

Conciliare studio e sport? Ecco la scuola superiore pensata ad hoc per i giovani atleti.

L'Istituto Milano dal 2001 promuove un'offerta formativa dedicata agli studenti impegnati in attività agonistiche extrascolastiche. Consapevole che anche lo sport contribuisce alla crescita personale, la mission dell'istituto è capitalizzare il minor tempo a disposizione sui libri con un percorso scolastico di qualità.

Mens sana in corpore sano, dicevano gli antichi Romani, consapevoli di quanto fossero importanti e al tempo stesso interdipendenti, per la formazione di un individuo, sia l'esercizio delle proprie facoltà mentali che quello delle proprie abilità fisiche. Eppure quante volte i genitori di oggi si sono trovati davanti a un bivio, nel momento in cui hanno dovuto scegliere il percorso formativo migliore per i propri figli: rinunciare alla scuola calcio per consentirgli di studiare sui libri oppure sacrificare la qualità del percorso scolastico e scommettere sul loro potenziale sportivo? Tuttavia, la soluzione per conciliare entrambi gli aspetti - mente e corpo, studio e sport - esiste.

L'Istituto Milano (www.istitutomilano.it), fondato nel 1976 dalla dottoressa Attilia Ferrari e da sempre attento alle dinamiche della società, è una scuola paritaria che dal 2001 ha previsto un percorso formativo ad hoc per i giovani atleti. Qui hanno studiato, tra gli altri, Mario Balotelli, Federica Pellegrini, Leonardo Bonucci, Mattia Destro e Federico Bonazzoli, per citarne alcuni. Abbiamo intervistato la Dottoressa Monica Mesce, direttrice dell'Istituto,

Com'è nato il progetto "sportivo"?

È nato nel 2001, con il patrocinio della FC Internazionale. Il nostro istituto superiore prevede due indirizzi: il Tecnico ed Economico e il Liceo delle Scienze Umane.

La nostra mission è quella di conciliare i due aspetti della vita di un giovane atleta: sport e scuola. Non si tratta di farlo studiare di meno, ma sfruttare al meglio il tempo scolastico, per lasciargli poi anche la possibilità di allenarsi. Per questo abbiamo pensato a un piano di lezioni concentrato la mattina, lasciando il pomeriggio più libero

dai compiti.

La legge Di Centa aveva già provato a incentivare i giovani atleti.

Vero. Infatti ora qualsiasi scuola è tenuta a giustificare un'assenza sportiva. Ma nella scuola tradizionale diventa comunque sempre difficile trovare tempo per lo sport. Un allievo che chiede un permesso di venerdì perché dovrà fare il weekend in ritiro con la propria squadra di calcio, non è sempre ben visto dai professori e dai coetanei. Quante volte si sarà sentito dire dagli stessi compagni di classe: "Vai a divertirti mentre noi studiamo". Noi invece non solo giustifichiamo il ragazzo, ma lo incoraggiamo e lo supportiamo nel suo doppio impegno, scolastico e sportivo.

Come cambia l'offerta formativa rispetto a un Liceo dello Sport?

Se il Liceo dello Sport è un liceo dove gli alunni appassionati di discipline sportive possono praticarle e studiarle all'interno dell'orario scolastico, il nostro è invece il liceo *degli sportivi*, ovvero per tutti quei ragazzi che hanno già scelto un'attività fisica, che praticano al di fuori della scuola, magari anche ad alti livelli, e hanno invece bisogno di una struttura che permetta loro di sfruttare al meglio il tempo sui libri.

Ci dica qualcosa a proposito degli insegnanti.

Abbiamo un corpo docenti giovane, dinamico. Tutti gli insegnanti hanno frequentato il corso di formazione per DSA. L'attenzione all'alunno come persona è fondamentale per noi.

Dall'anno scorso avete introdotto anche la figura del mental coach.

Abbiamo creato una sorta di "sportello" ad hoc, che abbiamo chiamato "palestra di coaching". Qui i nostri allievi possono confrontarsi con il mental coach Giovanni Sebastiano Cozza (53 anni, coach da 21 anni ed esperto nella rimozione rapida dei blocchi emotivi, www.miglioramenti.it) e approfondire alcuni aspetti della propria personalità per migliorare il loro approccio allo studio e allo sport.

Un esempio pratico?

Appena lo sportello "palestra di coaching" è partito, abbiamo proposto ai nostri allievi

un questionario, per comprendere quali fossero le loro esigenze e le loro aree di interesse. Il 62% di loro ha evidenziato di voler migliorare la propria autostima. Credere in sé stessi è fondamentale per riuscire nei propri obiettivi scolastici e sportivi, così come nella vita. Il mental coach li ha quindi aiutati a tirare fuori il meglio di sé, utilizzando strategie che si possono ritrovare anche nello sport: motivazione, senso di appartenenza, e via discorrendo.

Come si inserisce il mental coach all'interno della scuola?

Oltre a confrontarsi con i ragazzi, il mental coach dialoga con gli insegnanti. In questo modo, anche i docenti possono trarre beneficio dal lavoro di coaching svolto con i ragazzi. Tengo però a precisare che la figura del mental coach è a libera scelta dell'alunno.

La vostra scuola è frequentata solo da sportivi?

Assolutamente no. Ci sono tanti allievi che, pur amando lo sport, non praticano alcuna disciplina a livello agonistico, ma hanno scelto la nostra offerta formativa consapevoli del fatto che gli sbocchi professionali futuri sono diversi. Anche per chi non diventerà atleta. All'interno del piano di studi, abbiamo inserito materie quali Scienze dell'Alimentazione, Fisiologia, Medicina Sportiva. In entrambi i licei si studiano due lingue straniere. Perciò, anche l'allievo che vorrà continuare gli studi all'università, potrà scegliere più di una facoltà di studi consapevole di avere già solide base sulle future materie d'indirizzo.

Silla Gambardella

www.scriverepercomunicare.it