IC VALDAGNO I - Sc. Sec. di I° grado - Valdagno (VI)

Novale INforma SPORT

EDIZIONE STRAORDINARIA - N.I
a cura del Dipartimento di Lettere

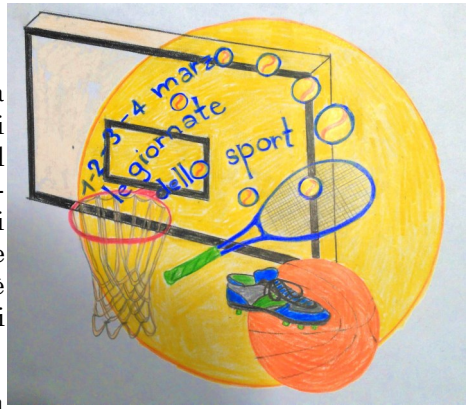
icvaldagno1.gov.it/ 28 MARZO 2017

SPORT E VALORI del prof. A. Ramanzin

Si sono concluse da poco le "giornate dello sport", iniziativa promossa dalla giunta regionale del Veneto. L'obiettivo era quello di avvicinare i ragazzi all'attività sportiva, "dando loro l'opportunità di conoscere le diverse discipline sportive presenti nel territorio in cui vivono, nella convinzione che lo sport costituisca il naturale completamento dell'attività formativa svolta all'interno delle scuole". Le scuole di ogni ordine e grado della nostra regione si sono attivate per promuovere l'iniziativa nei giorni 2, 3 e 4 marzo. Le linee guida proponevano vari argomenti da trattare e noi, in linea con le scelte educative e didattiche del nostro Istituto, abbiamo abbracciato il tema "sport e valori".

Fin dall'inizio l'iniziativa è stata accolta con entusiasmo dai vari insegnanti. La partecipazione e il contributo, anche a livello organizzativo, dei colleghi sono stati notevoli. Se il bilancio finale delle giornate è stato positivo, ciò è stato dovuto ad un lavoro di squadra.

Io penso che con l'occasione si sia anche dimostrato che le materie non viaggiano a comparti stagni e che l'interdisciplinarità non è una teoria ma la pratica e la prassi. Abbiamo viaggiato insieme nella stessa direzione, proponendo ai nostri ragazzi iniziative coerenti al tema condiviso e incontri con esperti che si sono dimostrati capaci di toccare il cuore dei giovani allievi. Lo dimostrano la serena e tranquilla attenzione con cui i ragazzi hanno seguito le attività, la profondità delle domande organizzate per le interviste, la gioia e la soddisfazione degli esperti alla fine dei rispettivi interventi.



Disegno di Sarah (3E)

Credo che i ragazzi abbiano anche intuito un concetto fondamentale: i valori portano gioia ed entusiasmo, ed è la loro mancanza che crea tensione e conflittualità.

Tutto bene, quindi? Certo, ma…. dopo ogni successo, arriva la parte più difficile: mantenerlo fresco e vivo nel tempo, perché non sia un evento occasionale, ma diventi parte di noi. Questa è la sfida quotidiana del nostro delicato compito di educatori e formatori.

INterviste

CALCIO
Incontro con l'arbitro
Daniele Orsato
1 marzo 2017
(Pg 2 e 3)
(prof.ssa C. Magaraggia e le 1^C e 2^E)

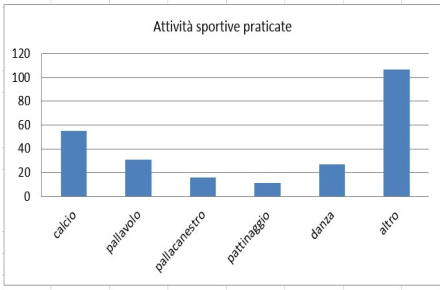
HOCKEY
Incontro con il campione
Juan Ovieto
3 marzo 2017
(Pg 5 e 6)
(prof.ssa C. Magaraggia e la 1^C)

YOGA
Incontro con i maestri
Giovanni Asta e Paola Rossato
3 marzo 2017
(Pg 7)
(prof.ssa C. Lora e la 3^D)

JU JITSU
Incontro con il maestro
Giammarco Giusto
3 marzo 2017
(Pg 8 e 9)
(prof.ssa P. Satariano e la 2^D)

Questionario sullo sport

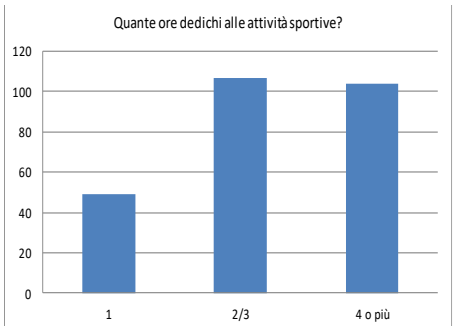
a cura del prof. D. Scala e della 1^A



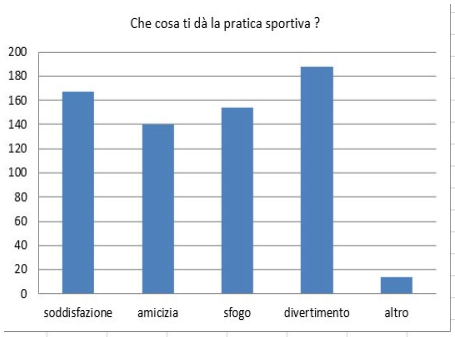
Durante le giornate dello sport ai nostri alunni è stato somministrato un questionario relativo alle attività sportive scolastiche ed extra scolastiche che praticano.

La prima osservazione che emerge è che la maggioranza dei nostri ragazzi pratica sport anche al di fuori della scuola. La seconda considerazione è che a quattro quinti degli studenti di Novale piace molto lo sport e sono costanti nel praticarlo! Gli impegni sportivi infatti li occupano dalle 3 alle 5 (o più) ore alla settimana, nella maggior parte dei casi da un periodo di tempo superiore ai cinque anni. Chi pensava, nella patria del calcio, che questo sport fosse il più praticato dai ragazzi rimarrà deluso dalla sua seconda posizione.... Infatti la maggioranza racconta di essere dedita ad altri sport.

Un'ultima considerazione riguarda la soddisfazione che i ragazzi ricavano



dal praticare sport. Per la stragrande maggioranza di loro lo sport è fonte di divertimento e di gratificazione personale, una valvola di sfogo e motivo di aggregazione sociale. I nostri ragazzi, forti dell'appoggio delle loro famiglie, tornano a casa dagli allenamenti e dalle partite "stanchi ma felici" per le sfide affrontate, l'impegno profuso e la qualità dei rapporti costruiti con i compagni di squadra!



Che dire allora, ai nostri giovani sportivi? Che non smettano mai di amare lo sport e di rincorrere i loro sogni perché, come ha ricordato l'arbitro Orsato proprio in questi giorni, nella vita è fondamentale sapere che quando si mette il cuore in ciò che si fa non si hanno limiti!

Incontro con l'arbitro Daniele ORSATO

1 MARZO 2017

Intervista pensata dalle classi 1^C e 2^E, trascrizione a cura della prof.ssa C. Magaraggia

1. Come mai ha deciso di arbitrare proprio il calcio e non un altro sport? Non saprei, sono semplicemente nato con la passione del calcio dentro. La stessa passione che rivedo in mio figlio, che passa tutta la giornata con il pallone ai piedi.

2. Si aspettava di diventare quello che è adesso? Quanto contano la volontà e la motivazione per raggiungere traguardi importanti? Non lo avrei mai detto, davvero. L'impegno e la serietà contano tanto. Sono convinto però che siano stati fondamentali anche i miei genitori. Ecco, credo che per crescere bene siano indispensabili la scuola, lo sport e la famiglia.

3. Lei ha iniziato a lavorare come elettricista. Quando ha smesso di farlo? Fare l'elettricista era il mio sogno sin da ragazzo. Andavo bene alle scuole medie, gli insegnanti mi avevano consigliato di iscrivermi all'Istituto Tecnico, ma io ho preferito il CFP di Trissino e dopo tre anni finalmente potevo girare con la cassetta degli attrezzi e la tuta blu: il mio sogno d'infanzia si avverava, avevo avuto da sempre la passione di montare e smontare le cose! Lo stesso giorno in cui ho iniziato a lavorare ho ricevuto per caso l'invito di un amico arbitro per andare andare a Schio per una partita amichevole.

E' nato tutto così, per caso. Vedete, oggi faccio l'arbitro di serie A, che è il mio secondo grande sogno, ma quando smetterò questo lavoro tornerò a fare l'elettricista.

4. Che differenza c'è, dal punto di vista professionale, tra l'arbitro di oggi e quello degli esordi? Sono cambiato perché cambiano l'età e la maturità. Però lo spirito e il carattere sono gli stessi. Anche voi, ragazzi, dovete ricordarvi di essere sempre voi stessi, perché quando non lo siete.... gratta gratta con il tempo viene fuori!

5. Che sentimenti prova nell'ammonire i giocatori? Mi dispiace punire i giocatori. Ma non accetto che mi si manchi di rispetto! Quindi quando questo si verifica... non ho alcuna esitazione. Anche perché con che faccia tornerei a casa dai miei figli, se accettassi di farmi trattare male da qualcuno?

6. Che cosa reputa più offensivo nel suo lavoro? Primo, che mi si manchi di rispetto. Secondo, che non si rispettino le regole.

7 Porta anche nella sua vita di tutti i giorni il suo lavoro di arbitro? Anche nella vita privata cerco la disciplina e il rispetto, e cerco di trasmettere questi valori anche ai miei figli. Ma senza esagerare. La vita non è un campo da calcio. E poi ci pensa mia moglie, ogni tanto, che mi ricorda: "Guarda che non sei mica in un campo da calcio, eh!"

8 Che cosa vuol dire per lei arbitrare? Andare sul terreno, sudare, far fatica, arbitrare.... non pensando di dover insegnare le regole... Ma a volte

...continua Orsato!

invece, mi tocca farlo.

9. Le pesa stare spesso lontano da casa per lavoro? Porta con sé la sua famiglia quando viaggia? La mia famiglia non può seguirmi quando viaggio per lavoro. Mio figlio è venuto a vedermi una sola volta e poi ha giurato che non sarebbe più tornato di nuovo, tanti sono gli insulti che ha sentito all'indirizzo di suo padre... Ci è rimasto troppo male. Comunque sì, mi pesa stare spesso lontano da casa e perdere momenti importanti della quotidianità della mia famiglia.

10. Vorrebbe che i suoi figli facessero il suo stesso lavoro? No, non ho questa ambizione per loro, anche perché sono diversi da me e, ad oggi, solo uno dei due è interessato al calcio. Se non vorranno fare calcio, per me va bene lo stesso. Mi dispiacerebbe solo se smettessero di fare sport. Perché fare sport significa stare con gli altri e divertirsi.

11. Che cosa pensano i suoi figli del suo lavoro? Sono orgogliosi di me, però soffrono anche molto la mia assenza. Vi racconto un episodio che spiega proprio questo. Un giorno, mio figlio ha fatto entrare in casa un amichetto con cui, non sapendo di essere sentito, ha iniziato una conversazione. Ad un certo punto, l'amico gli ha detto, guardando un cassetto pieno di magliette di squadre di calcio straniere che gli avevo portato dai miei viaggio all'estero: "Come sei fortunato ad avere una papà che fa quel lavoro e che può portarti tutte queste magliette!" E mio figlio ha risposto: "Davvero? Se vuoi te lo do, mio padre. Mio padre non è mai a casa, non ha mai visto le mie recite di fine anno, non c'è alle feste di compleanno... Mi pesa il lavoro che fa perché mi manca."

12. Ha mai ricevuto minacce o aggressioni? Sì, una volta ho ricevuto una gomitata in piena faccia. Mi ha fatto male, anche perché non me l'aspettavo e non ero pronto. A seguito di quell'episodio sono stato tentato di smettere di arbitrare, perché la violenza non è mai giustificabile.

13. Ha mai chiesto un autografo ad un giocatore famoso che ha arbitrato? No, e non lo farei mai. Perché verrebbe meno il mio senso di giustizia. Come potrebbe guardarmi un qualsiasi altro giocatore a cui invece non ho chiesto l'autografo? Potrebbe pensare che io sia influenzabile dalle mie conoscenze, o che semplicemente io sia più in confidenza con alcuni che con altri... Non sarebbe professionale. Io non guardo in faccia a nessuno quando arbitro, che sia un illustre giocatore o un esordiente... li tratto tutti allo stesso modo. Come vi sentireste voi se andaste in tribunale e il giudice si avvicinasse alla controparte chiedendogli "Come va a casa? Tutto bene?" Avreste da subito la sensazione di aver perso in partenza la vostra causa… Dove c'è confidenza, non c'è uguaglianza di trattamento. Prima di ogni altra cosa, occorre avere e comunicare un senso di giustizia e il rispetto verso tutti.

14. Quali sono i suoi idoli sportivi nel mondo del calcio? Questa è una domanda che non mi era mai stata fatta prima. Io sono cresciuto ammirando giocatori del calibro di Platinì e Maradona. Ecco, loro sono per me degli idoli del calcio. Pensate che a casa custodisco ancora gelosamente una maglia autografata di Paolo Rossi dei mondiali del 1982. Se guardo invece al presente, direi che faccio fatica a trovare tra i giocatori di oggi un vero idolo calcistico.... Quindi ragazzi, state ben attenti: ciò che fa di un giocatore un idolo sono le qualità tecniche unite a quelle umane! Senza una delle due....

15. L'emozione più grande che ha provato in campo? E' presto detto. Era il Siena-Atalanta, la mia partita d'esordio come arbitro di serie A. L'emozione più grande è stata vedere mio padre sugli spalti, che piangeva di commozione nel vedermi in campo. Quando si è giovani o non si è ancora genitori, è difficile capire quanto sia commovente per un genitore vedere che il proprio figlio raggiunge un traguardo che ritiene importante. Adesso capita anche a me di commuovermi nel parlare dei miei figli. Mio padre, vedendomi emozionato, una volta mi ha detto: "*Bocia, te ste cressendo....*"

16. Che cosa significa per lei *essere sportivo*? *Condividere la propria vita con gli altri.* Ad esempio, dopo aver fatto questo incontro con voi, più tardi vado ad allenarmi insieme ad altri giovani arbitri che vogliono imparare questo lavoro...

"Ricordatevi che non avete limiti.

Date il vostro meglio. Divertitevi, sempre! "

TEMI E DINTORNI 2^E

Quell'uomo, che non si ferma davanti a niente, neppure davanti al dolore e che continua anche se sa che non arriverà primo, sta rincorrendo i suoi sogni... e quindi ha già vinto. (Alice)

Nessuno ha dei limiti, se non se li pone. Se non facessi sport, mi mancherebbe una parte di me. (Giulia)

Ci sono persone che riescono a superare se stesse, mentre altre non sanno essere sportive e ricorrono alla violenza. (Nicolò)

Mi ha profondamente colpito capire quanto conti essere sportivo dentro, il rispetto e la voglia di non mollare mai! (Matteo)

Ho fatto mio il messaggio che fare sport non significa vincere, ma provare finché non si è soddisfatti del proprio risultato. (Arianna)

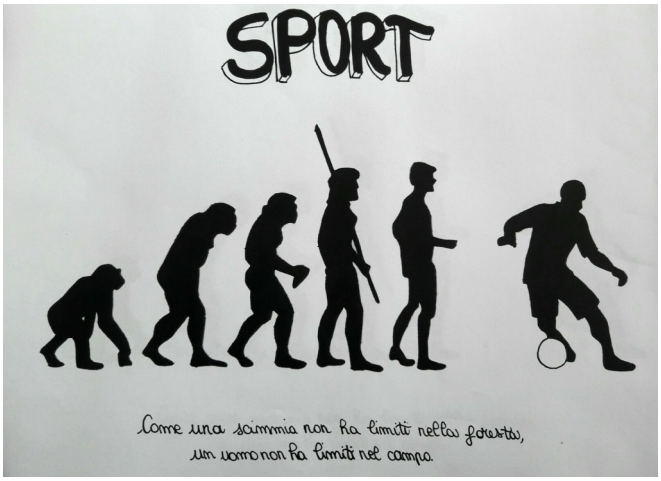
Con l'impegno e la motivazione ogni sogno si può realizzare! (Tommaso)

E' difficile ma importante portare rispetto verso tutti, anche verso chi non lo ricambia. (Susanna)

L'incontro con l'arbitro Orsato mi ha insegnato che....

parlano di ragazzi di 3^ E

La frase di Daniele Orsato "Date il vostro meglio, ragazzi" mi ha ricordato molto una poesia di Martin Luther King "Siate il meglio". Dovremmo imparare a dare il massimo con tutte le nostre forze, lasciandoci guidare dal cuore, dalla passione…non importa se siamo piccoli, dobbiamo dare il meglio qualsiasi cosa siamo. Era proprio questa la frase che volevo portarmi a casa dall'incontro, perché ci sprona a dare sempre il meglio di noi stessi. (Giada e Ilaria)



Disegno di Maria

La lezione del sig. Daniele Orsato è stata per me una lezione di vita, una perla da conservare e tramandare, mi ha insegnato moltissimo…di certo non la dimenticherò facilmente. Ed ora, tocca a me superare i miei limiti! (Sofia)

Durante questi ultimi giorni, ho riflettuto a lungo sul significato delle Giornate dello Sport. Ho capito che così come un giocatore accompagna la sua palla tra i piedi fino in porta per portare in vantaggio la sua squadra, o come un ciclista durante una gara cerca di tenere la mano lontana dal freno per non rallentare e fermarsi, allo stesso modo noi ragazzi non dobbiamo mollare e farci vincere dalla paura del mondo fuori che è così grande da farci sentire piccoli ed impotenti…anzi, dobbiamo sempre puntare al meglio e cercare di raggiungere i nostri sogni più grandi! (Mattia)

La settimana dello sport...

...attraverso gli occhi della 3^A

"Lo scopo di questo progetto è di far capire a tutti noi studenti cos'è in realtà lo sport, di insegnarci cos'è il rispetto, ma anche di farci conoscere sport diversi da quelli tradizionali e più praticati. In questa settimana abbiamo partecipato a diverse attività, ognuna con un fine e delle modalità di lavoro differenti….L'attività che più mi è piaciuta è stata l'incontro con l'arbitro Orsato. Attraverso alcuni filmati il signor Orsato ci ha fatti riflettere sul significato della parola "sport" e ci ha insegnato come "sportivo" non è chi è abile a svolgere una determinata attività, ma chi rispetta le regole ed assume un comportamento leale e corretto con gli altri e con se stesso…. Mi ha colpito molto il fatto che un personaggio di fama internazionale sia così legato al rispetto." (Michela)

"Questo progetto, che ha proposto varie attività, mi è piaciuto. Con l'arbitro Orsato ho capito l'importanza della disciplina, ho imparato che è fondamentale rispettare tutti e che qualsiasi sogno si coltivi con costanza ed impegno è possibile realizzarlo. E' stato un incontro davvero utile, una lezione di vita. Il torneo di Baskin, invece, è stato davvero divertente: tutti noi abbiamo tifato per la nostra squadra ed abbiamo fatto la *ola*!". (Sophia)

"Mi è piaciuto molto il filmato in cui un atleta, durante le Olimpiadi, è caduto ma non ha interrotto la gara di corsa, continuandola su un piede solo, affiancato da suo padre. Spesso nello sport si riesce a trovare il senso della vita di ogni giorno. Ognuno di noi potrebbe essere paragonato a quell'atleta, che lotta per qualcosa e che, anche se cade e si ferisce, ha ancora il coraggio di rialzarsi; anche noi ogni giorno siamo aiutati dai nostri genitori e da tutte le persone che ci vogliono bene" (Sara)

L'HOCKEY DI JUAN OVIEDO

intervista a cura della 1^C

1. Quando è nata la sua passione per l'hockey? E' nata intorno ai 10-11 anni. Prima era una semplice attività ludica, poi quando ho cominciato a ragionare e a capire che cosa mi piaceva davvero, ho scoperto di avere una passione per l'hockey.

2. Lei è argentino, ma è anche italiano. Che cosa significa per lei avere le due cittadinanze? Ho entrambe le cittadinanze. Io sono cresciuto e ho finito di formarmi qui, perché l'Italia è un paese molto più sviluppato del sud America. Questo Paese mi ha fatto crescere tanto come persona, e mi ha permesso di affermarmi tramite lo sport, attività che mi dà tanta soddisfazione. Mi sento molto onorato di essere anche cittadino italiano e quando ho avuto la fortuna di lavorare per la nazionale italiana, non l'ho sentita come "seconda maglia" ma come la "maglia principale".

3. Per quali circostanze è venuto a giocare nell'Hockey Valdagno 1938? Ho giocato per alcuni anni in diverse squadre, tra cui anche il Trissino, fino a quando mi hanno proposto di venire nel Valdagno, squadra che aveva l'ambizione di vincere lo scudetto. Per fortuna l'abbiamo vinto proprio nell'anno in cui sono entrato a far parte della squadra! Con Valdagno ho un legame importante.

4. Quanti mondiali ha disputato con la maglia azzurra? Con la maglia azzurra ho partecipato come membro dello staff tecnico ai mondiali di hockey femminile in Cile, nel 2016. Come giocatore ho gareggiato per la nazionale Argentina e ho partecipato a quattro mondiali. Penso che come allenatore lavorerei volentieri per la nazionale italiana, Paese in cui vivo, ma come giocatore mi sento argentino, che è il Paese in cui sono nato.

5. Vorrebbe tornare a giocare in Argentina? E' un desiderio che ho coltivato fino a qualche anno fa, perché mi sarebbe piaciuto vincere, non tanto con la nazionale argentina, ma con la mia squadra del cuore per cui ho giocato in diversi campionati, arrivando sempre solo in finale. Credo ora sarebbe difficile, perché gli impegni di lavoro che ho qui non mi permettono di portare avanti quel progetto là.

6. Ripensando alla sua storia sportiva, ha giocato in diverse squadre e raggiunto importanti traguardi e riconoscimenti. da alcuni anni è anche allenatore. Immaginiamo che la sua giornata sia molto intensa. Le piace di più giocare o allenare? Bella domanda. Quando si fa qualcosa per passione, non è importante il ruolo che si riveste. Ci metti tutto te stesso. Io ho passione per lo sport, non ho preferenze tra essere giocatore o allenatore: sto bene in tutte e due le vesti. Sin da quando ero piccolo, nel gioco sono stato un punto di riferimento per i miei compagni e il

....Oviedo (continua)

mio allenatore... quindi anche quando giocavo ho sempre coltivato l'allenatore che è in me!

7. Sportivamente parlando, ha avuto dei momenti difficili, in cui magari ha pensato di non farcela? Sinceramente, nella vita non ho mai pensato di non farcela. Fin da piccolo, grazie agli insegnamenti che ho ricevuto in famiglia, a scuola e dalle persone care, ho imparato a coltivare pensieri positivi e quindi per me l'idea di "non farcela" non esiste...

8. Come si sente prima di una partita? Ha qualche portafortuna o rito che ripete prima di una competizione? Non sono superstizioso. Ho solo l'abitudine di portare sempre il mio numero, il 10, a cui sono affezionato. I sentimenti prima e durante una partita dipendono molto dalla serenità con cui si gioca. Di solito ci sentiamo più a nostro agio nelle cose che ci piacciono e ci fanno stare bene, un po' come a scuola... no?

9. Come si allena? Settimanalmente mi alleno sei giorni su sette, oltre a giocare la partita. Per uno sportivo, come per un musicista o una ballerina, è fondamentale mantenersi e cercare di migliorarsi costantemente e con passione. Per fare allenamento ci vuole passione, non si stanno a contare le ore....

10. E' attento alla sua alimentazione e allo stile di vita? Sono due cose diverse, ma che devono viaggiare abbinate. L'alimentazione è fondamentale, non solo per lo sport, ma per la vita in generale. Bisogna mangiare di tutto. Ad esempio per competere ad alto livello e alla mia età, mangiare in modo sano conta al 120%! Anche lo stile di vita è importante: se stai bene e ti senti in forma, tutto funziona meglio.

11. Quale consiglio darebbe a un giovane che vuole iniziare a giocare? Gioca, divertiti. Vivi bene, con passione e con voglia di fare. Non importa se inizi da bambino o da adolescente, perché puoi fare strada e arrivare ugualmente lontano.

L'importante è metterci cuore e impegno.

12. Come era da piccolo? Io vengo da un paese, l'Argentina, in cui lo sport conta tantissimo. Anche in famiglia, mio padre ci ha sempre incoraggiato a muoverci, a fare... a essere dinamici e impegnati in qualcosa.

13. Come andava a scuola? Sempre bene. Soprattutto mio padre, controllava spesso la nostra preparazione. Per esempio anche durante il pranzo ci interrogava sulle tabelline e se non le sapevamo.... ci rimandava a studiare! Dopo cena, la sera, facevamo insieme un'ora di lettura e si parlava tanto. Per fare sport, dovevamo andare bene a scuola. Se non era così, nei voti ma anche nel comportamento, niente sport! Questa era la regola e noi lo sapevamo!

14. Ha tempo per coltivare qualche hobby? Sì, ma ci vuole disciplina anche in questo, perché non si possono alterare i ritmi e gli orari della propria vita. Limitatamente al poco tempo libero che ho, mi piace leggere, informarmi, arricchirmi culturalmente. E' fonte di benessere per me. Come anche essere qui oggi con voi, e parlare serenamente e con spontaneità.

15. Come persona, che cosa le ha dato l'hockey? Mi ha dato tantissimo, lo sport mi ha allenato alla vita e alla disciplina. Quando ero piccolo, dovevo arrivare ad allenamento con tutte le cose in ordine, essere sempre pulito, puntuale, arrivare con un po' di anticipo per "fare spogliatoio" con i miei amici... Tutto questo lo chiedo anch'io oggi ai miei allievi. La famiglia, lo sport e la scuola sono state fondamentali per costruire la mia persona.

16. Che cosa le manca dell'Argentina e che cosa le piace particolarmente dell'Italia? Dell'Argentina mi manca tanto poter condividere la mia quotidianità con la mia famiglia d'origine, in particolar modo con mio padre, visto che mia madre è mancata diversi anni fa. Parlo molto al telefono con loro, ma non è la stessa cosa. Dico questo anche se qui ho la mia vita, una compagna e la sua famiglia… e sono felice.

Dell'Italia mi piace molto l'organizzazione che c'è in tutto.... cosa che invece manca alla mia terra!

Amo l'Italia quasi quanto l'Argentina.

NOVALE'S KARMA a cura della prof.ssa C. Lora e della 3^D

Noi alunni delle classi terze, durante la "Settimana dello sport", abbiamo avuto modo di partecipare a una breve lezione di yoga tenuta da due grandi maestri, Giovanni Asta e Paola Rossato.
Per iniziare ci hanno detto che la parola yoga deriva dal sanscrito, un'antica lingua parlata in India, e significa "unione"; nella terminologia delle religioni dell'India con questo termine si indicano in modo generico le pratiche meditative.

La prima grande opera che ha descritto lo yoga e le sue tecniche è stata lo Yoga Sūtra, scritto da Patañjali. In quest'opera vengono illustrati gli otto stadi che il praticante dovrebbe progressivamente raggiungere nel suo cammino di perfezionamento.
Questo cammino si basa sul pacifismo, sulla sincerità, sull'onestà, sull'autodisciplina, sullo studio delle scritture sacre; sono importantissimi, poi, sia il controllo della postura (Asana) e della respirazione (Pranayama), sia la ricerca della concentrazione (Dharana) e la meditazione (Dhyana). Tutto ciò si ottiene mediante esercizi appropriati, alcuni dei quali ci sono starti mostrati durante l'incontro.
Anche se è molto difficile spiegare in poche righe cos'è lo yoga, ci sembra importante ricordare che la sua pratica, oltre a contribuire al benessere fisico della persona, aiuta a concentrarsi e ad affrontare la vita quotidiana con più tranquillità e serenità, quindi potrebbe essere utile anche a noi studenti per gestire meglio i nostri impegni scolastici ed extrascolastici.

Un ultimo concetto che ci ha colpito è quello del ***Karma*:** significa, per semplificare, che tutto ciò che dai agli altri prima o poi tornerà indietro, che ogni gentilezza o sorriso prima o poi saranno ricompensati (ed anche "i calci" che daremo ci saranno restituiti!).

E' un messaggio molto importante, di cui tutti noi dovremmo tener conto, e chissà che qualcuno, anche grazie a questo incontro, decida in futuro di dedicarsi a questa disciplina così affascinante!

Sara & Giada

BASKIN AL PALALIDO! A cura della prof.ssa L. Ruffoni

Il 2 marzo, all'interno della settimana dello Sport, è stata organizzata una splendida manifestazione di Baskin, il nuovo sport ad alta inclusività nato da una costola del basket. Diverse squadre degli Istituti Comprensivi di Valdagno e alcune cooperative sociali si sono date appuntamento al Paladido per due ore di gioco "senza confini".
Secondo il parere dell'arbitro esterno, pur nella rivalità tra le due scuole, i giocatori sono stati tutti in gamba! Coloro che portavano le magliette con i numeri 4 e 5 (ovvero i giocatori più esperti) sono stati molto bravi soprattutto a far partecipare i ruoli 2 e 3, accelerando e vivacizzando il gioco, usando i canestri intermedi. Attivo, vivace ed allegro anche l'arbitraggio a tavolino e la gestione dei punteggi, affidati ad alcuni insegnanti di sostegno delle due scuole ed aiutati dal simpatico Lorenzo. Le tribune hanno tifato le rispettive squadre in modo educato, applaudendo le azioni più importanti e motivando così i compagni in gioco! Bella giornata!

Pensieri in libertà della 1^B!

A cura della prof.ssa A. Ceolato

Mi è piaciuto molto incontrare Juan Oviedo nella nostra scuola. Io l'avevo già conosciuto alle scuole elementari e quando l'ho rivisto sono rimasto entusiasta. Ascoltandolo ho capito quanto impegno e quanta passione abbia per l'hockey. Inoltre ho percepito la gioia, la passione e la fiducia che nutre verso i suoi allievi. La parte più bella è stata quando abbiamo provato a giocare, mentre lui ci osservava e ci aiutava. L'esperienza è stata spettacolare e, se potessi, la rifarei un'altra volta! (Giovanni)

Con Oviedo mi sono divertito molto quando abbiamo fatto gli esercizi con la stecca e la pallina. È stato bello quando il nostro compagno Andrea, suo allievo, ci ha mostrato i vari tipi di frenata e degli esercizi con la pallina. (Alberto)

Ho trovato l'incontro molto interessante. Secondo me lui è una persona spontanea, solare e un bravo insegnante. Ha molta pazienza con i suoi allievi e infonde loro la passione e la voglia di vincere. Gioca benissimo ed è una persona fantastica! (Matilde)

Penso che Juan sia un uomo molto gentile, educativo e soprattutto un ottimo giocatore. Durante il suo intervento mi sono divertito un mondo e mi è venuta la voglia di giocare a hockey! Per questo lo ringrazio tanto per quello che ha detto! (Salvatore)

Durante le giornate dedicate allo sport abbiamo conosciuto un campione mondiale di hockey su pista, che gioca nel ruolo di portiere. Il suo nome è Juan Oviedo, è argentino e gioca nel Monza. Ci ha spiegato come si gioca e poi ci ha raccontato un po' della sua vita. In seguito ha risposto alle nostre innumerevoli domande con sincerità. Ho capito quanto ama lo sport e quanta passione ci mette. Ho ascoltato molto attentamente anche perché è il mio allenatore e ne vado fiero. (Andrea)

IL NON-VIOLENTO E‘ SICURO DI VINCERE, PERCHE‘ HA GIA‘ VINTO LA PAURA.

Intervista al maestro di Ju Jitsu Giammarco Giusto a cura della prof.ssa P. Satariano e della 2^D

Salve maestro Giusto, grazie per averci dedicato questa intervista!

1. Ci parli un po’ di lei, com’è entrato nel mondo delle arti marziali? Da quanti anni le pratica?
Sono entrato nel mondo delle arti marziali da piccolo perchè, già da allora, mi affascinavano i principi e le regole che vi stanno alla base. Inoltre, provengo da un'esperienza militare che ha in comune con le arti marziali i principi del rispetto e della gerarchia.

2. Cos’ha il Ju Jistu, secondo lei, che le altre arti marziali giapponesi non hanno?
Il Ju Jitsu è la madre delle arti marziali giapponesi. Dal Ju Jitsu sono nate tutte le altre discipline: il Judo, l'Aikidō, il Karate e tante altre forme di combattimento contem-poranee come l'MMa. Se poi vogliamo mettere a confronto il Giappone e la Cina, come anta-gonista del Ju Jitsu si potrebbe annoverare il Kung Fu.

3. Il Ju Jitsu è un'arte marziale che si fonda sul detto "il morbido vince il duro". Quale significato ha questo motto?
In molte arti marziali, oltre all'equilibrio del corpo, conta molto anche la forza di cui si dispone: nel Ju Jitsu, invece, la forza della quale si necessita proviene proprio dall'avversario; più si cerca di colpire forte, maggiore sarà la forza che si ritorcerà contro. Il principio di base, quindi, sta nell'applicare una determinata tecnica proprio nell'ultimo istante dell'attacco subìto, con morbidezza e cedevolezza, in modo che l'avversario non si accorga di una difesa e trovi davanti a sè il vuoto.

4. Quali sono i valori morali di un praticante di arti marziali?
Il valori di chi pratica arti marziali sono valori importanti anche nel quotidiano; è infatti importante vivere ogni giorno rispettando se stessi e gli altri, vivere con determinazione, con umiltà, con autocontrollo; tutti valori che, se ben appresi e interiorizzati, ci possono rendere delle persone equilibrate, sane e complete. Chi pratica arti marziali acquisisce gradualmente, attraverso la pazienza e la disciplina, tali valori che sono alla base del vivere civile.

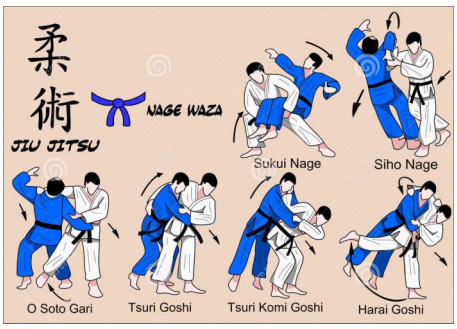
5. Cosa le trasmette fare arti marziali e insegnarle ai giovani?
Insegnare ai giovani mi dà tanta soddisfazione.
Soprattutto, mi dà gioia veder crescere quei bambini che iniziano con noi a sette anni. Proprio

quest'anno, gareggiando a livello nazionale, siamo stati apprezzati anche da altre società che ci hanno fatto i complimenti per la disciplina e il rigore che i bambini, durante le gare, hanno dimostrato verso i propri avversari. Le arti marziali infatti insegnano il silenzio, la dignità, l'ubbidienza, il rispetto nei confronti dei compagni, del maestro e del mondo. Insegnano a muovere il corpo e a sopportarne l'immobilità.
Inoltre, l'allievo si posiziona "in basso" nei confronti del maestro e questa attitudine reverenziale è una parte essenziale dell'apprendimento. Senza il rispetto nei confronti della disciplina, del maestro e del luogo, non c'è evoluzione possibile. Dal rispetto scaturisce naturalmente la gratitudine per gli insegnamenti ricevuti.
Purtroppo, sempre più spesso sono i genitori stessi, a scuola o nello sport, a sminuire insegnanti ed educatori, opponendosi alle misure prese da essi nei confronti dei propri figli. In questo modo si mina il rispetto verso l'autorità, incoraggiando il bambino a non sottostare alle regole, a ribellarsi fin dalla più tenera età, facendolo sentire al di sopra di tutto. Provo, dunque, una enorme soddisfazione quando mi accorgo di avere trasmesso ai miei allievi i valori in cui credo.

6. Perché una persona dovrebbe fare arti marziali e a chi le consiglierebbe?
Le arti marziali fanno bene a tutti e a qualsiasi età perchè, come è stato detto fin'ora, consentono di acqui-sire maggiore sicurezza in se stessi, aiutano a far crescere la propria autostima, migliorano notevol-mente la concentrazione in tutti gli aspetti della vita e anche negli studi. Fate conto che un bambino che inizia a praticare il Ju Jitsu, per ottenere la cintura nera, deve imparare all'incirca trecentocinquanta tecniche l'una diversa dall'altra.
Ciò rinforza le capacità di apprendimento e di memorizzazione. Ecco perchè io consiglio la

pratica di una disciplina marziale in quanto questa può avere grandi ricadute sul rendimento scolastico.

7. Praticare le arti marziali puo' essere una soluzione per contrastare il bullismo? Sì, certamente. Quando s'impara un'arte marziale, una regola è chiara sin dall'inizio: le tecniche apprese verranno utilizzate per difendersi e mai per aggredire. La non-violenza ha come condizione irrinunciabile la capacità di battersi. In combattimento ci vogliono due persone e la resistenza è necessaria all'aggressore ed è ad essa che questi s'aggrappa. Se reagisco alla violenza con la violenza s'innesca un meccanismo senza via di fuga. Si può fare l'esempio dell'animale che quando viene aggredito e ferito tenta di aggredire a sua volta finchè non viene ucciso. Il Ju Jitsu, così come altre discipline affini, permette al praticante di rinforzare non solo il corpo, ma anche la mente. Si lavora sull'arte del combattimento per renderlo superfluo.
Le arti marziali non servono, dunque, per contrastare l'aggressione, ma per smorzarla. La vittima di bullismo potrà quindi apprendere a non temere lo scontro perchè avrà vinto la paura e saprà come evitare l'aggressione: " il non-violento è sicuro di vincere, perchè ha già vinto la paura".
Chi pratica arti marziali è una persona capace di provare rispetto, umiltà e gratitudine e per questo andrà sempre incontro alla vita a testa alta. Saprà rispettare gli altri e farsi rispettare, e difficilmente diventerà un bullo.



E' il momento del QUIZ

CHI E' L'ATLETA INTERVISTATO NELLA FOTO?

A) Cristiano Ronaldo
B) Usain Bolt
C) Andrea Schwarzenegger

E ora.... si balla! **Lezioni di danza moderna alla scuola media!** Del prof. A Ramanzin

Momenti di espressione e liberazione corporea, nonché divertimento con la danza moderna.

Le istruttrici del *Progetto Danza* di Cornedo hanno intrattenuto per due ore i nostri ragazzi insegnando per prima cosa semplici passi per organizzare una facile coreografia di gruppo, per poi passare a momenti di improvvisazione in cui i ragazzi esternavano il proprio senso del ritmo e la espressività corporea. Per alcuni più intraprendenti... anche improvvisazioni acrobatiche di break dance!

Il gruppo si è lasciato guidare: all'inizio qualche momento di rigidità da parte di alcuni alunni di prima media che consideravano la danza un'attività non adatta ai maschi, ma ben presto gli stessi si sono sciolti e hanno iniziato a divertirsi. Piena accettazione e divertimento anche da parte di alunni e alunne di seconda e terza. La bella musica e l'abilità delle istruttrici hanno sopperito alle difficoltà derivanti dall'elevato numero di allievi presenti contemporaneamente in palestra portando a buon fine l'esperimento e lasciando tutti soddisfatti e divertiti!

Il Ciclo Clud Novale fa tappa nella nostra scuola! *Di Lo Magno Giannantonio*

Il Ciclo Club Novale, realtà associativa operante in loco sin dal 1984, si è proposta di promuovere fra gli studenti l'attività ciclistica. Il Club organizza ogni anno anche attività (pedalate e gimkane) destinate ai più giovani sempre molto partecipate.

Il 4 marzo scorso, nell'ambito delle giornate dedicate allo sport, l'Associazione si è proposta alla Scuola Media di Novale allestendo appositamente all'interno della stessa 9 distinte postazioni, presidiate da uno o più istruttori ciascuna, nelle quali il ciclismo è stato presentato, ad ogni singola classe, in tutti i suoi aspetti: dalla descrizione delle biciclette (strada e mountain bike) e le tecniche di guida, all'abbigliamento tecnico per tutte le stagioni; dalle operazioni di piccola manutenzione, all'alimentazione e alla preparazione atletica per le gare.

L'iniziativa, a giudicare dalle numerose domande che sono pervenute agli addetti durante le varie presentazioni, risulta avere incontrato il favore degli studenti. L'auspicio del Club è che l'attività promossa possa avere sensibilizzato anche i più giovani, cercando di avvicinarli a questa disciplina.

CARI RAGAZZI,
VI ANDREBBE DI INIZIARE A SCRIVERE UN GIORNALINO D'ISTITUTO?
SE LA VOSTRA RISPOSTA E' SÌ....

... FATECELO SAPERE!

(BECAUSE YES IS MORE FUN THAN NO)

Grafica a cura del prof. N. Campagnuolo