è l'aspetto più formativo che lo sport possa offrire. Il fair-play si riassume in questo: dare il massimo impegno nel confronto con l'avversario, accettando di buon grado il risultato finale. Bisogna insegnare ai ragazzi a saper perdere, ma

anche educarli a saper vincere senza umiliare gli avversari; è giusto gioire quando si vince, magari coinvolgendo anche gli avversari nella propria gioia e, anche se all'inizio può dare fastidio al perdente, se fatto in maniera positiva può dare buoni frutti. Ne è un esempio il terzo tempo del rugby dove entrambe le squadre nel post-partita festeggiano insieme: da sottolineare però che il terzo tempo è la conseguenza del fair play vigente tra i giocatori di rugby, non il contrario. Qualche tempo fa anche il calcio provò a inserire il terzo tempo ma durò poco, non c'era sufficiente cultura riferita al fair-play.

Un altro aspetto su cui è interessante soffermarci è **la mentalità devastante che si sta veicolando ultimamente del 'vincere è tutto'**: cioè che i bambini e successivamente i ragazzi devono essere bravi in tutto ciò che fanno per poter sempre primeggiare. Questo provoca in loro uno stato ansioso eccessivo per la loro età e li porterà a fare dei passi indietro nel loro sviluppo, poiché ogni volta che non saranno sicuri di vincere non si cimenteranno neppure.
La mentalità che dovrebbe invece accompagnare la partecipazione allo sport è sintetizzabile nella seguente frase: "Non è importante se tu vinci o perdi, ma come hai giocato, come hai partecipato alla gara, l'impegno che hai profuso nel rispetto dell'avversario e, con esso, di te stesso".

Terminiamo condividendo una considerazione terminologica che ci vuole invitare a riflettere: in Italia coloro che vanno a vedere le partite assiduamente vengono chiamati **'tifosi'**, e la parola 'tifo' identifica una malattia. Invece in Inghilterra (e non dimentichiamoci che è proprio lì che è nato il gioco, il divertirsi giocando, lo sport) si chiamano **'supporters'**, cioè coloro che vanno a supportare, a sostenere la propria squadra, non a offendere quella degli altri o gli arbitri. Questo atteggiamento 'sportivo' si riscontra soprattutto nei Paesi del Nord Europa e siamo certi che rappresenti un messaggio educativo utile allo sviluppo dell'individuo e dello sport.

Relatore: Andrea Ceciliani, Ricercatore Confermato,
Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna

Sintesi dell'incontro svolto il 15 Ottobre 2014

LA SPECIALIZZAZIONE PRECOCE IN ATTIVITA' SPORTIVA: LUCI E OMBRE

Prima di intraprendere l'analisi sulla specializzazione precoce è utile sottolineare un aspetto su cui genitori e allenatori sono invitati a riflettere: **Lo sport è educativo o diseducativo?**
La risposta a questa domanda per quanto banale possa sembrare rimanda a numerose considerazioni: lo sport infatti può essere entrambe le cose. È educativo nel momento in cui osserva e tramanda determinati valori quali il rispetto, la solidarietà, il fair play, la legalità; può diventare diseducativo nel caso in cui questi valori vengano completamente ribaltati (per esempio l'utilizzo di doping o certi comportamenti dei campioni del calcio presentati nei media ecc.).
Quello che fa dello sport un valore educativo è la modalità con cui esso viene proposto e vissuto dall'allenatore, dai genitori, dall'ambiente circostante in cui l'atleta è inserito. Sintetizzando si può dire che **lo sport è potenzialmente educativo** ed è compito delle figure adulte in gioco trasmettere le competenze e i valori per fare dell'attività sportiva un importante mezzo per la formazione dei soggetti.

Quando si lavora in un contesto sportivo bisogna tener conto che l'atleta che si ha di fronte è una persona che non vive solo dello sport ma vive una vita completa che abbraccia tanti altri aspetti (scolastico, sociale, culturale ecc.). Il **modello ecologico** ci dice quindi che lo sport, l'allenamento, la specializzazione si colloca dentro un contesto che è la vita stessa della persona. L'atleta conduce una vita di cui lo sport è una parte, che può diventare pesante, importante, ma rimane pur sempre un aspetto che deve convivere e integrarsi con i bisogni e la quotidianità dello sportivo.
Per questo motivo è necessario allenare, preparare i ragazzi non solo fisicamente e tecnicamente, ma anche mentalmente, emotivamente e affettivamente. Per poter raggiungere traguardi prestigiosi è necessario essere fisicamente e mentalmente pronti. Un esempio lampante a tal riguardo è il calciatore Mario Balotelli, formidabile dal punto di vista atletico con enormi qualità fisiche e prestazionali ma carente sul piano della "tenuta", per cui alterna prestazioni eccezionali ad altre che sono nettamente al di sotto delle sue potenzialità. Il talento è tale quando coinvolge la persona a 360 gradi, non solo tecnicamente e fisicamente ma anche sul versante cognitivo ed emotivo; deve essere preparato per affrontare il successo ma anche successivamente l'inevitabile declino.

Questo argomento ci introduce al tema centrale: **la specializzazione precoce**. Per prima cosa bisogna identificare cosa si intende: la specializzazione sportiva precoce è tale quando **un atleta pratica un solo sport, in giovane età, a livelli intensi sia in quantità, sia in qualità**.
Alcuni sport come la ginnastica artistica, il nuoto, i tuffi (tutti gli sport tecnico-combinatori che richiedono lo sviluppo di particolari doti fisiche che si possono sviluppare solo in giovane età) richiedono una specializzazione precoce: nei casi appunto dove è necessario specializzare precocemente bisogna capire in che modo si può aiutare l'atleta durante la sua crescita sportiva senza 'bruciarlo' (burnout), per esempio smorzando i fattori di stress e pressione sulla performance o riducendo il carico di lavoro.
La specializzazione precoce, che è consigliabile evitare se possibile, non è tuttavia in sé negativa: anche se la maggior parte della letteratura ne sottolinea gli aspetti critici, un'altra parte sostiene che non è deleteria se la si svolge in un determinato modo, stando attenti ai molti fattori in gioco, come l'età precoce, l'intensità degli allenamenti, lo stress psico-fisico, la pressione sul raggiungimento della performance ecc. Quindi è importante creare attorno al ragazzo un ambiente che lo sappia aiutare e supportare nella sua specializzazione.
Perché si attua la specializzazione precoce?

I motivi che spingono verso una specializzazione sportiva precoce sono molti e variano da aspetti legati alle figure di riferimento (per esempio genitori in cerca di rivalsa attraverso lo sport del figlio, oppure allenatori che per dimostrare la loro bravura spingono atleti in giovane età a importanti quanto brevi successi), passando attraverso aspetti più sociali ('ubbidire' alla logica veicolata dalla nostra società negli ultimi anni secondo la quale 'o sei il primo o non sei nessuno'), per arrivare a fattori propriamente economici, interessi commerciali, dettati dalla logica del business basata sul reclutamento di giovani talenti, da parte di procuratori sportivi, da inserire nei programmi dei clubs di alto livello.
Importante infine l'aspetto strettamente sportivo secondo cui in alcuni sport (quelli tecnico-combinatori) è necessario iniziare la specializzazione in giovane età è già stato trattato precedentemente.

I danni provocati dalla specializzazione precoce possono riguardare il livello psicologico, psicosociale e la compromissione dello sviluppo sociale. Quest'ultimo punto merita un approfondimento: quando un bambino/a, ragazzo/a comincia l'attività sportiva con allenamenti intensivi in giovane età, puntando tutto su questa con la speranza di diventare un talento, perde di vista tutto ciò che gli gira intorno, la vita quotidiana che dovrebbe caratterizzare un ragazzo della sua età: qualche autore sostiene che possa perdere il controllo sulla propria vita o che possa vivere una vita solitaria, appartata. Se un giorno non dovesse arrivare ad alti traguardi questo ragazzo se non è stato formato, aiutato in modo adeguato sentirà di aver perso tutto ciò in cui credeva e su cui basava il suo futuro; allora potrà avere difficoltà a ri-orientarsi nel suo progetto di vita, a inserirsi nel gruppo dei pari, a coltivare amicizie poiché ha un background di esperienze e di aspettative diverse dai suoi coetanei.
Inoltre lo stress psico-fisico, in genere sostenuto dalla specializzazione precoce con i suoi allenamenti intensivi (5 giorni di allenamento più la partita di sabato o domenica) può portare ai fenomeni di dropout (uscita dal mondo agonistico continuando però a praticare sport), burnout (letteralmente 'bruciati', porta alla fine di qualsiasi attività sportiva agonistica e non), disturbi alimentari e disturbi del sonno, nonché un possibile rischio di inizio esaurimento se il ragazzo/a mostra costantemente stanchezza e svogliatezza in ciò che sta facendo.

Qual è allora la filosofia che deve adottare una società sportiva? Quella di fare sport per tutti e nel contempo cercare i talenti o quella di fare una dura selezione scremando gradualmente il gruppo per esaltare chi diventerà un talento? Questa seconda opzione è quella che vige nella filosofia di molti ambienti sportivi agonistici, un po' come accade oggigiorno in Paesi come la Cina dove per avere un talento si "calpestano" tutti gli altri partecipanti. Ovvio che non è pensabile per noi abbracciare quest'ottica ma ci dobbiamo indirizzare versa la logica dell'allenare tutti

indistintamente, è compito dell'allenatore scovare tra i suoi atleti quelli che possono emergere. In questo modo egli dovrà prestare attenzione sia al futuro talento che va aiutato e supportato ma si deve fare carico anche di tutti i ragazzi che non lo diventeranno.
Per poter portare avanti questa filosofia è necessario applicare alcuni **elementi nella programmazione sportiva giovanile agonistica**: bisogna alimentare negli atleti il **piacere di divertirsi allenandosi**, facendo eseguire esercizi che divertono e nello stesso tempo allenino, facendo tenere alta la motivazione proprio perché si vive il piacere e il gusto di giocare lo sport (bambini dai 6 ai 10 anni) e poi di praticare lo sport (ragazzi dagli 11 anni in poi); **frazionare gli esercizi** garantendo i giusti tempi di recupero fisico e le fasi di riposo attivo che possono prevedere fasi di gioco dove il bambino/ragazzo possa divertirsi, decongestionare la tensione, la fatica (non è possibile fare allenamenti costantemente ad alta intensità); lasciare liberi almeno due giorni alla settimana e non eccedere oltre le 16 ore settimanali di allenamento; concedere due mesi di riposo all'anno rispetto allo sport principale (non riposo totale ma mesi che servono per decongestionarsi da quel determinato sport); far apprendere **abilità sia generiche che specifiche**; sviluppare in loro **sani stili di vita**; insegnare loro il valore del **fair play**; **sviluppare le competenze sociali**, cioè affiancare alle ore di allenamento momenti per ritrovarsi, per stare insieme, creare dei momenti extra-attività come per esempio cene, uscite tutti insieme ecc. dove i ragazzi possano conoscersi e socializzare insieme (questo è molto importante soprattutto negli sport come il nuoto dove in allenamento le possibilità di stare insieme, di comunicare, di socializzare, sono molto scarse).
Un ultimo aspetto su cui prestare attenzione è l'educazione posturale: variare, modificare gli esercizi, far eseguire serie di esercizi non troppo lunghe affinché gli atleti non si affatichino troppo e mettano in atto delle posture correttive compensatorie che a lungo andare possono procurare danni fisici.

La maggior parte della letteratura sportiva sostiene che i bambini dai 6 agli 11 anni dovrebbero praticare molti sport e viverli come gioco, svago, divertimento. Successivamente dai 12 ai 14 anni inizia la prima specializzazione verso uno sport e probabilmente non è un caso che nel mondo ma soprattutto in Italia è in questa fascia d'età che si registra il maggior tasso di abbandono delle attività sportive agonistiche; dai 15 ai 17 anni si prosegue verso una specializzazione sempre più mirata in vista del raggiungimento di una certa performance.
Se si rispetterà la tempistica dello sviluppo psicofisico dei ragazzi la selezione avverrà in maniera naturale, l'atleta stesso capirà fin dove potrà arrivare e i talenti emergeranno in modo sano, all'interno del gruppo dei pari, non venendo estraniati dalla vita dei coetanei. In questo modo, rispettando lo sviluppo dei ragazzi si ridurrà anche il rischio di procurare danni fisici.
Gli atleti che arrivano ad alti livelli generalmente sono quelli che da giovani hanno praticato molti sport e più tardi hanno cominciato a competere in gare importanti cariche di stress.
Quando un atleta raggiunge importanti traguardi in età giovanile non è detto che riesca ad ottenerli anche nel lungo periodo (anzi ricerche evidenziano che chi vince da grande non era un vincente da piccolo). Probabilmente questo è dovuto anche ad un alto tasso di abbandono a causa della troppa pressione inflitta ai giovani atleti affinché raggiungano performance importanti. Da sottolineare che non c'è nulla di sbagliato o deleterio nel successo giovanile, ma dipende da come il ragazzo lo abbia raggiunto. Se avviene sotto forte pressione e spinta di genitori e allenatori probabilmente quel ragazzo riesce a raggiungere il successo con un dispendio psicofisico di energie enorme e quando l'ha raggiunto non riesce più a mantenerlo nel tempo, si stanca e si arriva al fenomeno del burnout ('bruciati').

Per concludere, tornando al valore della **pratica multi sportiva** dei bambini 6-11 anni si evidenzia che la pratica di molti sport aiuta a conoscere la valenza delle varie discipline. Quando si comincia a conoscere si comincia anche a capire in quale di esse ci si diverte di più, si riesce meglio e con più facilità. Nel momento in cui il ragazzo capisce questi aspetti è in grado di scegliere lo sport più adatto per lui, non per gli adulti che gli stanno attorno, secondo la sua spinta intrinseca e il suo orientamento personale.
Lo sport è innanzitutto una cornice educativa che deve appassionare e legare a sé il bambino, il ragazzo e proseguire nella vita adulta come sano stile di vita. Potrà anche divenire la futura professione per il talento e ciò è giusto, ma il talento è l'eccezione non la norma, come canta Gianni Morandi: uno su mille che la fa.

Relatore: Andrea Ceciliani, Ricercatore Confermato,
Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna

Sintesi dell'incontro svolto il 5 Novembre 2014

I PROCESSI MOTIVAZIONALI NELL'ATTIVITA' SPORTIVA

Che cos'è lo sport?
Riprendendo la definizione della Carta Europea dello Sport usata nei documenti ufficiali, datata 1992, lo sport è "qualsiasi forma di attività fisica che, attraverso una partecipazione organizzata o 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".
Questa definizione più "politica" che operativa richiede ulteriori approfondimenti: ciò che contraddistingue un'attività sportiva da una qualsiasi forma di attività motoria è che lo sport è caratterizzato dai seguenti aspetti: deve avere una qualche forma di **organizzazione**, prevede la **competizione** e la **ricerca di un risultato** e deve essere definita da **regole**.

Prendendo ora in considerazione l'**attività sportiva giovanile**, com'è cambiata l'attività motoria dei più piccoli?
Da qualche anno a questa parte sono cambiati molto gli scenari, ci sono sempre meno spazi aperti negli agglomerati urbani, sempre meno occasioni di movimento spontaneo, non strutturato e i bambini vengono inseriti in un contesto sportivo sempre più in tenera età. Di per sé l'entrata in un ambiente sportivo sempre più precocemente non è né un fattore buono né cattivo: il fatto che si svolgano attività motorie strutturate invece che libere non presuppone di per sé un problema. Tuttavia l'avviamento precoce allo sport non è privo di potenziali **rischi**.
Nel caso in cui gli allenamenti prevedano carichi di lavoro molto intensivi, sia a livello di tempo (quantitativo), sia a livello prestativo (qualitativo) chiedendo ai ragazzi di raggiungere obiettivi e traguardi non ancora alla loro portata, con l'eventualità di fare perdere di vista il divertimento e la piacevolezza del fare sport, possono rappresentare un motivo che può favorire il fenomeno del burnout, cioè l'abbandono dello sport.
Sintetizzando, **i motivi psicologici che portano al burnout** sono caratterizzati da mancanza di motivazione soprattutto intrinseca, grande carico di stress, pressione inflitta da genitori allenatori dirigenti ecc. affinché raggiunga la prestazione migliore con la conseguente ansia e timore per cercare di essere all'altezza delle loro aspettative. I motivi che invece diminuiscono il rischio di burnout sono l'alta motivazione intrinseca del soggetto a praticare quello sport, il provare piacere e divertimento, il sentirsi capaci e all'altezza della situazione.
Compito delle figure educative di riferimento è prestare attenzione a come i/le bambini/e e i/le ragazzi/e vivono lo sport per cogliere alcuni aspetti che possono essere indicatori di malessere, che è il primo passo verso il burnout.
Il fenomeno dell'abbandono sportivo in Italia è ancora molto elevato e costante negli anni, soprattutto nella fascia d'età tra i 12-14 anni e ricerche hanno dimostrato che l'abbandono dell'attività sportiva non era dovuto a cause inerenti la scarsa motivazione, quanto piuttosto la mancanza di tempo, il dover scegliere tra i diversi interessi (sport, scuola o amici ecc.), o perché durante gli allenamenti non ci si divertiva più (in quest'ultimo caso si continua a praticare sport ma non a livello agonistico).

Quindi prima di parlare propriamente di motivazioni vediamo quali possono essere le **potenzialità educative** dello sport, già riconosciute millenni orsono quando nel 400 a.C. circa Platone affermava: *"Il valore morale dell'esercizio e dello sport supera ampliamente quello fisico"*.
Non volendoci soffermare troppo sugli aspetti benefici sulla salute fisica che lo sport porta, è interessante approfondire quelli che sono i valori educativi che lo sport promuove.
Oltre ovviamente a far acquisire abilità tecniche e fisiche lo sport educa al rispetto delle regole, degli avversari, dei giudici, delle diversità individuali; educa a mantenere gli impegni presi (per esempio nei confronti dei genitori a portare a termine l'anno sportivo); al fair-play (cioè alla sportività che non è solamente assenza di azioni scorrette, ma presenza di comportamenti

corretti, pro sociali); a saper competere alla pari senza utilizzare scorciatoie o barare; a vivere con gioia l'impegno dedicato nello sport accettando di buon grado qualunque risultato, sperimentando sia il valore della vittoria che della sconfitta.
È bene sottolineare che questi valori non riguardano limitatamente l'ambito sportivo, ma sarebbe auspicabile fossero estesi nella vita quotidiana e **introiettati da tutti i cittadini prima che dagli atleti**. Quindi attraverso lo sport si apprendono abilità e valori utili non solo in questo ambito ma nelle relazioni di tutti i giorni.

A questo riguardo è interessante citare uno studio condotto da *Daniel Gould*: per prima cosa ha identificato alcune abilità richieste in ambito sportivo quali per esempio il porsi degli obiettivi; prendersi le responsabilità delle proprie azioni, nel bene e nel male; saper comunicare in maniera efficace; organizzare il proprio tempo, saper conciliare studio e impegno sportivo, spesso quest'ultimo scoraggiato da insegnanti e da genitori; prendere delle decisioni, fondamentale nello sport riuscire a decidere in poco tempo quale scelta tecnica è corretta da fare; riuscire a gestire un gruppo; capacità di leadership; gestire le emozioni.
Successivamente analizzando attentamente questi aspetti il ricercatore ha constatato come tutte **queste competenze siano le stesse richieste per esempio in ambito manageriale** o comunque tutte abilità utili per la vita quotidiana, dall'ambito scolastico a quello lavorativo ecc.

A questo punto è necessaria un'altra considerazione: lo sport non è educativo in sé in quanto sport ma **il suo potenziale viene valorizzato e espresso tramite gli adulti che lo insegnano**. In particolare si sottolinea l'importanza di quello che viene definito **patto educativo** tra allenatori, genitori e perché no, anche l'ambiente scolastico, affinché lavorino tutti con coerenza cercando di tramandare i valori di cui lo sport è portatore attivo.

La prima considerazione da fare per entrare nel merito della motivazione sportiva è quella di suddividerla in motivazione **intrinseca** che viene dal soggetto e ha effetti migliori e più duraturi e in motivazione **estrinseca** cioè veicolata da soggetti esterni come per esempio genitori, allenatori ecc. Quest'ultima è meno efficace e di breve durata.
Molte e diverse sono le teorie che si sono occupate di motivazione sportiva, ma quello che è interessante sottolineare qui sono i **punti in comune** che queste teorie hanno.
Per prima cosa la motivazione non è soltanto personale ma è determinata anche dal contesto e dalle figure di riferimento, è perciò situazionale, legata al contesto (famiglia, spogliatoio, compagni, allenatore, insegnati).
Un altro punto su cui sono d'accordo le diverse teorie è che la percezione delle proprie competenze è una delle prime motivazioni che spingono a proseguire un determinato sport. Ma la percezione della competenza non è oggettiva, non è detto che chi si sente bravo lo sia davvero. Una ricerca ha dimostrato come i ragazzi che giocavano a calcio negli oratori avevano una percezione della loro bravura più alta rispetto ai giovani atleti agonisti che militavano nelle primavere di grandi club. Questo non vuol dire che erano più bravi ma che si percepivano più bravi. La percezione di essere bravi e capaci fa sì che aumenti l'entusiasmo per quella attività.

Il punto centrale quindi è attorno al tema di come si possa creare un clima adatto per favorire la motivazione nei ragazzi a praticare sport.
La chiave di volta di questo argomento risiede nel divertimento, nel piacere di fare sport.
Praticare uno sport con divertimento è sicuramente un fattore che riduce il rischio di abbandono, ma questo non è da considerare come un fine da raggiungere, bensì come uno strumento utile per poter concretizzare il macro-obiettivo di **far sentire i ragazzi capaci** in ciò che fanno.

È questo infatti il primo e il più determinante motivo per prevenire il rischio di abbandono nello sport, nella scuola e nella vita.

Anche dal punto di vista teorico, per capire meglio che tipo di motivazione può spingere un soggetto a proseguire uno sport ci viene in aiuto la **teoria dell'orientamento motivazionale** che analizza due differenti tipi di motivazione:
- l'orientamento sull'io (*ego*) che si basa su motivazioni legate al superare l'avversario, al fare meglio degli altri o al raggiungere un certo risultato;
- l'orientamento sul compito (*task*) che prevede una spinta al voler migliorare sé stessi senza paragonarsi o confrontarsi con i compagni o con gli avversari. Se entrambi questi orientamenti sono presenti nel soggetto che fa sport si avrà una buona motivazione. Viceversa se il primo orientamento prevale sul secondo questo porterà a vivere la competizione e lo sport in generale come qualcosa di ostile, carico di ansia e pressione. Un ulteriore problema si verifica se entrambi questi orientamenti sono scarsi nel soggetto poiché avrà difficoltà a trovare motivazione per continuare quello sport.

Dal punto di vista pratico esistono due differenti **climi motivazionali**: che possono essere favoriti dagli allenatori, ma anche interiorizzati dagli atleti stessi.
Il primo è quello basato esclusivamente sulla logica del raggiungimento del risultato, della vittoria, orientato alla prestazione, alla performance, per cui chi non vince è tagliato fuori; si punisce l'errore. Questo modello non prevede il divertimento, il sentirsi capaci, e conseguentemente e paradossalmente se si applica questo tipo di clima motivazionale sarà più difficile raggiungere gli obiettivi; inoltre se non si hanno margini di errore la tensione è più alta e sarà più difficile giocare.
Il secondo clima motivazionale di tutt'altra prospettiva attribuisce la sua priorità all'impegno dell'atleta: non è importante se vinci o perdi ma l'importante è essersi impegnati, aver dato il massimo e cercare di migliorare se stessi. È importante che questo clima motivazionale sia trasmesso da genitori, allenatori, dirigenti ecc. che possono farlo ad esempio sostituendo domande del tipo 'Hai vinto oggi?' con domande molto più educative 'Ti sei divertito oggi?', 'Ti sei impegnato?'.

In conclusione si intende sottolineare quanto sia importante che tutti gli adulti di riferimento, genitori, allenatori, dirigenti ma anche insegnanti ecc. creino attorno al bambino/a o al ragazzo/a un contesto e un clima motivazionale sereno, privo di stress e pressioni inadatte per la loro età e si facciano portatori attivi di tutti quei valori che attraverso lo sport si possono insegnare,

Relatore: Francesca Vitali, Professore a contratto
Dipartimento di Scienze Neurologiche e di Movimento
sezione Scienze Motorie, Università di Verona

Sintesi dell'incontro svolto il 15 novembre 2014.

SUPPORTARE O TIFARE PER LA PROPRIA SQUADRA O PER IL PROPRIO FIGLIO

Per poter approfondire il tema del tifo sportivo è necessario partire dall'analisi dell'ambito calcistico proprio per come questo sport si è sviluppato in Europa portando con sé negli anni tutta una serie di 'legami extra-calcistici' che hanno finito inevitabilmente per influenzarlo.

Il calcio professionistico nasce in Inghilterra a metà dell'Ottocento e successivamente esportato in tutta Europa (in Italia si afferma tra Ottocento e Novecento). In questo periodo storico caratterizzato da instabilità portata dalle guerre perdurava una fragile identità nazionale (per esempio l'Unità d'Italia risale a pochi decenni prima). Quest'aspetto è determinante per capire **la forte valenza identitaria che questo sport porta con sé**. Infatti il calcio si inserisce in questo delicato contesto come possibile fonte di legami identitari e diventa emblema di valori politici e sociali, caratterizzato da atteggiamenti fortemente identitari e patriottici, in grado di favorire così una più solida identità nazionale (lo stesso Pierre De Coubertin, fondatore delle Olimpiadi Moderne nel 1896, alimentava il sentimento patriottico dello sport, anche se con un ideale differente rispetto a quello che è stato portato avanti successivamente).

Il calcio da questo periodo in poi non viene più considerato come un semplice sport, ma come un simbolo in cui identificarsi per sentirsi appartenenti ad un gruppo sia a livello nazionale sia a livello locale e comunale. Inizia così una prima fase di cambiamento: il calcio comincia a simboleggiare la contrapposizione agli altri, esalta le rivalità comunali, le differenze culturali, linguistiche ecc. In particolar modo dal dopoguerra in poi in Italia si sedimenta attraverso il calcio il confronto politico, per cui all'interno di una stessa città alcune classi sociali, spesso politicamente definite, tifavano per una determinata squadra, le altre per l'altra. Per fare alcuni esempi a Torino nasceva la rivalità tra i proletari dei ceti più bassi che tifavano il Torino, mentre la media borghesia e gli operai della Fiat, spesso provenienti dal Sud Italia parteggiavano per la Juventus; oppure a Roma si ha una contrapposizione tra i quartieri più popolari a favore della Roma e i quartieri più agiati che tifavano Lazio; o ancora a Milano, Inter per i ceti più agiati, Milan per i più popolari.
È questo stesso **meccanismo di identificazione con il gruppo** che fa sì che anche al giorno d'oggi persone descritte nella quotidianità come ragionevoli, equilibrate e tranquille possano essere coinvolte in atti aggressivi allo stadio. In quei momenti emerge la parte emozionale del soggetto che lo rende meno obiettivo e lo spinge ad agire come si usa dire 'di pancia', aumentando la difficoltà nel controllarsi.

Le contrapposizioni tra le diverse classi sociali, alimentate anche dal clima politico hanno favorito in Italia, intorno agli **anni '60 la nascita del tifo organizzato**. Le basi di questo fenomeno che sfociò poi nelle manifestazioni violente degli "ultras" sono caratterizzate dalla presenza sempre più costante dei club di tifosi e da masse di giovani che sempre più spesso si recano allo stadio. Inoltre il tifo organizzato ha portato con sé un accresciuto senso di partecipazione dei tifosi che non si sentono più solo spettatori ma **protagonisti** della partita nonché **difensori del patrimonio comunitario**.
Si fa strada in questo modo la 'logica del nemico', che prevede la presenza di qualcuno contro cui tifare, per cui si accende il confronto tra tifoserie per chi fa la miglior coreografia, chi fa più cori, chi segue maggiormente la squadra in trasferta, ma anche spingendosi sino a gareggiare su quale tifoseria sia la più militarizzata (con dotazione di armi).

Dagli anni '90 in poi si fa strada un fenomeno denominato '**calcistizzazione della politica**' che consiste nello sconfinamento dello sport (in questo caso il calcio) in altri settori della società come per esempio la tv, i mezzi di comunicazione, la politica ecc. (un esempio su tutti: sul finire degli anni '90, precisamente nel 1986, il politico Silvio Berlusconi diventa proprietario di una squadra di calcio di serie A, il Milan).
Questo fenomeno ha segnato una seconda fase di **grande cambiamento**: se dapprima lo sport era subordinato alla situazione politica nazionale, ora è la politica che viene influenzata dal calcio, per esempio assumendo slogan e linguaggi tipici dell'ambiente calcistico.
Si fa strada in questo modo la **commercializzazione del calcio** con la conseguente nascita delle pay-tv e di grandi quantità di denaro che vi circolano intorno. Inoltre i calciatori diventano degli idoli, degli esempi da imitare; il problema si pone nel momento in cui questi stessi calciatori sono conosciuti e vengono presentati dai media più per le loro 'bravate' che come modelli positivi da seguire. Attraverso la diffusione delle informazioni a cui i media contribuiscono questi esempi negativi diventano patrimonio di tutti, bambini compresi. Inoltre si considera che in alcune **scuole calcio** (purtroppo ancora molte sul territorio nazionale) vengono alimentati i comportamenti antisportivi e allenatori e dirigenti propagano un'ideale di sport basato sull'aggressività e sulla competizione 'negativa' del voler primeggiare e sconfiggere l'avversario.
Poche sono le scuole calcio che si pongono come obiettivo quello di formare i soggetti sia tecnicamente sia umanamente. È compito invece di tutti gli adulti che ruotano attorno alla vita del bambino/ragazzo prendere seriamente in considerazione questi temi e queste problematiche per poterle affrontare in modo corretto: per cui ci sarà bisogno di alleanza, di comunicazione, di supporto tra le famiglie, l'ambiente sportivo e anche la scuola.

A titolo di esempio è opportuno citare un **Progetto realizzato da UISP** (Unione Italiana Sport per Tutti) intitolato ***OLTRE LE REGOLE: Facciamoli giocare - lasciamoli sbagliare*** dedicato ai calciatori più giovani, i 'Pulcini' e gli 'Esordienti', bambini e ragazzi di età compresa tra i 6 e i 15 anni.
Nato tre anni fa questo progetto vuole valorizzare l'aspetto ludico, aggregativo dello sport piuttosto che quello 'competitivo' del dover segnare per vincere. In questo campionato composto ad oggi da circa 80 squadre non esiste la classifica, per rimarcare che non è la vittoria lo scopo della partita.

È' ora interessante sottolineare alcuni **aspetti innovativi** di questo progetto:
- per prima cosa è necessario **informare tutte le società** che aderiscono sugli intenti e la filosofia del progetto affinché possa essere condivisa da tutti;
- inoltre è prevista una **formazione degli allenatori** per fornire loro importanti

competenze relazionali, interpersonali, pedagogiche, psicologiche. È importante far acquisire loro consapevolezza del loro delicato quanto importante ruolo proprio perché lavorano con bambini e ragazzi giovani. Non si chiede più loro di avere e fornire solamente competenze tecniche (comunque importanti) ma soprattutto si chiede di educare e aiutare a crescere i bambini attraverso il calcio con valori sani che saranno utili in tutti i contesti quotidiani.
- un ulteriore passaggio prevede un **corso per gli arbitri**: durante questo corso l'arbitro viene formato non tanto da un punto tecnico regolamentare (competenza che hanno già acquisito altrove) quanto piuttosto secondo i principi del progetto; si sottolinea l'importanza del suo ruolo in quanto 'custode del fair-play' in campo e ma anche sugli spalti per cui durante la partita ha il compito di prendersi del tempo per spiegare al ragazzo per esempio il motivo per cui ha fischiato o preso quella determinata decisione.
- il quarto aspetto innovativo prevede un **rapporto diretto tra arbitri e genitori**: prima dell'inizio della partita i direttori di gara si intrattengono con alcuni rappresentanti dei genitori di entrambe le squadre dove rimarcheranno i valori dello sport e del fair-play, invitando i genitori a comportarsi di conseguenza.
- un ultimo aspetto interessante è che durante le partite non esistono i tradizionali cartellini gialli o rossi che prevedono l'ammonizione o l'espulsione dalla gara ma solamente **cartellini azzurri** che vengono estratti nel momento in cui l'arbitro nota in campo un atteggiamento di fair-play.

'Oltre le regole' è un progetto che sostiene la necessità di un **cambiamento all'interno del mondo sportivo**, cominciando proprio lavorando sulle regole, per renderle più flessibili, più adatte alle diverse contingenze e al progetto educativo che si vuole portare avanti. S'intende così promuovere un'idea di calcio in cui l'aspetto ludico e aggregante torni ad essere protagonista.
Attraverso questo progetto i bambini impareranno a condividere tra loro, a non primeggiare e a sentirsi parte di un gioco dove ognuno con il suo ruolo è utile e collabora con gli altri.
Inoltre questo progetto vuole sottolineare l'importanza di includere tutti i componenti in gioco nell'ambito sportivo, bambini, adulti, genitori, dirigenti, allenatori, arbitri, proprio perché parte dalla convinzione che sia necessaria una collaborazione, una sinergia, un'alleanza tra tutti i partecipanti che si devono muovere nella stessa direzione.

L'esempio proposto ci racconta che esistono buone pratiche per poter lavorare in direzione educativa per far sì che lo sport perda i tratti negativi che lo caratterizzano oggigiorno e per evitare episodi di aggressività, violenza, sotterfugi, scorciatoie, doping ecc. Ma soprattutto è necessario aiutare i nostri ragazzi a vivere lo sport come un gioco in cui possano emergere i comportamenti educativi di solidarietà, sportività, lealtà, rispetto.
Per questo il ruolo dei genitori e di tutte le persone coinvolte nell'azione educativa resta fondamentale.

Relatore: Carlo Balestri, UISP Nazionale

Sintesi dell'incontro svolto il 26 Novembre 2014

TRADIZIONI E INNOVAZIONI NEI GIOCHI E NELLE PRATICHE LUDICHE (LE ATTIVITA' DI NICCHIA)

Il tema che si vuole affrontare in questa relazione è il ruolo che lo sport e in particolare i giochi e le attività poco conosciute (denominate per questo con l'aggettivo di nicchia) possono avere in campo educativo e formativo. Si cercherà anche di sfatare alcuni luoghi comuni ormai dominanti nella nostra società legati all'ambiente sportivo.

Più volte nel corso di questi incontri si è sottolineato come nello sport sia necessario specializzarsi e che questo non rappresenta di per sé un aspetto negativo: lo può diventare nel momento in cui ciò avviene molto precocemente e nel caso in cui chiuda le porte ad altre strade, ad altre esperienze. È stato inoltre più volte evidenziata l'importanza di sperimentare varie e diverse esperienze. Infatti lo sport è una forma di espressione della propria personalità, perciò sarebbe importante provare molti sport per capire dove si riesce ad esprimere meglio se stessi.
L'importanza di variare attività motorie e sportive è oggigiorno sottovalutata soprattutto perché è in controtendenza rispetto alle richieste della comunità che si muovono in direzione di far specializzare i bambini e le bambine precocemente. L'indirizzare i/le bambini/e verso diverse attività da sperimentare risulta un percorso difficile e tortuoso perché richiede conoscenze diversificate e presuppone la necessità di arrivare alla meta con tempi lunghi.
Lo sport inoltre è uno strumento capace non solo di veicolare la cultura di una data società, ma anche capace di modificare, influire e agire sui comportamenti dei bambini e delle bambine, perciò per essere educativo è necessario che sia utilizzato in un certo modo, in linea con i valori che esso stesso può trasmettere.

Prendendo ora in considerazione **alcuni miti** che sono ormai di dominio pubblico riguardo l'ambito sportivo è necessario fare alcune considerazioni: è erronea l'abitudine di privare gli atleti specializzati in determinati sport di altre attività motorie con la credenza che siano dannose. Per esempio a chi pratica la corsa, viene sconsigliato di andare in bicicletta o di nuotare perché queste potrebbero rovinare la preparazione fisica dello sport principale. Questo preconcetto viene facilmente sfatato se si analizza il Triathlon, attività che prevede nella stessa gara nuoto, corsa e bicicletta. È dimostrato empiricamente che una disciplina facilita l'altra nel far aumentare la performance, e che una non nuoce alla preparazione dell'altra.

Un'altra leggenda diffusa quando si parla di attività motoria è quella che indica come "ricetta" per rendere tranquilli i bambini la pratica di portarli a giocare, a 'sfogarsi', a 'scaricarsi'. Anche questo concetto è inesatto: il malinteso è dettato da una duplice visione su livelli che non collimano. A livello linguistico, sembra che l'uomo (il bambino in questo caso) sia una macchina che funziona a batteria o a pile che si scaricano. Al livello del fenomeno effettivo questa è un'immagine metaforica che non funziona, che svia da quella che è l'effettiva realtà, perché più ci si muove più ci si muoverebbe. Dopo l'attività i bambini sono più attivi, soprattutto se questa provoca benessere e divertimento (il bambino ipercinetico è l'esempio lampante che smentisce questo preconcetto).

Quando si parla di attività ludico-motoria e attività sportiva, oltre all'aspetto tecnico é importante fare una riflessione sull'**ambiente**, sul luogo in cui queste attività si svolgono.
Se fino a qualche tempo fa erano privilegiati i giochi all'aria aperta, nella natura, oggigiorno c'è una tendenza a privilegiare i luoghi sempre più artificiali, indoor (al chiuso).
Un esempio di questa tendenza sono le Olimpiadi: nate con una buona percentuale di attività

svolte in contesti 'naturali' (poco sotto controllo, più lasciate al caso) col passare del tempo sono state via via sempre più rinchiuse in spazi artificiali poiché in questi contesti indoor le attività sono maggiormente controllabili e misurabili, predeterminate. Questa tendenza verso gli ambienti chiusi, artificiali è dettata anche da una logica commerciale che prevede per esempio di restare nei tempi televisivi o perché si produce più audience.
Ma quando ci si occupa di bambini, si deve adottare una logica completamente diversa. È necessario iniziare dalle pratiche motorie negli ambienti naturali, per arrivare semmai solo in un secondo momento a quelle in ambiti artificiali.
A questo riguardo, negli anni si è fatto strada soprattutto in ambito scolastico un **ennesimo mito erroneo**: prendendo come scusa il fatto che d'inverno all'aperto si corre il rischio di ammalarsi a causa del freddo, si tende a sostenere che l'attività svolta in luoghi chiusi è più salutare rispetto a quella all'aria aperta. Niente di più sbagliato.
Prove scientifiche dimostrano che gli ambienti indoor sono più malsani a causa di diversi fattori (da fattori inquinanti come le vernici, al poco riciclo d'aria ecc.). Quindi sarebbe auspicabile e consigliabile svolgere attività all'aria aperta, provvisti di un buon equipaggiamento.

Spesso emarginato non solo all'interno della scuola, ma anche "falsato" dalla cultura dominante in Occidente, **il corpo** necessita oggi di un'azione di rilancio poiché racchiude in sé notevoli potenzialità e qualità. Compito degli addetti al settore (educatori, allenatori, tecnici del settore ecc.) ridare al corpo il suo valore.
L'educazione del soggetto passa inevitabilmente anche attraverso il corpo, ed è proprio attraverso il corpo che si attua quell'educazione tanto inconsapevole quanto fondamentale capace di accompagnare il soggetto nella sua crescita, in linea con i propri ritmi fisiologici.

Quello che risalta maggiormente guardando gli sport trasmessi in tv è che sono tutti connotati da uno stesso comune denominatore, che è quello del **duello**, tra due squadre, tra due singoli ecc.
Probabilmente è anche per questo che sport "di nicchia" come l'**Orienteering** o 'sport dei boschi' hanno poco successo e non sono televisivamente vincenti. L'Orienteering consiste nell'effettuare un percorso predefinito in ambienti naturali caratterizzato da punti di controllo chiamati "lanterne" e con l'aiuto esclusivo di una bussola e di una cartina topografica. Durante questa gara è necessario svolgere il percorso nel più breve tempo possibile, ogni atleta fa il percorso da sé e sono richieste doti atletiche e di velocità nonché la capacità di orientarsi in zone di non facile lettura. In questo sport ognuno gareggia per sé e non c'è competizione con gli altri. Per la varietà delle prestazioni richieste e delle relative preparazioni e per lo stimolo alla comprensione degli ambienti nei quali il partecipante viene immerso, la corsa e gli altri sport di orientamento vengono considerati altamente educativi.

Se si analizzano quindi gli sport che hanno più successo e tenendo presente che lo sport rispecchia i valori della società attuale, il quadro generale si fa preoccupante: infatti gli sport più seguiti dai telespettatori sono connotati da scontri, duelli, dall'obiettivo del vincere e prevaricare sull'altro.

Per concludere questo escursus sullo sport e sul suo valore formativo è interessante citare un particolare sport 'di nicchia': il **Tchoukball**. Questo sport, ai più sconosciuto, risulta essere portatore di valori altamente educativi.
La partita di tchoukball si svolge tra due squadre, in un campo simile a quello del basket, con due quadri di un metro quadrato forniti di una rete, una da una parte e una dall'altra. Scopo del gioco è tirare la palla contro la rete e farla cadere in una zona valida del campo, come a pallavolo. Compito dell'avversario, esattamente come nel volley, è impedire che la palla cada a terra dopo aver toccato la rete. In questo gioco, però, sebbene il campo e i quadrati siano in comune, è vietato impedire il gioco della squadra avversaria che è libera di passarsi la palla fino al momento di colpire la rete.
Si tratta perciò di un gioco che pare sviluppare uno spirito altamente collaborativo e non aggressivo, dove prevale il fair-play.
Per dimostrare il vero valore intrinseco di questo sport è stata svolta una ricerca.
Sono stati considerati 3 gruppi di ragazzi liceali, tutti maschi; un primo gruppo formato da ragazzi che provenivano da sport di squadra, un secondo gruppo con ragazzi che praticavano sport individuali, e un terzo gruppo di ragazzi provenienti dal tchoukball. Tutti i soggetti dovevano aver praticato quello sport da almeno 3 anni.
Si è chiesto loro di giocare a 'Palla Seduta', uno sport individuale dove chi viene colpito dalla palla si siede a terra e può essere liberato solo se un giocatore gli passa la palla.
Osservando i tre gruppi giocare, pur essendo lo stesso gioco, sembrava di vedere tre giochi diversi: i ragazzi provenienti dagli sport di squadra hanno dimostrato molta collaborazione tra i giocatori (si passavano molto la palla tra loro), ma poca con i compagni seduti; con i ragazzi provenienti dagli sport individuali invece emergeva meno collaborazione ma più empatia con chi era seduto (gli passavano più frequentemente la palla per 'liberarlo'); mentre con i ragazzi provenienti dal tchoukball è emerso sia un più alto livello di cooperazione tra i giocatori, che di empatia verso i compagni seduti.
In questo modo è stato dimostrato che alcuni sport possono far sviluppare alcuni valori educativi che in altri, per i più svariati motivi o per le caratteristiche intrinseche di quello sport, non sono così promossi.

Quello che preme in conclusione ribadire è che **gli sport sono potenziali portatori intrinseci di valori positivi** e che è **compito degli adulti di riferimento indirizzare i giovani** a potenziare e sviluppare questi valori. In particolar modo si è voluto sottolineare come sport troppo spesso sottovalutati, e il più delle volte sconosciuti, siano in realtà sostenitori di valori educativi molto forti ed efficaci. In definitiva, il contributo che la pratica di attività motorie e sportive può portare verso una profonda costruzione socioculturale, e non tanto come semplice fenomeno di costume, spesso è davvero poco ri-conosciuto.

Relatore: Alessandro Bortolotti, Ricercatore Confermato,
Dipartimento di Scienze per la Qualità per la Vita, Università di Bologna

Sintesi dell'incontro svolto il 10 Dicembre 2014

Gli incontri sono stati organizzati dalla Polisportiva G. Masi di Casalecchio di Reno
In collaborazione con il servizio LInFA e l'Istituzione culturale
del Comune di Casalecchio di Reno.

Foto della Polisportiva Masi

Testi a cura di Melody Ivaldi
Tirocinante di Scienze della Formazione, Università di Bologna
Con la supervisione di LInFA

Approvato e diffuso dalla Polisportiva G. Masi

Polisportiva "G. Masi", via Nino Bixio n 12, Casalecchio di Reno, 051 571372

Servizio LInFA, via del fanciullo n 6 Casalecchio di Reno, 051 598295