

RELAZIONE:

I GIOVANI, LO SPORT ED IL RUOLO DELL'ALLENATORE-EDUCATORE

di Ilario Bonandi

Con questo mio intervento vorrei illustrare, spero in modo semplice e con esempi concreti, perché lo sport fa bene, ovvero in pratica come influisce e interviene da un punto di vista socio-educativo-formativo.

Tengo a precisare che i riferimenti non saranno solo a cose lette o sentite, ma principalmente a esperienze vissute in palestra e a continui confronti con colleghi (insegnanti ed allenatori), con gli atleti stessi e con persone che credono fermamente nei giovani e nell'importanza di indirizzare la loro voglia di protagonismo e la loro aggressività in attività sportive.

Fare attività fisica, giocare, è molto importante come valvola di sfogo sia per i bambini, dove riveste un'importanza fondamentale, che per gli adulti.

L'uomo è stato creato per muoversi e rapportarsi con gli altri esseri viventi e con la natura proprio attraverso il movimento e le sue espressioni quali: camminare, correre, saltare, arrampicarsi, cacciare, giocare, ecc.

Si ricorda che il movimento e il gioco sono nati prima dello sport.

Con il benessere, non essendo più indispensabile utilizzare questi "gesti ed abitudini naturali", siamo andati a stravolgere importanti equilibri con i noti danni a scapito della salute, facendo crescere i nostri giovani (non certo per colpa loro) senza l'abitudine a certi sacrifici.

Come affermò un grande scienziato: "le nuove scoperte scientifiche portano al progresso. Ma attenzione perché il progresso può portare anche alla distruzione dell'uomo; utilizziamo pure i mezzi della moderna tecnologia, ma prima dei mezzi ci sono le persone".

(ipocinesia).

Tornando al discorso dell'abitudine a qualche sacrificio, si rifletta su come molte volte noi genitori viziamo i nostri figli, naturalmente pensando di farlo a fin di bene, per timori e apprensioni; timori e apprensioni che a volte, inconsciamente, gli trasmettiamo e che portano all'instaurarsi di certe forme di insicurezza.

Tale insicurezza viene a crearsi proprio perché non abbiamo dato loro l'opportunità di affrontare e risolvere, da soli o con amici di loro scelta, certi problemi.

Le difficoltà fanno parte della vita e quindi bisogna viverle, affrontarle e anche crearle per imparare a combatterle, non evitarle!

Le difficoltà affrontandole creano gli anticorpi per combatterle e quindi per uscirne. Sono da paragonare ad una medicina per la crescita.

Lo sport è sicuramente tra i mezzi più indicati per riuscire a fare riscoprire certi valori, certi sacrifici e certe emozioni, ricordando che le vere emozioni non si raccontano ma si provano appunto vivendole e nello sport se ne vivono tante.

In sintesi, si dice che lo sport, inteso come da definizione “svago-divertimento”, fa bene perché fa stare bene, instaura degli equilibri, con il risultato che si sta bene con se stessi, si sta bene anche con gli altri (mens sana in corpore sano).

Quando si fa attività fisica è risaputo che ci si scarica da molte tensioni accumulate; alla fine ci si sente stanchi ma successivamente, in generale, subentra uno stato di “benessere” psico-fisico dovuto dalla liberazione da parte del nostro organismo delle “Beta endorfine”, sostanze che infondono senso di sicurezza e migliorano l’umore.

Rappresentano una sorta di doping fisiologico per corpo e mente.

La pratica dell’attività sportiva, permette inoltre di instaurare nuove amicizie, insegna a convivere con gli altri e a rispettare le regole e le persone.

Nello sport c’è sempre un rapporto fra persone.

Se non si rispettano le regole, c’è un regolamento che provvede, ma soprattutto, in caso di comportamento non adeguato, sarà il gruppo stesso ad intervenire attraverso le sue dinamiche.

Si impara infatti che “se vuoi essere rispettato devi rispettare”, che “se vuoi avere devi dare”, che la correttezza delle persone è strettamente collegata al rispetto della parola data, in particolare quando non ci sono interessi personali (gratuità, volontariato).

Si vanno a toccare appunto quei valori che sono le fondamenta ideali del tessuto sociale ovvero: rispetto, solidarietà, amicizia, legame, fiducia, condivisione attraverso un insegnamento morale, culturale e formativo.

Penso che questi siano valori di non poco conto in questi tempi dove prevale la cultura dell’apparire e non dell’essere, dove vige l’errata convinzione che libertà significhi assoluta pienezza dei diritti e totale assenza dei doveri e del rispetto delle regole.

Nello sport, infatti, se non sei, se non fai, non conti, non vali, questo non riferito al mero risultato, ma all’impegno personale per ottenerlo, positivo o negativo che sia.

Seneca affermava: “Un uomo è quello che fa”, ovvero facendo si dimostra quello che si è.

Molte persone hanno potere anche se non hanno un euro perché il loro potere, la loro autorevolezza sta nell’essenza della loro attività.

È di fondamentale importanza capire che si può perdere ma come si dice in gergo sportivo “perdere a testa alta”, ovvero senza cedere per debolezza o per rinuncia, ma perdere dopo che si è dato tutto e comprendere che se si è perso è perché gli altri, in quel momento, sono stati più bravi.

La vera sconfitta non è quando si perde ma quando ci si arrende!

E qui ci si rifà al famoso detto “nello sport e nella vita si vince, si perde, ma non ci si deve mai arrendere!” Capire che se si è determinati, anche coraggiosi è perché si ha il coraggio di portare avanti i propri principi condividendoli con i propri compagni per arrivare al cosiddetto “spirito di squadra”.

In questo modo si troveranno maggiori stimoli per allenarsi e migliorarsi facendo anche qualche sacrificio in più.

In generale con la pratica dell'attività sportiva si raggiungono determinati obiettivi in base a quello che si fa e a quello che si vale, ottenendo risultati concretamente riscontrabili, a differenza di altri campi dove spesso succede che si arrivi a certi traguardi non sempre in base alle proprie capacità, ma magari con aiuti esterni, senza guardare in faccia nessuno e sinceramente non rispettando certe regole.

Quando si gioca o si gareggia ci si esprime e ci si confronta a viso aperto, con tutta la propria persona. Chi sbaglia non può nascondere l'errore o farsi raccomandare per ripararlo, se ciò accadesse si farebbe sicuramente una figura peggiore.

L'adolescente, tra l'altro, è molto sensibile al senso dell'ingiustizia e ai confronti.

Il fatto positivo di tutto questo è che si dovrà uscire dalle situazioni difficili con le proprie capacità (se sport individuale) o anche con l'aiuto dei compagni in caso di sport di squadra.

Tutto questo, ripeto, riferito allo sport di base, dove non dovrebbe esserci inquinamento (doping, grandi interessi, sport spettacolo a tutti i costi).

Quanto esposto dovrebbe farci intuire come lo sport sia importante per la formazione del carattere, per aiutarci a superare momenti critici, oppure per stare con i piedi per terra nei momenti di particolare euforia, cioè le reazioni di quando si perde o si vince ovvero, nella realtà quotidiana, le emozioni di quando le cose vanno male o vanno bene “l'agonismo di tutti i giorni”.

L'uomo che gioca, quando “è in situazione” manifesta le caratteristiche della propria personalità proprio perché impegnato come persona nella sua globalità, ricordando ancora che le vere emozioni si provano e si vivono in situazione, non raccontandole (eventi straordinari, risposte straordinarie- adrenalina- nor adrenalina).

Sempre riguardo alla formazione del carattere, si provi a pensare come in un momento particolare di una gara, sia difficile accettare l'errore dell'arbitro, del compagno, oppure l'allenatore che riprende in maniera plateale e tu, come giocatore, devi “mandare giù”, altrimenti una reazione impulsiva, come a volte succede, risulterebbe controproducente per la squadra fino a comprometterne il risultato.

Non a caso fin dall'antichità vige il detto “la palestra è scuola di vita” e nella vita si vince, si perde, ma come già detto, non bisogna mai arrendersi!

Se insisti, poi resisti, se poi resisti poi conquisti!

È chiaro che comunque si preferisce vincere!

La ricerca del risultato fa parte dello sport ed il desiderio di migliorare è positivo, lodevole.

L'essenza stessa della vita sta nell'impegnarsi a fare sempre meglio. L'importante è che non diventi desiderio di primeggiare a tutti i costi (doping e stupefacenti in generale, corruzione).

Così come l'agonismo risponde all'esigenza spontanea dell'uomo di misurarsi con la natura, con gli altri e con se stesso (competizione).

In quest'ottica riveste grande importanza la figura, il ruolo di chi si trova a gestire il gruppo precisando che più che gestire, termine adatto per gruppi di adulti, con i giovani bisogna soprattutto costruire, educare, far crescere.

Non a caso questa figura è stata definita con il termine di "al educatore" che chiaramente sta a significare "allenatore/educatore".

Dovrebbe essere una persona con esperienza costruita nel tempo e soprattutto avere l'umiltà di confrontarsi con gli altri, e anche sapere ascoltare i giovani con cui si fa attività.

Un insegnante/allenatore quindi, dovrebbe sempre ascoltare, imparare e anche cambiare. Mio nonno diceva sempre "al mondo ci sono due tipi di persone, quelli che portano la carriola e quelli che la fanno portare. Nel tempo se si impara a portarla bene, poi si sarà in grado di farla portare agli altri che a loro volta ti apprezzeranno perché sanno che l'hai portata a lungo e quindi per loro rappresenti un riferimento importante e ti ascolteranno sempre" (acquisizione di autorevolezza).

Come valido esempio per comprendere l'importanza del confronto riporto quanto mi disse tempo fa una simpatica collega di pedagogia: "se due amici si scambiano un euro, alla fine si ritrovano in tasca sempre un euro ciascuno. Ma se si scambiano due idee alla fine entrambi si arricchiscono di un'idea in più."

Purtroppo ritengo che in molti casi noi insegnanti/allenatori soffriamo di una "malattia"; quella di continuare a parlare e di saper poco ascoltare.

Nello specifico gli istruttori in campo sportivo dovrebbero essere "promotori di valori dello sport".

Oltre alla competenza specifica e specialistica occorrerebbe la patente di "idoneo allo sport" e all'insegnamento in generale, dove vige il principio che nello sport si manifesta l'etica del rispetto per l'uomo in quanto "persona", cioè rispetto per quanto di umano c'è in un uomo che si supera (o cerca di superarsi) con le sue sole forze e non con mezzi illeciti.

Tutto questo attraverso un insegnamento morale, culturale e formativo.

Scuola e attività sportiva esercitano una importante funzione da "ponte" fra adolescenza ed età adulta dove appunto è molto importante la figura di chi tiene per mano i nostri ragazzi nell'attraversamento di questo ponte per fornirgli quell'importante azione di sostegno e di equilibrio, soprattutto quando il ponte traballa.

Ecco perché un educatore dovrebbe conoscere tutto sulla persona, la materia o la tecnica.

Una vecchia maestra quando apprese che avrei fatto l'insegnante mi disse una frase che non ho mai dimenticato : "ricordati Ilario che se si vuole insegnare il latino a Pierino bisogna conoscere bene il latino e Pierino".

Mi permetto di fare una critica: nella maggior parte dei casi, ai corsi allenatori o durante il corso degli studi universitari, non vengono minimamente trattate la psicologia e le problematiche dell'età evolutiva, andando poi a lavorare quotidianamente con i giovani senza conoscerne fino in fondo le caratteristiche, facendo esperienza non solo sulla propria pelle, ma soprattutto su quella degli altri.

Tra l'altro riunioni e corsi di aggiornamento poche volte sono indirizzati a tale scopo. Dal mio punto di vista nella maggior parte delle occasioni servono solo a complicare le cose, vedi compilazione schede varie di programmazione e valutazione, dove si devono scrivere cose troppo tecniche e complesse.

Fortunatamente, sembra che piano piano si ritorni un po' con i piedi per terra.

Pare infatti che durante la formazione, oltre naturalmente alle conoscenze specifiche, si dovrebbe dare ampio spazio alla metodologia ed alla didattica ovvero "insegnare ad insegnare".

Ci sono molti insegnanti/istruttori che a livello di conoscenza valgono 100, ma sanno dare solo 30 ai loro allievi.

Quindi a livello di insegnamento valgono 30 su 100, ed è la loro professione!

A tale proposito cito una barzelletta raccontatami come sempre da quel buon burlone che era mio nonno.

Per la verità lui lo riteneva un fatto realmente accaduto.

Quando fu inventato il trattore venne a mostrarlo ai contadini del paese un famoso ingegnere che, senza farlo scendere dal vagone ferroviario iniziò a descriverne le importanti e innovative caratteristiche. Nella lunga descrizione sfoggiò tutto il suo sapere descrivendo le varie parti del mezzo, utilizzando però una terminologia sicuramente non adatta agli ascoltatori.

Al termine della descrizione e del brindisi finale chiese agli agricoltori se quanto esposto fosse stato tutto chiaro e se qualcuno avesse delle domande.

Al che, a nome di tutti, timidamente un contadino chiese: "Ma per farlo funzionare i buoi o i cavalli dove si devono attaccare?!"

Della serie la troppa informazione crea confusione!

Si ricorda che la soddisfazione di un insegnante /istruttore non deve essere solo quella di insegnare le soluzioni dei vari problemi, ma quella di vedere che gli allievi trovano le soluzioni attraverso il suo insegnamento. E questa è la differenza fra insegnamento, dove si rende protagonista l'allievo nella fase di apprendimento, e addestramento.

Questo ci fa comprendere la complessità nell'affrontare le tematiche del settore formativo/educativo ed ecco perché si ritiene sempre più indispensabile la presenza di esperti del settore.

(Chi ha portato la carriola!).

La maggior parte delle società sportive, soprattutto quelle che svolgono attività con i giovani, vanno avanti grazie all'impegno di persone che, molto motivate (motivati all'azione, al fare e non solo al parlare!), dedicano gratuitamente il loro tempo libero a questo fine.

Pertanto sarebbe opportuno che gli organi competenti favorissero e facilitassero il lavoro di chi si impegna in tale direzione, tenendo sempre bene presente che, investendo nel sociale, il beneficio lo si otterrà a lungo termine.

Scuola e sport di base non sono un'impresa!

L'importante è crederci e dare continuità a queste forme di investimento affinché nel tempo si ottengano i risultati attesi.

È sicuramente di primaria importanza che chi deve prendere decisioni in tal senso siano persone che abbiano maturato esperienza in campo specifico (ripeto: chi ha portato a lungo la carriola!).

Purtroppo l'impressione di molti è che chi dirige dall'alto spesso siano persone senza l'adeguata competenza senza "esperienza sul campo";

burocrati che dicono e propongono perché pensano di sapere, ma non possono sapere perché non hanno fatto o fatto troppo poco nel campo specifico;

spesso propongono dopo aver sentito dire o per convenienza!

Io li definisco "sportivi da salotto, o da bar".

Queste persone e a chi non crede nei valori dello sport bisognerebbe invitarle a riflettere sulle seguenti considerazioni:

-la maggior parte di chi ha praticato sport raramente ha creato problemi sociali;

-i ragazzi che fanno sport quando si ritrovano spesso parlano della loro attività, dei problemi del loro gruppo e come risolverli, quindi socializzano e sono più solidali con il prossimo;

-chi la sera del sabato ha giocato una partita più difficilmente abuserà di alcolici o sostanze stupefacenti (si è già "scaricato") e quindi non si farà del male e non farà del male agli altri (leggi stragi del sabato sera).

-chi gioca la domenica mattina e si dovrà alzare presto per la partita, difficilmente ritornerà a casa a mattina inoltrata, oppure se lo farà, in genere ritornerà in condizioni normali;

-chi fa o ha fatto sport non si comporta da tifoso sconsiderato (fanatico) ma rispetta gli avversari, così come i genitori che hanno praticato sport educano i loro figli ad un tifo moderato e li indirizzeranno ad un'attività sportiva in modo da assumere comportamenti ed abitudini che gli torneranno utili da adulti.

In particolare per fare comprendere che la violenza, soprattutto nello sport, non è mai

utile.

È giustificabile solo quando serve per la sopravvivenza.

Quanto più si fa sport meno ci si esalta per quello degli altri, ma lo si apprezza, ci si diverte e anche si impara nell'osservare lo spettacolo sportivo.

Tutti si ricorderanno che nel 1985 a Bruxelles, durante un incontro di calcio, persero la vita diverse persone, addirittura calpestate e soffocate dalla massa di tifosi (fanatici).

Fu detto che se ci fossero stati muri e reti più alte la tragedia non sarebbe avvenuta. Giustamente qualcuno replicò: "non servono muri più alti o reti più alte, ma valori più alti".

Purtroppo lo sport ha perso nel tempo molti dei suoi valori più significativi seguendo l'andamento della società.

Una società sempre più industrializzata e più utilitaristica produce uno sport industrializzato e utilitaristico andando a sfociare in quelle che sono le patologie dello sport:

- 1- a livello individuale, quando viene esercitato come esibizionismo. In questo caso spesso gli atleti drammatizzano certe situazioni innescando autentiche scintille che fanno scatenare i tifosi (fanatici sugli spalti). Senza violenza in campo difficilmente ci sarebbe violenza sugli spalti!
- 2- A livello collettivo, quando prevale il commercialismo.

-Infine, non è forse il caso di chiedersi come mai l'attività sportiva è sempre maggiormente utilizzata come terapia riabilitativa e di recupero per chi ha problemi psicofisici (comunità, case di cura) e questo non dovrebbe ricordarci il detto: prevenire è meglio che curare!

È importante ricordare che spesso i giovani hanno dei momenti particolari dove, per un certo periodo di tempo, danno ad esempio priorità assoluta ad una cosa sola (ragazzo/a, amico/a, studio, lavoro, sport, ecc.).

Nel momento in cui questa viene a mancare "casca il mondo" e, purtroppo, non sempre sono sufficienti famiglia e scuola ad aiutarli per superare queste difficoltà, che portano ad imboccare a volte strade molto pericolose per cercare di uscirne.

È qui che subentra la grande importanza del gruppo (non solo gruppo sportivo, ma qualsiasi altro tipo di aggregazione).

Questo per sottolineare che non devono esistere priorità assolute.

È chiaro che a seconda dei momenti ci saranno priorità più o meno importanti!

Bisogna evitare che si formino persone "ad un'unica dimensione" ma arrivare nel tempo a formare persone armonicamente costruite: mente, cuore, volontà e solidarietà verso il prossimo.

Detto questo si spera che quanto illustrato induca a riflettere in modo che sport e

tempo libero ottengano una considerazione più consona ai loro valori allo scopo di contribuire per l'instaurazione di un certo equilibrio nel complesso processo educativo/formativo e anche nella quotidiana convivenza.

ILARIO BONANDI

*SIETE LIBERI DI DIFFONDERE QUESTO SCRITTO NON ALTERANDOLO NELLA FORMA E NEL CONTENUTO E CITANDOMI COME FONTE.
ILARIO BONANDI*