

Cronisti in classe 2025 QN LA NAZIONE



REGIONE TOSCANA



Consiglio Regionale



Non c'è soltanto la scuola Lo sport aiuta a formare il futuro

Per i giovani questa attività è inclusione e una passione che fa crescere e creare nuove amicizie
CLASSE 2^B SCUOLA MEDIA MICHELE ROSI LIDO DI CAMAIORE

CAMAIORE

Nelson Mandela affermava che «Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di ricongiungere le persone come poche altre cose. Ha il potere di risvegliare la speranza dove prima c'era solo disperazione». Sicuramente lo sport è un'attività fondamentale per la salute fisica e mentale dell'individuo. I benefici che offre sono numerosi: a livello fisico, migliora le capacità motorie e aiuta a sviluppare un fisico sano; a livello mentale, aiuta a gestire l'ansia, aumenta l'autostima e migliora l'umore. Inoltre, insegna valori fondamentali come la disciplina, la costanza e la gestione delle emozioni. Tutto questo lo rende particolarmente utile ai giovani, per i quali lo sport non deve essere visto come un ostacolo nello studio; al contrario aiuta a gestire il tempo stabilendo una routine in cui suddividere la giornata. La disciplina, infatti, è fondamentale nello sport: ogni ragazzo impara così a condurre una vita equilibrata e regolare. È anche un momento per allontanarsi dai libri e ricaricare le energie rinfrescando la mente.

I giochi di squadra, in particolare, aumentano nei giovani lo spirito collaborativo e la fiducia negli altri. In una società che spinge all'isolamento, essi danno un senso di appartenenza e sono un anti-



Lo sport aiuta a formare il futuro dei ragazzi e soprattutto è in grado di unire

doto alla solitudine: i ragazzi capiscono i propri punti di forza e di debolezza, imparano ad accettare quelli degli altri e ad aiutarsi a superare le difficoltà. Ogni giocatore ha un ruolo specifico e deve contribuire al successo collettivo, mettendo da parte l'individualismo per il bene comune. Questo spirito di squadra rafforza anche i legami tra i membri del gruppo. Un ambiente basato sulla condivisione e il divertimento è l'ideale per favorire processi di integrazione e inclusione sociale, che uniscano persone di culture e origini diverse. Negli ultimi anni, poi, si è dato sempre più spazio agli atleti

con disabilità, grazie a competizioni come le Paralimpiadi, che dimostrano come lo sport possa essere un'opportunità per tutti, e che la determinazione e la passione contano più delle limitazioni fisiche. L'importante è che la pratica sportiva si fondi sempre sul fair play, ovvero il rispetto delle regole, degli avversari e dell'arbitro. Lo sport non è tale se si vuole ottenere la vittoria a tutti i costi, anche ricorrendo a comportamenti scorretti o emarginando alcuni dei compagni. Infine, ricordare sempre che la vittoria o la sconfitta fanno parte del gioco, quindi bisogna accettare la sconfitta e vincere senza arroganza.

IN REDAZIONE

La squadra dei giornalisti

Articolo di apertura e titolazione a cura di Sarah Ait Hoummad, Giulia Amendola, Achille Boselli, Chiara Ciaponi, Dario Dazzi, Sofia Fedorova, Matteo Fredianelli, Matteo Fubiani, Alessandro Gori, Ettore Lenzoni, Alyssa Mallegni, Sara Mommi, Noor Okkacha, Rebecca Raffaelli, Niccolò Ratti, Francesca Sgambato, Emily Paola Shearer, Samara Lucia Vannucci.

Sondaggio a cura di Sara Coppedè, Jacopo Gangarossa, Noemi Noligni e Francesco Rofi. Disegno di Alessandro Maffei. Insegnante tutor proessor Alessandro Viti. Dirigente scolastica dottoressa Sonia Imperatore.



Sondaggio: i giovani fanno sport?

Tante discipline praticate. E a scuola ci sono le 'Gaberadi'

Fortunatamente oggi i giovani praticano molto sport. Per verificarne la diffusione abbiamo effettuato un sondaggio tra gli alunni delle classi seconde della nostra scuola: su 85 persone, soltanto 12 hanno risposto che al momento non fanno sport. Questo significa che l'86% delle ragazze e dei ragazzi praticano una o più attività sportive. In cima alla lista è il calcio, con il 13% di praticanti, seguito da pallavolo, nuoto, ginnastica e atletica leggera con percentuali tra l'8 e il 6%. Un po' a sorpresa, in

questo gruppo rientra anche il surf, anche se limitato all'estate. Boxe, hockey su pista, danza e pattinaggio sono altre discipline che riscuotono un certo successo, ma c'è chi fa anche altri sport. Meno varietà si trova nelle risposte alla domanda su quali sport si seguono in tv: in questo caso è più netto il divario tra il calcio (45%) e tutti gli altri: pallavolo (19%), tennis (13%), cui seguono gli sport motoristici. C'è anche un 25% di alunni che non ne segue nessuno: meglio farlo in prima persona che limitarsi a

guardarlo, penseranno. Tra tutti questi, è la pallavolo il più praticato a scuola. Nel nostro istituto lo sport è celebrato con le 'Gaberadi', tornei tra classi che vuole celebrare il divertimento, l'inclusione e lo spirito di squadra con regole adattate perché tutti diano il loro contributo. Si deve imparare a non colpevolizzare nessuno per gli errori fatti. «Iniziammo 11 anni fa – dice la professoressa Simonetti – senza pensare che sarebbe diventata una tradizione così sentita dai ragazzi dell'istituto Gaber».



Un'immagine delle «Gaberadi»