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

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

**Band:** 11 (2009)

**Heft:** 4

**Artikel:** Il diritto alla felicità

**Autor:** Savary, Erica

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1001251

**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:** 18.08.2025

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

# Il diritto alla felicità

«Immaginate un castello in piena campagna, eretto a margine di un bosco e sovrastante un laghetto. Sono numerose le escursioni a piedi o in bicicletta che si possono fare nei dintorni. All'interno dell'edificio adiacente c'è una palestra e una sala per il fitness allestita sulla piscina di un tempo, dove il mio predecessore ha avuto la brillante idea d'incastrare un grande trampolino. Ci troviamo al Centro di formazione professionale e sociale (CFPS) di Seedorf, nel canton Friborgo.

Questa scuola specializzata accoglie circa 90 apprendiste generalmente in età compresa fra i 16 e i 22 anni, tutte domiciliate nella Svizzera romanda, che beneficiano di un aiuto dell'assicurazione invalidità (AI). Il mandato dell'istituto è di impartire una formazione che consenta alle ragazze che non sono in grado di seguire un iter tradizionale, a causa di difficoltà d'apprendimento, di inserirsi normalmente nel mercato del lavoro. L'obiettivo è di proporre una formazione globale che tenga conto dell'aspetto personale e sociale ma anche di quello professionale delle apprendiste. Oltre all'ottenimento di un posto di lavoro, le nostre ragazze dovrebbero riuscire a vivere in buona armonia con sé stesse e trovare il posto che si meritano nella società.

Una cosa è certa. Io sono fortunata. Non alla lotteria, nella vita di tutti i giorni. Ho la fortuna di lavorare a tempo parziale e di poter conciliare famiglia e attività professionale. Credo nella vita e colgo ogni opportunità che essa mi offre. Ecco perché, dopo 13 anni di insegnamento nel ciclo d'orientamento (scuola media inferiore) ho scelto di esercitare in qualità di docente di educazione fisica al CFPS. Per il mio primo anno ho elaborato un ricco programma, ponendo l'accento sugli obiettivi del settore della formazione sociale a cui lo sport è legato. Tutto il lavoro ruota attorno alle dinamiche relative alla salute e alla fiducia in sé stessi, poggiando pure sulle competenze reali e potenziali delle allieve.

Malgrado tutte queste possibilità e la voglia di fare bene, proponendo attività variate e differenziate, sono stata costretta a fermarmi un attimo per cercare la risposta ad una domanda rivoltami da Litafete, Joana e Denise:

A cosa mi serve fare sport?

L'interrogativo mi era già stato posto in precedenza, anche se in modo meno diretto e spesso più gentilmente, durante gli anni trascorsi nel ciclo d'orientamento e al liceo. In quelle occasioni riuscivo sempre a trovare una risposta che avesse un legame con la disciplina sportiva in questione o con l'obiettivo educativo del momento.

Qui a Seedorf gli argomenti per convincere, invece, sono altri. Sebbene il lato relazionale conti molto, desidero ardentemente che le mie allieve scoprano e pratichino diversi sport che esigano da loro perseveranza, concentrazione, coordinazione, rispetto, autostima e, soprattutto, che le riempiano di gioia. Ho dunque abbozzato una risposta chiara, che mi corrisponda e dia un senso al mio lavoro. Dopo un breve periodo di riflessione e qualche discussione, il messaggio che vorrei trasmettere loro è il seguente.

Ognuna di voi ha diritto di essere felice. Trascorrendo due ore a settimana insieme a voi, vorrei darvi qualche strumento da attingere nella ricchezza dell'educazione fisica e dello sport, affinché possiate consolidare questo diritto che è in voi.

Malgrado per alcune di loro lo sforzo non sia implicitamente fonte di felicità, cerco di valorizzare le situazioni e i terreni di esperienze sportive e motorie. Mi adopero per trovare, il più spesso possibile, un dettaglio nella mia lezione che possa lasciare una traccia positiva. Prediligo le discipline che le mie ragazze potranno praticare in modo indipendente. Le attività all'aperto che permettono loro di prendere il largo per un istante, di allontanarsi dal Centro. Viaggiare per strada come fanno tutti stimola ad accettare lo sforzo.

Quando andiamo in bicicletta, ognuna di loro ricorda ciò che vuole dalla gita. Per alcune può essere anche lo sguardo di un bel ragazzo incrociato per strada... L'importante è praticare questa attività e forse sentire affiorare il desiderio di ripetere l'esperienza in altre circostanze. La mia intenzione è modesta: offrire ad ognuna almeno un buon ricordo o una buona esperienza da inserire nel proprio bagaglio sportivo.

Durante questo primo anno ho imparato che ho ancora molto da imparare. Ma se riuscissi ad offrire realmente anche soltanto un'oncia di gioia, sarei una docente di educazione fisica felice e soddisfatta.» ■

*Erica Savary insegna educazione fisica dal 1994. Con un diploma federale I di insegnante di educazione fisica in tasca, ottenuto all'Università di Losanna, ha esercitato la sua professione a livello di scuola elementare, media inferiore (ciclo d'orientamento della Gruyère) e media superiore (liceo a Bulle). Dall'agosto 2008 impartisce lezioni di educazione fisica al Centro di formazione professionale e sociale (CFPS) di Seedorf.*

*Contatto: esavary@cfps-seedorf.ch*