

## 8. L'adolescente in movimento

La necessità di approfondire alcune tematiche che contraddistinguono l'educazione fisica nel settore medio superiore è nata dalle molteplici esperienze raccolte a partire dal periodo di formazione a tutt'oggi.

Le nozioni teoriche acquisite durante la formazione universitaria, applicate nell'esperienza educativa quotidiana e aggiornate nell'ambito di corsi di sede, cantonali, nazionali e internazionali, ci hanno spinto a rielaborare il concetto tradizionale di «educazione fisica».

Gli obiettivi del progetto consistono nel cercare, individuare, proporre e divulgare strumenti, modalità e strategie per sensibilizzare l'adolescente sul suo benessere bio-psico-sociale. L'educazione fisica assume quindi un ruolo che va oltre la sola dimensione fisica per preoccuparsi di educare attraverso il movimento, al movimento e alla salute della persona nel corpo, nella mente e nello spirito.

«Cari amici buongiorno, innanzitutto vi ringrazio per l'invito che ho accolto volentieri per diverse ragioni che vi presento subito. La prima ragione è perché io faccio un lavoro molto particolare che è un lavoro molto solitario, molto immobile [...].

La seconda ragione, forse più seria, per la quale ho accettato è perché ho visto con grande interesse, anzi mi ha persino un po' meravigliato se devo dire il vero che degli insegnanti di educazione fisica abbiano avuto l'idea di ampliare, di fare diventare la questione del movimento non soltanto una questione di muscolatura, non unicamente uno spostamento dello scheletro nello spazio, ma anche una questione antropologica. Una questione che riguarda la soggettività, il sentirsi nel movimento e, come diremo poi, il sentirsi nell'immobilità. Quindi questa sensibilità che i docenti hanno avuto mi è sembrata molto importante perché credo che a tutti sia chiaro, soprattutto nell'età che vi appartiene, come il movimento fisico, il movimento muscolare del vostro scheletro non è altro che la premessa o, diciamo così, la condizione per la quale voi potrete appartenervi in un modo o nell'altro; quindi con un rapporto strettissimo tra la fisicità, la psicologia degli individui e tra – terzo elemento – le condizioni culturali nelle quali il movimento si colloca. Eccetto queste tre condizioni in realtà non c'è la possibilità di comprendere cosa significa, per esempio, nell'epoca contemporanea fare lo jogging, pratiche salutistiche...».

(Dott. Graziano Martignoni: «Il movimento immobile» – conferenza tenuta il 7 maggio 1996 ad alcune classi della Scuola Cantonale di Commercio nell'ambito della proposta culturale «Viaggio–Movimento–Mobilità»).

Abbiamo voluto introdurre la presentazione del nostro lavoro di ricerca proponendo la parte iniziale della conferenza del dott. Graziano Martignoni, nella quale esprime due sentimenti che, per la loro differenza essenziale, meglio di qualsiasi altra citazione possono raffigurare le risposte alla nostra impostazione dell'educazione fisica (cfr. figura 1):

- **meraviglia** poiché è perlomeno inusuale e insolito che, secondo convinzioni un tantino legate alle esperienze scolastiche ormai superate dal graduale evolversi delle cose, docenti di educazione fisica desiderino andare oltre il dato puramente fisico;
- **interesse** poiché, a livello scolastico, è importante stendere un ponte tra le varie dimensioni dell'individuo, tra le varie materie, tra le varie sfaccettature della stessa realtà, per andare oltre la visione settoriale delle cose e delle persone verso un'interazione ricca di spunti, momenti, domande e soprattutto risposte ai mille dubbi del docente.

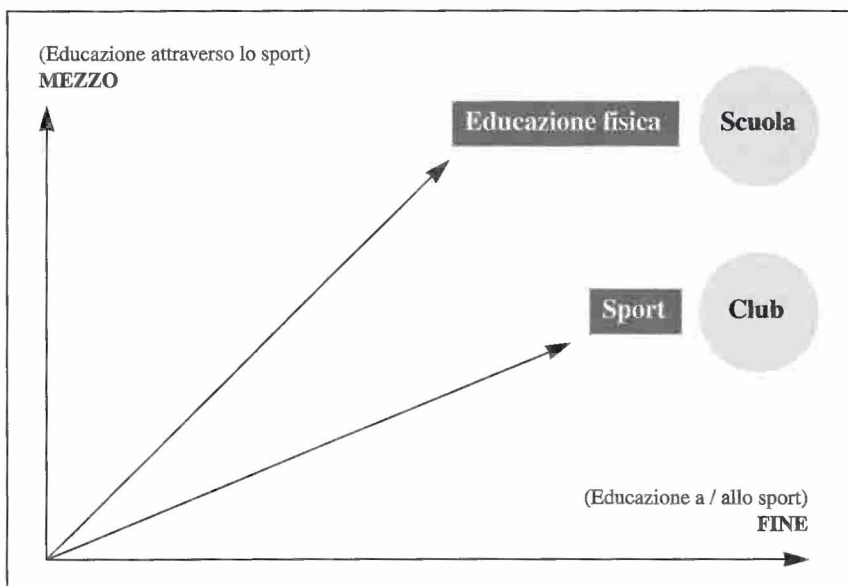
### Il concetto sistemico

«Io considero il corpo umano una macchina. Il mio pensiero mette a confronto un uomo malato e un orologio mal costruito, con la mia idea di un uomo sano e di un orologio ben costruito» (R. Descartes, *Principi di filosofia*, di R. Mondolfo, E. Garin, Sansoni, Firenze 1947).

La concezione cartesiana permette, da un lato, di scoprire codici importantissimi (come ad esempio il codice genetico) e, dall'altro, di perdere il significato stesso della vita. Essa ha il pregio di favorire teorie e scoperte scientifiche ed il difetto di evidenziare, attraverso una ricerca rigorosa, una visione rigida delle cose. La biologia risulta legata alla fisica e le funzioni biologiche degli organismi viventi diventano operazioni meccaniche.

In contrapposizione a questa concezione riduzionista e frammentaria, vi è, appunto, la concezione sistemica, capace di organizzare e correlare le

Figura 1: Educazione fisica scolastica intesa come mezzo per insegnare / apprendere e non come fine (per vincere, superare, ecc...).



varie dimensioni dell'uomo: *biologica, emotiva-affettiva, cognitiva-filosofica, sociale (relazioni con l'ambiente e con il mondo), spirituale*, ed in particolare «di restituire il corpo alla globalità del suo esistere» (L. Onnis, *Famiglia e malattia psicosomatica*, La Nuova Italia Scientifica, Roma 1988).

Condividiamo perfettamente la concezione di Bateson, uno dei grandi ispiratori del pensiero sistemico, secondo il quale, mente e corpo rappresentano aspetti diversi di uno stesso processo, in cui la *mente* risulta in relazione e in connessione con il *corpo* ed in correlazione con *l'ambiente*.

Le varie dimensioni dell'individuo non sono settoriali, ma complementari e integrate, ed il nostro compito è di conoscerle e scoprire i punti di intersezione.

Le premesse teoriche alla nostra ricerca e gli sviluppi ulteriori sono stati raccolti dettagliatamente nel fascicolo introduttivo intitolato «*L'Adolescente in movimento, rapporto finale composto da una parte teorica, una parte didattica e la discussione generale*».

#### Dall'idea al progetto

Ispirati al concetto sistemico, abbiamo cercato di sviluppare un progetto: «*L'adolescente in movimento*».

Più concretamente e per meglio identificare un quadro rappresentativo di studenti adolescenti del nostro istituto, abbiamo raccolto dati soggettivi grazie ad un *questionario* (raccolta di dati anagrafici, antropometrici, familiari, alimentari, sportivi, abitudinali e scolastici) e, successivamente, dei dati oggettivi tramite *l'Intervalltest di Probst* (registrazione della frequenza cardiaca durante uno sforzo massimale e analisi della capacità aerobica).

L'analisi delle domande del questionario e dei risultati del test fisico ci ha indotti ad elaborare una statistica *generale, per sesso, per fasce d'età*.

Abbiamo cercato, in seguito, e questo rappresenta un po' la particolarità del lavoro, di raggruppare gli allievi in tre gruppi di *tendenza*.

Per quanto concerne le domande del questionario, abbiamo fatto capo a *criteri di raggruppamento* in parte già conosciuti (inchieste e statistiche svolte a livello cantonale, nazionale e internazionale) ed in parte da noi elaborati.

I criteri di raggruppamento hanno consentito la definizione di *indici* specifici alle singole risposte o alle risposte multiple (lavoro di indicizzazione) e la conseguente suddivisione degli allievi in tre gruppi:

1. allievi, le cui risposte (per esempio sulle abitudini alimentari, sulla riuscita scolastica, sulla condizione fisica, ecc.) denotano una *condotta ideale-buona* secondo i parametri, hanno un *indice 3*;



Claudio Baccolà - *Le moltitudini III*

2. allievi, le cui risposte attestano una *condotta media*, hanno un *indice 2*;

3. allievi, le cui risposte confermano una *condotta scarsa-insufficiente*, hanno un *indice 1*.

Per quanto concerne i dati del test fisico, su consiglio del medico sportivo (dott. H.-P. Probst), abbiamo elaborato e definito dei criteri di raggruppamento in base alla tendenza dei dati e alla media generale degli allievi testati.

«*L'adolescente in movimento*», e più specificatamente «*il movimento*» inteso in senso lato, è poi diventato il filo conduttore di altre manifestazioni e attività organizzate durante l'anno scolastico 1995/96. In questo ambito si è inserito il seminario e la settimana di conferenze svoltasi dal 6 al 10 maggio 1996 che ha visto la parte-

cipazione di oltre 500 allievi della SCC. Tutte le conferenze sono state dattiloscritte e raccolte in un unico documento.

Per una questione di spazio è impossibile riassumere 336 pagine di premesse teoriche, domande, risposte, risultati e risvolti didattici. Noi, in queste poche righe, abbiamo cercato di far passare la filosofia che sta alla base della ricerca, e la ricerca stessa si situa tra l'esperienza professiona-

le maturata durante una quindicina d'anni di insegnamento e l'utilizzo dei dati emersi durante la stessa per conoscere, capire e informare meglio i nostri allievi.

Tuttora, grazie alle informazioni ricevute, alla conoscenza delle tendenze, alla situazione del singolo allievo rispetto alla classe, alla fascia d'età o agli allievi della SCC, ci è possibile inserire l'intervento educativo in un quadro più reale ed interattivo.

Pertanto siamo grati a chi ci ha consentito di muovere quest'ulteriore passo verso i nostri utenti.

**Scuola Cantonale  
di Commercio di Bellinzona**