

DIDATTICA A DISTANZA 10

Buongiorno ragazzi. Siamo quasi giunti alla fine del nostro percorso nel quale abbiamo voluto sottolineare l'importanza dello sport per l'educazione, la prevenzione e la socializzazione. Esso è davvero una lezione di vita continua che allena a tirar fuori il meglio di sé : io l'ho capito nelle tante esperienze che ho fatto in tutti questi anni di insegnamento nelle scuole e nelle tante società in cui ho avuto la fortuna di allenare. Oggi, considerando anche gli argomenti che molti di voi discuteranno durante l'esame, vi parlerò di quel legame di condivisione che si crea all'interno di un gruppo sportivo: un'emozione unica che solo chi ha provato in prima persona può descrivere.

IL MIO PENSIERO

Una squadra non è solo frutto di prestazione agonistica, ma è anche il risultato di una serie di virtù dalle quali dipende il suo successo: l'intesa, la collaborazione, la capacità di amicizia e di dialogo, la lealtà, il rispetto, la correttezza. Sono queste e altre simili qualità che possono contribuire a restituire al mondo dello sport, spesso turbato da fenomeni di violenza e di speculazioni, la sua chiara finalità.

“Tutti per uno, uno per tutti” è il motto dei tre moschettieri, conosciuto da tutti. Nessun atleta può riuscire a fare ciò che possiamo realizzare insieme, nemmeno coloro che praticano sport individuali quali il tennis, l'atletica, il golf ... Dietro al risultato di una persona ci sono l'affetto dei suoi cari, la professionalità del suo staff, la passione dell'allenatore ... Negli sport di squadra, ovviamente, questo vale ancora di più. È sempre la squadra che vince e perde, al di là della prestazione di un singolo giocatore. Però, non basta vivere accanto agli altri per formare una squadra. Le sedie sono una accanto all'altra, ma non fanno gruppo. Esso non è solo la somma dei singoli. Per fare gruppo occorre non solo saper stare insieme, ma anche avere un preciso obiettivo comune. Gli interessi della squadra devono essere messi al di sopra di quelli dei singoli componenti.

LA FORZA DI UNA SQUADRA

Di solito definiamo sport di squadra solo quelle attività che vedono il coinvolgimento di un team, anche se questo stesso senso di collaborazione può venirsi a creare

anche in tutti quei luoghi dove è presente una forte coesione sociale: palestre, camminate di gruppo in montagna, corse di gruppo in bicicletta o a piedi ... La condivisione di tanti momenti contribuisce a creare dei solidi legami di amicizia e ci permette di migliorare le nostre prestazioni sportive: è una sorta di meccanismo sociale che nasce e che ci fa dare il meglio di noi per raggiungere un obiettivo comune.

Un vero gruppo è un insieme di persone che interagiscono, si sentono e si percepiscono unite, perseguono scopi condivisi da tutti. La comunicazione deve essere ricca di messaggi e soprattutto vi deve essere la capacità del singolo di mettersi nei panni dell'altro. Negli sport di squadra, in particolare, è necessario che ognuno desideri mettere il compagno nelle condizioni ottimali per adempiere al suo compito, nel massimo della serenità e dell'efficienza. Un gruppo per funzionare bene deve avere delle regole di condotta chiare ed accettate da tutti: norme e valori di gruppo sono una "colla" che tiene uniti i membri della squadra sviluppando "il **sentimento di appartenenza**"; i membri del gruppo acquisiscono la volontà e la motivazione di essere parte del gruppo che ha delle finalità e degli obiettivi ben definiti condivisi da tutti. Per arrivare a questo, ed è questa la tappa d'arrivo che conta, si è passati attraverso una serie di conflitti fatti di crescite, ma anche abbandoni, che però sono stati tutti elementi psicologici necessari all'acquisizione individuale di quel sentimento che è il vero elemento di coagulo del gruppo.

FARE SPOGLIATOIO

Sentirsi parte di un contesto sociale è uno dei bisogni primari di ogni persona. Infatti, una delle principali motivazioni allo sport è legata al desiderio di vivere e di raggiungere obiettivi sentendosi parte di un gruppo. Lo sport, anche quello individuale, è sinonimo di capacità di vivere con gli altri.

Fare gruppo, però, non è facile. Se in una squadra manca la coesione difficilmente essa potrà esprimersi al massimo delle sue potenzialità. Spesso si dedica molto tempo alla tecnica, alla tattica e alla preparazione fisica senza soffermarsi sull'importanza della collaborazione, oppure si pensa che l'importante sia giocare in una squadra forte. Invece le squadre forti sono costituite da giocatori che si stimano, che si comprendono e che condividono gli stessi obiettivi. Condividere significa partecipare alle emozioni degli altri, lavorare per una meta comune, in un giusto

equilibrio tra orgoglio e capacità di mettersi in relazione con gli altri componenti del team. Alcune volte condividere risulta molto complicato. Si pensi al canottaggio a due, a quattro, a otto. Si sta sulla stessa barca, ma non è facile fare nello stesso tempo i medesimi gesti, accordare in un colpo solo le teste, le gambe, le braccia e, addirittura, i respiri. Serve un grande feeling. Per questo sono importanti la conoscenza e la sintonia interiore e, spesso, una vera e propria amicizia. Il rapporto con gli altri è esperienza di tutti. Assieme agli altri, lo sconforto è dimezzato e la gioia viene moltiplicata. Forse è proprio nella pallavolo che questo momento trova la sua massima consacrazione (ma anche negli altri sport): l'atleta che ha appena realizzato un punto viene congratulato dai compagni, le mani si rincorrono e si schiaffeggiano, le braccia si richiamano l'una con l'altra.

Fare spogliatoio è, quindi, piangere e arrabbiarsi insieme per una sconfitta immeritata. Spogliatoio è saltare insieme dopo una vittoria insperata. Spogliatoio è saper stare in panchina, sempre allenati, pronti a subentrare non appena l'allenatore lo richiede. Spogliatoio è accettare di essere sostituiti per il bene della squadra, senza andare in escandescenze. Spogliatoio è evitare di puntare il dito su un giocatore per rimettersi tutti in discussione. Spogliatoio è essere il tifoso numero uno dei propri compagni, così da incoraggiarli nelle difficoltà e riprenderli correttamente quando non si attengono al loro ruolo.

HANNO DETTO ...

Valerio Bianchini (allenatore di basket): “ Negli sport di squadra gli atleti devono avere l'umiltà di mettere le loro capacità sempre al servizio del bene comune, perché non c'è salvezza al di fuori del gruppo: in una squadra l'individualista non ha possibilità. E devono avere la sensibilità di capire quando il compagno ha più bisogno del loro aiuto per essere poi aiutati a loro volta”.

Gigi Riva (campione di calcio): “ Ai miei tempi era molto forte il senso di appartenenza, il gusto di vestire una maglia. A distanza di decenni, noi di quella squadra ci troviamo ancora. Oggi il calcio sottintende troppi interessi. Con le offerte economiche che circolano, è difficile che uno possa fermarsi tanto a lungo in una società, essere una “ bandiera”.

Arrigo Sacchi (allenatore di calcio): “ Quando lo spartito è dettato più dall’estro del singolo che dalla comune visione di gioco, la musica che ne esce non è mai ottimale. Undici solisti non fanno mai una buona squadra”.

“ Ogni maledetta domenica” è il titolo di un film interpretato da Al Pacino, che veste i panni di un allenatore di football americano. Vi riporto qui di seguito parte del discorso con cui motiva la sua squadra negli spogliatoi, poco prima di scendere in campo per giocarsi l’accesso ai play off. Poche persone sanno che il film si ispira a un fatto realmente accaduto e che il personaggio nella realtà era Vincent Lombardi, l’allenatore dei Green Bay Packers: “ Non so cosa dirvi, davvero ... Tre minuti alla nostra più difficile sfida professionale. Tutto si decide oggi. Ora noi, o risorgiamo come squadra, o cederemo, un centimetro alla volta, uno schema dopo l’altro fino alla disfatta. Siamo all’inferno, signori miei, credetemi ... E possiamo rimanerci, farci prendere a schiaffi, oppure aprirci la strada, lottando, verso la luce. Possiamo scalare le pareti dell’inferno un centimetro alla volta ... Io però non posso farlo per voi, sono troppo vecchio ... La nostra vita è tutta lì, in questo consiste: è in quei dieci centimetri davanti alla faccia. Ma io non posso obbligarvi a lottare. Dovete guardare il compagno che avete accanto, guardarlo negli occhi. Io scommetto che ci vedrete un uomo determinato a guadagnare terreno con voi, che ci vedrete un uomo che si sacrificherà volentieri per questa squadra, consapevole del fatto che, quando sarà il momento, voi farete lo stesso per lui. Questo è essere una squadra, signori miei. Perciò, o noi risorgiamo adesso, come collettivo, o saremo annientati individualmente. È il football, ragazzi, è tutto qui. Allora ... che cosa volete fare?”

FERMIAMOCI UN MOMENTO

- Cosa serve, secondo te, per far funzionare un gruppo?
- Nella tua squadra ci sono regole precise che tutti rispettano?
- Nella tua squadra, quando qualcuno è in difficoltà, viene aiutato dagli altri?
- Parlate tra voi e con l’allenatore delle difficoltà che avete incontrato in partita e di come affrontarle in futuro?
- Sei orgoglioso di far parte della tua squadra?
- Secondo te cosa è “ spogliatoio” e cosa serve per fare spogliatoio?
- In un momento difficile (durante una gara, un allenamento ...) sei stato aiutato da qualcuno? Hai aiutato qualcuno? In che modo?

- Sei d'accordo con questa affermazione: " Lo sport è lo specchio della società. Se questa è egoista, come può essere diverso lo sport?"
- Racconta qualche episodio nel quale ti sei sacrificato per la squadra. Che cosa hai provato? Gli altri hanno apprezzato il tuo gesto?

A presto ragazzi, un abbraccio...