

Abstract

L'autore è insegnante di Educazione fisica, specializzato in “Teoria e pratica del rugby”, ai corsi biennali della Scuola dello Sport del CONI. Oltre alla carriera scolastica, svolta in un Liceo scientifico romano, ha maturato esperienze presso la Federazione Italiana Rugby in qualità di allenatore di squadre nazionali giovanili, con particolare interesse alle problematiche psico-pedagogiche dell'età evolutiva.

Negli scacchi è Maestro-formatore degli istruttori. Per oltre un decennio ha rivestito compiti di *coach*-accompagnatore delle squadre nazionali giovanili.

Attualmente riveste l'incarico di Segretario della Commissione medico-scientifica della F.S.I., con compiti divulgativi nella metodologia didattica e nei rapporti con le scienze medico-sportive.

L'intervento odierno, nella prima parte tratta delle conclusioni ormai accettate unanimemente sulle caratteristiche dei giochi sportivi e relativi sistemi di addestramento; in quella intermedia, punta a evidenziare gli ostacoli storici e quotidiani ritenuti freno all'indipendenza creativa; nella parte finale, mette in risalto – in base alle moderne ipotesi – come l'inconscio, quando favorito nelle sue espressioni, appare fonte dei processi più nascosti e sorprendenti della mente umana.

L'INCONSCIO INTELLIGENTE

IL REGISTA OCCULTO DELL'APPRENDIMENTO NEI GIOCHI

SPORTIVI, MOTORI E DELLA MENTE

Caratteristica distintiva dei giochi sportivi

I giochi sportivi motori, sia individuali che di squadra (calcio, pallavolo, rugby, tennis, ecc.) come quelli della mente (bridge, scacchi, dama, ecc.) si coniugano al verbo “giocare”. A differenza delle rimanenti discipline il cui rendimento, oltretutto alla tecnica, è strettamente legato all'aumento progressivo dei carichi allenanti a favore delle cosiddette capacità condizionali (forza, velocità, resistenza), nei giochi sportivi, pur non trascurando tali capacità – d'impiego variabile durante la gara – è prioritaria l'abilità di percepire rapidamente, nelle più disparate situazioni le cangianti sfumature strategico-tattiche del gioco.

Tale abilità, come ampiamente dimostrato dalla psicologia cognitiva, supportata dalle neuro immagini del cervello al lavoro (PET, RMf, SPEC) non può svilupparsi dalla conoscenza indotta a priori dall'istruttore per interpretare le imprevedibili situazioni di gioco, ma occorre che l'allievo sia posto quanto più possibile durante gli allenamenti, di fronte a problemi complessi che egli tenterà di risolvere vivendo una propria esperienza da cui trarrà la conseguente conoscenza (talora alla fine risultante ben superiore a quella dell'accorto, all'apparenza ignavo, istruttore). Tale ambiente è la condizione ideale per sviluppare l'intuito e la creatività. La conoscenza dell'istruttore funge da controllore e revisore con cui le scelte dell'allievo si confrontano man mano che egli si evolve nella propria conoscenza e raramente deve rappresentare un limite alla curiosità e al desiderio di sperimentazione.

Il principio di autorità, freno storico alla creatività

“... Come è possibile...” si chiede il grande Maestro di scacchi e filosofo scozzese J. Rowson nella sua opera “*Chess for zebras*” a pagina 25, “... che ogni volta che ho parlato di questi argomenti (differenza tra

conoscenza e abilità) solo poche persone particolarmente acute hanno apprezzato l'eleganza di tale distinzione? Agli occhi dei più appariva invece troppo sottile e fumosa...”.

Non se la prenda troppo Mr. Rowson, reagisca con ironia: si consoli, se comprende l'italiano, col film di Totò “Uomini e caporali”!

Il principio di autorità attecchisce dappertutto: in politica, nella scuola, ecc. e a tutte le età: la mia maestra delle elementari (anni 50 del secolo scorso) biasimò il mio disegno di una automobile rossa perché il rosso era un colore improbabile. Chiederò i diritti d'autore alla Ferrari! Il cosiddetto principio di autorità consiste nel diritto presunto di una persona, di un ente, di una istituzione, ecc. di avere l'ultima parola in caso di conflitto irrisolto su qualsiasi argomento semplicemente in virtù del proprio carico di autorità, spesso ignorando le obiezioni seppur sensate o addirittura inconfutabili come nell'insegnamento dei giochi sportivi.

Casi clamorosi nella storia sono quelli relativi a Galeno (medico greco-romano, vissuto nel II secolo) che descrisse il cervello umano come una “*rete mirabile*” e così tramandò questa convinzione alla posterità per secoli ma in realtà aveva sezionato un cervello bovino trascurando di descrivere le cosiddette circonvoluzioni proprie della corteccia umana. Anche Aristotele, qualche secolo prima, aveva asserito che il cuore dovesse essere la sede delle emozioni e di questo per duemila anni l'umanità non osò dubitare, considerando il cervello alla stregua di un fedele servitore del cuore stesso.

Un esempio infine davvero doloroso, oltre che micidiale caso di autorità, è quello relativo al medico ungherese Ignac F. Semmelweis. Tale medico, umile e laborioso, verso la metà del 1800 scoprì che la febbre puerperale che falciava le neo-mamme non era causata da fantasiosi oscuri motivi come ipotizzato dalla scienza ufficiale, ma semplicemente dall'incuria igienica dei medici che operavano trascurando di lavarsi le mani persino dopo aver eseguito una precedente autopsia su persona deceduta per la stessa febbre puerperale. Immaginate la reazione irosa e sdegnata dei luminari dell'epoca: il povero Semmelweis fu deriso e poi preso per pazzo e solo dopo 40 anni, quindici dopo la sua morte, venne

riconosciuta la sua scoperta “... mettendo fine a uno dei più grandi esempi di pregiudizio nei confronti di un uomo geniale...”.

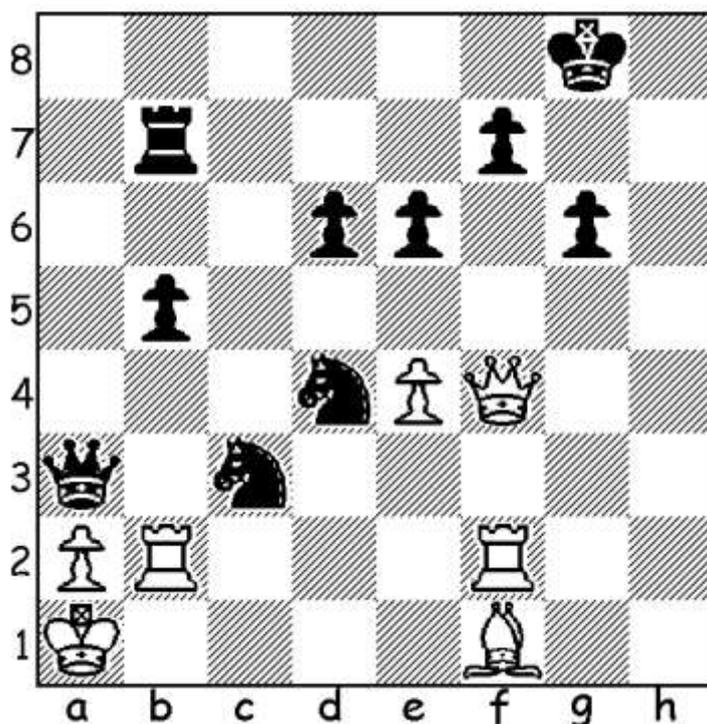
Viene alla mente l'avventura del professore francese Pierre Villepreux, il profeta “*ante litteram*” del metodo di insegnamento “costruttivista”, non solo per quanto riguarda il rugby, poiché tale metodologia venne in seguito adottata da quasi tutti i giochi sportivi. Anch'egli come Rowson trovò le sue idee accolte da poche “persone particolarmente acute” tra cui l'allora Presidente della Federazione Rugby, l'indimenticabile professor Aldo Invernici, morto prematuramente, che lo convocò rapito dalle sue rivoluzionarie teorie, per affidargli le sorti dell'agonizzante rugby italiano. Con la scomparsa di Invernici, poteri alternativi reclamanti il principio di autorità riapparvero dall'ombra e sostituirono in breve questa ventata di esaltante novità con la scontata cultura, per quanto parimenti necessaria, di privilegiare la prestanza fisica e la “grinta” del tutto ignorando le componenti cognitive del gioco del rugby, mortificandone persino la dignità. Questo si evince non tanto nelle gare del torneo delle Sei Nazioni, dove un indovinato mix di oriundi e nativi nella squadra nazionale riesce di tanto in tanto a non far sfigurare: è nei settori giovanili che i risultati, nonostante i mezzi a disposizione, sono a dir poco imbarazzanti. Con tardiva resipiscenza e dopo averlo pubblicamente abiurato, gli stessi titolari del principio di autorità nel rugby, hanno richiamato Villepreux nel 2011 per un disperato e malinconico tentativo di restaurare l'atmosfera magica che egli aveva suscitato 35 anni fa, ma in una realtà ormai compromessa e sfiduciata.

L'inconscio intelligente

Jonathan Rowson, in un diverso paragrafo del suo libro dianzi citato, tenta l'impresa di sondare l'inconscio, il produttore certo dell'intuito e della creatività umana. Egli riporta un brano di “*Strangers to ourselves*” (2002, Belkap Harvard) dello psicologo americano Timothy Wilson: “... Tenete presente che in ogni momento i nostri sensi ricevono più di 11 milioni di informazioni... Solo gli occhi ricevono ne inviano al cervello più di 10 milioni... Secondo le stime più ottimistiche è possibile elaborare circa 40 informazioni al secondo. Pensateci un attimo: incameriamo 11 milioni di

informazioni al secondo ma ne elaboriamo consciamente solo 40. Che fine fanno le altre 10.999.960?...”.

Da qui la suggestiva e plausibile ipotesi che tali informazioni vanno a depositarsi in qualche parte del nostro cervello dove si combinano per produrre all’occorrenza idee nuove e originali, all’insaputa del nostro stato mentale conscio che solo a posteriori ne riconosce la validità. Inoltre Rowson, a conclusione, presenta la situazione di una sua partita riportata di seguito, durante al quale effettua una mossa “consciamente” ridicola ma che si rivela nel proseguo la base di una mossa sbalorditiva per efficacia. Secondo Rowson, si è trattato di una scelta dettata dall’inconscio intelligente all’insaputa del conscio.



38. De3, e5; 39. Dg5 Perché diamine gli ho permesso di difendere il Cavallo in d4?; 39. ... Ta7; 40. Dd8+, Rg7; 41. Df6, Rg8; 42. Ac4!! La mossa “prevista” dall’inconscio; 42. ... d5; 43. Th2, 1-0.

Analogamente agli scacchi, si può osservare l’attività produttiva dell’inconscio in tutti gli sport di situazione (i giochi sportivi): specialmente negli sport collettivi essa trova una speciale esaltazione quando tutti i componenti la squadra condividono all’unisono, sia in allenamento che in gara, le stesse esperienze e percezioni in un ambiente

ricco di stimoli qual è quello previsto dalla metodologia costruttivista. In tale ambiente si sviluppa maggiore capacità di reagire individualmente e coralmemente agli eventi imprevisti di una gara rispetto a squadre non addestrate con tale metodologia, seppur eventualmente superiori nelle capacità fisio-fisiche.

Durante la gara Italia-Francia del Torneo Sei Nazioni di Rugby 2012, sono certo di aver assistito a una scelta di gioco autenticamente dettata dall'inconscio da parte di un giocatore francese: questi, nella propria area di meta riceve un pallone calciato perfettamente da un avversario e si trova all'improvviso accerchiato da tre giocatori italiani. Logicamente ha a sua disposizione tre possibilità:

1. chiamare il “*Mark*”, cioè una soluzione prevista dal Regolamento che gli consente di calciare il pallone a gioco fermo;
2. calciare il pallone, senza arresto del gioco, possibilmente fuori del campo;
3. più rischiosamente, affrontare l'urto degli attaccanti cercando di resistere in piedi col possesso del pallone, contando sull'aiuto di qualche compagno in ripiegamento.

Incredibilmente, egli opta per una quarta soluzione, apparentemente del tutto illogica, ma “inconsiamente” valuta in un baleno la direzione di corsa degli attaccanti, i loro sguardi e “sente” dai loro atteggiamenti che non sono preparati ad affrontare una reazione imprevedibile e con due abili “*crochet*” si insinua tra gli avversari e, nella sorpresa generale ma non dei suoi compagni avvezzi a sguazzare in tali situazioni, si invola fin quasi alla meta avversaria.

Renato Tribuiani

Roma, 7 maggio 2012