

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

**Band:** 5 (2003)

**Heft:** 5

**Artikel:** Battersi per capirsi meglio

**Autor:** Golowin, Erik / Müller, Andreas

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001756>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Battersi per ca

Sfruttare gli sport da combattimento per contribuire ad un sano sviluppo dei giovani e alla prevenzione della violenza. Proposta realistica o mera utopia? La risposta la fornirà il progetto pilota in corso in una scuola basilese.

Erik Golowin

**G**li episodi di violenza giovanile fanno ormai parte della quotidianità. I mezzi d'informazione parlano di un'escalation di questo fenomeno che non cessa di alimentare l'inquietudine dell'opinione pubblica. Le ragioni più gettonate per tentare di delucidare il problema sono le sempre più grandi lacune nel campo dell'educazione e le crescenti difficoltà d'integrazione che riscontrano gli stranieri nel nostro paese.

Le soluzioni proposte a livello politico per combattere la violenza spaziano da misure di sicurezza repressive a strategie preventive e per il promovimento della salute. E in ambito di provvedimenti pedagogici, un valido contributo potrebbe giungere anche dallo sport, nonostante gli esperti raccomandino di non riporre troppe speranze nella sua efficacia educativa. Ne è un esempio il progetto pilota lanciato l'anno scorso a Basilea nella scuola per la formazione continua di Bäumlihof, dove agli studenti viene permesso di cimentarsi in diversi sport di combattimento sotto la competente guida di esperti. Dal mese di agosto di quest'anno, su decisione del Dipartimento cantonale dell'educazione, l'arte del combattimento è inoltre stata inserita come materia opzionale obbligatoria. Lo scopo è di consentire agli studenti di migliorare il rapporto con la loro forza e di sviluppare pienamente la loro capacità d'inserimento sociale.

**«La violenza è un problema molto presente nelle scuole elvetiche.»**

## Un'iniziativa coraggiosa

Il progetto non è stato risparmiato da critiche, soprattutto all'inizio. «Perché insegnare le tecniche di combattimento ad una gioventù già così tanto predisposta all'aggressività?», si chiedevano alcuni. Infatti, al giorno d'oggi, la violenza è un proble-

ma molto presente nelle scuole elvetiche, tanto che nelle regioni dove il tasso di stranieri è particolarmente alto, docenti e autorità hanno sempre più difficoltà a contenerla. In alcuni quartieri di Basilea, oltre il 50% della popolazione è composta da stranieri con problemi d'integrazione e a livello scolastico più del 90%, se non addirittura la totalità, degli allievi di una singola classe proviene da culture diverse.

Secondo Andrea Müller, direttore dell'Ufficio dello sport di Basilea Città, la violenza – non solo fisica ma anche verbale e non verbale – appartiene ormai alla quotidianità della scuola, anche se oggi giorno, contrariamente a qualche anno fa quando le pattuglie di polizia stazionavano addirittura davanti agli istituti, il fenomeno non è più così manifesto. Müller sospetta che, al di fuori di casi che suscitano grande scalpore, sia la scuola stessa che mette a tacere la problematica. I ragazzi hanno ormai imparato ad aggirare le minacce proferite da compagni «pericolosi», adottando un comportamento passivo e sottomesso e per tutelare la loro incolumità evitano di parlarne con chicchessia.

## Rompare un tabù

Nelle scuole basiliensi esiste di tempo la possibilità di praticare sport di combattimento come judo, karate, pugilato, taekwondo oppure autodifesa. È dimostrato infatti che i giovani sono molto attratti dalle arti marziali o da discipline all'insegna dell'aggressività, che la società in cui viviamo non vede invece di buon occhio. Andrea Müller vuole sfruttare questo interesse inserendo nel programma scolastico gli sport di combattimento più gettonati, anche quelli definiti «più cattivi» come kickboxing o thaiboxing. Un'iniziativa che, e di questo il capo dell'Ufficio dello sport di Basilea Città è assolutamente certo, contribuirà a rompere un antico tabù in ambito di pedagogia sportiva.

Per far emergere le affinità delle diverse discipline offerte, la scuola di Bäumlihof ha deciso di raggrupparle sotto un'unica denominazione: «arti marziali». Il programma delle lezioni, basato su una metodologia che mira alla prevenzione della vio-

# pirsi meglio

lenza, è stato elaborato dagli insegnanti dell'istituto, coadiuvati da esperti esterni di vari sport di combattimento e dall'Ufficio federale dello sport (UFSPO) di Macolin. Secondo Müller, le scuole dovrebbero offrire la possibilità ai ragazzi, attraverso esercizi o giochi, di raccogliere delle interessanti sfide sia dal punto di vista tecnico che mentale tutte indirizzate, naturalmente, verso obiettivi pedagogici.

## Un progetto lungimirante

Il progetto in atto nella scuola di Bäumlihof deve servire a raccogliere sull'arco di più anni il maggior numero di esperienze in ambito di prevenzione della violenza. Si vorrebbe infatti riuscire ad inserire in ogni lezione, di qualsiasi materia si tratti, i «valori» delle singole discipline di combattimento e alcune delle regole che le contraddistinguono. Con l'aiuto delle arti marziali, lo sport potrebbe così contribuire a lottare contro la violenza giovanile, soprattutto in ambito scolastico. A questo si giungerà comunque solo organizzando un'ampia piattaforma di discussioni sul tema della violenza.

### In poche parole si vuole riuscire a...

- coinvolgere gli alunni più difficili, avanzando delle proposte che suscitino il loro interesse; ciò presuppone che del programma facciano parte anche sport che vantano una cattiva immagine fra il pubblico (ad es. kickboxing);
- riconoscere le arti marziali come sport validi e «normali»; cancellando la scomoda etichetta di disciplina «fuorilegge», gli atleti si sentono accettati e non ricorrono più ad altri mezzi per farsi notare (ad esempio attraverso comportamenti aggressivi);
- trasformare lo sport di combattimento in una materia regolare e riconosciuta da inserire nel programma sportivo scolastico;
- sviluppare una collaborazione fra gli sport di combattimento per consentire a chi li pratica di scoprire le analogie che caratterizzano le varie discipline;
- ricorrere ad associazioni e società serie, a cui i genitori possano affidare i loro figli senza alcuna esitazione.



Foto: Daniel Käsemann

### **Doti pedagogiche essenziali**

L'insegnamento delle arti marziali necessita di un bagaglio metodologico e didattico ben preciso che consenta innanzitutto di trasmettere i valori necessari per un sano sviluppo del giovane. Visto e considerato che non tutti gli allenatori e i docenti sono in possesso di queste conoscenze, l'Ufficio dello sport e l'UFSPO hanno organizzato dei corsi di

*«L'insegnamento delle arti marziali necessita di un bagaglio metodologico e didattico ben preciso che consenta innanzitutto di trasmettere i valori necessari per un sano sviluppo del giovane.»*

formazione, durante i quali i partecipanti hanno elaborato una metodologia comune. Sulla base di questo amalgama armonioso ed efficace di valori pedagogici e contenuti tecnici si insegna ai ragazzi a sentirsi in comunione con sé stessi, con gli altri e con l'ambiente circostante, creando nel contempo i presupposti giusti per trasformare l'aggressività in un «dialogo sulla forza». Un allenamento di questo tipo favorisce la scoperta di nuove sensazioni ed energie e la pratica di esercizi specifici può addirittura sviluppare quelle capacità che aiutano a ridurre le tensioni o a risolvere i conflitti. Rituali, esercizi di rilassamento o di respirazione sono pure degli elementi fondamentali che non vanno mai sottovalutati.



Intervista con Andrea Müller, l'ideatore del progetto

## «Speriamo in bene...»

### Rispetto e comprensione

A questo punto ci si può chiedere se con i ragazzi più problematici, ovvero quelli che rifiutano ogni tipo di istruzione e di lezione morale, non si corra il rischio di apparire un «buon samaritano» e smorzare così il loro entusiasmo. «Se ci si sforza di capire, di prendere sul serio e di rispettare i giovani, questo non succede», spiega Raimund Herold, specialista di kickboxing assunto, assieme ad altri undici allenatori con una lunga esperienza nelle arti marziali, per portare avanti il progetto. Tutti sono mossi da una volontà comune: lavorare senza pregiudizi e riuscire a creare l'atmosfera giusta per trasmettere la passione per il loro sport, utilizzando le conoscenze e la forte personalità che li caratterizzano. L'esito finale del progetto, per il momento assolutamente imprevedibile, sarà esaminato dall'Istituto di psicologia clinica dell'Università di Basilea. Dopo l'analisi dei risultati, Silvia Schneider – responsabile della valutazione, psicologa e insegnante – si occuperà di sviluppare, in collaborazione con gli esperti e i docenti impegnati nel progetto, una serie di metodologie volte a trasferire le esperienze pratiche testate in altri ambiti scolastici e permettere così ai giovani di migliorare il loro comportamento nella vita di tutti i giorni.

m

**«Bisogna essere realisti:  
non saranno di certo le arti  
marziali a risolvere il problema della  
violenza nella società.»**

**«mobile»: come è stato accolto il progetto per la prevenzione della violenza attraverso le arti marziali nella scuola di Bäumlihof?** Andrea Müller: innanzitutto va sottolineato che senza il prezioso sostegno dei vertici del Dipartimento dell'educazione, del rettorato competente e naturalmente della direzione della scuola il progetto non avrebbe potuto essere realizzato. Gli apprezzamenti giungono da più parti: c'è chi loda il nostro coraggio o chi trova l'iniziativa molto interessante. Nonostante questo, attorno a noi aleggia un forte scetticismo.

**È in grado di prevedere se i risultati saranno all'altezza delle aspettative dei politici o dei genitori degli alunni?** Questo è un punto dolente. Molti di coloro che ci sostengono si stanno infatti illudendo sui possibili frutti che darà questo progetto, mentre in realtà i risultati saranno meno spettacolari di quanto sperato. Bisogna essere realisti: non saranno di certo le arti marziali a risolvere il problema della violenza nella nostra società! Personalmente, sarei già molto soddisfatto se l'iniziativa venisse considerata un piccolo tassello del grande mosaico che promuove la prevenzione e l'integrazione. Le aspettative vanno assolutamente ridimensionate, altrimenti non otterremo altro che un triste fallimento.

**Contro quali difficoltà vi battete?** Soprattutto contro una passività generale. In pratica, tutti se ne stanno seduti ad aspettare e nessuno vuole dare il proprio contributo. I docenti sembrano esausti, mentre l'interesse fra gli allievi è praticamente inesistente, abituati come sono a storcer il naso davanti a tutte le proposte che avanza la scuola, persino quelle che riguardano il loro tempo libero. Visto anche il forte carico scolastico che devono sopportare, sono pronti a fare degli sforzi soltanto per tutto ciò che contiene molta animazione.

**È stato difficile inserire le lezioni di arti marziali nel programma scolastico?** Lo sport e le sue esigenze vengono prese poco in considerazione durante la stesura dell'orario e chi vuole praticarne al di fuori delle ore obbligatorie può farlo durante la pausa pranzo. Dall'autunno scorso, comunque, in questa fascia sono pure stati inseriti i cosiddetti corsi di sostegno ed è naturale che i ragazzi preferiscano migliorare il loro rendimento ed essere promossi.

**Come si potrebbe migliorare questa situazione?** Abbiamo constatato che allievi e docenti sono poco disposti a fare degli sforzi in questo senso per dei corsi che non fanno parte del programma obbligatorio. Conclusione: il progetto avrà successo solo se le lezioni in questione diventeranno obbligatorie. Lo stesso discorso vale anche per i corsi di perfezionamento destinati agli insegnanti.

**A quale conclusione è giunto ad un anno dal lancio del progetto?** A questa: la vetta è ancora lontana. Con le dieci lezioni che abbiamo inserito nel programma scolastico per il momento siamo in grado solo di offrire animazione e divertimento. Per raggiungere gli obiettivi pedagogici che ci eravamo prefissati è necessario «agire» molto più a lungo e intensamente sugli studenti. Le probabilità di fallimento sono sempre molto elevate e dobbiamo continuare la nostra opera di convincimento fra i politici, i genitori, i docenti e non da ultimo gli allievi.