

## **Il valore dello sport nella educazione dei giovani**

*Marco Ceppi, psicologo*

*Pubblicato il 21/05/2008 sul blog <https://pensoacolori.wordpress.com>*

L'essere umano vive per sua natura in relazione con gli altri. È una sua necessità di cui non può fare a meno. Pensate ai nostri organi di senso: sono costruiti in maniera tale da permetterci di uscire da noi stessi per andare verso qualcosa o qualcuno.

In effetti la possibilità di realizzazione di un Io è sempre verso un Tu. Qualcuno diceva, "Io sono le persone che incontro". Nel corso di questo incontro vorrei presentare alcuni spunti di riflessione a partire da alcune parole o idee fondamentali, le matrici da cui parte ogni esperienza successiva in tema di sport, educazione, significati e valori per l'esistenza.

### **Educare: educare = venire fuori, tirar fuori**

Educare vuol dire aiutare l'altro a venire fuori, a manifestarsi, a realizzarsi secondo le sue potenzialità. Ogni persona ha un potenziale innato e acquisito che può manifestarsi: occorre aiutare la persona, il ragazzo, il bambino a realizzarlo. È questo il senso più autentico di ogni relazione educativa. Aiutare l'altro ad aiutarsi da sé. Significa che la condizione di aiuto può essere autentica, se teniamo in considerazione i tempi di crescita di ogni persona. Rispettare l'altro e il suo essere persona che diviene nel tempo. L'educazione non ha fretta, è un tempo di attesa e non di pretesa.

In educazione è bandita la fretta. La fretta è la più grande rinuncia in educazione.

Vedere il bello delle cose, la bellezza e lo stupore degli incontri tra le persone

Educare al bello – L'ascolto va privilegiato nella educazione

Educare all'ascolto, esigendo tempi di ascolto e di attenzione.

Tre domande continue: Chi sei, cosa fai, dove vai?

Oggi il calcio, ma ogni sport deve mettere al centro la vita dei ragazzi.

Assistiamo al cambiamento di un certo modo di vedere il calcio. Fino a pochi anni fa, era "la palla" al centro del mondo del calcio, anche di quello dei ragazzi. Cioè si puntava al risultato, alla vittoria ad ogni costo, senza se e senza ma...

Oggi il centro del calcio è rappresentato dal bambino, il calcio delle squadre giovanili comincia davvero ad essere un calcio a misura di bambino.

### **Il calcio è un gioco**

I bambini hanno bisogno di giocare, come priorità assoluta nella loro vita. Attraverso il gioco apprendono a stare al mondo. Non gli è richiesto altro, non sono adulti.

Allora è importante far vivere ai bambini esperienze di movimento, di divertimento legato all'azione di gioco. È uno sfogo, noi avevamo la strada, passavamo ore a giocare nelle vie della nostra città, ci sbucciavamo le ginocchia sull'asfalto ed ancora prima sulla strada sterrata. Vivevamo il nostro ambiente lì dove era, dal di dentro. Il rischio è che i nostri figli non possono vivere le stesse nostre esperienze. Vivono paradossalmente l'ambiente dentro casa, gli abbiamo creato una realtà finta che supplisce quella vera, si muovono ad esempio davanti un "aggeggio" che si chiama "wii fit" che simula la realtà. Uno pensa di fare una passeggiata, perché il video davanti a lui gli fa vedere un percorso, ma in realtà non si è mosso veramente, non ha respirato l'aria all'esterno, non ha percorso realmente un tragitto, non ha corso fuori...

Allora occorre ritornare al gioco di strada, ma laddove non è possibile, l'esperienza dello sport giocato fuori, in gruppo, supplisce magnificamente la "perdita della strada", ricordo della nostra infanzia.

### **Il calcio è un gioco di gruppo**

Fare giocare tutti i bambini

Il bambino sperimenta la relazione interpersonale, nella libertà della sua autonomia.

### **Le life skills: competenze per la vita**

L'unione europea e l'Organizzazione Mondiale della Sanità hanno indicato nella promozione della educazione "life skills", uno degli obiettivi prioritari delle politiche educative e degli interventi da promuovere nei confronti delle nuove generazioni e degli adulti.

Le life skills fondamentali sono le seguenti:

- **Problem Solving:** affrontare e risolvere in modo costruttivo i problemi quotidiani
- **Pensiero critico e pensiero creativo:** analizzare la situazione in modo analitico, esplorando le possibili alternative e trovando soluzioni originali
- **Comunicazione efficace:** esprimersi in modo appropriato alla situazione e all'interlocutore, sia a livello verbale sia a livello non verbale
- **Empatia:** riconoscere, discriminare, condividere le emozioni degli altri
- **Gestione delle emozioni e gestione dello stress:** riconoscere e regolare le proprie emozioni e gli stati di tensione
- **Efficacia personale:** poter organizzare efficacemente una serie di azioni necessarie a fronteggiare nuove situazioni, prove e sfide
- **Efficacia collettiva:** sistema di valori e credenze condivise da un gruppo circa la capacità di realizzare obiettivi comuni

### **Educare al valore dello sport è educare alla fatica, al sudore.**

C'è il rischio di evitare le esperienze frustranti ai ragazzi. Ma non capiamo che così tarpiamo loro le ali. Educare alla intolleranza alla frustrazione è negativo: educare e modulare le esperienze che richiedono attesa, realizzazione di obiettivi, in una parola il divenire.

Non dobbiamo aver paura, i ragazzi sentono la nostra paura e si adeguano.

Riscoperta dei valori della vita (il calcio è una metafora della vita)

Educare è allenare: Bisogna allenare i ragazzi a saper affrontare le difficoltà, perché possano risolverle. Si può rischiare nella vita, e si può andare avanti.

Rialzarsi e riprendere la corsa. L'errore non deve essere visto come qualcosa di negativo, ma anche come qualcosa di positivo. L'errore è la spina dorsale di ogni progresso e di ogni miglioramento.

Sbagliare è progredire, la vita come la competizione, procede per problemi e per errori.

Alla fine, passando attraverso gli errori, avrai migliorato la tua prestazione.

Allenare i ragazzi a superare gli errori significa irrobustirli interiormente, cosicché saranno in grado di affrontare le inevitabili situazioni difficili che si presenteranno nella loro vita.

Obiettivo di ogni sana educazione è far sì che i ragazzi acquisiscano quella forza interiore per rimettersi in gioco, per non lasciarsi andare alla disperazione.

### **Educare è proporre una meta ed accompagnarlo nella sua realizzazione**

- aiutare ad avere coraggio

- aiutare a non arrendersi di fronte le difficoltà
- aiutare a superare la paura del divenire
- aiutare a tollerare le frustrazioni
- aiutare ad apprezzare le diversità
- aiutare a concepire il gioco come benessere interiore oltreché fisico
- aiutare a stare bene in gruppo, apprezzando l'apporto di tutti, nessuno escluso

### **Necessità di un nuovo patto educativo tra agenzie che educano**

L'allenatore ed il genitore debbono stringere una alleanza educativa

Oggi la vera emergenza è questa.

L'allenatore è vincente se educa, contrariamente al passato nel quale si affermava che l'allenatore era vincente se affermava il primato dei risultati sulle esigenze della squadra, sulle esigenze degli allievi.

**Educare allo sport è educare alla lealtà**, al fair play che è una regola non scritta in nessun regolamento, ma sta alla base di ogni sport. Il rispetto dell'altro che si apprende nel gruppo e diventa rispetto dell'arbitro e delle sue decisioni, rispetto dell'allenatore

Sintetizzando: giocare per divertirsi, giocare con lealtà, attenersi alle regole del gioco, rispettare i compagni, gli avversari gli arbitri, accettare le sconfitte, rifiutare la violenza e tutte le pratiche che recano danno allo sport (doping, razzismo, forme di corruzione...). Avere a cuore il destino dei ragazzi, è la preoccupazione di ogni genitore, di ogni educatore. È questa la ragione ultima della educazione attraverso lo sport. Offrire ai ragazzi la possibilità di migliorarsi, di vivere la vita con un senso, dignità e passione.

Ed ultimo, ma non in ordine di importanza:

**Educare al sogno: il sogno, il pensiero più bello.** Quanti genitori parlano con i loro figli dei loro sogni? Occorre ridare ai ragazzi il significato autentico della parola sogno. Sogno non è il territorio dell'impossibile, ma il territorio del lecito, anche se il minore va aiutato a "volare con ancore e zavorre". Altrimenti il rischio della frustrazione è molto grande.