

"Non correre che cadi!"



金継ぎ

"L'unico vero errore è quello da cui non impariamo nulla."

(J.Powell)

Percorso di formazione professionale attraverso la metafora della caduta

“Un bravo insegnante, racconta Safouan, si riconosce da come reagisce quando, salendo in cattedra, gli capita di inciampare.

Cosa saprà fare di questo inciampo? Ricomporrà immediatamente, non senza disagio, la sua immagine facendo finta di nulla? Rimprovererà con stizza le reazioni divertite dei ragazzi? Proverà a nascondere goffamente il suo imbarazzo? Oppure prenderà spunto da questo imprevisto per mostrare ai suoi alunni che la posizione dell'insegnante non è senza incertezze e vacillamenti, che non è al riparo dall'imprevedibilità della vita?

Potrà allora far notare che lo studio più autentico e appassionato non è mai esente dall'inciampo, **perché sono proprio l'inciampo, lo zoppicamento, il fallimento a rendere possibile la ricerca della verità. Inciampare è l'imprevisto della vita con il quale il sapere deve confrontarsi.**

(...) **Se esiste una vocazione all'insegnamento, non può che radicarsi nell'inciampo.** (...) Ricordiamo gli insegnanti che sono stati per noi degli inciampi, che ci hanno sottratti alle nostre abitudini mentali e ci hanno fatto pensare in modo nuovo. È ciò che li rende insostituibili anche in un'epoca dove tutto quel che riguarda l'insegnamento viene computerizzato. (..)”

• Premesse e Obiettivi

Una delle sfide maggiori per un insegnante, è misurarsi oggi con allievi che provano a sottrarsi a priori agli errori ed ai fallimenti della vita scolastica e quotidiana. Atteggiamento per gli adolescenti maggiormente enfatizzato nella vita virtuale dei social, che permettono di offrire un'immagine di sé priva di imperfezioni ed insuccessi: tutto questo si traduce in una indisponibilità a cadere prima di tutto psicologica.

Eppure non c'è possibilità di apprendimento che non transiti dal persistente riproporsi di prove errori e nuovi tentativi e questo irrigidimento di fronte all'errore non permette di sviluppare l'adeguata agilità fisica, mentale ed emotiva che consente di sperimentare e crescere.

Spesso questa indisponibilità psicologica si traduce in una rigidità fisica che limita l'esplorazione di nuove discipline e nuove modalità di utilizzo del proprio corpo nello spazio. E' come se si rimanesse sotto l'affettuosa ingiunzione genitoriale del "non correre che cadi!": una intimazione tanto comune quanto scorretta, poiché è necessariamente compresa nell'atto del correre, la possibilità di cadere; a sua volta questa possibilità non può e non deve scoraggiare l'atto del correre, espressione indispensabile, vitale e sana della corporeità dei bambini e dei ragazzi.

Quello che mette al riparo dalle conseguenze della caduta, non è il non sperimentare, ma essere preparati nel cadere in modo da non farsi male. E' imparare a riconoscere i contesti in cui è possibile farlo e quelli in cui è troppo rischioso cimentarsi.

Di per sé, molte discipline sportive contemplano la caduta come normale elemento di pratica e di conseguenza iniziano insegnando a cadere correttamente "in sicurezza". Perché la paura si affronta con la preparazione e non con l'evitamento! La disponibilità a cadere è strettamente correlata alla possibilità di sviluppare resilienza, parola oggi estremamente nota che va a sottolineare la capacità di resistere agli urti e di attingere alle proprie risorse per superare gli ostacoli della vita.

Il corso proposto agli **insegnanti di educazione fisica**, utilizza la metafora del kintsugi, ovvero l'arte giapponese di riparare con l'oro le crepe di un vaso che dopo essere caduto si è frantumato: questa tecnica consiste nel riparare il vaso senza cercare di nascondere le crepe, ma miscelando con la colla la polvere di metalli preziosi la trama delle crepe viene posta in risalto.

Il vaso che ne risulterà non dovrà quindi tentare di essere simile a quello che era prima, ma sarà unico nel suo genere, arricchito della sua storia e con un valore aumentato, proprio perché gli errori, le cadute ed i fallimenti, se gestiti e commessi "in sicurezza", cioè affrontati con la giusta preparazione e disponibilità, permettono di crescere, arricchirsi ed impreziosire la propria storia e la propria capacità di apprendimento.

Un altro elemento caratterizzante del percorso consiste nello sperimentare fisicamente e in sicurezza alcune discipline che permettano di misurarsi in situazioni di caduta controllata, per capire e sperimentarne le resistenze, cosa permette di superarle e gestirle efficacemente, come trasferire e incentivare il messaggio prezioso che fa di ogni caduta, una nuova possibilità.

- **Metodologia**

Durata del progetto: **20 ore complessive**, suddivise in **6 incontri**:

- **"Medaglie sì, ma di ghiaccio"**: il **primo** e il **secondo** incontro (4h + 4 h): contenuti formativi ed esercizi esperienziali sulla caduta basati sulla didattica del **judo tradizionale**: trasformare ogni caduta in una nuova opportunità, fondamentale in situazioni complesse che non hanno una "formula" risolutiva, ma richiedono una gestione contingente, spesso da ricercare con costanza attraverso diversi tentativi. **"Imparare a cadere"**, primo step della didattica del Judo Tradizionale, significa sapersi mettere in gioco, **vincere la paura con la preparazione**, mettersi in condizioni di sicurezza e sapersi immediatamente rialzare per essere pronti a un nuovo confronto. E come **"gestire la vittoria"** e i successi, celebrandoli per fissare l'autostima, ma dimenticandosene subito dopo per non rimanerne condizionati e per non perdere la capacità di sperimentare?
- **"Kintsugi"**: Il **terzo**, il **quarto** e il **quinto** incontro (3 h + 3h +3h) con contenuti esperienziali sulla caduta nella disciplina della **ginnastica artistica, del rugby e del pattinaggio**: durante le sessioni di formazione esperienziale, in cui verranno sperimentati i temi della **fiducia**, della **preparazione**, dell'**errore**, dell'**arricchimento** che ne deriva, della **disponibilità psicologica e mentale**, prima che fisica; sono previsti feedback e interventi di formazione professionale volti a capitalizzare l'esperienza e ricondurla ai contenuti formativi del primo giorno.
- **"Recipe – Utere – Trade"** (Ricevere, Usare, Tramandare) Il **sesto** incontro (3h): follow up dell'esperienza + laboratori di gruppo sulle modalità di restituzione ai propri studenti dei contenuti formativi ed esperienziali.

Se possibile è previsto anche un breve laboratorio di Kintsugi.

Il percorso potrebbe trovare una continuità in una **seconda edizione** con laboratori pratici che coinvolgano anche classi di alunni.