

Autonomia, arte e magia: per uno sport che educa al cambiamento

*Può la pratica sportiva ispirarsi alle culture giovanili per rafforzare il suo valore formativo, per promuovere valori controcorrente nella società attuale?
Alcune riflessioni da condividere con educatori e responsabili di attività sportive con bambini e giovani.*

di Davide Fant e Francesca Milan



Nel libro “Pedagogia hip-hop”¹ ho raccontato come nella cultura di strada che comprende forme espressive quali il rap, i graffiti, il djing, il breaking, i giovani approccino queste pratiche come se fossero discipline sportive. Ho sottolineato come questa attitudine si sia rivelata uno degli aspetti più rivoluzionari ed efficaci dal punto di vista della crescita e dell'apprendimento.

I ragazzi impegnati nella cultura hip-hop scrivono le proprie rime, provano i loro passi di danza, studiano graficamente le lettere dei loro graffiti come se si stessero preparando ad una gara sportiva. Vogliono sviluppare il loro stile, diventare dei “king”², per ottenere questo riconoscimento si sfidano in vere e proprie “battle”, gare in cui si scontrano a colpi di rime improvvisate sul tempo (il cosiddetto *freestyle*) o di passi di danza acrobatici, si confrontano nella bellezza e complessità dei graffiti, cercando di evolvere la lettera con maestria grafica sempre più raffinata. Attraverso le arti hip-hop i giovani competono, divertendosi sentono di evolvere e di valere, ed esprimono parti di sé. Nel gioco dell'hip-hop ci sono anche le squadre, si chiamano *crew*, all'interno delle quali i giovani apprendono dai compagni più esperti la tecnica delle diverse discipline e insieme trovano rifugio e sostegno anche per le vicende più faticose della propria vita.

¹ Fant D., Pedagogia hip-hop – gioco, esperienza, resistenza, Carocci, Roma, 2015

² Appellativo riconosciuto a chi eccelle nelle discipline artistiche hip-hop

Un mix di gioco, magia, espressione di sé per affrontare la contemporaneità

Creando un territorio in cui si “mixano” insieme espressività, magia, competizione giocosa, i giovani coinvolti nella cultura hip hop generano un contesto di benessere e divertimento al di fuori dei contesti commerciali, una sensazione positiva anche nella fatica di cercare costantemente di superarsi. Attraverso questa ricetta viene generato uno spazio “altro”, un luogo alternativo all'esperienza contemporanea dove l'ansia per il successo, la precarietà, la paura del giudizio e del fallimento sono vissuti quotidiani, dove la stessa avventura dell'apprendimento viene ridotta alla foga di accumulare competenze per essere all'altezza di un mercato del lavoro sempre più precario³. Nella pratica delle arti hip-hop si crea uno spazio sociale e culturale in cui ognuno può evolvere il suo essere speciale senza il rischio di fallire, di essere etichettato come un perdente.

Quale relazione tra sport e culture artistiche giovanili?

La mia ricerca ha fino ad ora evidenziato quanto l'espressività giovanile, in particolare quella legata all'hip-hop, abbia un forte valore educativo in quanto incorpora alcune caratteristiche chiave tipiche dello sport: mutuo sostegno nella squadra, sfida con gli altri e sfida con se stessi, tensione mente-corpo.

Ciò che vorrei fare ora è ribaltare il punto di vista, ponendo al centro lo sport come pratica formativa e ipotizzando possibili connessioni con le culture giovanili, elementi di similitudine ed eventuali stimoli che possono emergere da questo confronto.

Può lo sport fare tesoro di alcuni elementi delle culture espressive giovanili per rafforzare la propria efficacia educativa? E' possibile che allenatori, istruttori, educatori che si occupano di sport possano ispirarsi ad alcuni aspetti di queste realtà? E' possibile che riescano ad integrarli nel proprio lavoro di preparatori atletici facendo dello sport un luogo di resistenza e cambiamento nel tempo presente? Forse sì.

Libertà della scelta e piacere intrinseco

I ragazzi praticano il *breaking*, il rap, disegnano i graffiti, si allenano nello *scratch*, sapendo che difficilmente ciò li renderà ricchi e famosi. Lo fanno con impegno perché sentono di valere, avvertono che “funzionano”, ricevono soddisfazione da ciò che fanno prima che da ciò che possono guadagnare facendolo. Le discipline artistiche dell'hip-hop sono scelte liberamente (al limite condizionati dalla moda, ma in quel caso la dedizione non dura molto). Chi decide di dedicarsi ad una di queste pratiche sceglie quella che ritiene più vicina alla propria sensibilità e alle proprie inclinazioni naturali. Spesso ciò avviene in contrasto con il parere dei genitori, che vorrebbero i figli impegnati in occupazioni più “serie”.

Sembra naturale pensare che una situazione identica la si possa riscontrare nello sport, purtroppo invece chiunque conosca questo ambiente da vicino sa che non sempre è così. Oggi i campioni delle discipline più popolari sono visti quasi come divinità, presi a modello da migliaia di ragazzi e adulti. Desiderare per sé o per i propri figli di diventare come loro diviene spesso lo scopo principale, perdendo per strada la componente ludico ricreativa e insieme la dimensione del benessere che lo sport dovrebbe generare. E' sempre più facile incontrare bambini e ragazzi che frequentano un'attività sportiva perché fortemente spinti dai genitori, che non amano la disciplina che praticano, che preferirebbero occupare il proprio tempo libero in altre attività, che soffrono perché il loro desiderio di semplice divertimento non coincide con quello degli adulti, che li vogliono “vincenti”.

Opporsi e limitare questo fenomeno generatore di malessere può considerarsi un primo elemento di resistenza. Sappiamo che è facile, per i genitori di oggi, diventare tanto ambiziosi nei confronti dei

³ Ehrenberg A., *La fatica di essere se stessi*, Einaudi, Torino, 2010

propri figli da non comprenderne più i bisogni autentici, ma proprio per questa ragione porsi come portatori di consapevolezza in questo campo può rivelarsi un ruolo strategico davvero “rivoluzionario” (tanto quanto è faticoso...).

In questa direzione potrebbe essere importante nei contesti animativi promuovere e far sperimentare anche sport diversi da quelli più noti, al fine di aiutare bambini e adolescenti ad incontrare e valutare una rosa di opzioni ampia, per scegliere la disciplina da cui sono maggiormente attratti e a cui sono più portati.



Riscoprire il gioco e la poetica dello sport

Giocare è stata una delle risorse più efficaci che i giovani cresciuti ai margini dello sviluppo post-industriale hanno sviluppato per prendersi cura di sé. Hanno opposto spirito ludico, energia creativa e desiderante alle criticità della post-modernità; hanno dato forma al proprio mondo interiore attivando modalità trasformative attraverso l'immaginazione, creando spazi incantati dove rifugiarsi dal fluire di eventi sempre più incontrollabili. In questi luoghi, reali e immaginari, hanno sperimentato visioni alternative di sé e delle relazioni sociali, possibili punti di partenza per un cambiamento anche nel mondo esterno.

La dimensione ludica, “magica” è già presente nello sport, nella pratica dilettantistica ma soprattutto nelle attività riservate ai bambini più piccoli. In questi casi gli istruttori organizzano attività e allenamenti in cui la dimensione del gioco, del divertimento e dell'incanto sono molto presenti.

Purtroppo passata una certa età (6 anni??) tale approccio viene abbandonato per passare a pratiche di allenamento classiche, e se gli allenatori continuano in qualche caso a proporre stili di preparazione “giocosi” è facile che subito si alzi la voce di qualche genitore che si lamenta perché “non si fa sul serio”.

Si ritorna quindi alla questione esposta precedentemente: non c'è tempo per giocare, bisogna pensare a vincere!

E' possibile invece continuare a mantenere la dimensione ludica dello sport anche da grandi? Si può

mantenere una dimensione di magia e bellezza, poesia ed espressività, caratteristica dell'ambiente ludico?

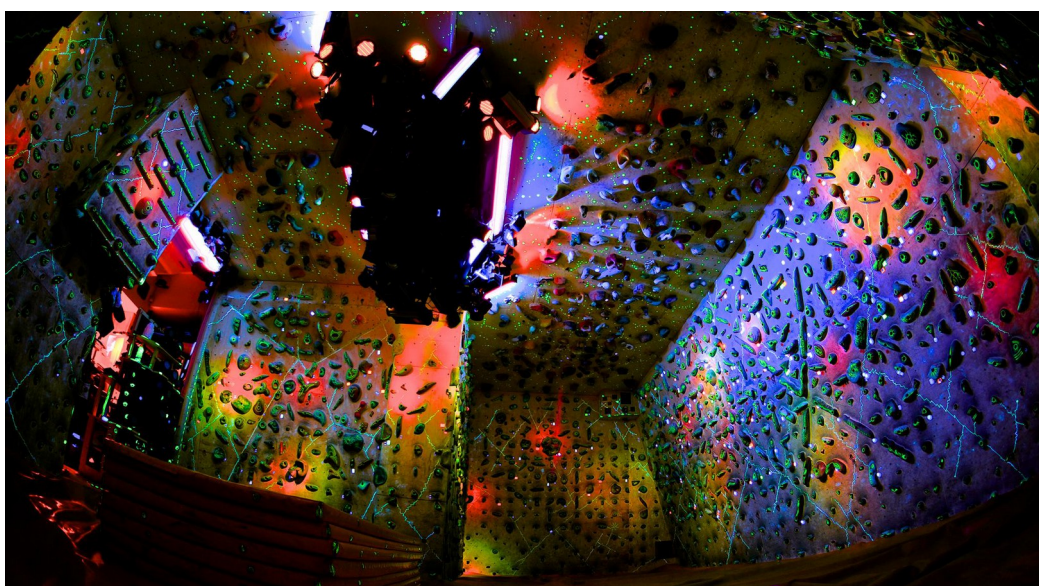
A Roma si sta sperimentando il calcio ritmico⁴. Bambini e preadolescenti si allenano a ritmo di musica. Lavorano sulla consapevolezza del proprio ritmo biologico, sul come saperlo imporre all'esterno, ma anche su come adattarsi ai ritmi che vengono dal mondo fuori. Esercitandosi, sempre in forma altamente ludica, sperimentano un inedito lavoro sul controllo cosciente del gesto motorio e tecnico, migliorano la coordinazione e aumentano la concentrazione, rafforzano la dimensione di appartenenza al gruppo e, senza tralasciare la tecnica calcistica, si divertono parecchio.

A Milano, in una piccola palestra di arrampicata in cui è stato montato un impianto audio e luci degno di un concerto di musica psichedelica, si pratica invece *fantasy climbing*⁵. Il fine è quello di unire allo studio della tecnica del climbing il magico mondo delle suggestioni, fondere arrampicata, musica e danza, luci, fotografia ed arte espressiva per creare una dimensione incantata.

Tra le altre attività si propongono giochi-esercizi in cui si arrampica al buio, in silenzio, amplificando la percezione del proprio corpo, dell'equilibrio e del tatto, oppure il “Viaggio nello Spazio” in cui attraverso effetti luci molto scenografici e musica elettronica d'atmosfera gli arrampicatori si immergono in un luogo incantato dove i movimenti entrano in simbiosi con lo spazio e la musica, generando uno spettacolo emozionante. Tutto ciò, come nell'esempio precedente, senza dimenticare le basi tecniche della disciplina sportiva, anzi incorporandole con un certo rigore.

Tornando al calcio, una compagnia teatrale romana⁶ propone a gruppi di bambini, come performance provocatoria e formativa insieme, una partita a Y. Si tratta di un'invenzione del movimento situazionista dei primi anni '60 in cui le porte sono tre, così come le squadre che si sfidano. Vince la partita chi riceve meno goal. In una situazione del genere si riduce l'aggressività in campo perché le squadre sono costrette a creare continue alleanze. Si gioca alternando competizione e cooperazione creando un'esperienza divertente e ricca di dinamiche inedite.

Sono certo che di esperienze simili, in cui allenatori creativi portano magia, gioco, musica, incanto nella disciplina di cui si occupano, ce ne siano molte in giro per l'Italia e per il mondo. L'auspicio è che si diffondano, che ci si possa dare sempre più la licenza di aprirsi a queste esperienze, non solo con i bambini più piccoli ma anche con chi “fa sul serio”; non per allontanarsi dal senso dello sport ma al contrario per riscoprirne lo spirito più profondo.



⁴ <http://www.calcioritmico.it>

⁵ <http://www.fantasyclimbing.com>

⁶ <http://dynamisteatro.it>

La magia del gruppo

Il campo da gioco è per definizione uno spazio incantato, come il cerchio in cui si balla *breaking* o il palco dove si esibiscono e sfidano i rappers; all'interno di questi confini, con regole e riti propri inviolabili, ognuno ha la possibilità di sperimentare se stesso secondo modalità diverse da quelle che agisce quotidianamente. All'interno del campo un gruppo di individui diviene squadra (*crew* nell'hip-hop), si trasforma in un unico corpo per raggiungere un obiettivo comune. Anche se le relazioni non sono congeniali con tutti i compagni di squadra, magicamente sul terreno di gioco, dopo il fischio dell'arbitro, si stringono alleanze impensabili, che permettono al gruppo di perseguire al meglio il proprio scopo. Al campo si accede abbigliati in modo particolare, con un certo atteggiamento, e si scandisce il tempo secondo rituali propri e utili a rimarcare la differenza tra la quotidianità e l'eccezionalità di quella situazione.

La riflessione in questo caso è se sia possibile pensare ad accorgimenti affinché questa dinamica possa rafforzarsi e contagiare ulteriormente la quotidianità. Nelle *crew* hip-hop non c'è un *mister*, nessuno ha l'autorità per avere l'ultima parola sulle decisioni e le indicazioni tecniche, si sviluppa un clima di educazione tra pari, di mutuo aiuto, per quanto riguarda l'apprendimento della disciplina artistica ma anche per fronteggiare le vicende della vita quotidiana.

Per andare in questa direzione si potrebbe ad esempio adottare la semplice tecnica psicodrammatica dell' "aggiornamento", utilizzata da alcune compagnie teatrali. All'inizio di ogni sessione di prove gli attori si mettono in cerchio e raccontano a turno con che spirito si trovano lì in quel momento e cosa portano con sé: un momento di felicità, un litigio, un fatto spiacevole, l'ansia per un evento futuro. Non si è obbligati a parlare, non si può rispondere né commentare quanto viene detto; il gruppo lo accoglie, i compagni si mettono per un istante nei panni del singolo e allo stesso tempo lo si "alleggerisce" del suo portato emotivo. Nelle attività di apprendimento esperienziale si chiama riscaldamento, proprio come nell'ambito sportivo: il gruppo si riscalda per iniziare un'esperienza collettiva di forte co-partecipazione.

Qualcosa di simile si può fare in conclusione, in particolare dei momenti più intensi come le partite. In questo caso l'allenatore può fare un passo indietro dal dare subito la propria restituzione e proporre un giro di parola a tutti i giocatori, in cui ognuno abbia spazio per fare una riflessione su come ha agito in campo, come si è sentito, ringraziare qualche compagno di squadra o chiedergli scusa.

Si tratta di due esempi di piccoli riti, piccole tecniche sperimentate che possono creare un'energia speciale e attivare processi riflessivi, potenzialmente generatori di cambiamento reale, in campo e fuori.

In questo approccio l'allenatore per primo fa un passo indietro dal proprio protagonismo per divenire un facilitatore, si mette a servizio dei giocatori per aiutarli a crescere, prima di tutto come persone consapevoli, autonome e co-responsabili.

D.I.Y.

Da quest'ultima riflessione il passo è breve verso un ulteriore elemento cardine delle culture giovanili che può forse dare degli stimoli al mondo delle associazioni sportive. Si tratta della cosiddetta attitudine D.I.Y. (*Do It Yourself!*, Fallo da solo!) che esalta il valore dell'autonomia e dell'autoproduzione, dell'autogestione e della responsabilità individuale delegando il meno possibile a "terzi". Nell'hip-hop questo si traduce ad esempio nella creazione e commercializzazione di prodotti artistici, in particolare musicali, senza l'intermediazione di grandi etichette discografiche, in cui professionalità e passioni diverse uniscono le forze per rendersi autonomi dai ricatti del mercato "ufficiale".

In un contesto in cui i più giovani sono abituati a percepire tutto a loro disposizione, hanno famiglie servizievoli, sentono la possibilità di delegare le responsabilità che non li aggradano, è possibile rendere i ragazzi più protagonisti delle diverse necessità pratiche che emergono nella vita della

squadra? E' possibile immaginare ritiri in cui i giocatori siano coinvolti nella logistica? Che discutano sui costi, come mantenerli più bassi, che siano loro a ragionare sulla spesa, il menu, e poi a turno cucinino? Si può pensare che siano i giocatori stessi a ipotizzare la grafica delle maglie e confrontare preventivi per stamparle ad un buon rapporto qualità-prezzo?

Sebbene ogni società abbia i propri dirigenti che volontariamente e con grande passione si occupano di tutto questo, forse aprire qualche spazio ai ragazzi in un ottica di responsabilizzazione può essere utile, può contrastare la cultura dei “cuccioli d'oro”⁷ a cui tutto è dovuto, tutto si concede, e di cui molto ci si lamenta, poco responsabili nelle vita e anche in campo.



E forse poi succede che si vince

Immagino che per la maggior parte delle persone che si occupano di sport giovanile le riflessioni di fondo qui riportate non siano assolutamente nuove, per il resto si tratta di suggestioni, provocazioni, che hanno utilità solo se contestualizzate, re-inventate, se hanno la forza di stimolare un immaginario che sappia sfruttare le potenzialità delle singole situazioni.

Questa ipotetica contaminazione tra sport e culture e arti giovanili può rendere lo sport ancora più “rivoluzionario” in controtendenza con alcune derive del nostro tempo. Alla base sicuramente ci vogliono istruttori che abbiano anche una sensibilità di tipo educativo, e che per primi abbiano voglia loro di divertirsi, di mettersi in gioco, di sperimentarsi, di mettere in discussione un modo di fare che appare l'unico “professionale”.

Come si è detto tutto ciò non per ridurre l'attenzione sulla dimensione tecnica, né sui risultati in campo. Forse chi sperimenta relazioni positive con i compagni di squadra, chi non sente il peso del

⁷ Charmet G.P., *Fragile e spavaldo*, Feltrinelli, Milano, 2010

fallimento né di aspettative indotte dall'esterno, chi conosce il senso profondo della responsabilità verso la propria comunità, chi è sereno e si diverte, sia in allenamento che in gara, chi vive la magia del proprio sport, del proprio corpo e del suo ritmo, potrebbe alla fine anche vincere...

Davide Fant è Formatore e ricercatore. Socio di Metodi s.r.l. e responsabile dell' "Anno Unico", servizio per adolescenti in dispersione scolastica.

skrim@tiscali.it - pedagogiahiphop.org

Francesca Milan è educatrice e allenatrice di pallavolo

Questo articolo, qui in forma estesa, è stato scritto a partire da uno stimolo di Franco Floris e pubblicato sul n° 1 di *Juvenilia*, anno 2017