

ACCADEMIA NAZIONALE DI SCHERMA

ESAME DI MAESTRO DI SCHERMA



TESI:

***L' Istruttore di scherma in carrozzina.
Metodologie, problematiche, prospettive.***

Relatore

Dott. Pasquale La Ragione

Candidato

Alessio Bonino

Sessione Invernale

Napoli 2011

Indice

Introduzione	4
Parte prima premessa	7
Il lavoro dell' istruttore	
-Primo approccio alla scherma in carrozzina. Primi entusiasmi	7
-La lesione midollare e le sue principali conseguenze sulla persona	8
-Gli schermidori disabili e le categorie di appartenenza	10
-Un primo approccio metodologico	13
-Il tempo di lavoro	15
-La lezione di sciabola: gli esercizi a coppie	15
-Lezione di sciabola: istruttore-allievo	19
-Questioni di collocazione della tattica schermistica nel lavoro in piedi e in carrozzina e differenti motivazioni; problematiche nella correzione dell'errore	20
-Gli obiettivi sportivi	22
Obiettivi di sala	23
Obiettivi agonistici	24
-Gli obiettivi educativi	25
Parte seconda premessa	27
Gli atleti disabili: una ricerca sul campo	
-La ricerca	27
-L' esplicitazione dei valori e le variabili	28
-La pre inchiesta	30
-L' intervista al testimone privilegiato	31
Le domande	31
Il colloquio: intervista a Francesco	32
-L' ipotesi generale	37
-Il questionario e la discesa sul campo	37
-Il rapporto di ricerca	52
Motivazioni alla pratica schermistica	52
Attese personali ed atletiche	54
Ostacoli di ordine psico fisico	56

Il lavoro in sala scherma	64
Bilancio complessivo	67
-Verifiche finali	70
Variabile motivazioni	70
Variabile attese	71
Variabile ostacoli	71
Variabile bilancio	72
Verifica dell' ipotesi generale	73
Parte terza premessa.....	74
Le attese dell' istruttore e le attese degli atleti: convergenze e divergenze	
-Approccio	74
-Obiettivi e attese	75
-La cura del gesto e gli ostacoli fisici	76
-La questione istruttore – atleta	77
-Obiettivi e bilancio	77
Conclusioni	79
Appendice	83
Bibliografia essenziale	96

Introduzione

Il lavoro di tesi che presento costituisce il resoconto della mia personale esperienza come istruttore di scherma in carrozzina. E' un impegno che ho assunto nell' anno 2008 e che tutt' ora mantengo. Affermo con onesta convinzione che lavoro con grande impegno e passione e che metto a disposizione degli atleti disabili tutte le competenze che ho acquisito in questi anni con loro e, naturalmente, quelle pregresse, apprese nel lavoro con i ragazzi della scherma in piedi che conduco dal 2005, anno in cui sono diventato animatore schermistico.

La scherma in carrozzina è una branca della scherma e in quanto tale richiede all' istruttore una particolare formazione che si basa su tre grandi pilastri:

- Conoscenza delle diverse forme e aspetti della disabilità
- Conoscenza del corredo di lavoro schermistico in uso con la disabilità (carrozzina, pedana, sistemi di ancoraggio, ecc ...)
- Conoscenza delle regole schermistiche applicate al lavoro con i disabili.

Personalmente ho iniziato molto giovane ad occuparmi di scherma in carrozzina, sono nato nel 1986, e avevo 21 anni quando ho conseguito il titolo di Istruttore di scherma in carrozzina, 22 quando ho incontrato come istruttore i primi ragazzi disabili; si è trattato di un approccio complesso che mi ha toccato profondamente e mi ha fatto considerare che lo sportivo non è solo una persona normodotata, ma anche disabile.

Fino a che non avviene per qualche motivo, non importa quale, il diretto incontro con la disabilità, questa rimane nello sfondo della vita del soggetto *normale*, ma allorché si conosce per la prima volta una persona disabile, tutto cambia e in questo *tutto* mi ci sono trovato anch' io. Sono cambiati gli scenari, umani e sportivi, ho incontrato innanzi tutto delle persone e degli atleti che praticavano la scherma in modo magari diverso da come l' avevo intesa io sino a quel momento ma, anche loro, con la stessa mia voglia di fare e di vincere.

Ho raccolto la sfida. Quella di entrare nel mondo dello sport per disabili, di crescere come istruttore di scherma in carrozzina e dedicare anche agli atleti disabili le mie competenze. E' stato un gesto coraggioso? Un salto nel buio? Una sfida rivolta a me stesso o chissà che altro ancora? Francamente non saprei rispondere, certamente è

iniziata un' esperienza meravigliosa che però non voglio idealizzare, oggi è un lavoro concreto, ricco di soddisfazioni ma anche di tanta fatica.

Con questo lavoro di tesi voglio fare il punto della situazione, ossia narrare le diverse tappe del mio percorso di istruttore di scherma in carrozzina e presentare al contempo la questione sotto i diversi aspetti che contempla; intendo offrire il quadro più ampio possibile di ciò che significa il rapporto scherma – disabilità.

Questo mio lavoro però non sarebbe completo senza dare anche la parola agli atleti disabili, i veri protagonisti del mio discorso, pertanto intendo interrogarli, rivolgermi a loro in modo concreto, per cogliere dai diretti interessati come vivono il lavoro di scherma, che attese si pongono, quali difficoltà incontrano, che bilancio fanno oggi della loro esperienza sportiva.

La scherma in carrozzina è un mondo atletico poco esplorato. Salvo alcune dispense tecniche elaborate in passato, non c' è letteratura, bibliografia né specifici rapporti che lascino traccia scritta di cosa significhi la *vita schermistica nella disabilità*. Dunque non dico che non ci sia nulla, c' è molto poco; poiché la scherma in carrozzina è oggi un mio peculiare interesse e sta diventando col tempo una parte importante del mio lavoro di istruttore, desidero, con l' elaborato che presento, descriverla nella sua complessità.

Intendo comporre il lavoro di tesi in tre distinte parti:

a. una prima in cui presento la mia esperienza, dall' approccio alla scherma in carrozzina sino ad oggi. Voglio raccontare innanzi tutto chi è un atleta disabile e che cosa deve sapere un istruttore circa le disabilità per poter lavorare bene. Desidero anche illustrare il metodo di lavoro da me impiegato, cosa avviene in sala scherma e come si affronta un allenamento nel concreto. Farò qualche breve confronto con la situazione della scherma in piedi (un argomento specifico e complesso di cui la mia tesi non si occupa in modo diretto), giusto per definire meglio le problematiche che affronta l' atleta in carrozzina, mi voglio anche soffermare a descrivere in dettaglio gli aspetti tecnici e come si lavora con i limiti posti da una condizione oggettiva di disabilità. Sarà, credo, un modo per esplorare ed illustrare la metodologia usata nella disabilità, presentarla nei suoi complessi risvolti e fare un po' di luce in merito al processo di formazione degli atleti disabili, fatto sportivo di cui troppo poco si parla e si dice.

b. La seconda parte di questa tesi è una ricerca sul campo. Con l' impiego di un apposito questionario, voglio indagare la situazione degli atleti disabili. Raccogliere il loro punto di vista, documentare il loro percorso sportivo ed anche la percezione che

hanno circa i diversi aspetti del lavoro schermistico che facciamo insieme. Credo sia la prima volta che, almeno in Italia, si interrogano gli schermidori disabili per raccogliere conoscenza in merito al loro punto di vista. Li farò parlare per sapere come sono giunti alla scherma, come la praticano e con quali difficoltà, cosa si aspettano da essa, ecc ...

c. Nell' ultima parte metterò a confronto le prime due: istruttore e atleti. Intendo far emergere convergenze e divergenze tra metodologia e attese degli atleti, tra aspetti tecnici del lavoro agito dall' istruttore e ostacoli incontrati dagli atleti stessi, voglio anche comparare i miei obiettivi con il bilancio che i ragazzi fanno del loro percorso sportivo.

Sarà un modo per evidenziare i punti forti e i punti deboli del mio lavoro , per riflettere sulle mie certezze (magari presunte), incertezze ed anche sulle fragilità degli atleti disabili.

Sarà infine l' occasione per guardare avanti, correggere, migliorare, ridefinire. Chissà, sarà anche, spero, un contributo utile a chiunque vorrà leggerlo e, per quanto riguarda me, che lo compongo, un tassello in più, aggiunto a ciò che serve per diventare maestro di scherma.

Parte prima

Il lavoro dell' istruttore

Premessa

Intorno alla scherma in carrozzina non si è ancora raccolta, in forma scritta, una memoria di esperienze. E' un mondo atletico molto vivo ma poco raccontato. Poiché è il contesto in cui si spende il mio impegno come istruttore, vorrei lasciare un contributo scritto, questo lavoro di tesi appunto, nel quale dare spazio alla mia personale esperienza.

In questa prima parte descrivo il percorso da me compiuto, sino ad oggi, come istruttore di scherma in carrozzina. Evidenzio in particolar modo l'attività e l'impegno che svolgo con un gruppo di atleti disabili in un continuum di aspetti relativi sia alle situazioni vissute dai medesimi, sia al modo in cui organizzo tempi e modalità di lavoro in sala scherma, sia anche, infine, agli obiettivi che intendo raggiungere.

1. Primo approccio alla scherma in carrozzina. Primi entusiasmi

Dal giorno in cui ho realizzato il fortissimo feeling fra me e la scherma ho sempre avuto una forte curiosità nei suoi confronti, in senso assoluto, una forte voglia di conoscerne i vari aspetti, le differenti espressioni di essa e allo stesso tempo di scontrarmi con le relative situazioni incrociate durante il percorso che so essere ancora lungo e vario.

La scherma in carrozzina mi incuriosì, per caso, conoscendo un Istruttore (Andrea) che da anni si impegnava nel portarla avanti come attività rivolta alla riabilitazione, promozione allo sport, alla vita di gruppo e, nei migliori casi, all'agonismo nella sua massima espressione.

Conoscendolo meglio, e lavorando al suo fianco all'interno del Club scherma Torino, mi sono deciso, su suo esplicito invito, a lanciarmi in tale esperienza, ottenendo così la possibilità di tentare, provare, scoprire assieme a quei ragazzi in carrozzina l'aspetto schermistico adattato ad una realtà nuova. Realtà che all'inizio mi lasciò abbastanza impressionato oltre che intimorito per buona parte di ciò che avrei potuto dire o fare nei loro confronti. Dico ciò in quanto oltre a dover rimodellare e sperimentare le esperienze pregresse, ritenevo di dover tener conto soprattutto di quelle sociali e relazionali che, fino a tal giorno erano al livello più basso, iniziale appunto.

Ho iniziato così a conoscere i ragazzi che Andrea mi aveva chiesto di avviare alla sciabola poiché con il suo gruppo di atleti praticava solo fioretto e spada. Detto fatto, iniziai con loro l'attività nell'anno 2008.

2. La lesione midollare e le sue principali conseguenze sulla persona

I ragazzi che attualmente seguo sono tre, di cui due paraplegici con lesione midollare completa ed uno emiplegico, dell'età rispettivamente di 22, 24 e 31 anni.

Prima di addentrarci nel vero e proprio lavoro di sala ritengo importante definire cosa si intenda per lesione midollare completa ed incompleta e quali siano le differenze fra di esse.

Lesioni complete

Lesione completa è l'espressione che viene utilizzata per descrivere appunto una lesione totale del midollo spinale. In questa situazione si ha una perdita totale, e di solito permanente, della capacità di inviare impulsi nervosi *sensoriali* e *motori* e quindi una completa, e di solito permanente, perdita di funzionalità sotto il livello della lesione. Ciò provoca una paraplegia o una tetraplegia completa.

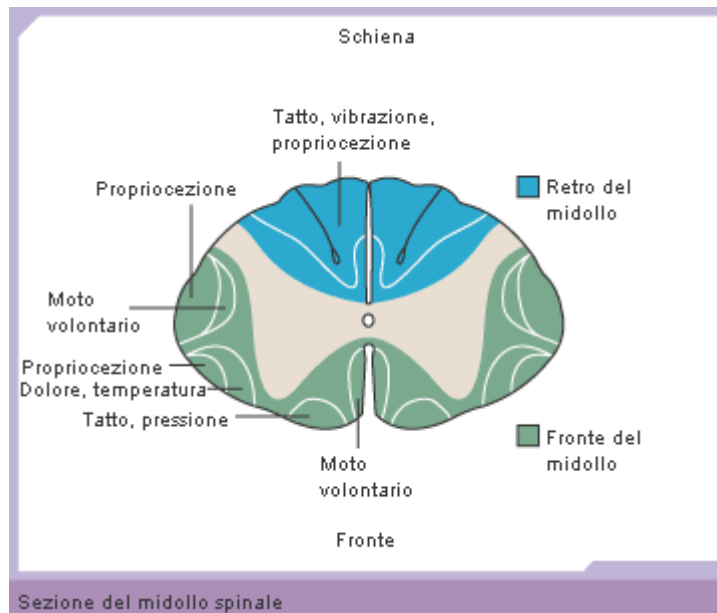
La paraplegia è una paralisi totale o parziale che colpisce le gambe e spesso anche il tronco, ma non le braccia. L'estensione del danno al tronco dipende dal punto in cui si è avuta la lesione. La paraplegia è il risultato di un danno al midollo a partire dalle vertebre toraciche a scendere. Le lesioni toraciche (T1-T12) colpiscono sia il torace che le gambe. Le lesioni lombari (L1-L5) provocano una paralisi al di sotto della linea della vita. Le lesioni al livello sacrale possono non provocare una paralisi agli arti, ma gravano sui riflessi spinali. La paraplegia ha spesso degli effetti sull'intestino, sulla vescica e sulle funzioni sessuali.

La tetraplegia è invece una paralisi totale o parziale dal collo verso il basso, coinvolgendo i quattro arti e il tronco. Questa condizione si presenta in seguito al danneggiamento del midollo spinale nella regione cervicale. Il diaframma (un insieme di muscoli coinvolti nella respirazione) è collegato al midollo spinale tramite fibre nervose che si diramano dalle vertebre cervicali divise poste tra C3 e C5: in caso di una lesione sopra questo livello potrebbe essere necessaria una ventilazione meccanica. Nella tetraplegia vengono gravemente colpite le funzioni di intestino, vescica e le funzioni sessuali.

Lesioni incomplete

Lesione incompleta è l'espressione che indica un danneggiamento parziale del midollo spinale: in questa situazione alcune funzioni motorie e sensoriali continuano ad essere attive. Persone con una lesione incompleta possono avere attività sensoriale (ad esempio percepire la temperatura) ma non di movimento mentre altri, al contrario, possono avere attività motorie (mobilità più o meno bassa, ma presente) con però scarsa o nulla sensorialità. Infatti i danni causati da una lesione midollare variano da persona a persona poiché varia il tipo di danno che si accumula nelle fibre nervose a seconda del tipo di lesione subita.

Gli effetti di una lesione incompleta dipendono dall'area del midollo (parte anteriore, posteriore, laterale) che è stata danneggiata. Infatti la parte di midollo danneggiata dipende dalle forze di torsione o schiacciamento che sono state coinvolte nell'infortunio. La figura "Sezione del midollo spinale" mostra le parti del midollo che sono responsabili delle differenti funzioni motorie.



L'emiplegia è una sindrome derivante da una paraplegia incompleta e consiste in un disordine nel quale solo un lato del corpo è paralizzato. E' definito come una paralisi che coinvolge almeno un braccio e una gamba (dal greco "hemi"= mezzo). Le cause più comuni di un'emiplegia sono legate ai danni al cervello. Quando il danno alla spina dorsale è localizzato solo su un lato del midollo, normalmente lo stato emiplegico è la risultante dal trauma.

3. Gli schermidori disabili e le categorie di appartenenza

Nella scherma in carrozzina, ogni atleta viene classificato, in seguito ad un incidente, in maniera specifica secondo un criterio di tipo funzionale. A diversi gruppi di categorie (3 oggi) possono appartenere atleti con differenti tipi di handicap, ma una relativa parità di funzionalità e ciò permette di non esasperare la condizione dell'atleta disabile nella creazione di eccessive categorie (composte così da pochi atleti) e di consentire dunque una maggiore competizione fra di essi.

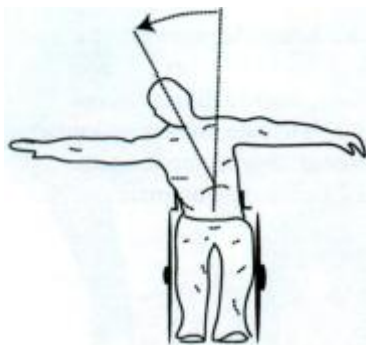
La classificazione viene così eseguita in base ad una serie di test specifici dove vengono effettuate prove funzionali consistenti in una valutazione dell'abilità del busto di flettersi, estendersi ed inclinarsi frontalmente e lateralmente, con o senza l'uso dell'arma, compiendo ovviamente gli stessi gesti tecnici della Scherma in piedi come l'affondo, il ritorno il guardia, l'inclinazione del busto indietro e verso i lati. Ora, per ciò che riguarda gli atleti affetti da inabilità spinale, dunque atleti paraplegici o poliomielitici, la valutazione della forza viene eseguita tramite l'assegnazione di un punteggio da 0 a 5 facendo eseguire 4 test¹.

TEST 1:



Consiste in una valutazione della capacità di estensione dei muscoli dorsali: l'atleta seduto sulla carrozzina con il busto inclinato avanti, cerca di tornare in una posizione di busto eretto contraendo i muscoli estensori del rachide (dorsali). In questa prova gli arti superiori sono retroflessi.

¹ Relativamente ai 4 test cfr. Giovannini Fabio, La scherma in carrozzina, guida base per tecnici di scherma e operatori nel mondo sportivo dei disabili, dispensa ad opera dell'autore.



TEST 2:

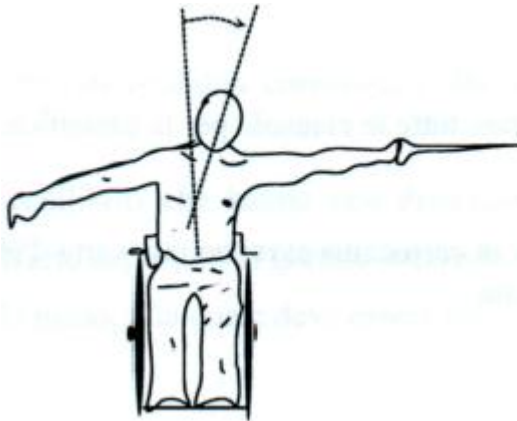
È una valutazione del bilanciamento laterale del busto con gli arti superiori abdotti (braccia in fuori con le mani all'altezza delle spalle). L'Atleta deve muovere il suo centro di gravità a destra e a sinistra fino alla posizione dove perde l'equilibrio.

TEST 3:



È una valutazione dei muscoli estensori del tronco, ma più specificatamente dei lombari. L'esercizio va eseguito con le mani dietro la nuca, questa è una variante del test n.1: inserita per annullare la componente di inerzia del movimento degli arti superiori.

TEST 4:



È simile al test n.2, ma risulta più difficile perché deve essere eseguito impugnando l'arma il cui peso, infatti, riduce significativamente la possibilità di inclinazioni laterali del tronco senza perdere l'equilibrio.

In seguito alla classificazione gli atleti vengono inseriti in una categoria d'appartenenza.

Dopo la valutazione analitica e test funzionali, una classificazione viene data in base ai seguenti criteri.

Classe 1A: Atleti senza equilibrio da seduti, che hanno un braccio affetto da disabilità. Nessuna efficiente estensione del gomito in presenza di gravità, e nessuna funzione residua della mano per cui rende necessario fissare l'arma con una benda. Una tale classe è paragonabile a tetraplegici con lesioni spinali a livello C5/C6.

Classe 1B: Atleti senza equilibrio da seduti con il braccio attivo colpito. Estensione funzionale del gomito ma nessuna flessione funzionale delle dita. L'arma deve essere fissata da una benda. Paragonabile al livello completo C7/nervo C8 tetraplegico o alla lesione più alta incompleta.

Classe 2: Atleti con sufficiente equilibrio da seduti e il braccio attivo normale, paraplegici tipo T1 – T9 (test funzionali 1 e 2 non raggiungendo più di 4 punti in totale) o tetraplegici incompleti con il braccio attivo minimamente colpito e un buon equilibrio da seduto.

Classe 3: Atleti con un buon equilibrio da seduti, senza sostegno delle gambe e il braccio normale, es. paraplegici da T10 a L2 (Test funzionali 1 e 2 positivi). Soggetti con

doppia amputazione sopra il ginocchio con corti monconi, o lesioni incomplete sopra D10 o disabilità paragonabili possono essere inclusi in questa classe, a condizione che le gambe possono aiutare a mantenere l'equilibrio da seduti.

Classe 4: Atleti con un buon equilibrio da seduti con sostegno degli arti inferiori e braccio normale, es. con lesione sotto L4 o disabilità paragonabile (test 3 e 4 positivo con almeno 5 punti). Handicap minimo – disabilità degli arti inferiori paragonabile a un'amputazione sotto il ginocchio.

Nel caso di una lesione cerebrale o perfino nel caso di dubbio, è necessario completare la valutazione osservando l'atleta mentre pratica la scherma. La partecipazione degli atleti nella procedura di classificazione è molto importante, infatti la firma di un atleta (o tecnico) correla la competenza della Commissione Classificatrice.

CATEGORIE: Ci saranno tre diverse categorie per ogni gara individuale: A. B. e C.

1: A:- la precedente classe 3 e 4

2: B:- la precedente classe 2

3: C:- la precedente classe 1A-1B

4. Un primo approccio metodologico

Durante gli anni l'attività di sala è stata da me modificata e sviluppata in funzione di tre punti importanti:

-il *tempo* che il sottoscritto e gli atleti avevamo a disposizione (mai abbastanza per ragazzi normodotati, ancora meno -considerata la situazione di partenza- con gli atleti in carrozzina).

-la *situazione* in cui, in primis, si sono trovati gli atleti, nel dover conoscere ed apprendere a 20/30 anni una nuova arma

-le *capacità del sottoscritto* di adattare uno sport nato per individui in piedi verso una situazione semi-statica come la carrozzina, il tutto tenendo conto della mancanza di un ausilio costante in sala da parte di figure con:

1) grandi esperienze d'insegnamento verso un'arma così complessa come la sciabola

2) grandi conoscenze del contesto schermistico relativo alla disabilità, sì da indirizzarmi in maniera più semplice alla fase didattico/metodologica .

Ho così dovuto, innanzi tutto, cercare di conoscere meglio delle persone (passaggio importante in ogni lavoro di équipe e non sempre facile), oltre che la storia di questi ragazzi che è un po' la loro "carta d'identità", la quale mi ha altresì permesso di comprendere meglio sia differenti componenti psicologiche (che in questo campo giocano molto la loro parte) sia anche fisiche, limitative, promozionali, e quant'altro.

Solo in seguito (trascorso un anno) si è potuto passare al raggiungimento di un metodo di lavoro più preciso e strutturato (il quale rimane sempre in continua via di sviluppo e discussione da parte del sottoscritto). Dico ciò in quanto avendo lavorato in questi ultimi sei anni al *Club scherma Torino* con tantissimi bambini, ragazzini, ragazzi e gente più adulta, mi sono subito accorto della grande differenza incontrata, a livello di *cooperazione* (mi piace così definire questo rapporto lavorativo), con i disabili rispetto ai normodotati. Non intendo tale differenza nel senso maggiormente comune (ahimè) di ragazzi con handicap, e per questo da coccolare e proteggere in una sfera di cristallo. Mi riferisco semmai alla differenza di "approaching" mentale, prettamente da parte mia nei loro confronti e dettata dalla mia bassa conoscenza delle loro sfere emotive, esistenziali, ecc ... (rafforzata tuttavia da una grandissima voglia di entrarvi in sintonia e di essere importante per loro nell'attività prescelta). Sono peraltro molto consapevole della mia giovanissima età e della necessità di dover arricchire col tempo il mio bagaglio di conoscenze ed esperienze, generalmente inferiore rispetto a qualsiasi altro adulto, ma sono altresì consapevole del fatto che quando si crede in una cosa e la si vuole a tutti i costi la si affronta con determinazione, in funzione del conseguimento di un risultato.

A tal proposito cito una frase di Michael Jordan, probabilmente il più incredibile cestista della storia della pallacanestro, il quale diceva: "Posso accettare di fallire, chiunque fallisce in qualcosa. Ma io non posso accettare di non tentare".

Il frutto nato da questi tre anni di esperienza vissuti assieme ad Andreea, Jonathan e Pietro (così chiamo i "miei" ragazzi) è proprio il risultato di questa mentalità. E' dovuto alla mia costante voglia di tentare, sempre sostenuta da un obiettivo: riuscire ad ottenere dei bei risultati insieme a loro, in senso assoluto.

5. Il tempo di lavoro

Il lavoro che attualmente svolgo con i ragazzi in carrozzina è diviso in due giornate alla settimana per ciò che riguarda l'attività prettamente tecnica di sciabola, che sviluppiamo in 3 ore il lunedì mattina e 3 ore il mercoledì sera; a queste si vanno poi ad aggiungere le ore di preparazione atletica il giovedì sera assieme agli atleti del canottaggio, con cui abbiamo avviato una collaborazione in termini pratici da quest'anno. Inoltre vi è un altro giorno (venerdì sera) in cui i ragazzi possono tirare con gli atleti in piedi durante i tornei sociali. Tutto ciò tenendo in considerazione il fatto che ogni atleta disabile tira di due armi, per cui il martedì sera o il giovedì mattina lavorerà con Andrea (o di spada o di fioretto) ed il venerdì eventualmente tirerà in base alle necessità di una o di un'altra arma.

Nella seguente tabella presento lo schema della settimana tipo:

giorno periodo	<i>lunedì</i>	<i>martedì</i>	<i>mercoledì</i>	<i>giovedì</i>	<i>venerdì</i>
<i>mattino</i>	sciabola			seconda arma	
<i>sera</i>		Seconda arma	sciabola	preparazione atletica	tornei sociali

6. La lezione di sciabola: gli esercizi a coppie

Il lunedì mattina, con i tre atleti di sciabola, l'attività prevede lo svolgimento di una lezione di un'ora circa per ognuno, dalle 10 alle 13. Durante la medesima gli altri due ragazzi non impegnati nel suddetto lavoro svolgono una serie di esercizi in coppia consegnatigli all'inizio dell'anno e modificati durante la stagione a discrezione personale del tecnico.

Di seguito, a titolo di esempio, è possibile osservare una serie di lavori proposti ai ragazzi durante queste esercitazioni collettive.

Esempio di scheda di esercizi a coppie – periodo 15 Settembre al 15 Ottobre:

ESERCIZIO 1

A: esegue una sciabolata alla testa seguita immediatamente da una seconda sciabolata alla figura esterna (B sta in guardia con la lama bassa e parallela alla pedana avente il taglio rivolto verso l'avversario)

a seguire:

B: solleva la lama dal basso verso l'alto, a sua scelta di tempo, cercando il contatto con la lama avversaria che si troverà in quel momento sulla sua figura esterna, fino ad assumere, a termine del movimento, la posizione di parata di 5° (A elude l'azione *in tempo*, tirando un traversone all'addome).

ESERCIZIO 2

A: lega in 4° e oscilla i propri gradi medio-deboli sulla lama avversa, dalla parte debole a quella forte (movimento dall'alto al basso usando le dita ed il polso), successivamente, a sua scelta di tempo, sceglie una delle seguenti opzioni:

-Al distacco, abbassa la punta scoprendo l'avambraccio: B tocca l'avambraccio 2 volte

-Tira una sciabolata all'addome: B esegue una parata e risposta.

ESERCIZIO 3

A: dalla posizione di guardia a lame incrociate (senza legamento) fa oscillare la punta della propria sciabola dall'alto al basso usando le dita ed il polso e cercando di essere il più sciolto possibile. In tale movimento, la punta della lama deve avvicinarsi alla cocchia del compagno (durante il movimento verso il basso) e, risalendo, rasentarne la lama passando così dalla porzione interna del bersaglio, a quella esterna.

Successivamente, a propria scelta di tempo, sceglie fra una delle seguenti opzioni:

1) Esegue una battuta (senza però vibrare il colpo): B immediatamente esegue una controbattuta e sciabolata

2) Esegue un legamento di 3^a o di 4^a: B esegue una battuta in senso opposto al legamento (cioè facendo precedere la battuta da un movimento di svincolo) e vibra il colpo rispettivamente alla testa od alla figura esterna

ESERCIZIO 4

A: esegue una serie di leggere battute di terza e di quarta alternate, quando vuole sceglie fra una delle seguenti opzioni:

Esegue una battuta di potenza seguita da un traversone o da una sciabolata alla testa: B si fa toccare

Scioglie misura (al massimo delle proprie possibilità): B esegue un traversone in affondo (in entrambe i casi controllare assiduamente la direzione e la precisione dell'affondo senza lasciar cadere il braccio verso il basso e controllando la posizione del busto fin dove possibile).

ESERCIZIO 5 (variante del 4)

A: esegue delle piccole battute di preparazione sul ferro dell'avversario. Quando vuole, esegue una battuta di potenza e sciabolata all'addome od alla testa:

B para e risponde con eventuale leggero ausilio della misura durante la parata (rilassato con le spalle durante le battute di A).

N.B.: cercare, durante la serie di battute, di *sentire* il ritmo di azione del compagno e relativi cambiamenti (in senso assoluto), allo scopo di imparare ad anticipare mentalmente il momento in cui tenderà a vibrare il colpo. Tale approccio avrà dunque parallelamente l'obiettivo di aiutare a sviluppare la capacità di *sincronizzazione*, utile per il raggiungimento di una buona "scelta di *tempo*", in favore del nostro scopo finale.

ESERCIZIO 6

A: esegue una serie di movimenti di finta col solo ausilio del polso (da eseguire in sequenza) indirizzando così la punta verso l'addome ed il fianco (attenzione: da

eseguire senza il movimento iniziale di distensione del braccio, tipico della vera finta semplice)

B: segue i movimenti (in tempo) con la propria arma simulando così il gesto iniziale della parata, anch'egli muovendo prima la punta ed utilizzando solo il polso, unitamente ad un leggero ausilio l'avambraccio e cercando di stare a tempo.

Successivamente:

A: a propria scelta di tempo, distende gradatamente l'avambraccio fintando il colpo ad un bersaglio e concludendo (con un repentino cambio di ritmo) in una sciabolata dalla parte opposta.

Sarà opportuno alternare il tutto ad una semplice botta dritta

B: dovrà nel primo caso riuscire a sciogliere di misura (tirando a sé il braccio) laddove si accorga della esecuzione errata della finta avversaria, mentre nel secondo caso dovrà parare e rispondere.

ESERCIZIO 7

A: con la sciabola B: senza sciabola

A: si muove a velocità medio/bassa, col solo busto, in avanti (simulando dunque l'affondo ma eseguendolo lentamente cercando di arrivare il più in avanti possibile e mantenendo un atteggiamento di minaccia col braccio semidisteso ed il taglio rivolto alla testa) ed indietro (ritorno in guardia) dettando così il ritmo dell'azione

B: segue *in tempo* l'azione del compagno mantenendo dunque il ritmo e la misura di A

Successivamente:

A propria scelta di tempo, "A" deve cercare di colpire in affondo il compagno, eseguendo un deciso cambio di ritmo durante la fase di passaggio dal ritorno in guardia al nuovo affondo (dunque *rubando* il tempo e la misura all'avversario)

B: deve cercare, *in tempo*, di non farsi toccare, schivando così il colpo avversario con la difesa di misura. Successivamente, SOLO se eseguito correttamente tale gesto (postura compresa, specialmente all'inizio) eseguirà un affondo come per toccare alla testa (ricordo che è senza sciabola).

ESERCIZIO 8

A: abbassa la punta del proprio ferro verso il basso (avambraccio e braccio fermi) flettendo il polso

B: tocca due volte l'avambraccio con la propria punta

Oppure:

A: abbassa la punta del proprio ferro minacciando il braccio inferiormente

B: esegue una battuta di seconda e risposta.

7. Lezione di sciabola: istruttore-allievo

La lezione prevede lo sviluppo di un lavoro che viene svolto a seconda delle caratteristiche individuali dell'atleta a cui è indirizzata. Considerate le differenti situazioni personali, già trattate in precedenza, il lavoro richiede continui accorgimenti e modificazioni, tenuto conto in modo particolare delle risposte attitudinali e comportamentali di ogni singolo atleta.

Durante la lezione con un ragazzo diversamente abile è importante tener conto delle sue potenzialità fisiche; In particolare i ragazzi che seguono, nonostante la loro età adulta, sono dei neofiti nel campo della scherma e, oltre alla sciabola, hanno a che fare con un'altra arma quale il fioretto o la spada (dove la realizzazione della stoccata valida è esclusivamente di punta e le dinamiche pratiche prendono in ognuna di esse delle vie tecniche differenti, sia fra di loro che dalla sciabola). E' per ciò importante dare precedenza didattica alla cura del gesto tecnico nel portamento dell'arma, partendo dunque dall'insegnamento di azioni quali le stoccate ai vari bersagli, dirette e composte, da fermi ed in affondo, badando altresì molto alla capacità di tenuta del gesto d'affondo (che varia a seconda della disabilità dell'individuo) ed al ritorno in guardia, inserendo solo in un secondo tempo e in maniera intelligente le componenti quali, ad esempio, la velocità nei cambi di ritmo alle varie misure e nei differenti tipi di stoccate.

La lezione può essere prima di tutto concepita e sviluppata come lavoro di approccio verso l'atleta disabile, ed è di fondamentale importanza la necessità di creare quelle condizioni affinché si possa continuamente conoscere meglio la sua disabilità e la sfera in cui essa è contenuta in senso globale; dico ciò in quanto sarà compito del Maestro modificare, adattare e scegliere il tipo di percorso e definire i relativi strumenti più

adatti per ognuno dei propri atleti (partendo dalla sopra citata “base”), attraverso cui raggiungere gli obiettivi stabiliti.

Ci tengo a puntualizzare tale argomentazione in quanto nonostante vi siano durante i corsi di formazione ampie parti mediche e psicologiche dedicate, tali apprendimenti non sono mai abbastanza esaurienti (in molti casi) e quindi è importantissimo dedicarsi durante il lavoro ed approfondirli di continuo.

A titolo di esempio, per ciò che riguarda un gesto come l’affondo ed il ritorno in guardia, l’esecuzione di questo è molto diversa da un atleta paraplegico con lesione midollare completa T1 (alta) rispetto ad uno con lesione completa L5 (bassa), ed a sua volta lo sarà rispetto ad un atleta emiplegico (specialmente nel ritorno in guardia per via della rigidità del comparto del lato compromesso) o addirittura tetraplegico. Tutto ciò sia in termini di esplosività, misura e tenuta di esso sia anche per il suo ritorno alla posizione di guardia. Un individuo con lesione T1 presenta una funzionalità della muscolatura intercostale ed addominale davvero bassa rispetto ad un altro con lesione lombare, che presenterà una ben miglior funzione del tronco ed in parte (a seconda del punto di lesione) della muscolatura prossimale dell’arto inferiore.

Dunque si è inteso che la lesione più è alta più crea un impedimento a livello fisico, dove l’individuo si ritrova a non poter utilizzare una porzione maggiore (o inferiore) dei fasci di muscoli addominali; per questo motivo è di fondamentale importanza che il Maestro sappia creare assieme all’allievo un buon rapporto di conoscenza e di fiducia reciproca a favore della cooperazione, in termini assoluti.

Considerato l’ esempio, affermo che ancora oggi trovo parecchio complesso (e mi rivolgo a chi come me dovesse iniziare un lavoro di questo tipo) lo studio, la messa a punto e l’ applicazione di una didattica tesa al raggiungimento dell’ ottimo, in quanto oltre alle precedenti osservazioni va valutato anche il carattere personale dell’atleta nonché il miglioramento fisioterapico ed atletico che la persona consegue nella preparazione fisica da esso svolta.

8. Questioni di collocazione della tattica schermistica nel lavoro in piedi e in carrozzina e differenti motivazioni; problematiche nella correzione dell’errore

Nel lavoro che svolgo assieme agli atleti disabili, con queste premesse, ho dunque imparato col tempo ad inserire in maniera più graduata ed intelligente elementi quali la tattica schermistica e la lettura dell’assalto (questo nonostante i ragazzi iniziassero ad un’età parecchio avanzata e ritenessi necessario ai tempi accelerare i loro periodi di

apprendimento), per questo la principale cura delle componenti tecniche, e l'affinamento della precisione del gesto schermistico, sono da considerare a mio parere la base da adattare alla componente fisica (che influisce tantissimo sulla prestazione atletica e di conseguenza sportiva). Tale considerazione parte dal fatto che in questa maniera si riducono sensibilmente eventuali e ben più faticosi lavori di riaggiustamento delle precedenti componenti citate, così da poter in un secondo momento inserire quelle dinamiche tattiche, di lettura/interpretazione degli assalti, sempre a seconda delle capacità evolutive dell'atleta e del suo livello di comprensione.

La cosa potrebbe dirsi simile, didatticamente parlando, nella scherma in piedi, tuttavia ci tengo a precisare una importante differenza tra la normalità e la disabilità. Considerato tutto ciò che ho precedentemente affermato e riferendomi ad atleti che iniziano a praticare la scherma, tale differenza sta nel fatto che ogni atleta in piedi, affiancato da un buon sviluppo delle *unità funzionali del movimento sia dinamiche (schemi motori di base), sia statiche (schemi motori posturali)* durante le fasi di crescita, potrà essere in grado di sviluppare delle distinte *capacità motorie (coordinative, di mobilità articolare e condizionali)* attraverso una corretta ginnastica ed una corretta e buona preparazione fisica, arrivando così a raggiungere un livello sempre migliore di "self cognition" (lett. Cognizione di sé). Parallelamente acquisirà, con il tempo, le relative *abilità motorie (intese come tecniche sportive specifiche di uno sport, i relativi fondamentali)* oltre ad una sempre migliore postura, funzionale alla propria arma. Renderà dunque più semplici e fattibili le eventuali modificazioni in termine di prestazioni (fisiche) richiestegli dal Maestro.

Ciò detto, ci tengo a sottolineare che comunque, tale fattore, non impedisce lo stesso ad atleti in piedi, come si suol dire "non bellissimi da vedere", di raggiungere grandi risultati rispetto a colleghi meglio impostati sotto questo punto di vista.

L'atleta disabile, invece, potrà in parte sviluppare e/o migliorare alcuni dei punti sopra citati che sono fondamentali sia nella sua vita privata, sia anche nel processo di apprendimento motorio e questo tramite l'esercizio fisico adattato e la fisioterapia, non potendosi però spingere oltre il limite massimo che la sua disabilità gli imporrà, e proprio per questo motivo, la poca attenzione nella gestione dei gesti tecnici verso l'atleta disabile, creerà ben più grandi difficoltà di riadattamento da parte vuoi del Maestro vuoi dell'atleta stesso. Ribadisco come sia diversa la situazione dei suoi colleghi normodotati, con i quali, invece, il tecnico in questione compierà il percorso formativo consapevole di potere, comunque ed in parecchi momenti, modificare od aggiustare in maniera più facile buona parte degli errori possibili, gli stessi errori che, nella situazione della scherma in carrozzina, pongono ai tecnici ben altre difficoltà

(motivo per cui ancora oggi attività atte ad un buon sviluppo delle capacità motorie in fase pre-adolescenziale e poi di preparazione atletica in fase giovanile sono ancora sottovalutate e fatte eseguire con improvvisazione da molti tecnici ignari della loro importanza anche in termini di risultati futuri sia sul campo che nella relazione Maestro allievo. La conoscenza, oggi, delle fasi di sviluppo umano ed il relativo processo di apprendimento delle capacità motorie in esso contenute è alla base, a mio parere, di un lavoro consco, corretto e funzionale).

Va inoltre detto che ogni tecnico sportivo trae molte considerazioni dai propri studi, dal proprio contesto, dalle proprie esperienze, sensazioni, ecc ... e che le medesime sono condivise nel lavoro in sala svolto insieme ad altri individui (ragazzi, giovani, o adulti) dalle sue stesse condizioni fisiche, diversi solo per età e vissuti.

In estrema sintesi mi sembra di poter dire che, nel lavoro di scherma, noto differenti livelli e capacità di correzione degli eventuali errori di impostazione che si applicano verso l'allievo, ma che ritengo comunque più semplici da realizzare all'interno della sfera della normalità; il Maestro di scherma in carrozzina, laddove non abbia prestato quel "briciolo" in più di attenzione, dovrà ri-modificare² determinati parametri, consapevole della propriocezione, intesa come capacità di percepire e riconoscere la posizione del proprio corpo nello spazio e lo stato di contrazione dei propri muscoli, ben diversa rispetto a quella opposta e comunque unica, del proprio atleta disabile. Tutto questo succede ogni qual volta l'esperienza e le sensazioni personali proprie del Maestro, non sono state sufficientemente *condivise* con quelle dell'atleta in carrozzina (ciò è possibile, ad esempio, considerate le diverse condizioni di vita), durante il processo di crescita assieme. E' quindi per questo particolarissimo motivo che ritengo essere di necessaria importanza dare una grande impronta all'impostazione ed all'adattamento tecnico, rispetto alle differenti potenzialità fisiche di ogni atleta parallelamente al già citato rapporto di conoscenza reciproca, fiducia ed un pizzico di empatia in più che non ritengo faccia male, per poter successivamente lavorare sulle questioni strategico/tattiche .

9. Gli obiettivi sportivi

Per ciò che riguarda gli obiettivi sportivi, personalmente faccio distinzione fra quelli di sala e quelli agonistici.

² Parlo di ri-modificazione in quanto la scherma in carrozzina necessita già di per sé di continue modificazioni, volte a migliorare e rendere più efficace l'espressione tecnica.

9.1 Obiettivi di sala

La dinamica di sala come ho chiarito precedentemente, si articola nel suo percorso attraverso lo svolgimento di lezioni, esercitazioni a coppie, teoria di gruppo, assalti ecc. per cui ritengo didatticamente oltre che pedagogicamente importante durante tale percorso, lo sviluppo, lo svolgimento ed il raggiungimento graduale di alcuni punti, in funzione di una migliore continuità di lavoro e di un obiettivo miglioramento delle capacità d'apprendimento, quali:

-giungere, alla fine del ciclo stagionale, ad uno specifico livello tecnico (discusso e definito a priori con ognuno dei ragazzi) inteso nell'espressione delle diverse abilità, che vanno dai più semplici gesti a quelli più complessi, appresi durante l'anno nelle diverse tipologie di lavoro.

-migliorare la componente comportamentale ed attitudinale circoscritta alle responsabilità individuali, fattore che ha un particolare peso e che è parte fondamentale del rapporto atleta/maestro per realizzare dei sinergici obiettivi sportivi.

-migliorare le capacità d'apprendimento da parte dei ragazzi.

Lo strumento da me utilizzato per realizzare i tre precedenti punti è sintetizzato nei 7 seguenti passaggi (fra di essi collegati) dei quali i primi tre *di base*, ed i successivi *funzionali* all'intero sistema:

1. presentare il lavoro e relativi contenuti di esso tenendo conto delle diverse situazioni di partenza di ogni atleta (sarà sempre fondamentale considerare chi si ha di fronte, le sue potenzialità ma senza tralasciare i contrastanti limiti, e difficoltà)

2. suscitare interesse e motivazione ottenendo la necessaria attenzione nel comunicare gli obiettivi dell'unità didattica (è importante non dare per scontato una qualsiasi forma di interesse a priori, è fondamentale da parte nostra essere i primi fautori e promotori di essa attraverso, in questo caso, l'esposizione degli obiettivi che ci si pone nel lavoro giornaliero). L'obiettivo, anche a brevissimo termine, come in un'unità didattica giornaliera, non dev'essere esclusivamente comunicato in maniera fine a sé stessa, bensì deve partorire interesse, domande e stimoli.

3. fornire una guida *dinamica* nello svolgimento del lavoro (la più chiara possibile) che permetta una buona comprensione di esso, attraverso svariate sollecitazioni, domande, interventi, chiarimenti ed altri stimoli possibili

4. richiamare assiduamente i prerequisiti (ad esempio specifici concetti o gesti trattati ed appresi in lezione) e tutto ciò di cui gli allievi sono già a conoscenza, per una migliore attuazione del lavoro richiesto (specialmente durante le esercitazioni a coppie o gli assalti a tema)

5. sollecitare, da parte degli allievi, la dimostrazione dell'avvenuto (o meno) apprendimento tecnico

6. favorire il transfer di quanto svolto (laddove sia possibile e necessario), verso nuove unità didattiche attraverso cui poter costruire ulteriori esercitazioni

7. fornire dei feedback di ogni genere (fisici, verbali, non verbali, simbolici) che rappresenteranno il miglior strumento per condurre all'apprendimento e al miglioramento, verificando però, successivamente, l'avvenuta comprensione o parte di essa al termine di ogni ciclo di unità didattica.

9.2 Obiettivi agonistici

A livello agonistico il primo obiettivo è quello di permettere ai ragazzi il maggior numero di esperienze in campo schermistico nazionale e, laddove possibile, in quello internazionale (come già accaduto in questi anni).

A livello nazionale, nella scherma in piedi, il numero di gare della categoria *Assoluta* è modesto e tale rimane nella scherma in carrozzina. Per questo motivo è importante usufruire al meglio delle iniziative offerte da quei Maestri che organizzano eventi "satellite", partecipando, ogni volta sia possibile, a trofei, gare o allenamenti.

A mio giudizio sono queste le esperienze che, unitamente al lavoro ed agli obiettivi di sala, permettono ad uno schermidore di crescere athleticamente e sportivamente permettendogli di percorrere un cammino gratificante. Il risultato? Quello conta, certo, sarei un ipocrita nell'attribuirgli un valore secondario, ma lo definirei meglio come il più grande premio che l'atleta possa conquistarsi, laddove i mezzi fornitigli col tempo dal tecnico si siano dimostrati efficienti e validi per la sua formazione; il livello perseguito è da considerarsi l'alter ego del risultato raggiunto, senza dimenticare comunque l'importante contributo offerto dal contesto familiare, amicale, sociale in genere, che, se farà bene la sua parte, concorrerà a concludere l'opera.

10. Gli obiettivi educativi

Ritengo che il grado di qualità della vita di ogni persona si regga su di un particolare equilibrio che sta a cavallo fra le risorse individuali della medesima ed il contesto in cui questa si trova inserita. Tale considerazione penso valga per chiunque, siano soggetti normodotati, siano soggetti disabili. Poiché gli obiettivi educativi nascono all'interno di questa complessa rete di interazioni essi sono il compimento di faticosi processi che si intrecciano e si scontrano nel continuo, difficile equilibrio tra risorse individuali e contesto di vita, appunto. Nella conduzione di ogni evento educativo sarà importante dunque che il *leader* sappia riconoscere, valutare e correggere al meglio del possibile ogni disordine emergente tra persona e contesto.

Nel caso qui trattato, l'obiettivo principale sarà ovviamente saper accogliere un individuo diversamente abile ed integrarlo all'interno della sala offrendogli non solo occasioni sportive e quindi agonistiche, ma anche occasioni di socializzazione, di svago, di divertimento, ecc ... allo scopo di promuoverle, educarle e quindi intenderle nel tempo come abilità sociali. Credo sia fondamentale saper offrire e ponderare tutto ciò, stare nel giusto mezzo puntando al risultato offrendo divertimento, offrendo una vera situazione di interazione, sapendo allo stesso tempo individuare le facoltà di ognuno e costruendoci sopra un atleta ed una persona.

E' mia premura puntare allo sviluppo di abilità attraverso la motivazione, ritengo entrambi, abilità e motivazione, da *educere* col tempo. A tal riguardo proprio l'attività schermistica è in grado di promuoverle entrambi, sia attraverso la meccanica, della quale essa stessa è costruita, sia anche attraverso lo stimolo al ragionamento, al cambiamento, all'atto pratico ed al riscontro finale che costantemente sollecita. Ecco, io sono convinto che la scherma disponga delle giuste chiavi per conseguire in modo ottimale questi obiettivi.

Quanto poi ad obiettivi di più lungo termine, primo strumento è quello di responsabilizzare maggiormente i ragazzi disabili con cui lavoro, in quanto la scherma in carrozzina, praticata a livelli agonistici necessita dello stesso grado di responsabilità, laddove possibile, richiesto nel contesto della normalità. Essere responsabile significa innanzi tutto porsi delle domande: "*Cosa posso fare io per affrontare al meglio questa situazione?*"; significa anche saper **scegliere** cosa fare, come agire, come pensare, evitando così di vivere in balia degli eventi, ma evitando anche che il proprio stato d'animo sia determinato da fattori esterni, ed allo stesso tempo che alibi, scuse e giustificazioni impediscano di **agire**. Bisogna essere molto attenti a questo fattore, poiché il ragazzo in carrozzina non è uno "scemo" o un essere da trattare diversamente

dai suoi colleghi normodotati, niente affatto. Il ragazzo in carrozzina è anch'egli furbo, scaltro, piagnone se gli serve, proprio quanto gli altri, insomma è una persona, da educare nel lavoro a sapersi responsabilizzare, a non dipendere da mamma e papà, laddove sia possibile naturalmente, a saper apprezzare ciò che gli è dato perché egli stesso possa avvalorarlo e utilizzarlo al meglio ed a rispettare i compagni ed i tecnici con cui assieme lavora ogni giorno per giungere ad un risultato sempre più soddisfacente, per tutti.

Parte seconda

Gli atleti disabili: una ricerca sul campo

Premessa

La questione della scherma in carrozzina coinvolge in prima persona gli atleti disabili che sono i veri protagonisti di questa vicenda sportiva. Voglio dar loro la parola, sentirli e far sì che raccontino la loro personale esperienza. Sono interessato a conoscere realmente qual è il loro pensiero in merito all' impegno sportivo che hanno assunto, voglio sapere quali sono le loro aspettative, come vivono le numerose difficoltà che vedo segnare il loro lavoro giornaliero, voglio anche scoprire se sono soddisfatti di ciò che facciamo insieme.

In questa seconda parte raccolgo il pensiero degli atleti in carrozzina circa il loro percorso schermistico. Lo faccio con un lavoro di ricerca sociale, credo il primo in questo ambiente, almeno per quanto risulta a me di sapere. Il percorso sarà condotto con la somministrazione di un questionario da cui ricavare conoscenze più definite sulla questione della disabilità e della disciplina schermistica. Per svolgere questa parte di tesi mi sono avvalso della collaborazione di un sociologo professionale³, che ha indagato il problema applicando la metodologia della ricerca sociale e, a tal fine, ha predisposto il corretto corredo metodologico e applicato le necessarie procedure.

1. La ricerca

In questa parte del lavoro di tesi intendo esplorare la percezione che gli atleti di scherma in carrozzina hanno maturato relativamente al loro percorso schermistico. Non ho a disposizione abbastanza materiale teorico, né pratico, pertanto mi trovo in quella particolare situazione che le scienze sociali definiscono *fenomeno unico*⁴, ossia inedito, inesplorato.

Dispongo però del materiale osservativo ricavato dalla mia esperienza di istruttore, il cui percorso ho avuto modo di esporre nella prima parte di questo lavoro. Sono

³ Si tratta di Roberto Bonino, mio padre, sociologo professionale e insegnante di Sociologia presso la Facoltà di Psicologia dell' Università di Torino.

⁴ Nella metodologia della ricerca sociale con la dizione *fenomeno unico* si intende un evento che non è stato ancora studiato né classificato.

pertanto nella situazione di chi può *esplicitare alcuni valori propri*, ricavati sia dall'esperienza sul campo, sia anche dalla quotidianità, ovvero dall'ordinario confronto con chi, esattamente come me, si occupa di problematiche che coniugano sport e disabilità. L'*esplicitazione dei valori*⁵, peraltro, è un importante momento della ricerca sociale perché permette al ricercatore di isolare alcune *variabili*⁶ e di formulare un'*ipotesi generale*⁷ che verrà verificata nella discesa sul campo.

2. L'esplicitazione dei valori e le variabili

Quando osservo gli atleti disabili in sala scherma vedo innanzi tutto di fronte a me delle persone che amano lo sport. Al momento non so quanto la loro disabilità sia causa del loro impegno schermistico ma mi appare chiaro come ciascuno di loro sia sostenuto da *motivazioni*⁸ proprie, più o meno forti e sentite, più o meno comprese. Comunque presenti in tutti.

Vedo l'impegno che questi ragazzi mettono nell'allenamento, percepisco la loro fatica, lo sforzo che sovente è palpabile. Perché? Perché, mi chiedo, lo fanno. Perché sono qui? Cosa li spinge ad raggiungere il club, quasi ogni giorno, per allenarsi con noi istruttori? Trovo la risposta nella logica umana di chiunque si dedichi ad uno sport: ognuno di noi atleti – e mi ci annovero anch'io – è sostenuto nell'impegno sportivo dalle *attese*⁹ che porta in sé. Sono attese di due generi, personali ed atletiche. Le prime dipendono dalla propria complessione psico-fisica, le seconde si risvegliano nell'ambiente sportivo in cui si è inseriti, si integrano per così dire con la cultura istituzionale del luogo sportivo in cui ci si forma come atleti.

⁵ Poiché il ricercatore ha un suo personale punto di vista circa il tema della ricerca, deve evitare che tale quadro di pensiero (ad es. ricavato dalla sua esperienza) pregiudichi l'oggettività della ricerca stessa. Con l'*esplicitazione dei valori*, dichiara apertamente il suo punto di vista. In tal modo potrà sia verificarne l'esattezza durante i lavori di ricerca, sia controllarlo per evitare che si imponga a priori, erroneamente, come dato oggettivo, cosa che non è.

⁶ La *variabile* è come viene classificata una popolazione di oggetti. Ad es. se l'oggetto di cerca è la *scherma*, le variabili saranno le tre armi di cui si compone: *fioretto, sciabola, spada*. Per il sesso, variabili saranno *maschio, femmina*. Per *età*, variabili saranno gli *anni raggiunti* dai soggetti considerati, e così via. Nell'*esplicitazione dei valori* sono sempre comprese diverse *variabili* appartenenti al fenomeno di cui si parla.

⁷ Ogni ricerca sociale deve verificare un'*ipotesi generale*, ovvero un presupposto teorico (di solito sotto forma di frase o di proposizione), formulato prima della discesa sul campo o ricerca vera e propria. Nell'*ipotesi* sono comprese le *variabili* principali.

⁸ L'oggetto di studio di questa ricerca è costituito dagli *atleti di scherma in carrozzina*, con il termine *motivazioni* si nomina una variabile della ricerca stessa.

⁹ Il termine *attese*, è il nome di un'altra *variabile*

Al momento non sono in grado di affermare che la vita sportiva di chi si affaccia alla scherma con una disabilità, indipendentemente dal tipo, coincida con quella dei cosiddetti atleti normodotati, ritengo però che la scherma sia uno sport, un genere di esercizio, che avvicina le persone, proprio per far sì che possano misurarsi e, naturalmente, arrivare anche a vincere. In questa immagine, tutta da verificare, scorgo delle identità tra le attese degli atleti, tutte persone che faticano al fine di conseguire il miglior risultato possibile, e in tutto ciò a me non pare che c'entrino la disabilità o la normalità. Ma la fatica sì, quella non è uguale. Di fronte allo schermidore si frappongono diversi tipi di *ostacoli*¹⁰ ma, ancora in base alla sola mia esperienza, dico che la persona disabile deve fare i conti con qualcosa di più che non la mera scherma. Sono ostacoli che talvolta pesano e affaticano chi, in carrozzina, vuole farcela, vincere. Sono *ostacoli di ordine* fisico, limiti oggettivi che non possono e non devono essere negati perché costituiscono quella complessione atletica che, se da un lato pone dei limiti, dall'altro dà la forza per superarli. Al contempo compaiono anche *ostacoli di ordine psichico*, gabbie mentali che vanno affrontate e rimosse per trovare la grinta, la forza, semplicemente la voglia di continuare ad allenarsi e a combattere.

A distanza di tre anni il lavoro con gli atleti disabili mi offre l'occasione per avviare un primo momento di valutazione e, questa ricerca, me ne offre la possibilità concreta. Mi domando quale sia il *bilancio*¹¹ che gli atleti disabili possono fare della loro esperienza schermistica, se provino soddisfazione per il percorso condotto sino ad oggi, se siano motivati a proseguire, vogliosi di procedere e vincere. Oppure no, se la fatica possa soverchiarli e cancellare l'entusiasmo, se il peso del lavoro li demotivi, li allontani via via dall'arma praticata.

Ecco, sono queste le mie *esplicitazioni di valori*, esposti con sincerità e semplicità. Ribadisco come la letteratura relativa alla scherma in carrozzina sia pressoché inesistente, peraltro basta condurre una breve ricerca, magari nel web, perché questa mia considerazione trovi conferma. Dunque so di non disporre di materiale letterario utile per studiare questo fenomeno sportivo, tuttavia con le riflessioni precedenti ho enucleato alcune variabili principali che intendo usare nel lavoro di ricerca e che, opportunamente verificate, mi consentiranno di individuare e descrivere, grazie ai dati raccolti, la condizione vissuta dai miei atleti di scherma in carrozzina.

Le variabili principali sono le seguenti:

motivazioni (che hanno determinato la scelta schermistica)

¹⁰ Il termine *ostacoli*, è il nome di un' altra *variabile*

¹¹ Il termine *bilancio*, è il nome di un' altra *variabile*

attese (sia di tipo personale che atletico)

ostacoli (sia di genere fisico che psichico)

bilancio (allo stato delle cose)

3. La pre inchiesta¹²

La *pre inchiesta* o fase esplorativa è quella parte della ricerca che precede la stesura del modello di *questionario*¹³. Come ho già accennato, non mi è possibile attendere immediatamente al questionario perché il medesimo si avvale dei cosiddetti metodi quantitativi o statistici¹⁴. Tali metodi di ricerca sono anche chiamati comparativi in quanto prevedono la possibilità di comparare tra loro i dati raccolti col questionario per operare le verifiche delle variabili e, quindi dell' ipotesi. Ma come posso predisporre un piano di ricerca se ad oggi non dispongo di dati da comparare tra loro, in quanto mi muovo all' interno di un fenomeno unico? Un fenomeno ancora troppo poco esplorato, privo di statistiche, di ricerche già condotte, di letteratura ecc ... ?

Sono costretto ad optare per una prima fase, appunto esplorativa, nella quale, grazie ad un' *colloquio-intervista*¹⁵ condotto in profondità, potrò raccogliere le informazioni preliminari, ossia quella minima conoscenza del fenomeno inedito ma fondamentale per avviare, in un secondo momento, la discesa sul campo con il questionario. L' intervista sarà libera, ossia da me condotta attraverso alcune domande aperte cui, da un lato, l' intervistato dovrà rispondere esaurientemente e, dall' altro, io porre la massima attenzione affinché sia soddisfatta l' attesa di ogni singolo quesito. Lo scopo è quello di ottenere una prima immagine documentaria delle quattro variabili principali che ho elaborato (motivazioni, attese, ostacoli, bilancio).

¹² Questa ricerca studia un *fenomeno unico*. In questo caso non si può formulare una *ipotesi* di ricerca a priori, perché non esiste una sufficiente conoscenza del medesimo. E' necessario acquisire prima alcune informazioni, per cui si avvia una *pre inchiesta* detta anche *fase esplorativa*.

¹³ Il *questionario* è lo strumento di ricerca usato nei *metodi quantitativi* o statistici. E' formato da alcune schede, ciascuna delle quali verifica una o più *variabili* attraverso diverse domande, per lo più chiuse, ovvero che suggeriscono le possibili risposte (es. sì, no, vero, falso, ecc ...). Grazie alla verifica delle variabili si opera anche quella dell' *ipotesi* generale che, come già detto, le comprende.

¹⁴ I *metodi quantitativi* si basano sul calcolo statistico. Le statistiche si possono fare solo se si dispone di dati da confrontare (comparare) tra loro. Quando si ha a che fare con un *fenomeno unico*, non si dispone ancora di dati, dunque i *metodi quantitativi* non si possono applicare.

¹⁵ L' *intervista* è un colloquio in profondità che il ricercatore fa con un intervistato. E' basato su alcune *domande aperte*, ovvero che non indicano all' intervistato alcuna risposta possibile. La darà lui, liberamente, nel corso della conversazione. In questo caso i metodi di ricerca sono detti *qualitativi* e si adottano quando non è possibile usare dati già esistenti (es. del *fenomeno unico*).

L' intervistato sarà il mio *testimone privilegiato*¹⁶, ovvero un atleta in carrozzina con più esperienza e maggior tempo di presenza in campo schermistico. Grazie alla sua situazione di privilegio otterrò le informazioni di base, utile compendio di saperi per coinvolgere nella mia ricerca, in un secondo momento, tutti gli altri atleti disabili. Chiamerò Francesco il testimone scelto. L' ho individuato tra alcuni possibili, perché si tratta di un atleta che pratica la scherma in carrozzina sin dall' inizio della nostra attività torinese, ossia da tre anni, ha acquisito un buon grado di conoscenza del problema, la sua presenza è assidua e l' impegno continuativo. Al termine di questa prima fase del lavoro di ricerca potrò finalmente elaborare l' *ipotesi generale*, che verificherò, come ho già detto, con l' impiego del questionario.

4. L' intervista al testimone privilegiato

4.1 Le domande

Le domande dell' intervista devono riferirsi in modo chiaro ed inequivocabile alle variabili della ricerca, pertanto le ho formulate tenendo in conto questa necessità. Prima di ogni domanda ho annesso una proposizione che annuncia il tema del colloquio e che evidenzia una variabile da misurare. Di seguito riporto la traccia delle domande che ho sottoposto all' intervistato:

Motivazioni iniziali che hanno determinato la scelta di praticare la scherma

Quali ritieni siano i motivi più comuni che favoriscono la scelta della pratica schermistica operata da una persona disabile?

Esistono una o più *figure di riferimento*, intese come soggetti che inducono la persona disabile a questa scelta? Se sì, puoi indicare di chi si tratta?

Attese personali

Un giovane disabile che cosa si aspetta dalla pratica sportiva (scherma)?

Nel contesto della disabilità, e in linea generale, la pratica di questo sport che vantaggio offre (sociale, personale, fisico, ecc ...)?

¹⁶ Con *testimone privilegiato* si intende un soggetto con particolare conoscenza o esperienza nel tema della ricerca. Appartiene alla realtà studiata, che vive in prima persona, e collabora in questa fase con il ricercatore. Grazie alla sua esperienza il ricercatore può dotarsi delle conoscenze fondamentali per meglio definire le *variabili*, formulare l' *ipotesi generale*, quindi stendere il modello di *questionario* che, grazie ai dati raccolti con l' intervista, si rende ora possibile.

Attese atletiche

Lo schermidore disabile ha delle attese di tipo atletico per lo più forti, modeste o nulle, e perché?

Vedi delle differenze tra le attese atletiche di chi pratica la scherma in carrozzina e quelle di chi pratica la scherma in piedi? Se sì quali, se no perché?

Ostacoli di ordine fisico che incontra un atleta disabile nel lavoro di scherma

Quali sono i maggiori ostacoli di tipo fisico che incontra l'atleta disabile (intesi come rapporto tra il proprio corpo e l'ambiente schermistico)?

Esistono strumenti utili a migliorare questo problema? Se sì quali, se no perché?

Difficoltà di ordine psichico

Qual è il maggior ostacolo di genere *personale* che l'atleta disabile incontra nell'approccio alla scherma?

Esiste un modo per favorire il benessere della persona disabile inserita nell'ambiente schermistico?

Lavoro in sala

Il *tempo di lavoro* in sala scherma è adeguato rispetto alle effettive potenzialità degli atleti disabili?

Il *tipo di allenamento* è organizzato in modo adeguato rispetto alle effettive potenzialità degli atleti disabili?

Bilancio complessivo ricavato dall'esperienza schermistica

Per un giovane disabile la scherma può complessivamente definirsi un fatto positivo (positivo = benessere fisico, psichico, socialità, umanità, ecc ...)

Quali aspetti della pratica schermistica dovrebbero essere migliorati o potenziati per offrire un miglior vantaggio alla disabilità?

4.2 Il colloquio: intervista a Francesco

Questo paragrafo presenta il testo dell'intervista che è stata condotta con l'ausilio di un registratore audio per raccogliere ogni passaggio della conversazione. La trascrizione del testo è integrale, mi sono limitato a coordinare, dove necessario, i passaggi del colloquio in modo da rendere la lettura lineare.

Motivazioni iniziali che hanno determinato la scelta di praticare la scherma

Quali ritieni siano i motivi più comuni che favoriscono la scelta della pratica schermistica operata da una persona disabile?

Innanzitutto va detto che fra i tanti, la scherma è uno sport possibile. Non tutti sono agibili dalle persone disabili ma la scherma sì. Questo è già un fattore determinante, anzi il fattore determinante. Occorre considerare come non ci sia un solo tipo di handicap ma diversi e, a seconda della disabilità, cambia l'orizzonte degli sport possibili.

Esistono una o più figure di riferimento, intese come soggetti che inducono la persona disabile a qs scelta? Se sì, puoi indicare di chi si tratta?

Non credo che esistano persone determinanti circa la scelta della pratica sportiva, direi piuttosto che la persona disabile talvolta si trova in circostanze che ne favoriscono la scelta, ecco sono le occasioni più che le persone. Così è stato per la scherma. Un'attività nuova nel contesto della disabilità dove il percorso formativo procede giorno per giorno ed è così da tre anni a questa parte perché a Torino la scherma in carrozzina è nata da poco, solo tre anni fa. Mi trovavo al centro di riabilitazione spinale dove un tecnico sportivo della Nazionale presentava l'attività schermistica quale possibile sport per i portatori di handicap. La dimostrazione mi è piaciuta e ci ho provato, io e altri due, dunque all'inizio eravamo in tre e così è nata la prima squadra; oggi, dopo tre anni, continuo a praticare la scherma in carrozzina e altre persone disabili hanno iniziato dopo di me lo stesso percorso. Quindi non direi che sia importante trovare persone che avviino il disabile allo sport, non c'è induzione, occorre semmai che la persona si trovi in un contesto favorevole e colga l'opportunità, l'occasione.

Attese personali

Un giovane disabile che cosa si aspetta dalla pratica sportiva (scherma)?

L'atleta disabile si aspetta risultati sportivi, successo, vittorie e tutto questo con la scherma è possibile. Si tratta di una disciplina al cui interno esistono concrete possibilità di raggiungere buoni livelli di successo sportivo. Quando dico buon livello penso alla presenza a gare internazionali, capaci di soddisfare le più alte attese di un atleta. Senza obiettivi lo schermidore disabile non fa lunga strada ed il miglior obiettivo è sapersi in grado di competere ai più alti livelli agonistici.

Nel contesto della disabilità, e in linea generale, la pratica di questo sport che vantaggio offre (sociale, personale, fisico, ecc ...)?

Ribadisco come il maggior vantaggio sia di tipo agonistico in quanto la scherma offre all'atleta disabile l'opportunità di entrare in un circuito di livello internazionale molto stimolante e psicologicamente gratificante. Non direi altrettanto per la questione della socialità che non vedo migliorare nel contesto schermistico della disabilità. Anche dal punto di vista fisico la scherma può offrire vantaggi ma questi dipendono dalle diverse patologie, dal tipo di

disabilità. Se dovessi sintetizzare direi tuttavia che la scherma è un' ottima occasione per la persona disabile e che si tratta di una disciplina sportiva che ci offre moltissimo.

Attese atletiche

Lo schermidore disabile ha delle attese di tipo atletico per lo più forti, modeste o nulle, e perché?

Le attese atletiche della persona disabile sono mediamente alte, in linea generale direi buone da parte di tutti. E' uno sport che ti chiede di misurarti con altri, di metterti in gioco. Si tratta di un' attività piuttosto nuova nelle disabilità e anche questo fattore ne favorisce l' interesse atletico, risveglia lo spirito competitivo e la voglia di farcela.

Vedi delle differenze tra le attese atletiche di chi pratica la scherma in carrozzina e quelle di chi pratica la scherma in piedi? Se sì quali, se no perché?

Sostanzialmente la scherma in piedi offre all' atleta un buon equilibrio fisico, lo migliora e lo potenzia. Questo non avviene per la persona disabile, tuttavia il normodotato e il disabile sono perfettamente in sintonia circa l' approccio alla disciplina, che avviene in modo direi uguale: allenamento per la competizione e attese di successo personale. Una differenza rimarchevole è dovuta invece alla tenuta atletica, nel senso che è più facile che un atleta disabile lasci la scherma di quanto non avvenga per il normodotato. Diversi fattori influenzano l' abbandono; sono per lo più dovuti a situazioni personali, di ordine fisico e di salute propria. L' atleta disabile deve essere mentalmente forte e determinato, infatti molti provano e molti lasciano. Ciò che favorisce la voglia di continuare sono i risultati sportivi che, quando arrivano, gratificano moltissimo e sostengono la volontà di proseguire nell' attività sino a farla diventare una sorta di necessità psico-fisica.

Ostacoli di ordine fisico che incontra un atleta disabile nel lavoro di scherma

Quali sono i maggiori ostacoli di tipo fisico che incontra l' atleta disabile (intesi come rapporto tra il proprio corpo e l' ambiente schermistico)?

Gli ostacoli di ordine fisico si manifestano nelle cose pratiche e sono legati al superamento di difficoltà che cambiano a seconda delle differenti disabilità. Penso, a titolo di esempio, al doversi cambiare, ovvero all' indossare la divisa di scherma. In generale non è un problema, però lo diventa quando, come avviene al Club di Scherma, mancano i supporti necessari a facilitare ed effettuare questa operazione: un lettino apposito, un locale, ecc ...

Esistono strumenti utili a migliorare questo problema? Se sì quali, se no perché?

Naturalmente è sempre possibile e auspicabile migliorare l' ambiente in cui ci si allena ma va detto che chi, tra le persone disabili, ha deciso di praticare la scherma si trova oltre la percezione di questi ostacoli fisici, nel senso che li ha già mentalmente superati e si è organizzato per prendere parte alle varie attività con costante impegno.

Difficoltà di ordine psichico

Qual è il maggior ostacolo di genere *personale* che l'atleta disabile incontra nell'approccio alla scherma?

In base alla mia personale esperienza dico che non ci sono ostacoli di ordine personale nell'approccio alla scherma. Innanzi tutto perché c'è, da parte di tutti: istruttori, atleti, ecc ... molta attenzione verso gli atleti disabili; siamo addirittura coccolati in quanto nei nostri riguardi vi è una grande disponibilità e accoglienza. Semmai mi vien da dire che ce n'è troppa. Un eccesso di attenzioni, oltre il necessario, non è utile agli atleti in genere, dunque nemmeno agli atleti disabili che devono affrontare la scherma con tutta la grinta e l'impegno che questa disciplina richiede, soprattutto di fronte alle sconfitte, personali e in pedana.

Esiste un modo per favorire il benessere della persona disabile inserita nell'ambiente schermistico?

Il modo è quello che ho appena detto: buona accoglienza, attenzione alle persone e al luogo fisico in cui queste sono inserite, accorgersi costantemente della loro presenza. Questo non richiede un eccesso di risorse relazionali in quanto, quelle che ho chiamato coccole, non sono di per sé modalità necessarie. Se esse costituiscono un inutile, talvolta dannoso, atteggiamento per la formazione dello schermidore, ciò vale anche quando l'atleta è disabile, forse ancor di più.

Lavoro in sala

Il tempo di lavoro in sala scherma è adeguato rispetto alle effettive potenzialità degli atleti disabili?

Direi di sì. Il tempo in sala scherma oggi è ben strutturato. Questo è il risultato di tre anni di esperienza durante i quali il rapporto maestro-atleti si è consolidato, si è definito sempre meglio. Abbiamo, tutti, dovuto capire quale fosse la misura, il tempo ottimale per noi atleti disabili. Ciò ha voluto dire comprendere e realizzare il giusto equilibrio tra tempo lavoro, da un lato, e acquisizione del maggior potenziale schermistico possibile, dall'altro.

Il tipo di allenamento è organizzato in modo adeguato rispetto alle effettive potenzialità degli atleti disabili?

Il tipo di allenamento che viene oggi praticato in sala è il risultato di tre anni di lavoro, dunque si è via-via migliorato sino a consolidarsi nella formula attuale. Formula non definitiva ma dinamica e in continua evoluzione. L'allenamento è l'esercizio fondamentale per ogni atleta, è ciò che gli permette di raggiungere i risultati attesi. Questo, nel caso della scherma in carrozzina, è un processo, ribadisco, dinamico e in continuo miglioramento, grazie alla grande disponibilità del maestro che punta sempre al miglioramento dei suoi atleti e, per fare ciò, si avvale di un'ampia gamma di esercizi, tutti molto formativi.

Bilancio complessivo ricavato dall' esperienza schermistica

Per un giovane disabile la scherma può complessivamente definirsi un fatto positivo (positivo = benessere fisico, psichico, socialità, umanità, ecc ...)

Per un giovane disabile la scherma in carrozzina costituisce di fatto un' attività molto utile, peraltro offre alla persona la possibilità di conseguire in poco tempo alti risultati sportivi. Possono bastare sei mesi o poco più, di lavoro costante e fatto con impegno per ritrovarsi tra gli atleti del Campionato Italiano e questo costituisce un risultato davvero molto formativo, gratificante, ripagante. Il Campionato Italiano, a titolo di esempio, favorisce non solo il benessere e l' equilibrio fisico, ma anche la socialità che, nella scherma in carrozzina non è sempre presente come evento trasversale. Cambia l' orizzonte quando l' atleta esce dalla logica del circolo di appartenenza per incontrare e scontrarsi con altri atleti disabili provenienti da diverse regioni e città italiane. Sono momenti unici dove i convenuti solidarizzano tra loro, si scambiano esperienze, fanno bilanci dai quali esce arricchita la persona nel suo insieme. Un altro aspetto che conferma l' utilità del lavoro schermistico è visibile nelle forme di aiuto e di reciprocità che scattano tra gli atleti. Penso all' incontro tra atleti tetraplegici e atleti paraplegici. I primi fanno più fatica, sia fisicamente che psicologicamente, e più facilmente rischiano il burn-out, il cosiddetto cortocircuito, la crisi insomma. Importante è, in questo caso, l' incontro con atleti paraplegici, perché scatta un meccanismo di intesa solidale che non solo tira su il morale ma spesso rimotiva la persona demotivata, la rimette in gioco e sostiene la volontà e lo sforzo.

Quali aspetti della pratica schermistica dovrebbero essere migliorati o potenziati per offrire un miglior vantaggio alla disabilità?

Quando rifletto sui possibili miglioramenti penso a cose molto pratiche, perché è su questi aspetti che gli atleti disabili pagano un costo molto alto ed anche fortemente demotivante. Gli spostamenti per raggiungere i luoghi di gara, ad esempio, sono un vero problema per noi atleti. E' una questione aperta e la Federazione è carente nelle risposte. Risultato? Ci si deve arrangiare! Questo non favorisce la partecipazione ad eventi per i quali le persone disabili si sono impegnate in lunghi periodi di allenamento, in tante faticose ore di lavoro in sala. Torino su questo fronte è carente. Imputo tale situazione al fatto che tre anni di lavoro sono pochi per garantire efficienza a tutti gli aspetti organizzativi, però questa è la situazione della scherma in carrozzina allo stato delle cose. Confermo la mia impressione guardando ad altre realtà più ricche di esperienza: Roma. La realtà romana è ben diversa dalla nostra. C' è un' organizzazione più compiuta ed efficiente, inoltre là vige un percepibile clima di ospitalità e di accoglienza verso chi inizia il percorso schermistico. Con ciò non dico che Torino non sia sensibile al problema ma che la minor esperienza, anche temporale, si manifesta soprattutto sulle cose pratiche e quotidiane ma che, per noi atleti disabili, sono molto importanti.

5. L' ipotesi generale

A questo punto la pre inchiesta può dirsi ultimata, il colloquio con Francesco è stato davvero sorprendente sia per la ricca serie di considerazioni offerte, sia per la notevole competenza dell' atleta ed anche per la qualità del contenuto. I temi trattati evidenziano la complessità del problema e danno una prima risposta alle variabili elaborate. Credo di poter ora formulare l' ipotesi generale che, dal lavoro condotto fino ad ora, risulta così esplicitata:

IPOTESI GENERALE DELLA RICERCA¹⁷

Le motivazioni che inducono la persona disabile alla pratica della scherma, anche quando occasionali, aprono ad un universo di attese, personali e atletiche, piuttosto alte, tali da sostenere la persona di fronte alle diverse difficoltà sia di genere fisico che psichico; la scherma è per la persona disabile un evento utile e formativo ancorchè non scevro da difficoltà, comunque sormontabili.

6. Il questionario e la discesa sul campo

La discesa sul campo è avvenuta con l' ausilio di un questionario la cui elaborazione è stata possibile grazie alle informazioni raccolte nella fase preliminare d' inchiesta¹⁸. Il modello di questionario da me elaborato è formato da cinque schede che, nel loro insieme, misurano le *variabili principali* ed hanno come finalità la verifica dell' *ipotesi generale*.

Gli intervistati sono complessivamente nove, distribuiti nelle tre armi, e fanno parte della popolazione atletica della scherma in carrozzina torinese. Sono la quasi totalità (nove su dieci) degli atleti disabili del *Lamerotanti Wheelchair Fencing Club Torino* e che si allenano al Club di Scherma di Torino. Può sembrare un numero esiguo tuttavia costituisce un universo interessante se si considera che la pratica schermistica in

¹⁷ In questo caso l' *ipotesi generale* è una proposizione affermativa. Si tratta di una frase nella quale sono sistemate le quattro variabili principali. Di per sé l' ipotesi non è né giusta né sbagliata. E' una domanda iniziale (anche se sovente non si conclude con un punto interrogativo) i cui contenuti verranno verificati con la discesa sul campo grazie al questionario. In tal modo, al termine della ricerca, l' ipotesi sarà (totalmente o parzialmente) confermata o smentita, sì da dichiarare concluso il percorso di ricerca.

¹⁸ Copia del modello di questionario utilizzato nella ricerca è riportata in appendice.

carrozzina è un' attività recentissima a Torino e che non è facile superare, nel mondo delle disabilità, le diverse resistenze che ancora si oppongono alle scelte sportive. Se poi compariamo il dato di chi pratica la scherma in carrozzina in Italia, 50 atleti, con il numero degli schermidori disabili intervistati, appunto 9, osserviamo che questi sono il 18% dell' intera popolazione, dunque una significativa rappresentanza.

Considerato il numero degli atleti e la localizzazione territoriale del fenomeno, il lavoro di ricerca non ha e non vuole comunque avere attese statistiche generali, è piuttosto un' analisi di situazione, complessa e veritiera, se vogliamo locale, ma pur sempre rappresentativa di un fenomeno ben più esteso nel nostro Paese.

Prima di sottoporre agli atleti il questionario da compilare ho presentato loro una breve lettera con la quale li invitavo a collaborare alla mia ricerca e davo le fondamentali istruzioni per la corretta compilazione delle diverse schede¹⁹.

Le nove interviste sono state condotte simultaneamente nei locali del *Club di scherma Torino*, in tal modo ho potuto effettuare una sola somministrazione del modello ed ho, al contempo, raccolto le risposte nello stesso luogo sportivo in cui gli atleti si allenano favorendo il loro coinvolgimento.

Ho proceduto in seguito all' analisi dei dati raccolti, tappa successiva della ricerca da me condotta ed ho raccolto e aggregato i dati in un modello vergine di questionario. In tal modo la somma delle risposte riportate a lato di ogni singola domanda, permette un' immediata visione dei dati elaborati.

Di seguito accludo copia dei dati raccolti e ordinati, come ho appena affermato, in un modello di questionario. Non ho riportato le risposte libere fornite dagli intervistati quando rispondevano alla domanda *specificare, illustra il perché della scelta precedente, motiva la risposta data, ecc ...* in quanto si tratta di diverse proposizioni che ho però utilizzato nel rapporto finale.

¹⁹ Il testo della lettera è riportato nell' appendice della tesi.

L' ATLETA DISABILE E LA SCHERMA IN CARROZZINA

SCHEDA ANAGRAFICA

Età 19-19-22-24-31-32-36-41-50 età media 30,7

Sesso 7 M 2 F

Arma principale (arma d'inizio) 6 fioretto 0 sciabola 3 spada

Seconda arma 1 fioretto 3 sciabola 5 spada

Pratica schermistica

1 meno di un anno

3 un anno

1 due anni

2 tre anni

2 più di tre anni

Allenamento settimanale in sala scherma

1 una volta 3 due volte 3 tre volte 2 quattro volte 0 altro

Presenza agli allenamenti

4 assidua 5 quasi continuativa 0 discontinua 0 scarsa

Condizione personale

0 amputato

0 poliomielitico

1 emiplegico

6 paraplegico

2 tetraplegico

0 altro _____

SCHEDA A: MOTIVAZIONI INIZIALI ALLA PRATICA SCHERMISTICA

1. Tra i vari sport che possono essere praticati da una persona disabile, la scherma a quale livello di possibilità si colloca?

- 0** impraticabile
- 1** difficilmente praticabile
- 5** facilmente praticabile
- 3** è lo sport più praticabile

2. Come sei venuto a conoscenza della scherma in carrozzina?

- 2** conoscenti che già la praticavano
- 6** informazioni avute al centro spinale
- 1** per caso (web, giornali, TV, ecc ...)
- 0** altro (specifica) _____

3. Scegli una delle seguenti frasi:

- 5** scherma perché sono una persona sportiva
- 1** scherma perché devo ottimizzare la mia efficienza fisica
- 1** scherma perché mi vedo con amici
- 0** scherma perché non posso fare altro
- 2** scherma ... non so perché ...

4. Tra le due seguenti frasi quale scegli

- 9** *ho iniziato a fare scherma grazie ad una figura di riferimento che mi ha avviato a questa disciplina*
- 0** *ho iniziato a fare scherma per caso, nessuna persona mi ci ha indirizzato*

5. Nella mia pratica sportiva la scherma è:

4 primo amore (l' ho voluto)

3 un masso in cui mi sono inciampato (è capitato)

2 un rifugio (mi serve)

Motiva la scelta: _____

6. Di fronte a te il podio più alto ...

(scegli una risposta per *ieri* e una per *oggi*)

	Un coniglio	Un avvoltoio	Un leone
... ero ieri (inizio)	5	1	3
... sono (oggi)	1	2	6

SCHEDA B: ATTESE PERSONALI E ATLETICHE

1. A che livello poni le tue attese atletiche?

- 5** alto
- 3** medio
- 1** basso
- 0** nullo

2. Il mio prioritario obiettivo schermistico è (una scelta)

- 6** vincere
- 2** partecipare
- 1** muovermi il più possibile
- 0** socializzare

3. *La pratica della scherma consente all' atleta disabile di raggiungere alti risultati sportivi.*

9 VERO **0** FALSO

4. La scherma soddisfa le tue attese atletiche (risultati, vittorie, successo)?

- 5** sì del tutto
- 4** abbastanza ma non del tutto
- 0** no per nulla

5. Hai preso parte a gare nazionali?

7 sì (indicare quali) _____

2 no (perché) _____

6. Hai preso parte a gare internazionali?

4 sì (indicare quali) _____

5 no (perché) _____

7. La scherma favorisce la socialità della persona disabile (conoscenze nuove, amicizia, tempo libero, ecc ...)?

8 in generale sì

1 in generale no

Perché: _____

8. La scherma favorisce la fisicità della persona disabile (scioltezza, controllo del proprio corpo, movimento, ecc ...)?

7 in generale sì

2 in generale no

Perché: _____

9. Cosa ti piace di più della scherma?

0 frequentare la palestra di scherma

6 misurarmi con gli altri atleti

3 vincere l' avversario

0 altro (specificare) _____

10. Vicino a te si allenano gli atleti della scherma in piedi (tre scelte).

Tot. risposte date=21 su 26 possibili

5 siamo tutti qui per lo stesso motivo: vincere!

4 viaggiamo su binari paralleli

2 vedo il mio percorso schermistico più breve del loro

5 fatichiamo tutti allo stesso modo

3 io fatico più di loro

2 io sono mentalmente più forte di loro

SCHEDA C: OSTACOLI DI ORDINE PSICO FISICO CHE INCONTRA L' ATLETA DISABILE NEL LAVORO DI SCHERMA

1. Numera i tre maggiori ostacoli di ordine pratico che incontri nella scherma
(1 alto; 2 medio; 3 basso)

- spostarmi per raggiungere la palestra di scherma
- portare con me la borsa di scherma
- indossare la divisa di scherma
- cambiarmi terminato l' allenamento
- eseguire le operazioni necessarie per procedere al lavoro in carrozzina
- sorreggere l' arma
- indossare la maschera
- altro (specificare) _____

risposte: ▲		
alto	medio	basso
2	4	4
5	2	0
1	0	0
0	2	1
0	1	4
1	0	0
0	0	0

2. In generale che cosa non deve mancare in una palestra di scherma?
(scegli 4 elementi indispensabili)

- 8** spogliatoio adeguato
- 9** servizi igienico sanitari adeguati
- 1** un lettino
- 7** armadietti facilmente raggiungibili
- 4** attrezzi adatti ad esercizi di tono e/o sviluppo muscolare
- 7** zona di palestra riservata per l' allenamento degli atleti disabili
- altro (specificare) **un adeguato numero di pedane**

3. Indica con un **+** ciò che per te è indispensabile (non potresti farne a meno) e con un **-** ciò che per te è superfluo (non ne avverti la necessità)
(un solo più e un solo meno)

- | | | |
|----------|----------|---|
| + | - | |
| 0 | 1 | spogliatoio adeguato |
| 7 | 0 | servizi igienico sanitari adeguati |
| 1 | 3 | un lettino |
| 0 | 2 | armadietti facilmente raggiungibili |
| 0 | 2 | attrezzi adatti ad esercizi di tono e/o sviluppo muscolare |
| 1 | 1 | zona di palestra riservata per l' allenamento degli atleti disabili |

4. *La persona disabile che ha deciso di praticare la scherma è mentalmente oltre gli ostacoli fisici sopra elencati. Li ha già superati con la sola volontà.*

6 VERO 3 FALSO

5. Come valuti l'atteggiamento degli istruttori nei tuoi riguardi ?

Atteggiamento Modalità	Spontaneità	Attenzione	Disponibilità	Accoglienza
Costante	5	8	9	6
Saltuaria	4	1	0	2
Occasionale	0	0	0	1
Scarsa	0	0	0	0

6. Completa la frase con una sola delle parole sotto riportate:

In sala scherma mi sento molto dagli istruttori.

4 apprezzato 1 assillato 1 avvalorato 1 coccolato 0 criticato 0 giudicato

0 ignorato 2 sollecitato 0 sopravvalutato 0 stressato 0 torchiato

Perché? _____

7. Condividi la seguente proposizione? *Troppa tutela da parte degli istruttori verso gli atleti disabili nuoce alla persona* **6 SI 3 NO**

motiva la risposta data: _____

8. Numera per importanza da 1 (più importante) a 5 (meno importante) i seguenti attributi dell'atleta disabile:

	grinta	impegno	disciplina	rispetto	esuberanza
moltissimo	1	4	1	3	0
molto	3	1	3	2	0
poco	1	4	1	3	0
pochissimo	4	0	3	1	1
per nulla	0	0	1	0	8

9. Quale tra questi attributi ritieni di possedere meglio? (una scelta)

0 grinta **5** impegno **0** disciplina **3** rispetto **1** esuberanza

10. Quale tra questi attributi non ti appartiene? (una scelta)

1 grinta **0** impegno **2** disciplina **0** rispetto **6** esuberanza

11. *All' atleta in carrozzina bisogna dare più attenzioni rispetto all' atleta in piedi.*

2 VERO **7** FALSO

Perché _____

12. Tirare di scherma influisce a livello psichico?

9 SI **0** NO

-Se SI (max tre scelte) **Tot. risposte date=19**

3 è esaltante

5 rende più sicuri

5 favorisce la concentrazione

6 aiuta a ragionare

0 rende più nervosi

0 implementa la rabbia

0 fa venire mal di testa

0 rende depressi

0 altro _____

Spiega la scelta: _____

-Se NO perché? _____

SCHEDA D: IL LAVORO IN SALA

1. Rispetto alle tue effettive potenzialità il tempo di lavoro in sala schermo è:

- 0** troppo
- 8** adeguato
- 1** poco

2. Il metodo di lavoro adottato dai maestri risveglia in te:

- 8** una grande e spontanea voglia di dare il massimo
- 1** un senso di faticoso dovere che va oltre la mia disponibilità
- 0** fastidio e opposizione tali da disincentivarmi

Motiva la scelta: _____

3. Scegli una delle seguenti proposizioni

- 0** *L' insegnamento del maestro è statico, ripetitivo*
- 9** *L' insegnamento del maestro è dinamico, evolutivo*

4. Per un atleta disabile l' allenamento fisico pre-schermistico è:

UTILITÀ EFFETTI	fondamentale	auspicabile	indifferente	dannoso
potenza	2	4	2	1
scioltezza	8	0	1	0
tono muscolare	3	2	2	2
velocità	5	2	2	0

5. In che modo la scherma incide sulle seguenti variabili?

(una scelta per ogni variabile)

effetti variabili	potenzia	risveglia	educa	tralascia	mortifica
concentrazione	2	2	4	1	0
controllo	4	2	3	0	0
osservazione	4	4	1	0	0
precisione	5	2	2	0	0

6. Scegli una proposizione:

5 Amo la scherma al punto che dipendesse da me la farei i tutti i giorni

2 Faccio scherma perché mi sento più interessante

2 La scherma è una delle poche cose che posso fare

0 Domani smetto con la scherma

SCHEDA E: BILANCIO COMPLESSIVO

1. Consigliaresti la pratica della scherma ad una persona disabile?

MOTIVAZIONI	SI	NO
BENESSERE FISICO	7	2
BENESSERE PSICHICO	9	0
FORTEZZA	7	2
SERENITA'	7	2
SOCIALITA'	7	2
UMANITA'	7	2

2. Quale tra le seguenti proposizioni ritieni vera?

8 *Bastano alcuni mesi di impegno costante perché l' atleta disabile possa partecipare ai Campionati italiani di scherma in carrozzina*

1 *Ai Campionati italiani di scherma in carrozzina partecipano gli atleti con alle spalle anni di allenamento schermistico*

3. Nella tua esperienza hai avuto modo di incontrare altri atleti disabili:

- residenti in altre regioni italiane **9** SI **0** NO

- stranieri **5** SI **4** NO

Se SI, tale incontro è stato anche occasione di reciproca, personale conoscenza? **6** SI **3** NO

Libero commento alla domanda: _____

4. *Gli atleti disabili solidarizzano tra loro in un clima di reciproco aiuto*

3 sempre

6 talvolta

0 raramente

0 mai

5. *Nella scherma in carrozzina le diverse disabilità si incontrano e nasce un ambiente di reciprocità che sostiene le motivazioni personali (la volontà, lo sforzo)*

- 5** sempre
- 3** talvolta
- 1** raramente
- 0** mai

6. Se potessi avanzare una richiesta alla FISPE (federazione italiana sport paralimpici e sperimentali) cosa domanderesti? (una scelta)

- 2** incentivare gli atleti
- 3** mettere a disposizione degli atleti opportuni mezzi di trasporto
- 1** organizzare gli spostamenti per raggiungere i luoghi di gara
- 2** promuovere più momenti di incontro tra circoli schermistici diversi
- 1** rendere più visibile la scherma in carrozzina
- 0** altro, specificare _____

7. Globalmente quanto sei soddisfatto della tua esperienza schermistica?

- 1** del tutto soddisfatto
- 6** molto soddisfatto e so che avrò di più
- 2** poco soddisfatto mi aspettavo di più
- 0** insoddisfatto sono profondamente deluso

7. Il rapporto di ricerca

Il questionario di cui si è avvalsa l'indagine da me condotta è stato somministrato a nove atleti disabili che si allenano al *Wheelchair Fencing Club Torino*; sono di età compresa tra 19 e 50 anni e la loro età media è poco più di 30 anni e mezzo.

Quattro di loro praticano la scherma sin dall'inizio dell'attività torinese, dunque da tre anni (anche se due di essi sono schermidori da quattro anni), un soggetto è schermidore da due anni, altri tre da un anno, uno da meno di un anno. I nove lavorano su due armi ciascuno e, nell'insieme, le praticano tutte tre. Se consideriamo le due armi praticate da ogni singolo atleta abbiamo sette fiorettilisti, tre sciabolisti, otto spadisti, per un totale, ovviamente, di 18.

La condizione fisica degli atleti si distribuisce su tre tipi di disabilità, in quanto sei di loro sono paraplegici, due tetraplegici, uno emiplegico.

Nelle pagine seguenti del rapporto, vengono presentate le risultanze relative ad ogni variabile misurata; il testo si compone di cinque paragrafi e, al termine della trattazione, avremo la possibilità di operare la verifica dell'ipotesi generale.

7.1 Motivazioni iniziali alla pratica schermistica.

Tutti i nove atleti dichiarano di avere iniziato il loro percorso grazie ad una figura di riferimento che li ha avviati alla disciplina schermistica. Il 67% afferma come l'informazione iniziale sia stata fornita da persone presenti al centro spinale, due hanno iniziato grazie a conoscenti già schermidori, uno infine in modo del tutto casuale.

Quasi il 90% riconosce nella scherma uno sport facilmente praticabile nelle disabilità, nessuno lo considera impossibile anche se una persona lo reputa difficilmente praticabile. Tuttavia non è solo la modalità di accesso che ne favorisce la scelta, in quanto il 67% si allena perché persona sportiva e tesa all'ottimizzazione della propria efficienza fisica. Non mancano gli incerti, due soggetti infatti dichiarano di non sapere il perché della loro scelta tuttavia entrambi vedono questo sport come facilmente praticabile, dunque perché non farlo? Infine uno sottolinea la socialità che ne ricava, in quanto per lui è anche occasione di incontro con amici.

Che la pratica schermistica sia una vera scelta personale è dichiarato dal 45% che l'ha voluta; per il 33% si tratta di un evento non programmato ma fortuito, due infine affermano di vedere nella scherma non una scelta ma un rifugio, uno spazio utile a se stessi.

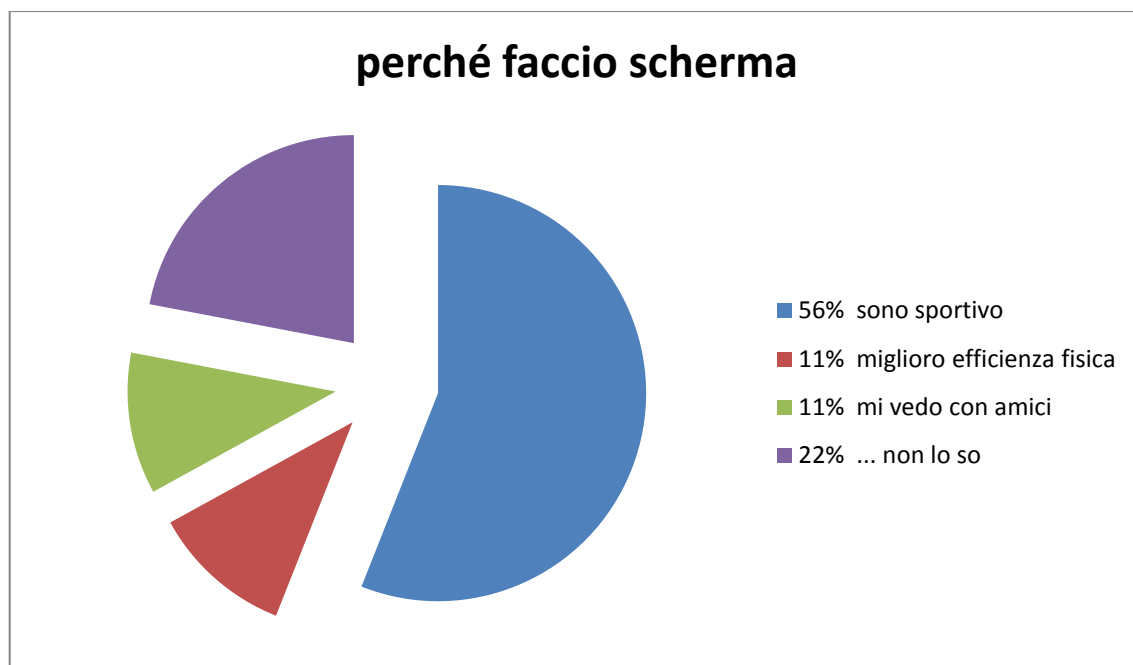
Il percorso evolutivo dell' atleta è stato misurato simulando il podio più alto come approdo. Il 44% già all' inizio del percorso di fronte al podio si sentiva forte e carico di attese, mentre il 56% avvertiva una sensazione diversa, di timore, come se il successo sportivo fosse distante dal possibile. Oggi, dopo un certo percorso sportivo, la situazione è cambiata: di fronte al podio ci sono otto atleti che vogliono farcela, vincere, si sentono come degli avvoltoi o dei leoni. Una ragazza dà un' informazione diversa: priva di coraggio all' inizio dell' attività, che dura da un anno, con poco coraggio ancora oggi. La strada verso il podio per qualcuno è più lunga e impervia ...

E' molto interessante riprendere le considerazioni che gli intervistati hanno liberamente lasciato sul questionario relativamente al posto che la scherma occupa nel loro orizzonte sportivo. Di seguito presento un breve compendio delle affermazioni che gli atleti hanno espresso:

Mi sembra di poter dire che la scherma mi è venuta a cercare, all' improvviso ed ho capito che era lo sport che avrei voluto fare da sempre. Oggi posso dire di praticare il mio sport preferito e che mi offre tanto, sia dal punto di vista psichico, sia fisico. Inoltre mi piace, mi diverte e, al contempo, mi insegna a comportarmi, a stare insieme agli altri. Se all' inizio poteva anche essere un' occasione per fare riabilitazione col tempo si è rivelato sempre più uno sport a tutti gli effetti, grazie al quale mi sono ritrovato nel circuito dell' agonismo a competere e fare gare.

La variabile *motivazioni iniziali* evidenzia una forte inclinazione sportiva avvertita dai due terzi degli intervistati; questi hanno affrontato la scherma in quanto persone che amano lo sport e vedono in essa un buon motivo per lavorare al miglioramento della propria condizione fisica. Resta comunque il 22% dei sentiti che non sa indicare una precisa motivazione alla scelta schermistica.

Nel seguente grafico si rappresenta il dato relativo alle scelte operate dagli intervistati.



7.2 Attese personali e atletiche

Le attese atletiche sono piuttosto alte (89% degli intervistati) e questo dato trova conferma nel fatto che la totalità dei sentiti afferma come la scherma consenta all' atleta disabile di raggiungere alti risultati sportivi. Ciò nonostante non tutti puntano a vincere; mentre il 67% lo desidera, il 22% è già gratificato dal fatto di partecipare agli eventi sportivi, un intervistato afferma che il suo prioritario obiettivo è muoversi il più possibile. Interessante è considerare però come tutti i nove affermino che la scherma soddisfa le loro attese atletiche, del tutto (56%), o in gran parte (44%).

Piuttosto alta è stata la partecipazione a gare nazionali (6 atleti su 9) nei diversi tipi di competizione: campionati nazionali, trofei regionali, campionati interregionali, prove nazionali, trofei satelliti. Anche le gare internazionali sono presenti nell' orizzonte sportivo degli atleti . Alle prove di Coppa del mondo ha preso parte il 44% degli intervistati: Lonato, Montreal, Varsavia, Budapest, ecc ...

Ciò conferma lo stretto rapporto che c' è tra le attese degli atleti disabili e la loro voglia di competere ad alto livello, anche se il tutto richiede molta fatica e altrettanto

impegno. A conferma di ciò va detto che il 100% alla domanda *cosa ti piace di più della scherma?*, non esita nel rispondere: *misurarmi con gli altri e vincere!* D' altronde il 67% dichiara che ciò che di più favorisce la voglia di continuare sono i risultati sportivi.

Le attese di tipo personale sono per lo più investite sul fronte del sociale, e gli atleti hanno sottolineato il piacere che ricavano dagli incontri con altri atleti, soprattutto durante trasferte per gare. Lo schermidore disabile pratica uno sport considerato individuale ma dalle sue considerazioni si svela il desiderio di socialità che, proprio la scherma, può appagare, come risulta dal periodo seguente, ricavato da risposte libere lasciate sul questionario:

E' bello conoscere altre persone al di fuori della competizione e condividere interessi; nella disabilità queste occasioni sono rare, non ci sono molti luoghi di incontro e, quelli esistenti sono per lo più collocati in ambiente sanitario. Anche se la scherma è uno sport molto individuale è prevista l' interazione con avversari ed anche con gli stessi membri della squadra e, stando insieme, si fa inevitabilmente conoscenza. Durante le gare poi, è bello socializzare e conoscere gli atleti che si dovranno affrontare in pedana. A volte capita anche di uscire tutti insieme e di intrecciare così nuove relazioni umane.

Sul fronte della fisicità, il 78% attribuisce alla scherma, in generale, un' azione positiva in quanto i movimenti precisi e mirati favoriscono e compensano eventuali mancanze, aiutano ad essere più sciolti mettendo in moto muscoli altrimenti poco sollecitati. Molti dichiarano che si tratta di uno sport molto fisico e veloce e che richiede al disabile una serie di movimenti possibili ma impegnativi, ecco perché deve sempre essere accompagnato da una buona preparazione atletica.

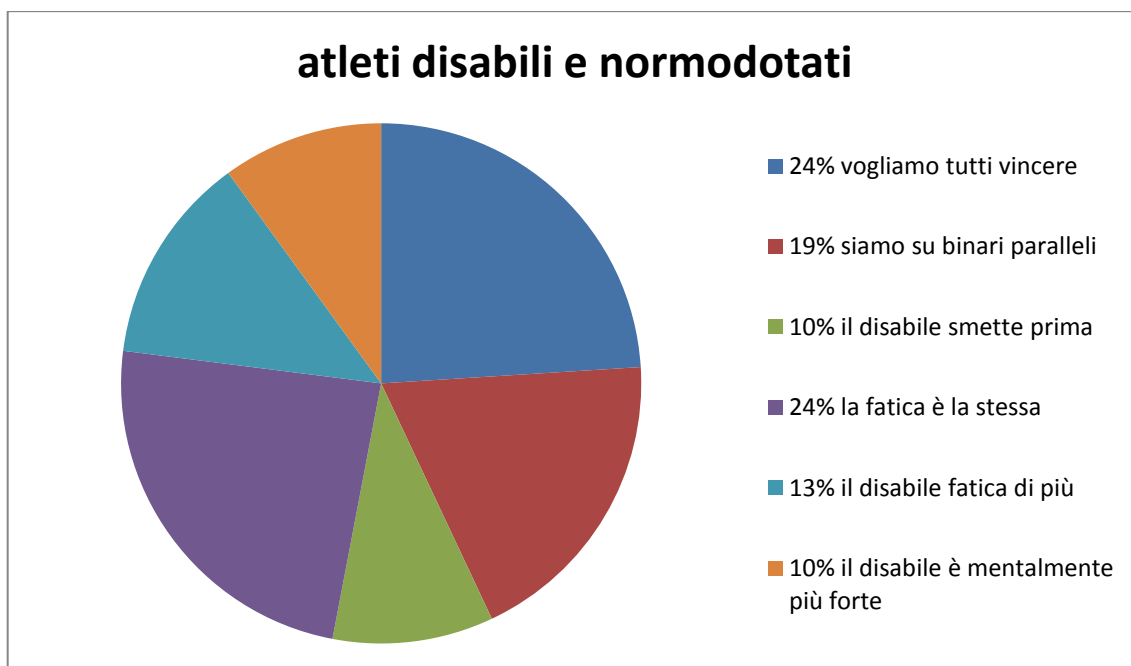
Il restante 22% non riconosce alla scherma il merito di favorire la fisicità della persona, ma sottolinea anche come ciò sia unicamente dovuto alla propria patologia e non all'attività sportiva in quanto tale .

Sul fronte del rapporto scherma in carrozzina – scherma in piedi, che veniva trattato con alcune domande poste all' interno della scheda sulle attese, gli intervistati hanno messo in risalto alcuni dati interessanti per l' analisi. In particolare dovevano scegliere fino a tre attributi di confronto tra il lavoro in piedi e in carrozzina e, complessivamente, sono state espresse 21 scelte distribuite tra le alternative possibili.

E' emerso come disabili e normodotati siano compresenti in sala scherma per un unico, comune motivo: vincere. E come per raggiungere l' obiettivo comune, tutti gli atleti, senza distinzione di tipologie, viaggino su binari paralleli. Questo pensiero è sostenuto nel 33% dei casi, mentre il 24% osserva come tutti gli atleti faticino allo

stesso modo, smentito dal 13% che ritiene più faticoso il lavoro in carrozzina rispetto a quello in piedi. Il 10% infine vede il proprio percorso più breve rispetto a quello dei colleghi normodotati ma si sente mentalmente più forte di loro.

Il seguente grafico a torta rappresenta i dati relativi al confronto tra la scherma in piedi ed in carrozzina.



7.3 Ostacoli di ordine psico fisico

OSTACOLI FISICI

Nel lavoro di scherma, gli atleti si trovano a dover superare diversi ostacoli di natura fisica. Si tratta di barriere di ordine pratico, che devono essere rimosse o superate per poter praticare la disciplina sportiva.

Ho suddiviso il peso degli ostacoli in tre ordini di misurazione: ostacoli maggiori o molto gravosi, ostacoli medi o faticosi, ostacoli minori o impegnativi.

Nella tabella che segue sono raccolte le risposte in percentuale relative ai generi di ostacoli previsti. L' intervistato doveva compiere tre scelte all' interno di ogni grado.

OSTACOLI DI ORDINE PRATICO

grado genere	maggiori gravosi	medi faticosi	minori impegnativi
Spostamenti verso la palestra	22%	45%	44%
Portare la borsa	56%	22%	0%
Indossare la divisa	11%	0%	0%
rivestirsi	0%	22%	11%
Prepararsi per combattere	0%	11%	45%
Sorreggere l' arma	11%	0%	0%
Indossare la maschera	0%	0%	0%

Se selezioniamo una scelta per ogni grado di difficoltà, possiamo notare che è ritenuto molto gravoso dal 56% degli intervistati il dover portare la borsa di scherma, che imbroglia la persona in carrozzina, sia per volume che per peso.

E' di media fatica lo spostamento necessario per raggiungere la palestra di scherma (45%) che richiede tempo e, come considera un atleta, dopo una giornata di lavoro non si ha sempre voglia di compiere un altro spostamento.

Meno faticoso ma pur sempre impegnativo è il prepararsi per sostenere l' allenamento e gli assalti (45%). In questo caso si tratta delle manovre fondamentali di ancoraggio della carrozzina alla pedana, mettersi in guardia e ... agire. Egualmente impegnativo (44%) è lo spostamento necessario per raggiungere la palestra di scherma, genere di ostacolo questo che compariva già come il più votato tra quelli mediamente faticosi e che ci suggerisce come costituisca una seria difficoltà per gli atleti disabili.

Se ora guardiamo i dati raccolti nel questionario e sommiamo le volte che compare il *genere di ostacolo* nei tre diversi gradi possibili, osserviamo quanto segue:

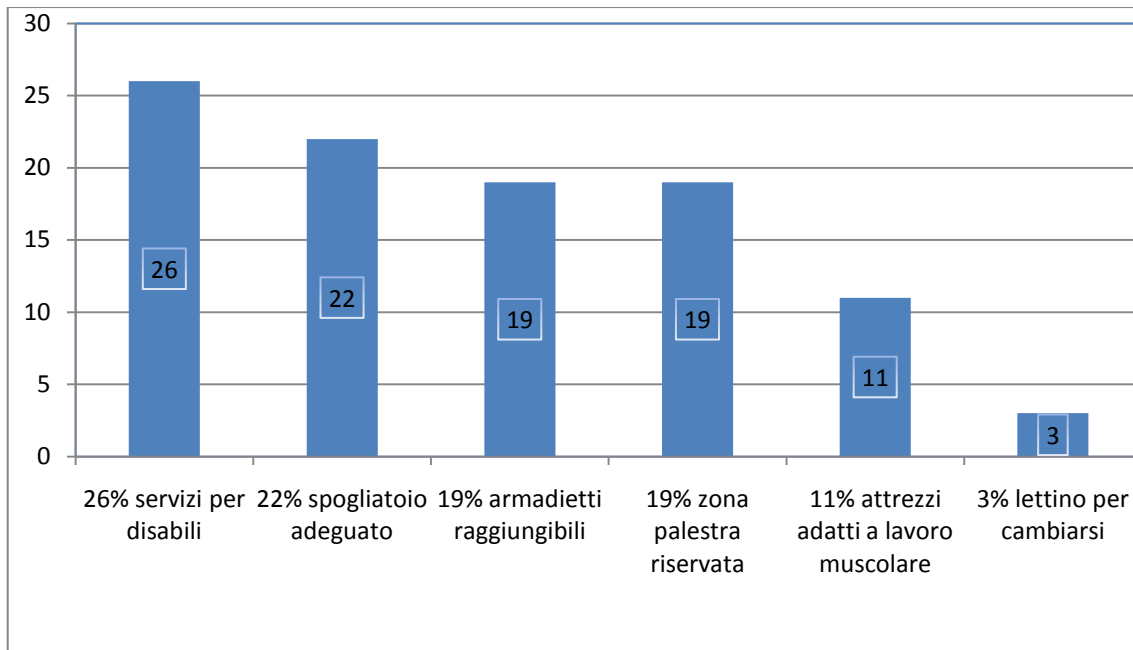
Il dover portare la borsa di scherma è stato scelto 7 volte; gli spostamenti verso la palestra sono stati scelti 10 volte; il prepararsi per l'allenamento è stato scelto 5 volte. Dalla lettura dei dati ricaviamo che gli *spostamenti per raggiungere la palestra di scherma* sono l'ostacolo più avvertito anche se *portare la borsa di scherma* è più gravoso, mentre il *prepararsi per combattere* è pur sempre una difficoltà ma più facilmente superabile. Le altre misurazioni riportate in tabella non rappresentano ostacoli di particolare impegno, se non per una minoranza degli intervistati; quest'ultima osservazione denota come, a seconda delle diverse disabilità, gli ostacoli siano percepiti in modo più o meno gravoso.

Mi sembra particolarmente significativo che sei persone su nove (67%) dichiarino come la persona disabile che ha deciso di praticare la scherma, sia mentalmente già oltre gli ostacoli fisici sopra elencati, perché li ha già mentalmente superati con la sola forza di volontà.

Le dotazioni presenti in una palestra di scherma, secondo gli intervistati, non sono tutte indispensabili. Alcune però non dovrebbero mancare per garantire un ambiente più confortevole e anche più sicuro agli atleti disabili.

Il seguente grafico offre un' immagine di ciò che dovrebbe, in generale, essere sempre presente.

COSA NON DEVE MANCARE IN UNA PALESTRA DI SCHERMA



Quando gli intervistati hanno dovuto indicare ciò che ritenevano per se stessi, in assoluto, più necessario in palestra, sette su nove hanno detto *servizi igienico sanitari adeguati*, mentre superflua è risultata la presenza di un *lettino*(33%), di *armadietti facilmente raggiungibili* (22%) e di *attrezzi per esercizi di tono e/o sviluppo muscolare* (22%). Questo dato indica come sia diverso pensare ad una palestra per le differenti disabilità possibili, qui entra in gioco la propria personale situazione fisica e i desiderata cambiano da caso a caso.

OSTACOLI PSICHICI

Dal punto di vista psichico gli atleti evidenziano all' unanimità come la scherma giochi un ruolo importante: innanzi tutto perché favorisce la concentrazione mentale della persona (26%) ed aiuta a ragionare (32%), infine il costante esercizio mentale rende più sicura la persona (26%). Semmai la scherma aiuta ad abbattere gli ostacoli psichici presenti nella persona disabile.

La sintesi del pensiero degli atleti intervistati su questo aspetto suona così:

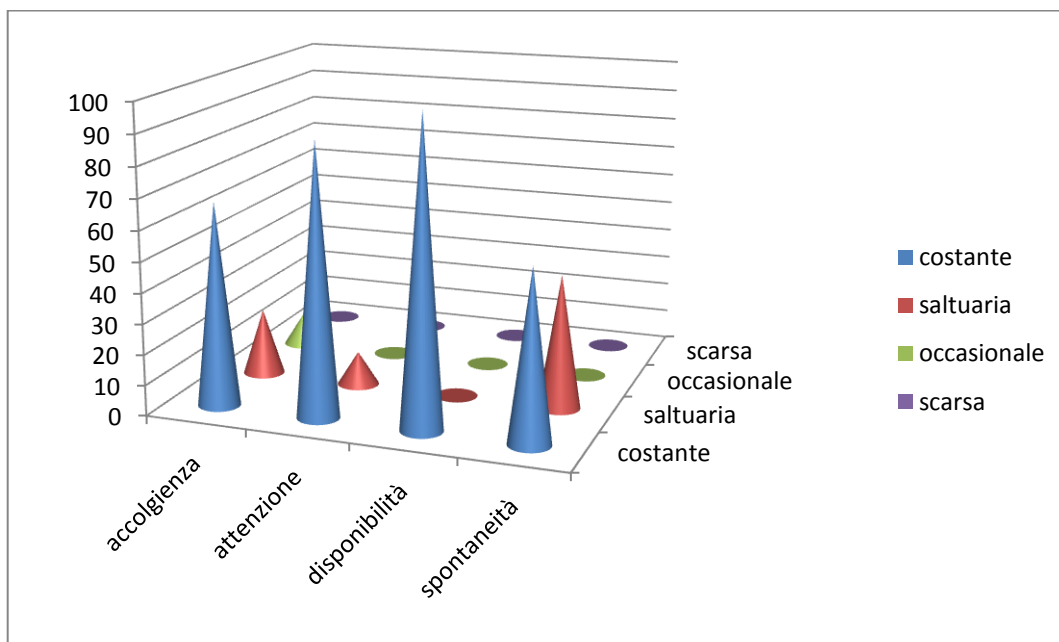
La scherma aiuta a rimuovere ogni ostacolo psichico, perché agisce da stimolo mentale, fa crescere le competenze riflessive, la capacità di concentrazione e l'autostima; dà grinta all'atleta e lo esalta positivamente ma, al contempo, lo pone anche di fronte ai suoi limiti costringendolo a pensare prima di agire. Infine il gesto sportivo trova sfogo e con esso anche le emozioni, tra queste la rabbia che così si libera e abbandona la mente della persona.

Fondamentale è la figura dell'istruttore che costruisce l'atmosfera d'ambiente in cui lavorano gli atleti. Ho quindi misurato come quest'ultimi percepiscano l'atteggiamento dell'istruttore verso di loro attraverso quattro attributi: accoglienza, attenzione, disponibilità, spontaneità.

Dall'istogramma seguente si evince come gli atleti siano, in generale, più che soddisfatti dell'atteggiamento dei loro istruttori, soprattutto per quanto riguarda la *disponibilità* nei loro confronti, giudicata costante da tutti gli intervistati (100%). Segue l'*attenzione*, ritenuta da tutti pressoché costante; questa va intesa sia come atto gentile e premuroso, sia anche come insieme di cautele e premure a garanzia della sicurezza e buon andamento del lavoro in sala scherma. L'*accoglienza* o predisposizione ospitale, gesto col quale l'istruttore riceve gli atleti è considerata dal 67% costante, mentre il 22% la percepisce saltuaria, il 11% occasionale. La spontaneità, infine, o naturalezza di comportamento è valutata dal 56% costante e dal 44% saltuaria.

Questo modo di avvertire l'atteggiamento dell'istruttore suggerisce come gli atleti siano pienamente soddisfatti della disponibilità e dell'attenzione incontrate in sala scherma; la spontaneità e l'accoglienza sono anch'esse apprezzate per la maniera in cui vengono gestite nel percorso sportivo. Ne è prova il fatto che non compare mai nella valutazione l'attributo *scarsa*, mentre *occasionale* è stato scelto una volta e da un solo intervistato.

GIUDIZIO DEGLI ATLETI SUGLI ISTRUTTORI



Sarebbe però falso (78%) pensare che gli atleti disabili si aspettino più attenzioni di quante non servano ai colleghi normodotati. Su questo punto sette persone su nove dichiarano di non attendersi più attenzioni dei colleghi in piedi. Motivano l'affermazione dicendo: *Gli istruttori sono qualificati, e sanno allenare le persone indifferentemente dalla loro condizione. L'atleta è un normale atleta, dunque perché richiedere più attenzioni? Non serve. Solo così peraltro si tolgono le barriere mentali attorno alla disabilità, fare differenze è inutile! Occorre essere mentalmente più aperti, ciò che conta è che in pedana chi combatte sia messo in condizione di agire con tranquillità e sicurezza. Semmai gli istruttori devono conoscere, questo sì, i loro atleti uno a uno e lavorare con loro consapevoli di come trattare le diverse tipologie di disabilità.*

Allo stesso modo è errato pensare che gli atleti desiderino la massima protezione e tutela da parte dei loro istruttori. Alla proposizione: *troppa tutela da parte degli istruttori verso gli atleti disabili nuoce alla persona*, il 67% risponde affermativamente, osservando che per quanto sia importante avere supporti, per crescere nello sport si deve capire cosa sia possibile fare da soli.

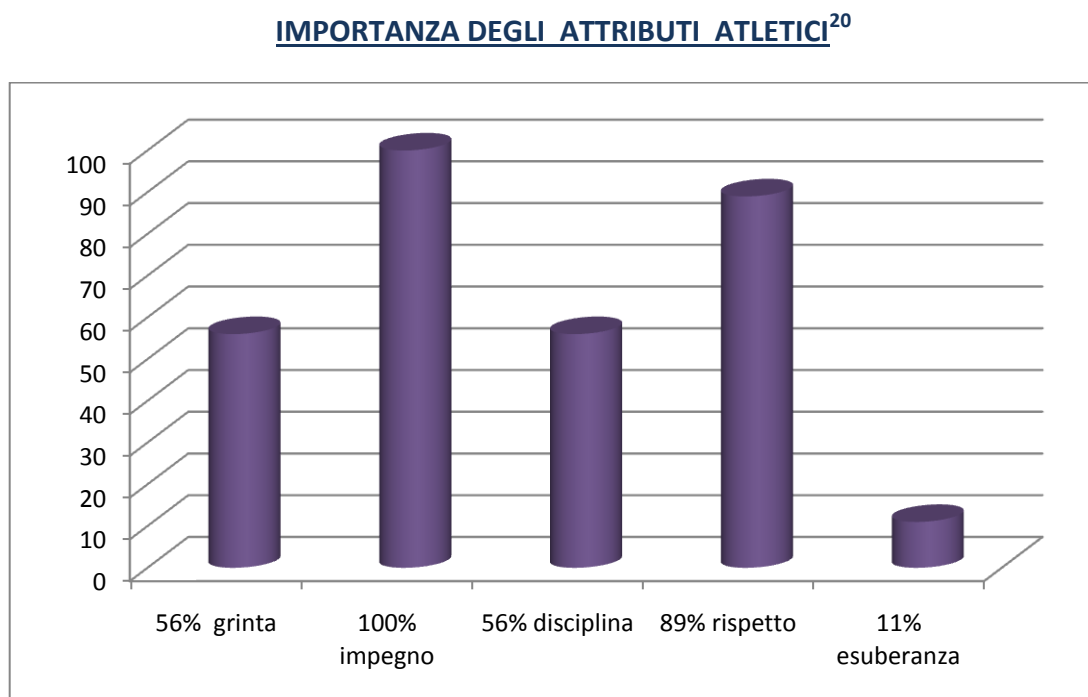
Il restante 34% sottolinea invece che il disabile ha bisogno più di chiunque altro di attenzioni e incoraggiamento. Naturalmente questo non significa affatto che l'istruttore debba sostituirsi al suo atleta! Infatti due terzi degli intervistati affermano che in sala scherma si sentono molto apprezzati (44%) e sollecitati (22%) dai loro istruttori. Una persona si sente molto avvalorata, un'altra molto coccolata ed è l'unica che dichiara di percepire un atteggiamento protettivo da parte dei suoi istruttori.

Ma quali sono gli attributi che non devono mancare nell'atleta disabile? Questa domanda è oltremodo importante, considerato che a grandissima maggioranza gli atleti disabili affermano di non volere né tutele né attenzioni speciali.

Risultano fondamentalmente importanti i seguenti attributi sportivi: *impegno* (100%), *rispetto* (89%), seguiti a distanza da *disciplina* (56%) e *grinta* (56%). Quanto alla *grinta* e alla *disciplina* va però detto che il 44% le ritiene poco importanti se supportate dall'*impegno* e dal *rispetto*.

Infine alla domanda se l'*esuberanza* in pedana sia un attributo importante, il 89% afferma di non considerarlo tale.

Ecco l'immagine grafica di quanto illustrato:



²⁰ Ogni attributo è valutato in centesimi.

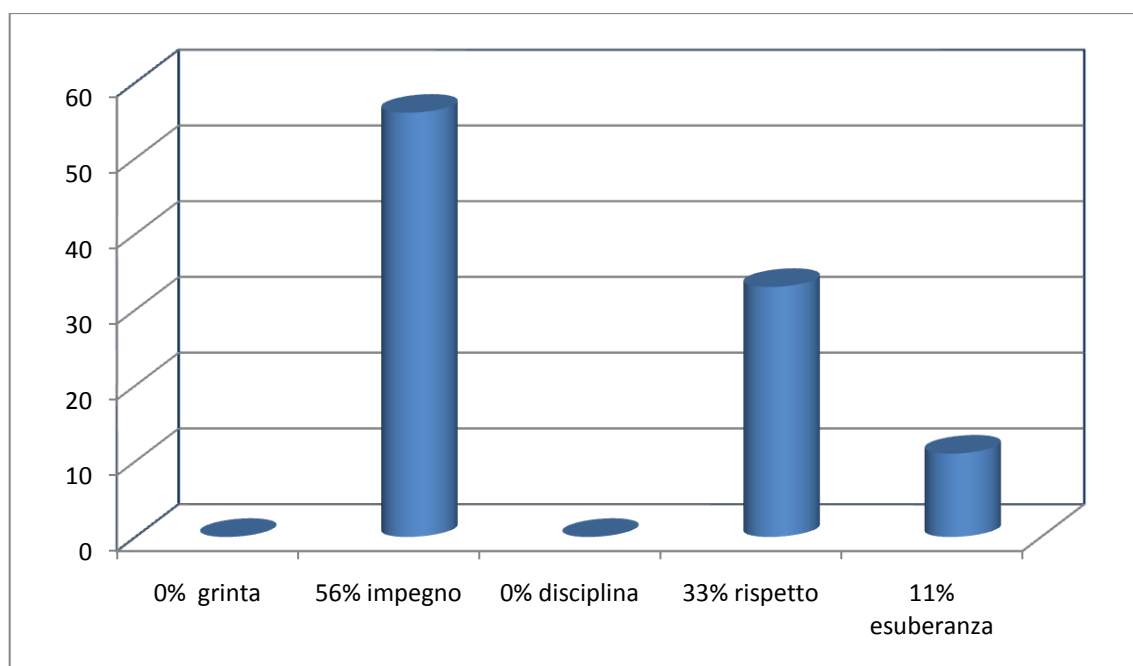
Gli stessi attributi sono stati misurati per ogni singolo atleta e il quadro, pur delineando alcune diversità rispetto a quanto visto nel precedente grafico, tende a confermare l'insieme.

Alla domanda *quale attributo ritieni di possedere meglio?* La risposta vede l'*impegno* al primo posto con 5 preferenze, il *rispetto* al secondo con 3 preferenze, infine l'*esuberanza* ottiene una sola scelta. Gli atleti però non si percepiscono né *grintosi* né *disciplinati*. Questi due ultimi attributi però si connotano in un quadro dove emergono *impegno* e *rispetto* che, come affermato alla precedente domanda, compensano ampiamente la mancanza di *grinta* e di *disciplina*.

L'attributo infine che non appartiene agli atleti disabili è l'*esuberanza* (67%), già considerato il meno importante in generale.

Il grafico successivo dà immagine di quanto detto.

QUALE ATTRIBUTO POSSIEDI MEGLIO?²¹



²¹ Le scelte distribuite in tutti i 5 attributi corrispondono al 100%

7.4 Il lavoro in sala scherma

Il lavoro agito in sala scherma è stato misurato nella percezione che gli atleti hanno del *tempo* impiegato nel lavoro settimanale e del *metodo* praticato dagli istruttori, al fine di cogliere la ricaduta che entrambi hanno sulla persona disabile in termini di utilità e beneficio.

Altissima è la convinzione (89%) che il tempo di lavoro in sala scherma sia adeguato alle effettive potenzialità degli atleti al punto che la stessa percentuale di soggetti (89%) dichiara di avvertire una grande e spontanea voglia di dare il massimo del possibile nell' impegno schermistico. Il perché è connesso al rapporto che si è stabilito tra istruttori ed atleti, come si coglie dal seguente periodo, ricavato dalle affermazioni espresse dagli stessi:

Valorizzo costantemente il mio impegno perché gli istruttori credono in me, conoscono i miei limiti, le mie possibilità ed io desidero migliorare, sempre. Il tempo di lavoro ed il metodo rispettano le mie condizioni fisiche e, al contempo, soddisfano le mie esigenze agonistiche; il lavoro è mirato al perseguimento di una buona tecnica schermistica in modo da fare sempre meglio in gara.

Una intervistata, al contrario, afferma di avvertire un faticoso senso di dovere, oltre le proprie disponibilità, e motiva la sua affermazione dicendo che sente, da parte degli istruttori, un' attesa alta nei suoi confronti come se si aspettassero sempre di più da lei.

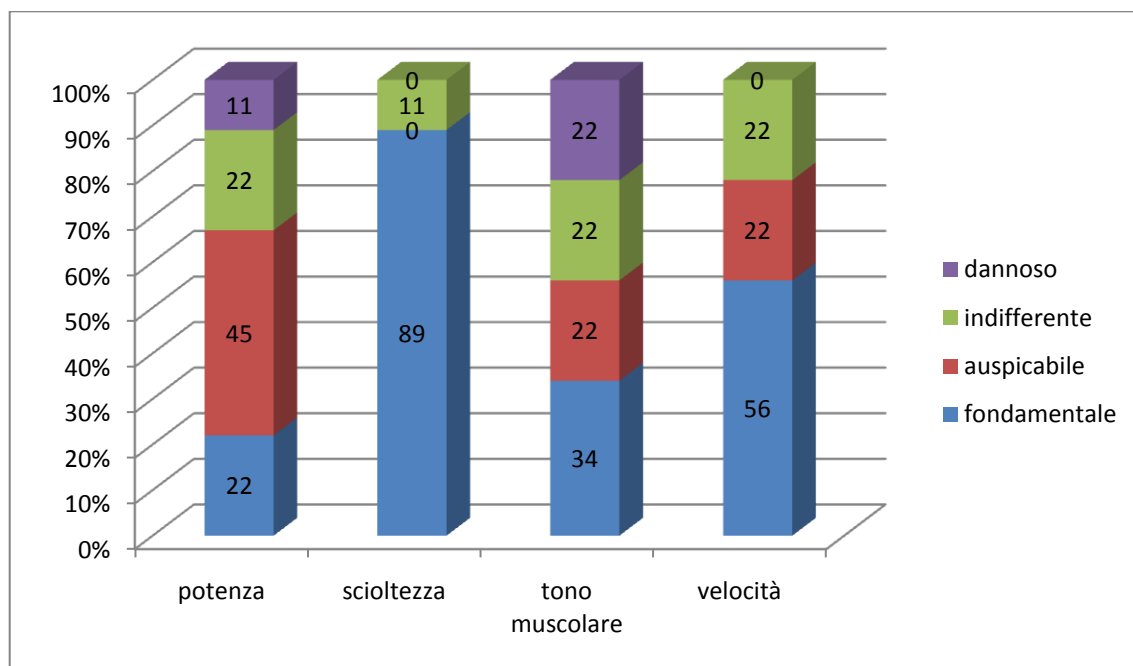
Tutti i nove sentiti dichiarano comunque di trovarsi in una condizione di lavoro dinamico, in quanto gli istruttori praticano un insegnamento molto evolutivo e, appunto, dinamico. Questo conferma come gli atleti siano invogliati a dare il meglio di sé, anche se ciò richiede un carico maggiore del previsto o se risveglia un senso del dovere faticoso, come affermato dalla persona ora citata.

Tutti inoltre riconoscono il vantaggio offerto dall' allenamento pre-schermistico, riconosciuto come momento importante nella formazione atletica di chiunque. I benefici effetti del medesimo sono stati misurati sulla *potenza, scioltezza, tono muscolare, velocità*. I nove hanno offerto un quadro interessante dove l' allenamento pre-schermistico si pone a fondamento della scioltezza e a gran vantaggio della velocità, è utile alla potenza ed esercita benefici effetti sul tono muscolare. Non manca chi teme danni alla potenza fisica (una persona) ed al tono muscolare (due persone); questo dato va ricondotto alle diverse forme di disabilità presenti nel mondo della scherma in carrozzina ed al modo in cui l' allenamento viene impartito. Infatti gli

intervistati hanno riconosciuto importante che l'istruttore conosca i limiti e le potenzialità dei suoi atleti per evitare, appunto, l'insorgenza di danni fisici.

Più completo e preciso è il quadro visibile nel grafico successivo:

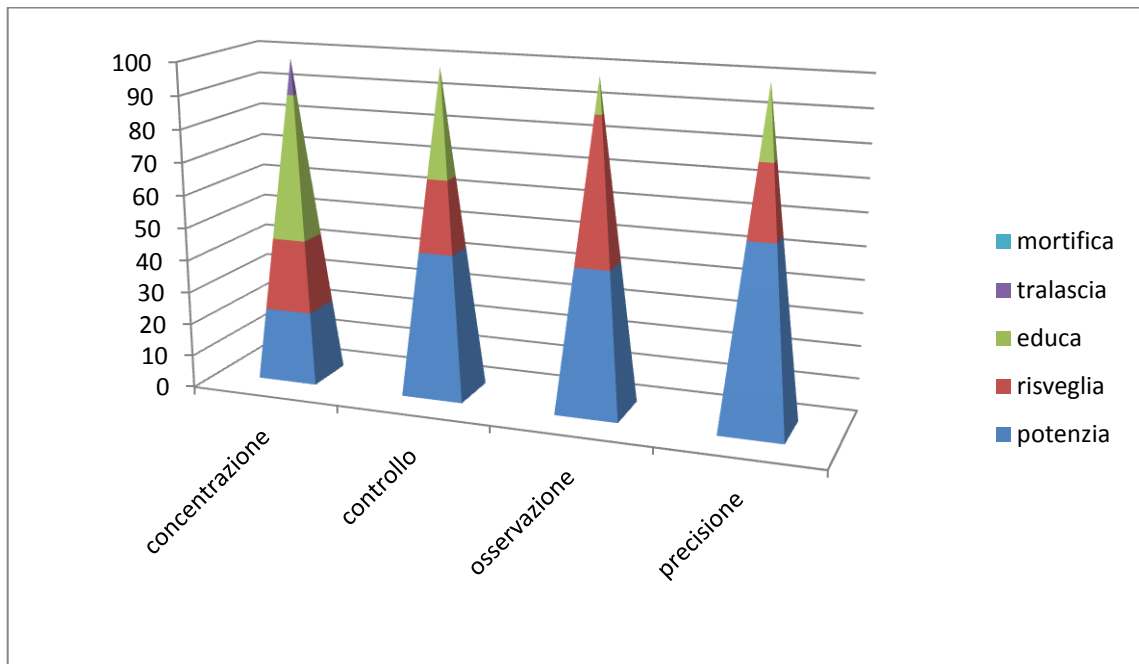
UTILITA' DELL' ALLENAMENTO FISICO PRE-SCHERMISTICO²²



Il lavoro di scherma non dà solamente vantaggi fisici, offre al contempo benefici personali più ampi che si riverberano sulla capacità di *concentrazione*, sui meccanismi di *controllo*, sulle facoltà di *osservazione*, sulle competenze di *precisione*. In che modo tutto ciò sia percepito dai nove intervistati è riportato nel grafico successivo.

²² I valori sono in %.

BENEFICI NON DI ORDINE FISICO



A trarre maggior vantaggio dal lavoro in sala risultano essere le facoltà di osservazione che, con le competenze di precisione traggono il maggior giovamento, anche i meccanismi di controllo risultano nel complesso migliorati. Quanto alle capacità di concentrazione queste sono innanzi tutto rieducate dal lavoro schermistico, quindi nel complesso migliorate. Nessuno ha evidenziato eventi negativi derivati dall'impegno in sala o comunque provocati dal pur impegnativo allenamento. E' indubbio che la sensazione avvertita dagli atleti nei confronti del lavoro operato in sala schermo sia quella di un complessivo beneficio, non solo a vantaggio del fisico ma anche sensoriale e percettivo.

E' stato chiesto a tutti di scegliere una frase che sintetizzasse il loro personale rapporto con la scherma. Questo è il risultato:

Il 56% dichiara di amare la scherma al punto che, se ne avesse facoltà la farebbe tutti i giorni della settimana, il 22% grazie alla scherma si sente più interessante, dunque migliora la percezione che ha di sé, il restante 22% appare rassegnato al fatto che la scherma sia una delle poche cose che può fare, dunque per questo motivo la pratica.

7.5 Bilancio complessivo

Con l'ultima scheda del questionario ho voluto che gli atleti disabili facessero il bilancio complessivo della loro vita schermistica. Un bilancio da cui ricavare ciò che di positivo e di negativo emerge dal lavoro condotto sino ad ora, considerandone anche la ricaduta sulla socialità, solidarietà, reciprocità, insomma sul bene che una persona disabile può ricavare dallo sport.

Tutti i nove sentiti hanno dichiarato che consiglierebbero la scherma ad altre persone disabili soprattutto per il benessere di ordine psichico che se ne ricava. Anche quello fisico è ritenuto notevole, il 78% afferma di avere avuto un tangibile vantaggio fisico, e di avvertire maggior forza, serenità, socialità e umanità. Insomma un bilancio decisamente positivo.

La quasi totalità (89%) avverte come la scherma comporti un veloce inserimento della persona nei circuiti agonistici, ad esempio sono sufficienti alcuni mesi di lavoro costante perché l'atleta possa partecipare ai Campionati italiani di scherma in carrozzina. Questo non è vissuto come un traguardo ma come un inizio, ricco di possibilità e promettente. L'idea del *possibile* è fondamentale in chi pratica sport in carrozzina.

Il bilancio è anche positivo sul fronte delle opportunità di incontri, basti pensare che il 100% dichiara di aver conosciuto, grazie alla scherma, altri atleti disabili residenti in diverse regioni italiane. Inoltre il 56% afferma come tale circostanza sia avvenuta anche nei confronti di persone straniere, residenti al di fuori dell'Italia. Infine, sempre per il 56%, l'incontro con altri atleti, avvenuto in concomitanza con gli spostamenti per le gare è stato anche occasione di reciproca, personale conoscenza.

Ma la conoscenza reciproca non è l'unico aspetto che assume la socialità nata dagli incontri tra atleti. Il 100% dichiara che regolarmente (33%) od occasionalmente (67%) si instaura una spontanea forma di solidarietà che, a sua volta, costruisce un clima di reciproco aiuto. Ne consegue inevitabilmente (56%) o comunque non di rado (67%) un contesto di mutualità, ossia di sostegno vicendevole che esalta e rinforza le motivazioni personali: sono vere e proprie iniezioni di fiducia che maturano tra atleti rivali, i quali si contendono vittoria e titolo ma vedono in chi gli sta di fronte una persona, da vincere in gara ma da incoraggiare e sostenere nel percorso sportivo.

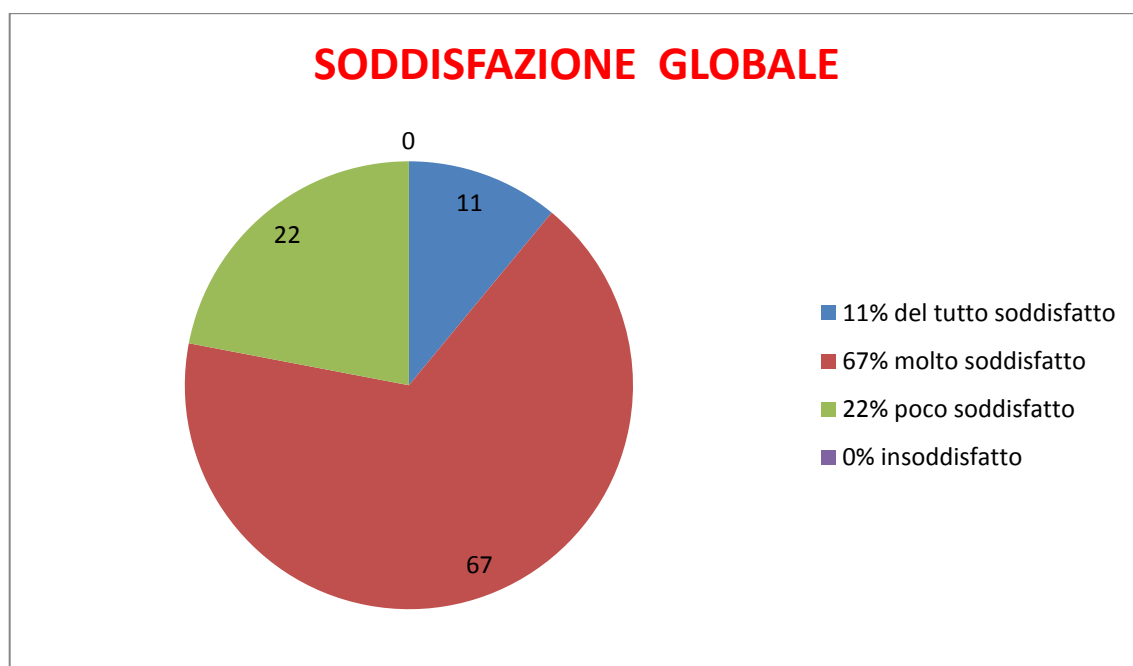
Si può sintetizzare nel modo seguente il pensiero degli intervistati a questo riguardo:

Grazie alla scherma ho scoperto di condividere interessi con altre persone, oltre alla possibilità di fare nuove amicizie. Ho altresì focalizzato che la disabilità è uno status

vitae, non una malattia e che grazie al confronto con altre persone che vivono la condizione di disabilità, non può che migliorare la capacità di risolvere i problemi, sia quelli quotidiani, sia quelli in prospettiva futura. Questo perché la conoscenza con altri è anche una forma di apprendimento, che avviene attraverso il continuo scambio di idee.

Al termine del percorso di ricerca ho domandato a tutti quanto fossero soddisfatti della propria esperienza schermistica, intesa nella sua globalità. Ebbene, il 67% si dichiara molto soddisfatto, il 11% del tutto soddisfatto, mentre due atleti si dicono poco soddisfatti in quanto si aspettavano di più da questo sport. Nessuno dei sentiti risponde *sono insoddisfatto e profondamente deluso*, anche se questa alternativa era prevista nella scala delle risposte possibili.

Il seguente *grafico a torta* raccoglie il grado di soddisfazione globale:

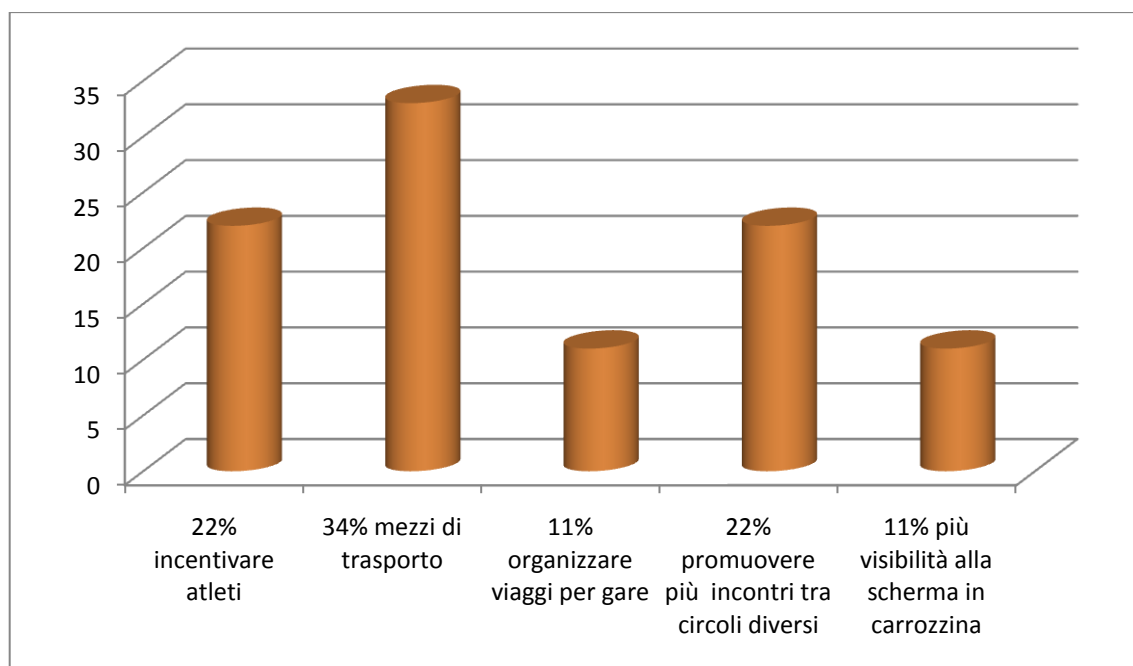


Ho voluto concludere il questionario domandando agli atleti quale sarebbe la richiesta che farebbero alla FISPE²³ qualora ne potessero avanzare una.

²³ Federazione Italiana Sport Paralimpici e Sperimentali.

Le risposte sono raccolte nella seguente proiezione grafica:

DOMANDE ALLA FISPES DA PARTE DEGLI ATLETI DISABILI



La disabilità si fa sentire nella difficoltà dei trasporti; è gravoso lo spostarsi da casa o dal lavoro verso la palestra di scherma, portando con sé tutto il pesante e voluminoso necessario. Il 34% potesse avanzare una domanda alla Federazione, chiederebbe un aiuto per risolvere questo problema.

Seguono, richiesti in egual misura (22%):

- uno sforzo per promuovere più momenti di incontro tra diversi circoli schermistici, in modo da favorire la crescita atletica e sostenere la socialità sportiva ed umana;
- incentivi, in maniera da rendere meno onerosa la presenza sportiva degli atleti che sostengono notevoli costi per poter praticare la scherma in carrozzina.

Infine, con un 11% di preferenze, gli intervistati domanderebbero alla FISPES due cose: a. rendere più visibile la scherma in carrozzina che, a loro dire, oggi è poco promossa e piuttosto ... nascosta nell' orizzonte degli sport per disabili; b. un valido aiuto per organizzare gli spostamenti necessari a raggiungere i luoghi di gara. E' questa una richiesta molto pratica che risponde al serissimo problema degli spostamenti fisici che, per una persona disabile, significano grande fatica nonché molto tempo.

8. Verifiche finali

La lettura dei dati raccolti con il questionario può dirsi, a questo punto del lavoro, ultimata e, con essa, il rapporto di ricerca è quasi completo.

Manca la parte finale, ovvero la misurazione dell' ipotesi generale che avevo formulato dopo l' intervista fatta al mio *testimone privilegiato*.

Procedo quindi ora con il misurare ogni singola variabile, servendomi delle risultanze emerse dal rapporto di ricerca.

8.1 Variabile *motivazioni*

All' inizio della presente parte di tesi, ipotizzavo che gli atleti disabili avessero forti motivazioni, tali da favorire la pratica schermistica. Dal questionario è emerso che tale disciplina è una tra le più possibili nelle disabilità e che è stata scelta in quanto gli atleti si sentono in gran misura persone sportive. Uno sport voluto da molti che ambiscono al podio più alto, al successo e alla vittoria. Ritengo molto utile riprendere le affermazioni liberamente espresse a questo riguardo dagli intervistati, e da me già riportate al par. 7.1 di questa parte:

Mi sembra di poter dire che la scherma mi è venuta a cercare, all' improvviso ed ho capito che era lo sport che avrei voluto fare da sempre. Oggi posso dire di praticare il mio sport preferito e che mi offre tanto, sia dal punto di vista psichico, sia fisico. Inoltre mi piace, mi diverte e, al contempo, mi insegna a comportarmi, a stare insieme agli altri. Se all' inizio poteva anche essere un' occasione per fare riabilitazione col tempo si è rivelato sempre più uno sport a tutti gli effetti, grazie al quale mi sono ritrovato nel circuito dell' agonismo a competere e fare gare.

Da quanto emerso, grazie alla decodifica dei dati raccolti, posso ora affermare come esistano diverse *motivazioni iniziali alla scherma* e, per lo più sostenute da una spiccata inclinazione sportiva degli schermidori stessi. Le *motivazioni iniziali*, già percepite da molti in origine, sono via-via cresciute con il percorso formativo, sportivo e agonistico. Dichiaro così la conferma quasi totale di questa variabile, dico *quasi* perché rimane pur sempre una minoranza che non ha saputo indicare una precisa motivazione alla scelta schermistica. Tuttavia anche questa parte di atleti pratica la scherma con impegno e con attese. Se la motivazione iniziale era debole, oggi varie giustificazioni hanno trovato albergo anche nella coscienza sportiva di coloro che all' inizio erano meno motivati.

8.2 Variabile *attese*

Tra le variabili della ricerca, quella nominata *attese* è pienamente confermata.

Gli atleti hanno dichiarato quasi all' unanimità come le loro *attese sportive* trovino gratificazione nei risultati. Gratificazione che soddisfa appieno le aspettative personali. Voglio qui ricordare che tutti i sentiti hanno affermato come ciò che piace di più nella scherma sia il misurarsi con altri e vincerli.

Anche in ambito relazionale le *attese* sono alte e trovano conferma nella socialità; a questo riguardo intendo riscrivere ciò che hanno affermato liberamente i nove e da me già riportato nel testo al par. 7.2:

E' bello conoscere altre persone al di fuori della competizione e condividere interessi; nella disabilità queste occasioni sono rare, non ci sono molti luoghi di incontro e, quelli esistenti sono per lo più collocati in ambiente sanitario. Anche se la scherma è uno sport molto individuale è prevista l' interazione con avversari ed anche con gli stessi membri della squadra e, stando insieme, si fa inevitabilmente conoscenza. Durante le gare poi, è bello socializzare e conoscere gli atleti che si dovranno affrontare in pedana. A volte capita anche di uscire tutti insieme e di intrecciare così nuove relazioni umane.

La maggioranza relativa sottolinea infine come le *attese* degli atleti disabili e di quelli normodotati coincidano su almeno due aspetti: la fatica per conseguire i risultati sperati e la voglia di vincere. Tutti gli atleti viaggiano nella stessa direzione: quella del successo sportivo. Sono percorsi condotti su binari paralleli, tuttavia se la pratica schermistica permette di soddisfare le attese sportive, nella disabilità queste trovano conferma assai presto, in quanto l' atleta compete ad alti livelli già dopo un percorso di lavoro contenuto nel tempo e questo, oltre a gratificare la persona, ne soddisfa pienamente le attese.

8.3 Variabile *ostacoli*

Gli atleti per potersi realizzare devono fronteggiare alcuni *ostacoli* di ordine fisico e psichico.

I primi sono pratici e quotidiani: portare l' ingombro della borsa di scherma, spostarsi verso la palestra (magari dopo ore di lavoro), prepararsi per l' impegno di sala (ossia cambiarsi, predisporre la carrozzina, ecc ...). Tuttavia gli atleti intervistati non esitano nell' affermare che non intendono arrestarsi di fronte a queste difficoltà pratiche e che loro le hanno già superate tutte, almeno a livello mentale. Gli *ostacoli* si superano grazie al costante impegno e non soverchiano l' atleta neppure quando in palestra

dovessero mancare alcune dotazioni assolutamente necessarie per lui, come servizi, spogliatoi, armadietti, appositamente dedicati alla disabilità.

Anche gli ostacoli di tipo psichico si risolvono grazie al contributo offerto dalla scherma. Gli intervistati riconoscono come essa favorisca la concentrazione mentale e le capacità di ragionamento implementando così la sicurezza personale. Gli ostacoli di ordine psichico però, si abbattano anche grazie al contributo dato dall' istruttore, una presenza costante, percepito come persona disponibile e attenta alle esigenze degli atleti.

Durante il lavoro in sala, affrontato con continuità e con grande impegno, la persona disabile si sente gratificata e soddisfatta per il vantaggio complessivo che ne ricava, sia dal punto di vista fisico, sia anche in termini di benessere psichico.

Pare evidente come gli ostacoli di ogni tipo siano superati grazie alla volontà, alla costanza e all' impegno sportivo. Attributi questi che non mancano certo agli atleti in carrozzina intervistati.

A tal riguardo posso dire che la variabile *ostacoli* è stata verificata in modo da confermare come questi vengano rimossi grazie all' impegno della persona, affiancata dalla presenza attenta dell' istruttore.

8.4 Variabile *bilancio*

Prima di verificare il *bilancio* complessivo espresso circa l' esperienza schermistica, devo misurare come gli atleti hanno valutato il *lavoro* in sala scherma.

La quasi totalità (8 su 9) afferma come il lavoro sia organizzato dagli istruttori in modo adeguato e come questo risvegli negli atleti la voglia di dare tutto quello che possono: il massimo. Gli allenamenti sono vissuti come un fatto dinamico, che muta in base alle diverse situazioni di lavoro in cui ci si trova impegnati, ciò grazie ad una didattica percepita non come un processo meccanico né statico ma evolutivo, tale da permettere all' atleta di dare sempre il meglio di sé.

Al puro lavoro schermistico si affianca l' allenamento fisico, vissuto dai più come utile compendio alla pedana. Apprezzatissimo, perché migliora sensibilmente la scioltezza fisica, risveglia la velocità, dà potenza e tono muscolare.

Il lavoro di sala però risulta promosso dalla quasi totalità degli intervistati. Due soggetti avanzano dubbi sui benefici che ne ricava il tono muscolare e la velocità, uno non riscontra vantaggi in potenza né in scioltezza.

A tale riguardo va ricordato che la persona disabile vive lo sport in modo diverso, in base alle proprie situazioni psicofisiche e che non sempre quello che è apprezzato da alcuni come utile trova conferma nell' esperienza di altri.

Il *bilancio* complessivo espresso dai nove è, nel complesso, più che positivo; nessuno si è dichiarato insoddisfatto, due si dicono poco soddisfatti, gli altri del tutto o molto soddisfatti.

Anche la variabile *bilancio* dunque, si conferma nella zona positiva: la scherma è stata definita un fatto globalmente utile e formativo per l' atleta disabile.

8.5 Verifica dell' ipotesi generale

Per agevolare la lettura, riscrivo di seguito l' ipotesi (cfr. par. 5):

Le motivazioni che inducono la persona disabile alla pratica della scherma, anche quando occasionali, aprono ad un universo di attese, personali e atletiche, piuttosto alte, tali da sostenere la persona di fronte alle diverse difficoltà sia di genere fisico che psichico; la scherma è per la persona disabile un evento utile e formativo ancorché non scevro da difficoltà, comunque sormontabili.

L' ipotesi generale, elaborata prima della discesa sul campo trova conferma in quanto dichiarato dai nove atleti intervistati.

Le *motivazioni* iniziali si rinforzano con l' esperienza, le *attese* si realizzano con le diverse gratificazioni che offre la scherma, di fronte ai numerosi *ostacoli* di tipo psicofisico non c' è resa atletica ma si va oltre, li si rimuove con tenacia e costanza, il *bilancio* globale infine è più che soddisfacente.

La scherma è, complessivamente, vissuta dagli intervistati come uno sport formativo e utile, dal quale l' atleta ricava vantaggi sia fisici che mentali, ragion per cui diventa un' esperienza raccomandabile a tutte le persone disabili che amano lo sport e che vogliono praticarlo anche a livello agonistico.

Infine, grazie alla pratica schermistica, migliora pure la socialità dei soggetti che sono coinvolti in belle situazioni di incontri personali, atletici ed umani.

Parte terza

Le attese dell' istruttore e le attese degli atleti: convergenze e divergenze

Premessa

Nella prima e nella seconda parte di questo lavoro ho trattato la questione della scherma in carrozzina seguendo due distinti percorsi : il lavoro dell' istruttore e la percezione che gli atleti hanno della loro attività schermistica.

In questa parte intendo comparare quanto esposto sinora in modo da evidenziare e discutere le convergenze e le divergenze che si manifestano tra il piano di lavoro elaborato e agito dall' istruttore con gli atteggiamenti e le attese del gruppo atleti. Obiettivo di questa terza parte è quello di elaborare e definire misure e provvedimenti atti a migliorare il lavoro d' insieme.

1. Approccio

Sussistono immediate convergenze nelle manifestazioni di approccio all' attività di scherma in carrozzina per quanto riguarda me stesso e i nove atleti che hanno collaborato alla ricerca.

Si tratta delle prime motivazioni. E' comune l' ingresso in un mondo sportivo nuovo, ricco di promesse, entusiasmi, attese ma , al contempo non scevro di difficoltà.

Per quanto riguarda la mia persona la scherma in carrozzina è stata un' occasione che ben si legava con la mia grande curiosità verso questa disciplina, in parallelo all'entusiasmo che, nella sua *versione* "in piedi", ho sempre nutrito. Ho avuto modo di provare, tentare anche con insoliti atleti qualcosa di nuovo e bellissimo al contempo. Sono così entrato in un contesto sportivo che mi ha imposto di rivisitare il mio percorso di istruttore sin lì condotto, riformularlo su altre basi, diverse in tutto: sportive, relazionali, sociali, ecc ... E' stato un po' come ricominciare un cammino che, anche se so di essere giovane, ritenevo collaudato, avviato.

Se io sono stato chiamato da Andrea, istruttore che già da tempo si dedicava alla riabilitazione e il cui incontro è stato per me occasione di nuovi percorsi professionali, i nove atleti hanno quasi tutti incontrato figure di riferimento che li hanno sollecitati alla scherma, solo uno ha iniziato in modo casuale.

Se per me si è trattato di qualcosa di possibile, per tutti i nove si è trattato di qualcosa di praticabile, un evento da molti scelto e da qualcun altro non programmato ma fortuito, casuale. Un evento che, comunque sia, li ha invitati allo sport, chiamati a misurarsi con altre persone in varie forme di relazione e socialità.

Ora comprendo meglio che è su queste convergenze iniziali che devo lavorare, per tenere alto il livello di attese e per richiamare sempre nuovi atleti disabili alla pratica schermistica che, oltre ad essere possibile, risponde alle esigenze sportive fortemente presenti nella disabilità.

2. Obiettivi e attese

Il lavoro in sala è teorico–pratico. Una didattica che comprende lezioni, teoria, esercitazioni, assalti, ecc ... In tutto ciò ritengo importante sollecitare e implementare le capacità di apprendere e, per fare questo, dedico tempo, con ogni singolo atleta, alla programmazione del suo percorso annuale che va nella direzione del raggiungimento di predefiniti risultati. Le azioni che più pratico sono: interessare, spiegare, guidare, richiamare, sollecitare, favorire, dare.

Di fronte agli obiettivi gli atleti pongono attese di tipo molto agonistico. Vogliono competere ad alto livello e, come dichiarano tutti, vincere. Insomma, il lavoro che svolgo credo debba confrontarsi con queste loro aspettative sapendo fornire tappe precise durante il lavoro, per costruire coerentemente il lungo obiettivo di crescita. Si tratta di un confronto che mi impone, da un lato, di tenere alto il livello del lavoro in sala, dall' altro di aiutare gli schermidori a realizzare la loro voglia di pedana. La sala diventa anche luogo in cui predisporre la persona alla socialità che, inevitabilmente si realizza negli incontri agonistici, quando la scherma esce dall' immagine di mero sport individuale per diventare pure occasione di squadra, di incontro, di umanità.

Se rifletto sugli obiettivi agonistici noto una diversità tra l' istruttore e gli atleti. Il primo, ed anch' io naturalmente, guarda alla formazione atletica, al lavoro quotidiano, al percorso meticoloso, i secondi guardano ai risultati, alle vittorie, al podio più alto. Nel lavoro di scherma ritengo mio compito collocare l' agonismo in una giusta misura. Se da un lato, nella scherma in carrozzina, è l' evento *possibile* quasi subito, sia a livello nazionale che internazionale, per ciò ambito da tutti, dall' altro ritengo debba essere presentato come una sorta di grande premio, che va conquistato con il lavoro, l' impegno, la fatica, ma anche col tempo. Gli atleti dal canto loro, riconoscono come il tempo in sala sia adeguato alle loro possibilità, oltre al benefico e utile risultato che raggiungono grazie alla scherma.

Di fronte all' agonismo c' è però da sottolineare anche una importante convergenza tra istruttore e atleti. Si tratta della volontà e della voglia di dare il massimo e questo è il riflesso della buona intesa tra chi forma e chi è formato; è bello sentire gli atleti cui dedico il mio impegno, dire che avvertono come l' istruttore creda in loro, conosca i loro limiti e le loro

possibilità, sappia rispettare ognuno in base ai propri limiti fisici ma anche dare impulso alle esigenze agonistiche di tutti che, solo con il lavoro tecnico, costante e meticoloso, si realizzano.

Ciò che prima ho chiamato *lavoro con ogni singolo atleta* mi sembra sia stato colto dai medesimi nell' affermazione riguardante la modalità didattica. Tutti i nove affermano che in sala gli istruttori applicano modalità di insegnamento dinamiche, evolutive e che queste invogliano ognuno a dare il meglio di sé ed a sopportare anche carichi di lavoro superiori al previsto.

3. La cura del gesto e gli ostacoli fisici

Ogni lezione è innanzi tutto una forma di lavoro verso la persona disabile. L' atleta deve conoscersi e riconoscere le proprie capacità e i limiti. Vedo il mio compito strettamente collegato a questo, in quanto spetta all' istruttore adeguare il percorso formativo e selezionare gli strumenti più idonei a ciascuno degli atleti. Nella scherma questi impara a conoscersi in base a come l' istruttore, a sua volta, è riuscito a conoscerlo, comprenderlo, educarlo a tirare fuori da sé il meglio e il massimo possibile.

Ecco il problema del *gesto* e della particolare cura che richiede nella formazione dell' atleta disabile. Spetta all' istruttore riconoscere, in base alle diverse disabilità, le modalità più utili per definire il gesto tecnico, il portamento dell' arma, la preferenza di un' azione rispetto all' altra; tutto passa attraverso l' insegnamento delle varie azioni, nelle quali il gesto è protagonista, mentre successive ad esso si pongono la velocità, il ritmo. La didattica è molto impegnativa e la tensione verso il meglio impone all' istruttore la conoscenza della persona che ha di fronte. Non basta sapere insegnare, è fondamentale osservare e pensare all' atleta come soggetto, unico e complesso.

Dico questo perché quando l' atleta giunge in sala ha già affrontato diversi ostacoli che certo non lo favoriscono. Sono le difficoltà pratiche dello spostarsi da casa o dal lavoro, del portare la borsa, cambiarsi. Una volta in sala è necessario poi prestare attenzione alle manovre pratiche, ancoraggio alla pedana della carrozzina, indossare la maschera, armarsi. Personalmente vedo tutto questo carico di fatica e so che è un *a priori*, ossia quello che per i normodotati non costituisce neppure un semplice pensiero, nelle disabilità diventa un peso gravoso, che precede il tutto. Grazie a ciò che hanno dichiarato gli intervistati comprendo ora meglio come sia possibile che la cura da me posta nel *gesto* venga colta da loro come risorsa, una faticosa necessità: gli atleti disabili quando decidono di praticare la scherma lavorano mentalmente su di sé ed eliminano con grandissima volontà ogni pensiero relativo agli *a priori* di cui ho parlato. Riescono a liberare la mente dal pensiero degli ostacoli fisici che pur sono gravosi e limitativi. Sono innanzi tutto atleti che, con la sola forza di volontà, vanno oltre le difficoltà pratiche per dedicarsi a mente libera, alla formazione schermistica.

4. La questione istruttore - atleta

Ho già avuto modo di dire come sia molto importante, nella disabilità, la cura delle componenti tecniche nonché l' affinamento della precisione del gesto schermistico. Questo in considerazione della fisicità della persona disabile che impone all' istruttore di dedicare la massima cura al gesto, promuovendo forme corrette di ginnastica e di preparazione fisica. L' atleta disabile deve essere condotto al raggiungimento della migliore postura possibile, funzionale all' arma praticata.

Il lavoro in sala va monitorato costantemente da parte dell' istruttore sì da verificare che l' atleta operi in un regime di maggior precisione ed esattezza possibili circa la posizione, il gesto, le misure, ecc ...

In tal maniera lo schermidore si porterà oltre ciò che riteneva essere il massimo raggiungibile con le sue possibilità atletiche e non dovrà eccessivamente (come in altri casi) correggere o reimpostare la sua figura atletica, già educata col lavoro in sala, al meglio del possibile. Ricordo che fondamentali sono lo sviluppo e il miglioramento delle capacità atletiche del disabile, ed ogni intervento a posteriori, di natura correttiva o di riadattamento si fa sempre arduo, stante il limite posto alla persona dalla propria condizione di disabilità che complica ogni tentativo di riadattamento.

Si pone necessario, allora, uno stato di condivisione delle sensazioni ed esperienze proprie dell' istruttore con quelle dell' atleta, tale da ricavare spunti di conoscenza e di crescita atletico-schermistica condivisi.

E' un tema assai sentito anche dagli atleti che riconoscono fondamentale la figura dell' istruttore, il solo che sappia costruire l' atmosfera d' ambiente entro la quale loro si muovono. Dai nove intervistati ricavo la loro soddisfazione circa il modo in cui gli istruttori si rendono disponibili nei loro confronti, attenti , premurosi verso le loro necessità in sala, accoglienti ovvero aperti a varie forme di ospitalità nei loro riguardi e, infine, naturalmente spontanei. Ecco che colgo una buona convergenza tra l' atteggiamento di chi forma e le attese di chi è formato; il clima che ne consegue lascia intravedere una soglia di condivisione esperienziale favorevole alla crescita atletica. La direzione presa mi pare quella giusta, la strada da percorrere mi sembra ancora molto lunga.

5. Obiettivi e bilancio

Ho posto come obiettivo prioritario il saper accogliere la persona disabile offrendole diverse opportunità: divertimento e svago, socializzazione, sport, agonismo. Le abilità e le motivazioni ritengo vadano educate nel tempo e col tempo e la scherma può consentire all' atleta in carrozzina il perseguimento degli obiettivi dichiarati. Ma in tutto questo ci vuole molto senso di responsabilità che per i miei atleti significa scoprire l' arte di optare, scegliere, in modo da

impedire a fattori esterni di condizionare il loro agire, il loro libero pensiero. Nello sport, e ancor prima nella vita, chiunque ritengo debba essere protagonista attivo del proprio operato, responsabilmente ma, soprattutto, cercando di prevedere le conseguenze delle proprie libere scelte. Ciò vale ancor più per la persona disabile che deve essere condotta al maggior grado di autonomia possibile, evitando ovvie giustificazioni verso i propri limiti, le paure, le difficoltà del lavoro giornaliero in sala scherma. Ogni scusa, e in quanto tale non giustificata, che l'atleta pone tra sé e lo sport diventa un concreto impedimento all'azione, una gabbia che limita e imbriglia la sua auto-determinazione verso la conquista.

La vittoria, il podio, ciò che ogni atleta ma soprattutto quello disabile, proietta di fronte a se stesso, un approdo che invoglia alla fatica, al lavoro ma che apre alla via del successo, al trionfo.

Queste mie considerazioni trovano non poche convergenze con quanto è stato esplicitato dagli intervistati. È la voce degli stessi atleti a dire che la scherma li ha condotti verso una sempre maggior capacità di risolvere i problemi, quelli quotidiani e, in prospettiva, quelli futuri. Gli stessi affermano come l'attributo atletico che posseggono meglio sia l'impegno, seguito dal rispetto verso gli altri; sono in moltissimi poi a pensare che sia dannosa una eccessiva tutela da parte degli istruttori, perché l'atleta deve autodeterminarsi, responsabilizzarsi e capire da sé cosa debba fare e come farlo.

Per conseguire queste attese gli atleti contano molto sulla figura *leader* dell'istruttore, dal quale si sentono costantemente sollecitati, apprezzati, avvalorati, e gli riconoscono il merito di presentarsi loro come persona competente, capace di allenare un atleta indifferentemente dalla sua condizione personale perché lo distingue in base alle sue possibilità e non in base ai suoi limiti.

Personalmente non mi sento di fare un bilancio definito del mio impegno di istruttore di scherma in carrozzina sì qui agito. Mi vedo nel divenire insieme agli atleti che lavorano con me e mi piace pensarmi in continuo mutamento, come in mutamento colloco le persone a me consegnate nel lavoro schermistico.

Dalla crisalide alla farfalla il passo è lungo, faticoso, incerto anche ma ne vale la pena se le ali vengono costruite giorno dopo giorno, senza pensare mai che sia meglio il rassicurante bozzolo. Andare oltre e sfidare continuamente i nostri limiti attuali. I miei innanzi tutto ma anche quelli dei miei atleti.

Nell'incerto del divenire una certezza però ce l'ho: se è vero che non c'è palestra di scherma senza atleti è ancor più vero che, per un maestro di scherma, non c'è funzione più alta di quella rivolta ai propri atleti.

Conclusioni

La complessità del ruolo agito dall' istruttore non rende semplice uno spazio conclusivo, dunque in queste pagine finali non intendo tanto concludere il discorso condotto in questo lavoro di tesi, vorrei piuttosto fare una ricognizione finale, una sintesi di ciò che è emerso e che, a mio pensare, merita in modo particolare di essere qui ricordato.

Dalla ricerca sono emersi, con grande soddisfazione, una serie di dati, già discussi in precedenza e che hanno confermato al sottoscritto l'importanza nel saper offrire agli atleti la dose massima di disponibilità ed attenzione durante il lavoro di sala.

Questo aspetto positivo è evidente soprattutto nella dinamica del confronto allievo-maestro in lezione, parallelamente all' altro dato che riguarda l'importanza che gli stessi ripongono nel garantirmi il massimo impegno durante le ore di lavoro.

Va sottolineato che tale atteggiamento non si è riscontrato sin da subito; durante i primi anni era ben più difficile riuscire ad ottenere quella forma mentale da parte di tutti durante l' intero percorso stagionale e, a questo riguardo, ben numerosi sono stati i problemi affrontati nel tempo.

Ruolo fondamentale lo ha avuto la capacità di suscitare curiosità durante le differenti fasi della lezione e del lavoro di gruppo, fornendo una guida che col tempo si è costruita in maniera cooperativa. All' atleta ho altresì cercato di dare consapevolezza del proprio ruolo nel percorso di crescita comune, trattandolo come una persona e non come un "disabile"; mi sono così ben presto trovato a dover affrontare le classiche problematiche che si incontrano in una qualsiasi sala di scherma con atleti in piedi, della stessa età dei miei.

La scherma in carrozzina è diventata col tempo la realtà che essa stessa deve essere: una realtà uguale, efficiente, dura e soddisfacente come quella in piedi, questo è stato il primo grande traguardo che, col tempo, abbiamo costruito in sala.

Noi istruttori abbiamo messo gli atleti di fronte a sveglie "scomode", ad esempio alle 6 del mattino durante un ritiro internazionale in Francia, abbiamo limitato al minimo, se non quasi azzerato la possibilità di fumare, li abbiamo mandati a casa direttamente a seguito di un ennesimo ritardo. Insomma il facciamo sentire in quella maniera *normale* da cui sono erroneamente allontanati per via della loro stessa disabilità che viene continuamente trasformata da troppi contesti sociali in *diversità*: questo è stato il primo difficile passo.

La più grande conferma di ciò che ho sempre ritenuto fondamentale e alla base di tutto, proviene dunque dagli obiettivi comportamentali, dall'importanza primaria data all'ambito

delle responsabilità reciproche, piedistallo su cui solo in seguito e col tempo formare e modellare un'impalcatura tecnica che possa essere efficace sia all'atto pratico che a livello di feedback. Garantisco che se tutto ciò può sembrare banale, in realtà non lo è affatto oggi.

Scuola, famiglia, e la stessa sala scherma il più delle volte forniscono a parole questi concetti ma non li rispettano MINIMAMENTE. E' facile dire "voglio imparare la scherma", molto più complesso, salvo casi particolari, è riuscirci. C'è bisogno di favorire disciplina, rispetto, interesse, curiosità, attenzione, sollecitazione, transfer, guida, feedback, ecc ... : o si crede in questo, veramente, oppure si finisce (o si inizia direttamente) a fare i finti animatori, a scherzare con lo sport e con l'etica ad esso legata, con gli obiettivi, con la VERA FATICA e, dunque a "prendere lo stipendio" con la coscienza pulita di chi per primo non ambisce, in parallelo ai suoi allievi, ad un grande fine comune, sia sportivo, che etico, che agonistico e via dicendo.

E' da questa situazione che provengono i dati della ricerca, dove troviamo atleti che ritengono importanti l' impegno (al 100%), il rispetto (all' 89%), poi grinta e disciplina (al 56%) ed è sempre da qui che l' istruttore viene ritenuto disponibile (100%), attento ed accogliente (sa accogliere in sala 67%). Non è dunque dal lavoro tecnico che potremo essere giudicati da un neo-atleta, che per primo non sarebbe in grado di fornire un giudizio realmente conscio se non derivante delle proprie sensazioni.

Ma non è tutto rose e fiori.

Voglio riprendere adesso anche la voce del dissenso, o meglio la voce di chi, tra gli atleti disabili, vive il percorso schermistico con alcune difficoltà, con più fatica di altri, con il dubbio. Dei nove intervistati due hanno espresso il senso del loro disagio nel mondo della scherma per disabili ed è giusto che trovino posto in questo lavoro.

Una persona in particolare afferma di sentirsi poco coraggiosa, in un mondo sportivo dove sembra che questo sia un requisito necessario. Il coraggio da solo non fa di un atleta una persona di successo, direi che è utile se affiancato dalla sicurezza, conseguita da chi lavora con impegno, metodo, continuità. Allora sì, il coraggio emerge naturalmente non come spavalderia o sfida estrema, ma come sicurezza e consapevolezza delle proprie capacità, necessario per vincere.

Due affermano di non sapere perché hanno scelto la scherma, sport che comunque praticano, seppur con motivazioni iniziali piuttosto nebulose.

Ora, se affianco il poco coraggio e la mancanza di una esplicita scelta iniziale con chi, tra gli atleti, afferma che il disabile come persona è più bisognosa di altre di attenzioni e incoraggiamento da parte degli istruttori (34%), inquadro una esplicita domanda di protezione, di soccorso costante chiesto all' istruttore e, forse, la presenza di un atleta

con queste caratteristiche coincide con un'insicurezza più generale che questa persona disabile, in certi casi, vive nell'ordinario quotidiano della sua esistenza.

Sottolineo anche come due persone affermino che la scherma non favorisce la fisicità dell'atleta e che l'allenamento pre schermistico non muta lo stato iniziale di potenza fisica, velocità, tono muscolare, scioltezza in genere. Le stesse persone hanno però completato questa considerazione sottolineando che ciò avviene a causa della loro particolare situazione fisica, come dire, il vantaggio del lavoro schermistico è direttamente collegato con la tipologia di disabilità vissuta e non è solo il risultato di fattori esterni agli atleti, generati nell'ambiente formativo.

Un'intervistato dice che pratica la scherma perché è la sola cosa che può fare; io mi domando cosa voglia dire non poter fare altro, perché se è vera questa affermazione, ciò giustificherebbe la mancanza di scelta iniziale ed anche di quel citato coraggio che non c'è. Ma, *quand' anche fosse* la sola cosa possibile, ritengo valga la pena di farla proprio per questo motivo. La motivazione è nascosta lì, nel fare ciò che è possibile e sempre lì sta il coraggio, nel dedicarsi a quelle certezze, poche magari, che possono cambiare l'orizzonte vitale di chi convive con il limite posto da una diversa fisicità.

I due atleti che prospettano scenari meno rosei e più complessi concludono l'intervista affermando di essere globalmente poco soddisfatti perché dalla scherma si aspettavano di più. Come istruttore questo mi esorta ad approfondire la questione di chi non è pienamente inserito nel contesto della palestra ma mi porta anche a comprendere come sia necessario lavorare molto di più sulle motivazioni iniziali degli atleti per evitare che, chi non ne percepisce, si sorprenda poi, a percorso avviato, di non essere soddisfatto di ciò che fa senza aver esplicitato con chiarezza a se stesso, il motivo per cui lo fa.

La visione complessiva di questo lavoro mi porta tuttavia a terminare il discorso ricordando come l'ampia maggioranza dei sentiti confermi il piacere ricavato dal lavoro di scherma, la crescita nel tempo delle motivazioni iniziali che si rafforzano con il conseguimento delle conoscenze schermistiche, e questo dato vale anche per chi ha dichiarato di non avere avuto chiare motivazioni iniziali.

In generale c'è soddisfazione anche per la vita agonistica che, oltre ad essere occasione per misurare le competenze raggiunte, è anche modo per incontrare altre persone disabili che praticano la scherma e ampliare così l'orizzonte socio relazionale, di solito limitato nella vita delle persone disabili.

Gli ostacoli fisici e psichici poi non mancano ma è emerso come chi pratica la scherma in carrozzina sia in grado di guardare oltre e superare mentalmente le difficoltà per procedere verso traguardi sportivi promettenti e desiderati da tutti perché vittoriosi.

Come ho già avuto modo di affermare, l' ipotesi generale della ricerca è pressoché confermata e il ruolo da me agito come istruttore è apprezzato dagli atleti nella sua impostazione didattica e formativa.

Sono però consapevole che il percorso intrapreso è ancora molto lungo e pieno di difficoltà che mi impongono costantemente riflessioni e bilanci in itinere.

Al termine di questo lavoro mi accorgo che la riflessione che ho condotto è stata da me concepita come esigenza di esplicitare il mio operato e, al contempo, confrontarmi con altri che praticano la mia stessa strada. Sottolineo come nulla di ciò che agisco è definitivo; il mondo della scherma in carrozzina è nuovo, per certi versi inedito e non permette agli istruttori di fermarsi a raccogliere il seminato, perché il successo raggiunto, quando è raggiunto, va immediatamente rielaborato e tradotto in nuove strategie formative per sostenere e avvalorare il lavoro con gli atleti. Gli atleti disabili non devono vivere la vittoria come il conseguimento di un traguardo finale ma come il raggiungimento di una meta intermedia, che solo nel continuum istruttore-atleta ha il suo senso. Questo perché concepisco la scherma nella disabilità come un ambiente formativo, un mondo vitale, un' occasione certamente agonistica ma non solo.

Vorrei che nella pratica schermistica i miei atleti scoprissero un significato in più per realizzare ciò che appare loro impossibile, fosse anche l' attimo in cui abbracciano la coppa della vittoria, perché quel gesto non è la sconfitta di qualcun altro ma l' avercela fatta, almeno fin lì, in quanto, come ho più volte affermato, il lavoro in palestra non si ferma mai.

Appendice

La lettera che segue è stata presentata ad ogni intervistato al fine di informarlo:

- a. del mio lavoro di tesi;
- b. del corretto modo di compilazione del questionario.

Torino,

Caro atleta,

in questo periodo sto preparando la tesi per l' esame finale da maestro di scherma. Una parte del lavoro è condotta attraverso una ricerca sociale, più in particolare ho elaborato un questionario al fine di indagare alcuni aspetti della scherma in carrozzina; intendo somministrare il medesimo a tutti gli atleti disabili che si allenano al Club di Scherma di Torino.

Per questo motivo mi rivolgo a te e ti chiedo di collaborare alla mia ricerca compilando le schede del questionario.

I dati saranno da me utilizzati al fine del lavoro di tesi e trattati in modo da garantire agli intervistati l' anonimato nel rispetto della legge 675 - 31.12.1996 sulla tutela delle persone rispetto al trattamento dei dati personali.

COME COMPILARE IL QUESTIONARIO:

- Devi compilare il questionario in tutte le sue parti senza omissioni*
- Non devi fare correzioni: vale solo la prima*
- Rispondi senza pensarci troppo*
- Non ci sono risposte esatte né risposte sbagliate, dammi risposte sincere*
- Non copiare dal vicino ... ho bisogno di sapere la tua opinione.*

Ti ringrazio per la collaborazione, Alessio Bonino

Nelle pagine che seguono è riprodotta la copia del questionario che è stato somministrato ai nove atleti intervistati.

L' ATLETA DISABILE E LA SCHERMA IN CARROZZINA

SCHEDA ANAGRAFICA

Età _____

Sesso M F

Arma principale fioretto sciabola
spada

Seconda arma fioretto sciabola
spada

Pratica schermistica

- meno di un anno
- un anno
- due anni
- tre anni
- più di tre anni

Allenamento settimanale in sala scherma

una volta due volte tre volte quattro volte altro

Presenza agli allenamenti

assidua quasi continuativa discontinua scarsa

Condizione personale

amputato poliomielitico emiplegico paraplegico tetraplegico altro

SCHEDA A: MOTIVAZIONI INIZIALI ALLA PRATICA SCHERMISTICA

7. Tra i vari sport che possono essere praticati da una persona disabile, la scherma a quale livello di possibilità si colloca?

- impraticabile
- difficilmente praticabile
- facilmente praticabile
- è lo sport più praticabile

8. Come sei venuto a conoscenza della scherma in carrozzina?

- conoscenti che già la praticavano
- informazioni avute al centro spinale
- per caso (web, giornali, TV, ecc ...)
- altro (specifica) _____

9. Scegli una delle seguenti frasi:

- scherma perché sono una persona sportiva
- scherma perché devo ottimizzare la mia efficienza fisica
- scherma perché mi vedo con amici
- scherma perché non posso fare altro
- scherma ... non so perché ...

10. Tra le due seguenti frasi quale scegli

- ho iniziato a fare scherma grazie ad una figura di riferimento che mi ha avviato a questa disciplina*
- ho iniziato a fare scherma per caso, nessuna persona mi ci ha indirizzato*

11. Nella mia pratica sportiva la scherma è:

- primo amore
- un masso in cui mi sono inciampato
- un rifugio

Motiva la scelta: _____

12. Di fronte a te il podio più alto ...

(scegli una risposta per *ieri* e una per *oggi*)

	Un coniglio	Un avvoltoio	Un leone
... ero ieri (inizio)			
... sono (oggi)			

SCHEDA B: ATTESE PERSONALI E ATLETICHE

13. A che livello poni le tue attese atletiche?

- alto
- medio
- basso
- nullo

14. Il mio prioritario obiettivo schermistico è (una scelta)

- vincere
- partecipare
- muovermi il più possibile
- socializzare

15. *La pratica della scherma consente all' atleta disabile di raggiungere alti risultati sportivi.*

VERO FALSO

16. La scherma soddisfa le tue attese atletiche (risultati, vittorie, successo)?

- sì del tutto
- abbastanza ma non del tutto
- no per nulla

17. Hai preso parte a gare nazionali?

sì (indicare quali) _____

no (perché) _____

18. Hai preso parte a gare internazionali?

sì (indicare quali) _____

no (perché) _____

**SCHEDA C: OSTACOLI DI ORDINE PSICO FISICO CHE INCONTRA
L' ATLETA DISABILE NEL LAVORO DI SCHERMA**

12. Numera i tre maggiori ostacoli di ordine pratico che incontri nella scherma
(1 alto; 2 medio; 3 basso)

- spostarmi per raggiungere la palestra di scherma
 - portare con me la borsa di scherma
 - indossare la divisa di scherma
 - cambiarmi terminato l' allenamento
 - eseguire le operazioni necessarie per procedere al lavoro in carrozzina
 - sorreggere l' arma
 - indossare la maschera
 - altro (specificare) _____
-

13. In generale che cosa non deve mancare in una palestra di scherma?

(scegli 4 elementi indispensabili)

- spogliatoio adeguato
- servizi igienico sanitari adeguati
- un lettino
- armadietti facilmente raggiungibili
- attrezzi adatti ad esercizi di tono e/o sviluppo muscolare
- zona di palestra riservata per l' allenamento degli atleti disabili
- altro (specificare) _____

14. Indica con un + ciò che per te è indispensabile (non potresti farne a meno) e
con un - ciò che per te è superfluo (non ne avverti la necessità)

(un solo più e un solo meno)

- spogliatoio adeguato
- servizi igienico sanitari adeguati
- un lettino
- armadietti facilmente raggiungibili
- attrezzi adatti ad esercizi di tono e/o sviluppo muscolare
- zona di palestra riservata per l' allenamento degli atleti disabili

15. *La persona disabile che ha deciso di praticare la scherma è mentalmente oltre gli ostacoli fisici sopra elencati. Li ha già superati con la sola volontà.*

VERO FALSO

22. All' atleta in carrozzina bisogna dare più attenzioni rispetto all' atleta in piedi.

VERO FALSO

Perché _____

12. Tirare di scherma influisce a livello psichico?

SI NO

-Se SI (max tre scelte)

- è esaltante
- rende più sicuri
- favorisce la concentrazione
- aiuta a ragionare
- rende più nervosi
- implementa la rabbia
- fa venire mal di testa
- rende depressi
- altro _____

Spiega la scelta: _____

-Se NO perché? _____

SCHEDA D: IL LAVORO IN SALA

9. Rispetto alle tue effettive potenzialità il tempo di lavoro in sala scherma è:

- troppo
- adeguato
- poco

10. Il metodo di lavoro adottato dai maestri risveglia in te:

- una grande e spontanea voglia di dare il massimo
- un senso di faticoso dovere che va oltre la mia disponibilità
- fastidio e opposizione tali da disincentivarmi

Motiva la scelta: _____

11. Scegli una delle seguenti proposizioni

- L' insegnamento del maestro è statico, ripetitivo*
- L' insegnamento del maestro è dinamico, evolutivo*

12. Per un atleta disabile l' allenamento fisico pre-schermistico è:

UTILITÀ EFFETTI	fondamentale	auspicabile	indifferente	dannoso
potenza				
scioltezza				
tono muscolare				
velocità				

13. In che modo la scherma incide sulle seguenti variabili?

(una scelta per ogni variabile)

effetti variabili	potenzia	risveglia	educa	tralascia	mortifica
concentrazione					
controllo					
osservazione					
precisione					

14. Scegli una proposizione:

- Amo la scherma al punto che dipendesse da me la farei i tutti i giorni*
- Faccio scherma perché mi sento più interessante*
- La scherma è una delle poche cose che posso fare*
- Domani smetto con la scherma*

SCHEDA E: BILANCIO COMPLESSIVO

8. Consigliaresti la pratica della scherma ad una persona disabile?

MOTIVAZIONI	SI	NO
BENESSERE FISICO		
BENESSERE PSICHICO		
FORTEZZA		
SERENITA'		
SOCIALITA'		
UMANITA'		

9. Quale tra le seguenti proposizioni ritieni vera?

Bastano alcuni mesi di impegno costante perché l' atleta disabile possa partecipare ai Campionati italiani di scherma in carrozzina

Ai Campionati italiani di scherma in carrozzina partecipano gli atleti con alle spalle anni di allenamento schermistico

10. Nella tua esperienza hai avuto modo di incontrare altri atleti disabili:

- residenti in altre regioni italiane SI NO

- stranieri SI NO

Se SI, tale incontro è stato anche occasione di reciproca, personale conoscenza? SI NO

Libero commento alla domanda: _____

11. *Gli atleti disabili solidarizzano tra loro in un clima di reciproco aiuto*

sempre

talvolta

raramente

mai

12. *Nella scherma in carrozzina le diverse disabilità si incontrano e nasce un ambiente di reciprocità che sostiene le motivazioni personali (la volontà, lo sforzo)*

- sempre
- talvolta
- raramente
- mai

13. Se potessi avanzare una richiesta alla FISPEs (federazione italiana sport paralimpici e sperimentali) cosa domanderesti? (una scelta)

- incentivare gli atleti
- mettere a disposizione degli atleti opportuni mezzi di trasporto
- organizzare gli spostamenti per raggiungere i luoghi di gara
- promuovere più momenti di incontro tra circoli schermistici diversi
- rendere più visibile la scherma in carrozzina
- altro, specificare _____

14. Globalmente quanto sei soddisfatto della tua esperienza schermistica?

- del tutto soddisfatto
- molto soddisfatto e so che avrò di più
- poco soddisfatto mi aspettavo di più
- insoddisfatto sono profondamente deluso

Bibliografia essenziale

I titoli seguenti costituiscono un approccio minimo a riferimenti bibliografici aventi per oggetto sport – scherma – disabilità.

Bernardi M., Dispense area sanitaria e fisiologica, CIP,
Uff. Studi Ricerca e Formazione

Gioia M.C., Ottavi I., Psicologia, sport e diverse abilità, Fed. ne Italiana Sport Disabili

Giovannini F., *Ecco che cos' è la scherma in carrozzina*, in Scherma, FIS, XXXI/9,
sett. ott. 1989

Giovannini F., La scherma in carrozzina, guida base per tecnici di scherma e operatori nel mondo sportivo dei disabili, dispensa a cura dell' Autore

Michelini L., Handicap e sport. Medicina sportiva per atleti disabili,
Soc. Editrice Universo, RM