

## SACRIFICIO E PASSIONE

# A scuola di pallavolo

Una delle attività preferite dai ragazzi, durante il pomeriggio, è sicuramente praticare sport. All'interno della nostra classe abbiamo scoperto che una delle esperienze sportive più vissute riguarda la pallavolo, che viene praticata dalla maggior parte di noi presso la palestra della Scuola secondaria di I grado "G. Sinopoli". La Giro Volley fondata nel 2001 collabora dallo stesso anno con l'Istituto Sinopoli Ferrini. L'associazione coinvolge i ragazzi di tutte le età e anche adulti per avvicinarsi a questo bellissimo sport che è la pallavolo. Entrambe le squadre di pallavolo, la maschile e la femminile, sono di un livello molto alto, soprattutto quella femminile.

La società ha regole molto rigide sull'atleta modello, espresse in un decalogo che viene comunicato al momento dell'ingresso nella società. Elenchiamo qui alcune regole:

- 1) rispettare l'avversario, l'arbitro e il pubblico;
- 2) portare il logo o il nome della società sulle divise;
- 3) mostrare sportività nella vittoria e nella sconfitta;
- 4) rifiutare il doping;
- 5) praticare lo sport con la giusta competizione;
- 6) seguire un principio di solidarietà;
- 7) non esprimere giudizi dannosi;
- 8) presentarsi agli allenamenti 10 minuti prima;
- 9) assentarsi meno possibile agli allenamenti;
- 10) anche se non convocati, essere presenti alle partite per sostenere i compagni.

La società disciplina il comportamento di tutti i protagonisti della pallavolo, dall'allenatore al genitore dell'atleta. È molto severa anche sul comportamento dei genitori che non devono sostituire gli allenatori e non devono mettere pressione agli atleti o alle partite arrabbiarsi con l'arbitro. Inoltre la società offre dei centri estivi da inizio giugno a fine luglio. Si dividono in tre punti d'incontro: alla Sinopoli, alla Anna Magnani e a "Insieme per fare". Il centro offre vari tipi di attività: il lunedì sport laboratori musica giochi e scherma, i lunedì e martedì equitazione, mercoledì piscina e attività in acqua, giovedì a settimane alterne si va a Hidromania e Eur park, venerdì un giro per le ville di Roma. L'entrata è alle 7:30 fino alle 9:00 l'uscita dalle 16 alle 17:00.

Di seguito trascriviamo un'intervista al nostro

allenatore Francesco Farina.

Da quanto alleni alla Giro Volley?

«Da ormai quasi 7 anni».

Cosa pensi del comportamento che devono avere gli atleti?

«Devono avere un comportamento rispettoso verso gli avversari. Anche i genitori non devono urlare contro i genitori avversari perché hanno ottenuto la vittoria».

Perché hai deciso di praticare questo sport?

«Perché inizialmente volevo fare uno sport di squadra, non classico come il calcio, ma che mi desse la sensazione di adrenalina e di collaborazione tra ragazzi e ragazze».

Praticare un'attività fisica è importante ad ogni età: il corpo, infatti, dall'infanzia alla vecchiaia, ha bisogno del giusto grado di movimento per stare bene e mantenersi sempre in salute. Se pensiamo all'uomo nella sua evoluzione storica, possiamo riscontrare che si è passati da una vita molto attiva, tipica delle società meno evolute, basate su agricoltura, caccia, pastorizia, fino ad arrivare all'industrializzazione moderna in cui le macchine si sono sostituite alla manodopera e allo sforzo fisico.

A tutti gli effetti, la tecnologia e l'uso dell'ingegno hanno peggiorato la forma fisica dell'uomo contemporaneo. Pensiamo ai giovani d'oggi, che non sempre praticano attività sportive, talvolta perché hanno problemi economici o semplicemente perché, per disinteresse o per pigrizia, preferiscono gadget tecnologici, nella solitudine delle loro camerette. Considerando il nostro stile di vita troppo sedentario, unito alle abitudini alimentari non sempre corrette, fare sport è diventato oggi un'esigenza per ritrovare l'equilibrio psicofisico e allontanare il rischio di sovrappeso e le patologie ad esso associate.

La stimolazione del fisico attraverso lo sport garantisce la crescita sana di tutto il corpo e stimola la voglia di fare. Le discipline agonistiche sono altrettanto indicate per sviluppare la crescita psichica e fisica e stimolare la competizione. L'importante

è praticarle con costanza, non solo per inseguire il mito del vincere a tutti i costi, ma per creare gruppo e coesione. Infatti, tra gli adolescenti spesso manca la componente sociale dello sport, quella dello stare insieme per il piacere di fare attività fisica. Lo sport è sempre più visto esclusivamente come il gioco del calcio, praticato da chi ambisce a fama e ricchezza. Potrebbe invece diventare un'occasione di condivisione e integrazione in una società multietnica e multiculturale come la nostra. Una partita di calcio può trasformarsi in una lezione, nel momento in cui trasmette le regole fondamentali della vita sociale ed educa ai valori della lealtà, dello spirito di squadra e della tolleranza. Lo sport riveste un ruolo molto importante all'interno della nostra scuola. Abbiamo chiesto a diversi nostri compagni di descrivere quale fosse, secondo loro, il concetto di sport: le risposte indicano che in genere allo sport vengono associati concetti positivi, quali il divertimento, lo spirito agonistico, il benessere psicofisico, l'idea di fare squadra, il senso di libertà. C'è ancora, però, chi associa lo sport ad uno spiacevole senso di inadeguatezza di fronte ai compagni oppure chi lo vede solo come un mezzo per ottenere ricchezza e successo.

di LARA BRYANT, LAVINIA COTTI,  
CLASSE III B