

LABORATORIO SPORTIVO: TUTTI INSIEME CON LO SPORT

RUGBY: IL GRUPPO COME REALIZZAZIONE DI SE'

PREMESSE

In questi ultimi anni il rugby sta avendo un notevole sviluppo all'interno della nostra società. Molti giovani e meno giovani si avvicinano a questo sport e trovano in esso un forte coinvolgimento e sviluppano un profondo senso d'appartenenza alla pratica di gioco e ai valori soggiacenti.

In effetti, in una cultura principalmente individualista scoprire che la squadra e, quindi, lo spirito di gruppo, è indispensabile per vincere risveglia in noi il legame con l'altro fondato sul rispetto reciproco e sulla lealtà.

Il rugby veniva, in passato, anche non tanto lontano, emarginato in quanto considerato violento. In realtà non è così: è sì sport di contatto e di combattimento, ma, come già sottolineato sopra, si basa sul rispetto del compagno e dell'avversario. Ogni atto volto al puro desiderio di far male all'altro viene severamente punito con sanzioni che non riguardano solo il singolo ma l'intera squadra.

Quindi la nostra scuola propone il rugby in quanto lo considera uno sport dagli alti aspetti pedagogici i quali possono essere riassunti in due principi: è sempre necessario avanzare per mettere in difficoltà l'avversario, così come si deve fare nella vita, in momenti sia positivi sia negativi, perseverando nell'impegno senza mai scoraggiarsi; è sempre necessario sostenere il compagno che attacca e difende, in questo modo si stimola il senso di solidarietà e lo spirito di cooperazione.

Si imparano così valori che stanno alla base di qualunque gruppo, anche quello di classe. Tramite il gioco si acquista la destrezza nell'interiorizzare le regole, nel rispettare decisioni prese dalle figure di riferimento (allenatore e arbitro), nel diventare consapevoli di sé e nel creare un gruppo partecipando attivamente, in quanto chiunque è importante e indispensabile non solo per vincere ma soprattutto per giocare.

Sfruttando la caratteristica fondamentale del rugby, cioè il contatto, si facilita l'espressione della propria aggressività, aspetto che fa parte di ciascuno di noi, e poiché sono qualità ricercate nel giocatore, devono essere conosciute, controllate e non possono mai sfociare nella violenza fine a sé stessa.

PROGETTO

1. Obiettivi educativi:

- Rispetto delle regole
- Rispetto dei compagni
- Collaborazione
- Rispetto dell'avversario
- Fiducia in se stessi
- Superamento della paura del contatto
- Capacità coordinative
- Capacità condizionali

Mi rendo conto che questi obiettivi sono molto alti e difficili da raggiungere soprattutto se si riferiscono a un'esperienza di otto settimane. Il mio intento, quando ho proposto questo laboratorio, è quello di far conoscere ai ragazzi/e il gioco del rugby e ai loro insegnanti e genitori i valori e i principi che ne stanno alla base. Per questo motivo mi sento in dovere di specificare ciascun obiettivo.

Il primo riguarda il rispetto delle regole, fondamentale in qualunque società, che riguarda in modo particolare la scuola e la sua funzione educativa e di formazione di cittadini consapevoli. Attraverso il gioco di squadra gli alunni imparano che l'infrazione non nuoce solo a chi la commette, ma a tutta la squadra. Quindi devono interiorizzare che solo rispettando le regole si raggiungono gli obiettivi prefissati. Il gioco, che noi proponiamo tramite sia esercizi di conoscenza delle regole sia partite realizzate sul campo, diventa il mezzo con il quale l'educatore trasmette un concetto complesso come quello del rispetto delle regole che va di pari passo al lavoro svolto dagli insegnanti in classe. Entrambe le attività sono finalizzate alla preparazione del giovane ad entrare nella società e a farvi parte in modo attivo e a crescere nel rispetto di sé, dell'altro e delle regole.

Un altro elemento fondamentale è il rispetto dei compagni. Infatti attraverso questo concetto gli alunni imparano a relazionarsi con gli altri e a collaborare o competere in maniera costruttiva. Essendo il rugby uno sport di squadra e di contatto sarà il gioco stesso a insegnare agli studenti che i compagni fanno parte dello stesso gruppo di persone che condividono uguali fatiche, gioie e delusioni. Stesso fine che si vuole raggiungere nella realizzazione di un gruppo classe e nell'integrazione in esso di tutti.

Di conseguenza si raggiunge, una volta rispettati i compagni, la collaborazione tra questi fino a realizzare una squadra vera e propria, alle cui fondamenta vibrano rispetto e senso d'appartenenza. Tramite il rugby chi gioca impara a collaborare per raggiungere un obiettivo comune: la vittoria raggiunta con la realizzazione di più punti possibili, tramite. Per inseguire questo risultato c'è bisogno dell'impegno di tutti e quindici i giocatori: c'è chi deve correre velocemente per raggiungere la zona di meta e chi deve difendere e resistere agli attacchi degli avversari. Per questo è bene, nel rispetto del ragazzo, partire da una risoluzione individuale del problema per poi giungere, seguendo i tempi di questo, alla cooperazione nel gruppo portando con sé la propria esperienza individuale di vita. Si ottiene così la consapevolezza che nessuno è inutile all'obiettivo comune ma ognuno può partecipare al raggiungimento dello stesso mettendo a disposizione della squadra le proprie capacità. Viene così stimolata la valorizzazione delle qualità e potenzialità personali, la solidarietà e l'attitudine al lavoro di gruppo.

Non di meno importanza è il rispetto per l'avversario. Questo è un elemento fondamentale per il gioco stesso e per la sua valenza educativa. Infatti è importante che l'alunno capisca da subito, praticando il gioco con la realizzazione della partita, che senza l'avversario il rugby non può esistere. Inoltre il fatto che questo sport sia di contatto e di combattimento permette a chi lo pratica, anche per la prima volta, di sviluppare il rispetto per l'avversario. A dimostrazione di ciò, a fine di ogni partita, è tradizione che si formi "un corridoio" dove i giocatori di entrambe le squadre si salutano applaudendosi e stringendosi la mano per sottolineare il fatto che essere avversari non significa essere nemici. E' anche consuetudine che la squadra di casa invita quella ospite a mangiare e a bere (terzo tempo) proprio per sviluppare e potenziare quel rispetto e quella lealtà tra avversari necessarie al gioco.

Fino a questo punto ho parlato di un aspetto indispensabile del rugby: il rispetto. E' indubbio che questo non si possa raggiungere senza il rispetto e la considerazione profonda del singolo. E' l'individuo che con la sua storia e con le sue capacità può creare e partecipare attivamente nella squadra. E' per questo che è importante sviluppare e programmare esercizi e giochi che prima di tutto sviluppino la fiducia in se stessi. Infatti, attraverso il corpo e il movimento che sono elementi fondanti del rugby, gli allievi accrescono la consapevolezza dei propri mezzi e

capacità. Nelle partite, spesso, si richiedono molti sforzi fisici e una forte motivazione a giocare “combattendo”: i compagni di squadra si incitano a vicenda e si sostengono nei momenti di fatica e di difficoltà. Ma per poter raggiungere uno spirito di gruppo affiatato e “guerriero” ogni singolo giocatore deve conoscere se stesso e deve continuamente mettersi alla prova sfidandosi. Per questo, anche in una situazione come quella che proponiamo noi di pura conoscenza, si propongono agli allievi esercizi commisurati alle loro capacità e con difficoltà progressive, prima globali e poi specifiche, così che, provando, si accorgano di essere capaci di affrontare anche situazioni complesse.

Negli sport che comunemente vengono praticati a scuola (calcio, basket, pallavolo, pallamano...) il contatto tra giocatori è severamente vietato e viene per questo punito. In questo modo, però, non si permette al giovane uomo o donna di sperimentare la propria forza e aggressività. Si richiede ai nostri alunni di essere in grado di distinguere i luoghi in cui è opportuno confrontarsi fisicamente e, quindi, “sfogarsi” e luoghi in cui è opportuno mantenere e avere un comportamento, così detto, rispettoso. Ma noi in quanto educatori ci dobbiamo porre la domanda se effettivamente riusciamo a creare quei contesti all’interno dei quali i nostri studenti possano esprimere anche quei comportamenti che normalmente devono essere repressi. Il gioco del rugby, dunque, prevedendo anche il contatto permette a chi si avvicina a questo sport di sperimentare la propria forza e di superare quella barriera che spesso si frappone nella relazione quotidiana imposta per non invadere lo spazio altrui. Così si viene a conoscenza della propria fisicità e di quella dell’altro, anche di coloro che normalmente si evita di toccare, come i ragazzi/e diversamente abili e stranieri. Giocando, quindi, si conosce di più se stessi, anche quelle parti che quotidianamente vengono lasciate inesprese, e si supera la diffidenza dell’altro perché, nel rispetto suo e delle regole, lo si conosce da vicino.

Questo laboratorio è inserito in un quadro più ampio delle attività motorie, quindi non possono mancare obiettivi strettamente legati alla motricità degli/delle alunni/e, quali coordinazione e capacità condizionali. Per questo si è individuato nel rugby un ottimo strumento per lo sviluppo delle capacità coordinative, infatti, grazie all’uso della palla ovale e alla dinamica del gioco , che ha come principio l’avanzamento, passando, però, il pallone all’indietro, attraverso la ricerca dello spazio che si modifica durante il gioco, il giocatore sviluppa la percezione e il controllo del proprio corpo e le capacità coordinative dinamico generale, spazio temporale, oculo-manuale e intersegmentaria. Grazie alla forza necessaria in tutte le situazioni di lotta, il rugby è un buon mezzo per sviluppare le capacità condizionali, quali la resistenza e la rapidità. La prima si manifesta in modo globale durante il gioco attraverso il volume del lavoro, aspetto fondamentale anche per i neofiti. La seconda prevede non solo la capacità di agire e reagire con prontezza, di scattare e di correre velocemente per fare meta, di passare la palla rapidamente, e arrestarsi ma anche quella di intuire celermente e di sfruttare la situazione esistente. Nel rugby, quindi, viene anche sviluppata una rapidità intesa come abilità psichico-cognitiva che si manifesta nella rapida intuizione, nell’individuazione delle situazioni problematiche e nella loro risoluzione in tempi brevi.

2. Obiettivi formativi

- Adesione completa ad un programma prestabilito
- Accettazione del proprio e dell’altrui ruolo
- Riconoscimento dei ruoli e delle figure di riferimento
- Condivisione di un progetto comune
- Coscienza del progetto scolastico e della strutturazione degli impegni
- Disponibilità ad un impegno assunto
- Uso corretto dell’attrezzatura e rispetto delle indicazioni relative all’abbigliamento adeguato

3. Organizzazione

L'attività è inserita a pieno titolo nel piano di studio di Educazione Fisica dei ragazzi partecipanti. E' rivolta a tutte le classi del plesso scolastico, questo per uno scopo ben preciso. Costituire una squadra di rugby dell'istituto dopo aver svolto un mini torneo tra le classi che hanno partecipato al laboratorio. Sono quindi previsti quattro incontri in palestra durante le ore di Educazione Fisica e quattro, sempre nelle ore curricolari, al Centro Sportivo al Bione. Si sottolinea la disponibilità per il trasporto dell'autobus utilizzato il martedì e il venerdì dalle 11.00 alle 13.00, che accompagna i ragazzi delle prime in piscina (posti previsti circa in 100, compresi quelli in piedi). Una volta svolto il mini torneo saranno selezionati, in base all'impegno, all'interesse e al risultato, i ragazzi/e che andranno a formare una squadra delle classi prime e seconde (maschile e femminile) e una squadra solo delle terze (maschile, in base alle adesioni anche una femminile), ciascuna di quindici-sedici giocatori, che parteciperanno ai Giochi Studenteschi che si terranno verso fine Aprile. Sono, quindi, previsti tre allenamenti prima della competizione.

Il gruppo sarà guidato da un istruttore esterno e le classi partecipanti sono:

5. Vincoli interdisciplinari

- In nessun caso lo scarso rendimento scolastico o il non rispetto delle norme di comportamento durante lo svolgimento delle normali attività scolastiche avranno conseguenze sulla partecipazione alle attività di rugby.
- Il diritto alla partecipazione alle attività corrisponde al dovere e alla condivisione di un impegno serio e di un'adesione alle regole prestabilite.
- Il diritto e la modalità di partecipazione sono avvalorate dalla collaborazione tra educatrice, insegnante di Educazione Fisica e istruttore.
- I parametri di valutazione sono l'impegno e l'applicazione delle tecniche.
- Tale valutazione potrà trovare spazio sulla pagella e nei rapporti con i genitori.
- Nessuno, per motivi scolastici, potrà impedire ai/alle ragazzi/e di partecipare alle attività.
- Durante gli incontri la presenza di una o più educatrici sarà di supporto e di affiancamento, nel caso della presenza di ragazzi disabili, all'istruttore, cui spettano tutte le decisioni e le scelte sulla conduzione del gruppo.

6 Modalità

Proprio per raggiungere queste alte finalità appena descritte vengono previsti due momenti diversi. Il primo è volto alla conoscenza teorica e pratica dei fondamenti del gioco. Per questo saranno proposti esercizi di coppia e in piccolo gruppo, in modo tale che ogni singolo partecipante possa fare i conti con le proprie aspettative, capacità e potenzialità. Il secondo è finalizzato alla realizzazione vera e propria del gioco. Quindi inizialmente si prevedono delle attività di gruppo per poi giungere alla concretizzazione della partita. Così si passa dal singolo al gruppo e dalla consapevolezza di sé alla costruzione di una squadra e al senso di appartenenza ad essa.

7 Assistenza

Previsto lo spostamento degli alunni/e al Centro Sportivo Bione si chiede la flessibilità di orario per avere, durante la quattro settimane fuori scuola, due ore di Educazione Fisica consecutive, la collaborazione degli insegnanti per permettere ai ragazzi/e gli allenamenti della squadra d'istituto e la partecipazione di tutti i consigli di classe nell'aderire al progetto.

CONCLUSIONI

Il rugby è uno sport di origine anglosassone. Con esso si possono ripercorrere le tappe della colonizzazione inglese e della creazione del commonwealth britannico. Ma nello stesso tempo si intravedono le caratteristiche tipiche della cultura anglosassone che prevede e incentiva l'appartenenza a un gruppo all'interno del quale è prevista la realizzazione e il riconoscimento di sé. Tramite la nascita di una squadra e la realizzazione di partite tra gli/le alunni/e coinvolti si vuole promuovere una filosofia di insegnamento che vede innanzi tutto lo sport come mezzo per l'espressione di sé, come strumento di realizzazione del senso di appartenenza ad un gruppo (squadra, classe e scuola) e come momento di integrazione e socializzazione per ragazzi/e stranieri e diversamente abili. In secondo luogo lo sport, nello specifico il rugby, assume un valore pedagogico in quanto espressione di una modalità di relazione educativa che vede al centro della sua attenzione il discente e le sue esigenze e i suoi desideri e che vede già nell'esperienza stessa un momento per apprendere. Al fine di raggiungere tutto ciò saranno riservati dei momenti specifici per riflettere su ciò che accaduto.

Responsabile: Educatrice Biagi Clara

Firma _____

Istruttore _____

Per presa visione

Prof.ssa _____