

(28-02-2013) - Basilicata, POTENZA città -

Coso di karate per le studentesse al "Nitti" di Potenza

Nella scuola potentina partita quest'anno una iniziativa davvero singolare

Un'iniziativa davvero molto interessante che avvalora il processo formativo dello studente attraverso una pratica periodica e costante nello sport. Presso l'Istituto Tecnico Economico " Francesco Saverio Nitti – Giovanni Falcone" di Potenza è stato avviato per il corrente anno scolastico un progetto denominato «Diventa Cintura Rosa», un corso di karate aperto a tutte le studentesse, finalizzato alla promozione delle attività motorie in ambito educativo. Il corso che si inserisce perfettamente nelle nuove linee guida della scuola moderna, il cui processo di formazione oggi non può prescindere dalla pratica sportiva, è aperto a tutti gli studenti della scuola, compresi quelli della sede aggregata del Professionale " G:Racioppi". Esso si articola in 18 incontri pomeridiani tutti i venerdì presso la palestra dell'istituto ed è tenuto da un esperto esterno specializzato, il maestro di karate Sandro Cafaro.

Le ragazze dell'istituto – spiega in una nota il responsabile dell'area comunicazione della scuola – sono impegnate in corsi di difesa personale femminile che si basano sulle tecniche esclusive dell'arte marziale che tengono in debito conto la preparazione psicologica, la valutazione e la prevenzione delle situazioni a rischio, aspetti questi che sovente vengono sottovalutati e trascurati. Il maestro Cafaro nelle sue lezioni cura una parte psicologica, nello specifico il rapporto tra soggetto aggredito e soggetto aggressore, la gestione delle emozioni e le componenti della paura oltre ad una parte teorica con approfondimenti in materia di anatomia del corpo umano e di analisi dell'ambiente. Infine sono analizzati e messi in pratica le tecniche di difesa da prese, da pugni ed a terra.

«Si tratta di una esperienza molto interessante che ci aiuta a crescere – sostiene Rosa Pascaretta che frequenta il terzo anno del professionale Racioppi- siamo impegnate ad apprendere l'immediatezza e la semplicità della reazione in una situazione di pericolo. In questo corso non ci vengono insegnati i soliti pugni o calci coreografici. Il maestro-prosegue l'allieva – ci illustra anche come affrontare il confronto verbale con l'ipotetico aggressore perché ogni donna ha non solo il diritto ma, soprattutto, il dovere verso se stessa di difendersi da chi vuole usarle violenza».

L'iniziativa, assolutamente nuova nel panorama scolastico cittadino, è rivolta anche agli allievi disabili che provano costantemente una sensazione di debolezza e vulnerabilità legata alla diminuita capacità di movimento. «Il maestro Cafaro -aggiunge un'altra allieva- ci ha insegnato come sfruttare il vantaggio di avere un baricentro basso e come utilizzare certe semplici mosse per disorientare un eventuale aggressore e guadagnare spazio. Il tutto -conclude la studentessa- ci fa sentire interiormente più forti e più sicure nelle varie attività, in quanto ci consente di vincere dal punto di vista psicologico la paura».

Questo corso di autodifesa, organizzato dalla Istituto Tecnico Economico F.S.Nitti, ha trovato il supporto dei fondi della Provincia di Potenza nell'ambito del Piano Regionale Triennale 2011/2013 e nella sua valenza formativa mira al consolidamento di quelle abilità di autodifesa utili per camminare a testa alta ed a sentirsi più forti nell'affrontare eventuali male intenzionati. Iniziative di questo tipo – come sottolinea ancora la nota della scuola – riescono a saldare sempre meglio con il contesto territoriale di riferimento le offerte formative scolastiche lasciando alla scuola il ruolo di insostituibile punto di riferimento per la crescita e lo sviluppo sociale.

mariolatronico@giornalelucano.it

si ringrazia l'Area Comunicazione dell'Istituto Nitti di Potenza e il Docente Prof. Latrofa Giovanni