

FIJLKAM JUDO LIGURIA CORSO AGGIORNAMENTO INSEGNANTI TECNICI 2019

Progetto «Judo a Scuola»

I presupposti teorici e culturali

dott.ssa Antonella Iannucci

Perché la necessità di una lezione teorica?

1. L'operatore **professionalmente competente** dovrà essere in grado di integrare i **saperi teorici** con i **saperi pratici** ed avere **consapevolezza** del proprio modo di operare.
2. Dovendo rapportarci con il mondo della Scuola, dobbiamo saper **parlare lo stesso linguaggio della Scuola**, al fine saper di coniugare gli obiettivi didattici, educativi, formativi dell'Istituzione scolastica con quelli degli sport federali.
3. L'operatore sportivo dovrà essere in grado di **promuovere i valori** connessi alle discipline federali, sottolineando l'impatto positivo che esse possono avere sulla vita sociale e sull'educazione di ragazzi e ragazze, attraverso **adeguate competenze comunicative e conoscenze specifiche**.

A che cosa dobbiamo far riferimento quando presentiamo un progetto scolastico in materia di attività motorio/sportiva?

- **INDICAZIONI NAZIONALI DEL 2012 (ED. FISICA)**
- **INDICAZIONI NAZIONALI E NUOVI SCENARI DEL 2018 (IL CORPO E IL MOVIMENTO)**
- **CURRICOLO DI ISTITUTO (REGOLAMENTO DELL'AUTONOMIA)**
- **OFFERTA FORMATIVA DELL'ISTITUTO (AMPLIAMENTO)**
- **LEGGE 107/2015 «BUONA SCUOLA»**

Quadro di riferimento normativo in materia di educazione fisica e sport

- **INDICAZIONI NAZIONALI DEL 2012**
- **SCUOLA DELL'INFANZIA 0 – 6 ANNI**
- **PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE**
- **SCUOLA PRIMARIA 6 – 10 ANNI**
- **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO 11 – 13 ANNI**

Cosa dicono le Indicazioni Nazionali del 2012

Nel Primo Ciclo di Istruzione, **L'EDUCAZIONE FISICA:**

- Promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità
- Contribuisce alla formazione della personalità dell'alunno
- Prevede esperienze tese a consolidare stili di vita corretti e salutari
- Promuove esperienze cognitive, sociali, affettive e culturali
- Promuove l'inserimento di alunni con varie forme di diversità
- Esalta il valore della cooperazione e del lavoro di squadra
- Promuove il valore del rispetto per sé, per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di controllo dell'aggressività, di negazione di qualsiasi forma di violenza.

Cosa dicono le Indicazioni Nazionali del 2012

Di conseguenza, **IL MOVIMENTO** consente all'alunno di:

- **Conoscere il suo corpo**
- **Esplorare lo spazio**
- **Comunicare in modo efficace**
- **Relazionarsi con gli altri in modo adeguato**
- **Sperimentare il successo delle proprie azioni (incentivando la propria autostima)**

Indicazioni nazionali e nuovi scenari 2018

- **5.7 Il corpo e il movimento**
- **L'educazione fisica si caratterizza come altra disciplina di "cerniera"** tra gli ambiti scientifico (conoscenza del proprio corpo, del suo funzionamento, fisica del movimento, stili di vita corretti, ecc.), comunicativo ed espressivo, di relazione e di cittadinanza. Questi aspetti sono puntualmente considerati nelle Indicazioni 2012:
- (...) L'educazione motoria è quindi l'occasione per **promuovere esperienze cognitive, sociali, culturali e affettive.....**
- Attraverso il movimento, l'alunno potrà conoscere il suo corpo ed esplorare lo spazio, comunicare e relazionarsi con gli altri in modo adeguato ed efficace
- (...) L'attività sportiva **promuove il valore del rispetto di regole concordate e condivise** e i valori etici che sono alla base della convivenza civile.

LEGGE 107/2015 «BUONA SCUOLA»

- **COMMA 7 PUNTO G**

.....POTENZIAMENTO DELLE DISCIPLINE MOTORIE E SVILUPPO DI COMPORTAMENTI ISPIRATI A UNO STILE DI VITA SANO CON PARTICOLARE RIFERIMENTO ALL'ALIMENTAZIONE, ALL'EDUCAZIONE FISICA E ALLO SPORT E A TUTELA DEL DIRITTO ALLO STUDIO DEGLI STUDENTI PRATICANTI ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA.....

Che cos'è una competenza?

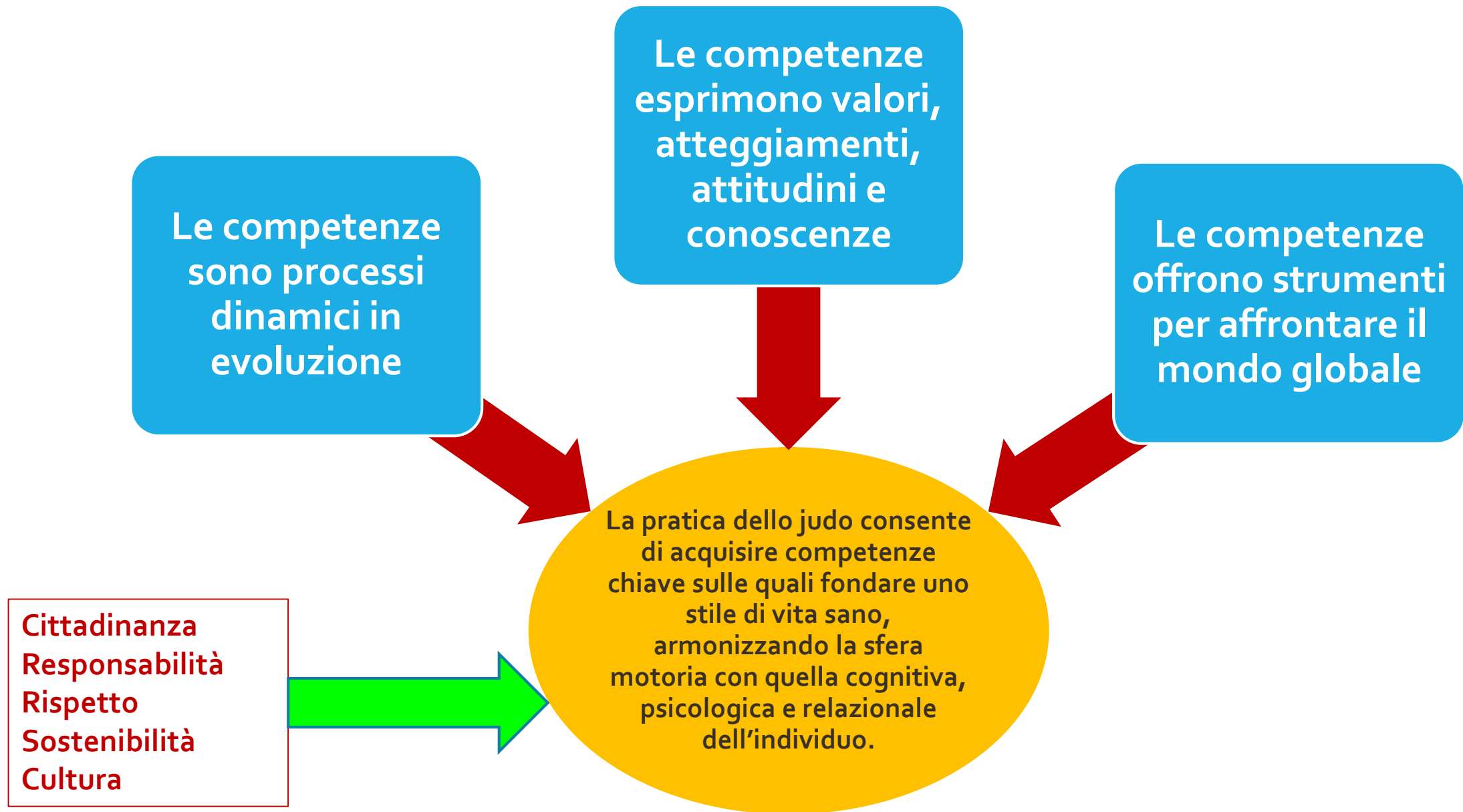
Comprovata capacità di utilizzare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche, in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e personale

Cosa ci aspettiamo che l'alunno conosca e sappia fare con **RESPONSABILITÀ, AUTONOMIA e CONSAPEVOLEZZA** al termine del percorso di apprendimento.

COMPETENZE (abilità di vita) ritenute indispensabili per poter fronteggiare il futuro:

- saper cooperare
- saper progettare
- saper risolvere i problemi
- saper adattarsi a nuove esperienze
- saper comunicare chiaramente





Un soggetto competente.....

l'allievo manifesta la competenza quando esce da compiti di pura routine, quando inciampa in un problema.

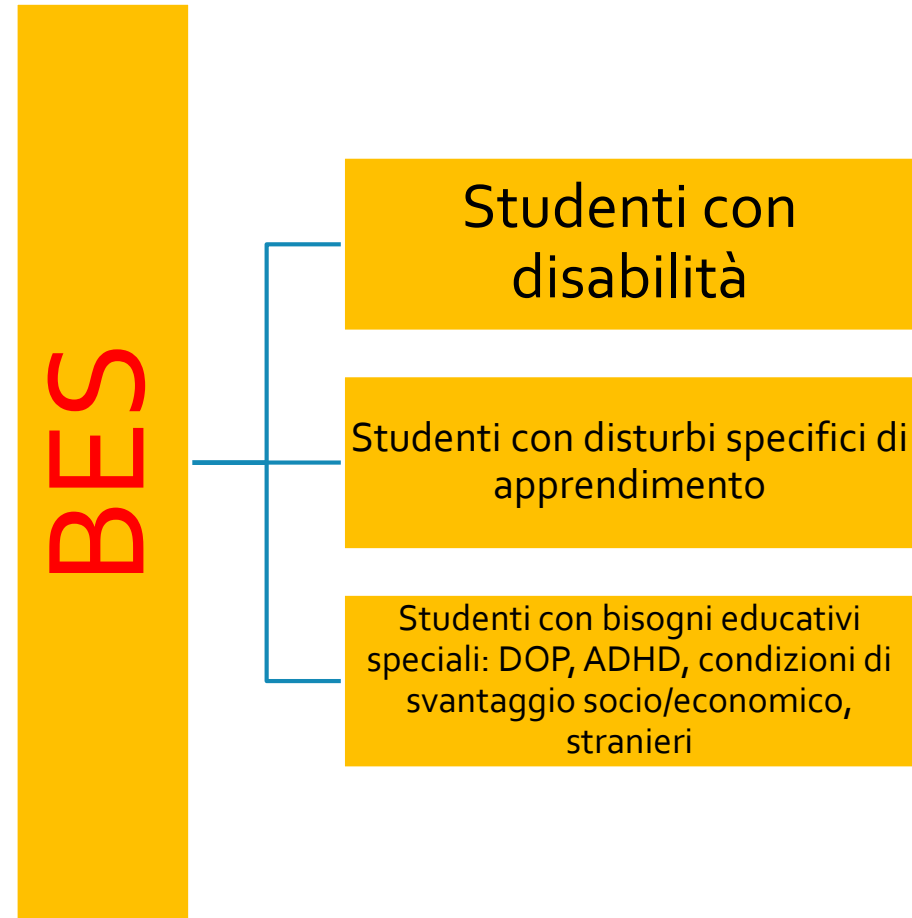


Traguardi per lo sviluppo delle competenze

- **Percezione del proprio corpo**
- **Padronanza degli schemi motori e posturali**
- **Adattamento continuo alle variabili spaziali e temporali**
- **Orientamento alla pratica sportiva (Giocosport)**
- **Sperimentare gestualità tecniche**
- **Rispettare i criteri base di sicurezza**
- **Riconoscere corretti stili di vita**
- **Comprendere e riconoscere il valore delle regole e rispettarle.**

Caratteristiche del Progetto

Il **PROGETTO** deve essere **INCLUSIVO** cioè prevedere la partecipazione di tutti gli alunni della classe.



In definitiva..... (su quali argomenti fare leva)

Perché il **Judo** è un potente alleato della **Scuola** per costruire una efficace strategia educativa:

- Consente l'acquisizione di corretti e salutarissimi stili di vita
- Favorisce il miglioramento degli apprendimenti scolastici
- Consente di incrementare i tempi di attenzione e concentrazione
- Favorisce la collaborazione e la relazione, riduce i conflitti
- Insegna ad intraprendere processi decisionali e ad assumersi delle responsabilità
- Promuove le pari opportunità
- Insegna il rispetto delle regole
- Insegna a controllare l'aggressività e a prendere le distanze dalla violenza
- Combatte il bullismo attraverso l'acquisizione di comportamenti sociali positivi
- Contribuisce a diffondere la cultura della legalità.



Alcune problematiche presenti nelle scuole italiane

Alunni con:

- Ipocinesia (assenza o riduzione di attività motoria) quindi non abituati al movimento e conseguentemente a sopportare lo sforzo fisico
- Obesità/ sovrappeso
- BES: DSA, ADHD, disabilità motoria e/o cognitiva e/o psichica

Ed ancora:

- Bullismo
- Dispersione scolastica
- Classi «pollaio»
- Organico ridotto al minimo con carenza di insegnanti di sostegno

LE FUNZIONI ESECUTIVE.....

.....entrano in gioco nei compiti non ordinari, cioè in quelle situazioni a cui non siamo abituati, quindi nuove e impegnative.

Sono alla base di:

- **PIANIFICAZIONE**
- **CREAZIONE DI STRATEGIE**
- **PROBLEM SOLVING**



Problem
Analysis
Solution

FUNZIONI ESECUTIVE

Secondo il modello di Myake e coll. (2000) le componenti delle funzioni esecutive sono tre:



INIBIZIONE

capacità di inibire impulsi e informazioni irrilevanti



MEMORIA DI LAVORO

capacità di mantenere in memoria informazioni e manipolarle per brevi periodi di tempo



FLESSIBILITÀ DI RISPOSTA

capacità di attuare comportamenti diversi in base al cambiamento di regole o del tipo di compito

Un miglioramento nelle funzioni esecutive è associato a un miglioramento in queste aree:

- + capacità matematiche
- + comprensione del testo
- + capacità di ragionamento
- + risultati in scienze
- + risultati nelle materie letterarie

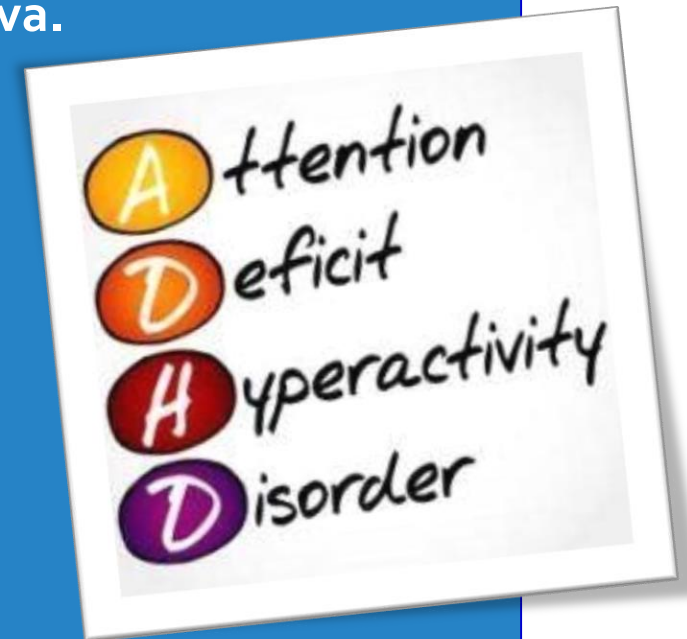


ADHD = DISTURBO DA DEFICIT DELL'ATTENZIONE CON IPERATTIVITÀ

- È uno tra i disturbi neuropsichiatrici più frequenti nell'età evolutiva.
- Compare fin dalla prima infanzia 3 – 5 anni

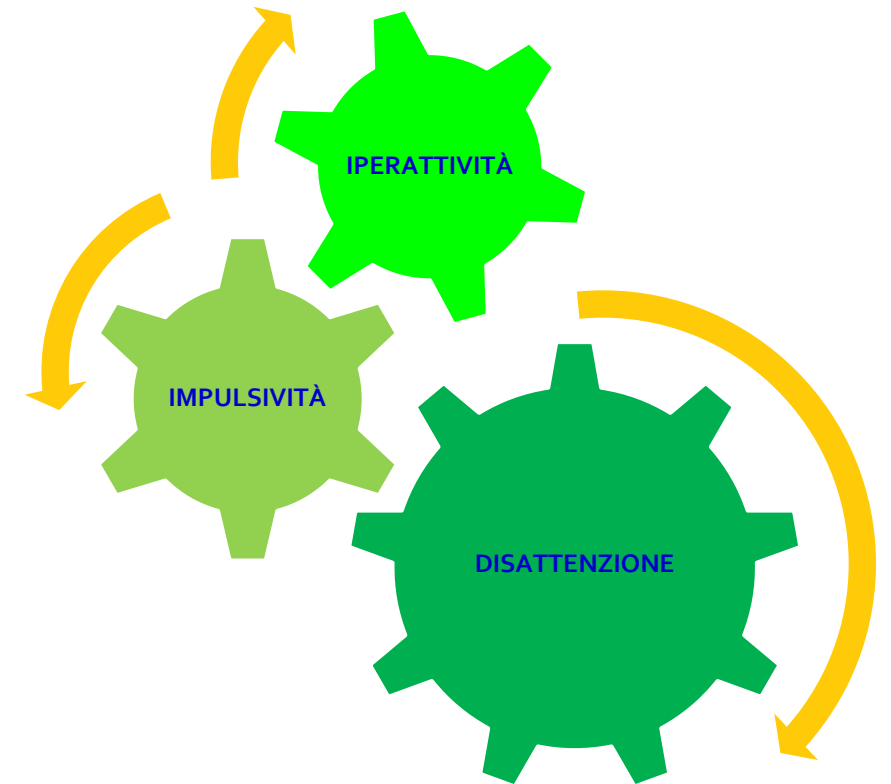
È caratterizzato da:

- Facile distraibilità
- Incapacità a portare a termine i compiti assegnati
- Scarso controllo degli impulsi
- Irrequietezza
- Assunzione di comportamenti a rischio e anti-sociali (nei casi più gravi)
- Determina una compromissione del funzionamento sociale e scolastico del bambino.



ADHD

- E' un tipo di disturbo che si manifesta con comportamenti riconducibili a tre principali difficoltà:
- **IPERATTIVITÀ**
- **DISATTENZIONE**
- **IMPULSIVITÀ.**
- Tali problematiche, associate ad altri disturbi di carattere secondario, vanno inevitabilmente ad influenzare i diversi aspetti e situazioni che riguardano la vita quotidiana.
- Tuttavia quando tali modalità comportamentali costituiscono caratteristiche costanti del bambino e persistono in tutti i contesti di vita, esse possono **condizionare le funzioni esecutive**, ossia quei processi cognitivi di inibizione, pianificazione, esecuzione di procedure, ecc. finalizzati all'applicazione di comportamenti complessi che permettono il raggiungimento di determinati scopi.



ADHD: DEFICIT DI ATTENZIONE

- **DISATTENZIONE** = difficoltà a mantenere l'attenzione nel tempo e a passarla rapidamente da un compito all'altro.
- Il **DEFICIT DI ATTENZIONE** inficia lo sviluppo dell'apprendimento e influisce negativamente anche sui rapporti con il gruppo dei pari e degli adulti di riferimento.
- I soggetti ADHD non hanno la capacità di filtrare lo stimolo in fase di attenzione quindi tutto diviene **STIMOLO IN CONTEMPORANEA**. Di conseguenza **tutto diventa caos e confusione**.
- Anche la **memorizzazione** è impossibile.

ADHD: IPERATTIVITÀ



- **IPERATTIVITÀ**= eccessivo ed inadeguato livello di attività motoria che si manifesta con continua irrequietezza.
- I bambini non riescono “a star fermi” o seduti quando richiesto loro, si agitano in continuazione, e spesso non si dedicano a giochi e divertimenti in modo tranquillo.

ADHD: IMPULSIVITÀ

She is very impatient
He is easily distracted
She never finishes a task
He can't sit still
She doesn't stop talking
He is always on the go

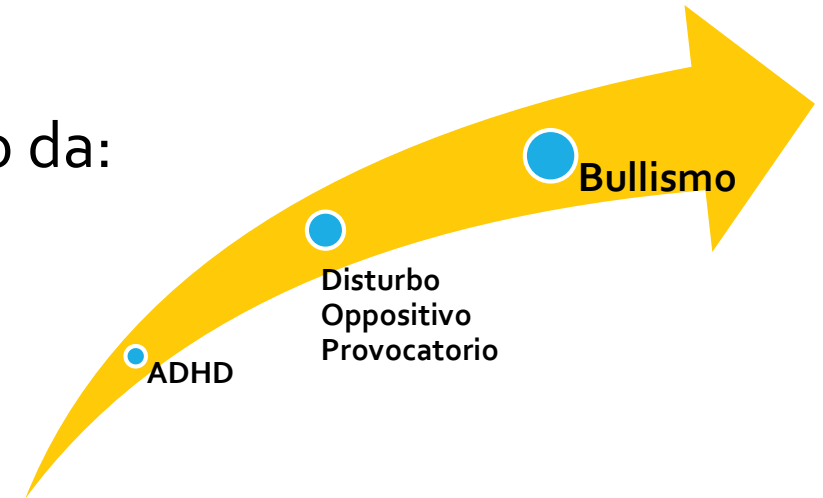
- **IMPULSIVITÀ** = incapacità ad aspettare o a inibire risposte o comportamenti che in quel momento risultano inadeguati
- Eccessiva **impazienza**, difficoltà a controllare le proprie reazioni, difficoltà ad aspettare il proprio turno.
- L'impulsività tra le altre cose comporta **l'incapacità di rispettare le regole** condivise.
- La conseguenza è **l'allontanamento del bambino** dai suoi compagni.
- L'alunno ADHD non riesce a controllare nessun aspetto del suo comportamento (motorio, sociale, verbale, emotivo)

Disturbo Oppositivo – Provocatorio (DOP)

- Oltre all'ADHD i comportamenti problematici possono rientrare nell'ambito del **DISTURBO OPPOSITIVO – PROVOCATORIO**.
- Il comportamento di questi soggetti è caratterizzato da:

**NEGATIVITÀ – OSTILITÀ – DISOBEDIENZA –
PROVOCAZIONE - AUTODIFESA**

- In casi estremi l'ADHD e il Disturbo Oppositivo/provocatorio possono sfociare in comportamenti da **BULLO**



Disturbo Oppositivo – Provocatorio (secondo DSM V)

- **UMORE ARRABBIATO/IRRITABILE**
- Spesso va in collera
- È spesso suscettibile o facilmente irritabile
- È spesso arrabbiato o rancoroso.
- **COMPORAMENTO OSTILE/PROVOCATORIO**
- Spesso litiga con le figure autoritarie o con i pari
- Spesso sfida attivamente le figure autoritarie o si rifiuta di seguire le richieste o le regole
- Spesso irrita deliberatamente gli altri
- Spesso accusa gli altri per i suoi errori e per il proprio comportamento.
- **VENDICATIVITÀ**
- È stato dispettoso e vendicativo almeno 2 volte negli ultimi 6 mesi.





BULLISMO (e Cyberbullismo)



- Il termine **BULLISMO** deriva dall'inglese TO BULLY e significa **TIRANNEGGIARE, OPPRIMERE**.
- Il bullo sa affermarsi nel gruppo soltanto attraverso l'uso **deliberato** della forza con un comportamento **prepotente e prevaricatore** che genera **profonda sofferenza e grave svalutazione dell'identità** della vittima.

Caratteristiche del comportamento da bullo:

- **INTENZIONALITÀ**: deliberazione a ferire, offendere, arrecare danno o disagio.
- **PERSISTENZA NEL TEMPO**
- **ASIMMETRIA DI POTERE**: vittima (debole e incapace di difendersi) e carnefice (elemento più forte).
- Bullo e vittima sono entrambi caratterizzati da **insicurezza, scarsa autostima e incapacità di riconoscere le emozioni altrui**. La differenza sta nel **livello di aggressività** del comportamento che nella vittima è praticamente inesistente mentre nel bullo è ai massimi livelli.

Come il Judo può aiutare in casi di ADHD, Disturbo Oppositivo Provocatorio e bullismo



Come il Judo può aiutare in casi di ADHD, Disturbo Oppositivo Provocatorio e bullismo

- Il continuo alternarsi dei ruoli di **TORI** e **UKE** insegna a «mettersi nei panni» dell'altro e promuove **l'empatia**.
- L'identificazione con l'altro è un concetto fondamentale relativo alla **sicurezza** e costituisce un efficace **inibitore dell'aggressività**.
- Un altro antidoto contro i comportamenti problematici è l'acquisizione del **senso di sicurezza personale** (attraverso l'espressione di se stessi, del miglioramento delle relazioni interpersonali e delle proprie capacità) che, di conseguenza, genera **aumento della fiducia in se stessi**.
- È anche importante porre dei limiti al bambino pretendendo il **rispetto delle regole condivise**.

Come il Judo può aiutare in casi di ADHD, Disturbo Oppositivo Provocatorio e bullismo



*Grazie per
l'attenzione!*

Antonella Iannucci
Referente Scuola e Promozione
FIJLKAM JUDO LIGURIA