

Corpo, educazione e movimento: un apprendimento in azione e relazione

DANIELA MAGGI

Università del Salento

danielamaggi14@gmail.com

Riassunto:

Il corpo è da sempre un mediatore della conoscenza e svolge questo ruolo attraverso il movimento e tutti i suoi sensi. Tale ruolo è cruciale nel processo di apprendimento diventandone un facilitatore. Il corpo in azione è un corpo che entra in relazione con l'ambiente circostante e con gli altri corpi. I significati sono vissuti attraverso il corpo e acquisiti attraverso l'azione. Emerge la necessità di una visione euristica plurale che diviene lo sfondo di nuovi e innovativi modelli didattici.

Abstract:

The body has always been a mediator of knowledge and plays this role through movement and all its senses. This role is crucial in the learning process by becoming a facilitator. The body in action is a body that enters into relationship with the surrounding environment and with other bodies. Meanings are experienced through the body and acquired through action. The need for a plural heuristic vision emerges, which becomes the background of new and innovative teaching models.

Parole chiave: corpo, movimento, azione, apprendimento, relazione didattica.

Keywords: body, movement, action, learning, didactic relationship.

1. Un eccezionale mediatore didattico: il corpo

La premessa di un discorso che voglia guardare al ruolo del corpo nei processi di insegnamento-apprendimento non può che passare dal sottolineare che il corpo è un mediatore della conoscenza, è un corpo in costante movimento e utilizza tutti i suoi sensi. È essenziale concepire come cruciale il ruolo del corpo nei processi di apprendimento. Il corpo diviene strumento, facilitatore e mediatore didattico. Emerge con forza la necessità di avere una visione euristica plurale che riconosca e giustifichi la centralità della funzione corporea del fenomeno didattico. Nel periodo attuale, in cui i corpi sono limitati in alcuni spazi e le relazioni con l'altro sono costrette ai minimi termini, non si può dimenticare che i significati sono sempre e comunque vissuti dal corpo e acquisiti attraverso l'azione. Alla dimensione corporea appartiene un insieme di risorse costituenti i processi di comprensione (immaginazione, esperienza, razionalità) e così è il corpo a supportare in maniera idonea i processi di apprendimento (Piccinno, 2019).

Affermando che il corpo è un mediatore didattico diviene opportuno specificare che ogni mediatore si relaziona a una dimensione specifica della sensorialità, esprimendo un peculiare modo di conoscere il mondo secondo una specifica forma di intelligenza (Gardner, 2016). Abbiamo esperienza della realtà soltanto attraverso il corpo e l'ambiente esterno ci impressiona perché investe il nostro corpo e tocca i nostri sensi (Lowen, 1984). Risulta evidente una logica costruttivista e un riferimento alla teoria dell'*embodied cognition* per poter guardare al corpo

attraverso la percezione e l'azione. Così facendo l'apprendimento può essere esperienziale (Varela, Thompson, Rosch, 1991).

Noi non siamo il nostro cervello e la cognizione nasce dall'esperienza vissuta tra l'esperienza soggettiva del corpo nell'ambiente e le nostre radici biologiche. È proprio sul corpo che è basata la cognizione autonoma. Partendo dalla storia delle diverse azioni che compongono l'essere nel mondo si ha la congiunzione di un mondo e di una mente, cioè ciò che per la teoria dell'enazione è la cognizione (Rossi, 2007).

Il corpo diviene, secondo Gardner, il ricettacolo del senso individuale di sé, dei propri sentimenti e delle aspirazioni più personali ed è in questa corporeità che si ritrova la funzione di accesso per la costruzione della conoscenza. Si parla infatti di corporeità didattiche quando il corpo in azione diviene un facilitatore di apprendimento, un mediatore didattico che mira a raggiungere un apprendimento che sia significativo (Sibilio, 2011). Diviene utile trasformare l'esperienza ordinaria del corpo in azione in una esperienza di flusso. Il corpo è in un processo di apprendimento anche come corpo in uno stato di flusso e come un corpo strettamente connesso a una personalità autotelica (Csikszentmihalyi, 2011).

Tanti sono i termini, i concetti e le teorie che ruotano intorno al costrutto di Corpo: facilitatore di apprendimento, processi cognitivi inarcati, corpo ed emozioni, attivismo, nodo di significati viventi, gioco, educazione motoria, relazione corpo docente/discente, mediatore didattico, neuroscienze e su ognuna sarebbe necessario concentrarsi.

Pur ponendo attenzione sul concetto di corpo è possibile ampliare il nostro discorso osservando il corpo in movimento in contesti non formali, quali ad esempio il gioco e lo sport. Allo stato dell'arte vi è un forte interesse in diversi settori disciplinari, in particolare per gli aspetti storici e socio-antropologici legati allo sport, per il concetto di corpo (ad esempio dalla filosofia e dalla pedagogia del novecento), per i differenti modi di intendere le attività motorie e sportive considerate attività salienti per l'apprendimento e per lo sviluppo di capacità relazionali, cognitive ed emotive oltre che sugli aspetti concernenti la socializzazione, la valenza etica, civile e democratica conferita allo sport. Il punto di partenza è una presa d'atto che corpo, educazione, movimento, sport e anche salute siano termini che intersecano fasci semantici distinti che hanno trovato sistemazione in alcuni quadri teorici ben precisi, quali: l'actiologia, la psicomotricità, la praxiologia, la sociomotricità, la pedagogia del corpo e la pedagogia dello sport. Si evince la necessità di un attento e critico esame della letteratura e delle buone prassi (Maggi, 2017)

Di conseguenza, si desume l'urgenza di una formazione che contempi una visione sistemica di corpo in movimento e di sport.

Un corpo in movimento, sia in una classe, sia in un campo sportivo svolge un'attività che ha carattere di apprendimento attivo e dell'imparare facendo dando vita a un laboratorio didattico. Il laboratorio non è tale ma si fa tale in ragione della qualità dell'attività.

È essenziale che un modello d'insegnamento-apprendimento che abbia alla base il corpo in azione e in movimento sia un modello fondato sulle competenze del docente/educatore/allenatore e su una specifica concezione di apprendimento, oltre che su una progettazione pedagogica e strutturale dell'ambiente in cui gli attori sono

immersi. Ricopre grande rilievo la relazione di reciprocità (Maggi, 2017). Pur guardando al corpo in movimento durante un'attività didattica i contenuti prevalenti non saranno di tipo motorio o incentrati sulle caratteristiche della motricità, ma sui contrassegni dell'identità personale e dell'identità sociale. Un modello didattico incentrato sul corpo in azione e sulla relazione tra docente/discendente dovrà focalizzarsi su alcuni metodi e strumenti: comunicazione, osservazione sistemica, ascolto attivo, osservazione dei ludemi (prassemi e gestemi) (Parlebas, 1997), il modello del *flow* (Csikszentmihalyi, 2011), valutazione ex-ante, in itinere ed ex-post e tanto altro ancora.

2. Un corpo vivente

Dewey (1967) affermava che “l'ideale di adoperare il presente unicamente come preparazione al futuro in sé è contraddittorio. Noi viviamo sempre nel nostro tempo e non in un altro e soltanto estraendo in ogni momento il pieno significato da ogni esperienza presente ci prepariamo a fare altrettanto nel futuro”.

Apprendendo dall'esperienza l'individuo conosce interagendo con il mondo esterno elaborando attivamente idee, sfruttando il tempo presente. Il coinvolgimento dei sensi e l'esperienza influenzano in modo importante. Questa è la base della metodologia didattica del *learning by doing*, dell'imparare facendo che è applicabile in tutti i campi della conoscenza umana e porta ad un apprendimento significativo.

In aiuto al nostro discorso vi è anche l'assioma della bioenergetica: ciò che una persona sente veramente è il suo corpo, non può percepire l'ambiente che la circonda se non attraverso l'azione che questo esercita sul suo corpo.

Tutte le sensazioni sono percezioni corporee e se il corpo di una persona non reagisce all'ambiente non sente nulla. Una funzione della sensazione è l'autoconsapevolezza, che è la somma di tutte le sensazioni del corpo provate contemporaneamente. Grazie all'autoconsapevolezza una persona sa chi è. Ad esempio una persona che non sente le proprie gambe manca del senso di sicurezza perché non ha la percezione che sono le gambe a tenerla in piedi e sente il bisogno di qualcuno o qualcosa che la sorregga. (Lowen 1984, pp. 44-46).

Ogni esperienza di apprendimento dovrebbe essere anche basata sul divertimento e sulla felicità, tale esperienza è caratterizzata da una sensazione fisica di piacere. È proprio questo piacere che fornisce la motivazione e l'energia per un approccio creativo alla vita. Nonostante il fatto che la cultura moderna sia più orientata sull'Io che sul corpo, con il risultato che il potere è divenuto il valore primario più che il piacere, divenuto valore secondario, è nelle attività di apprendimento formali e non formali che si dovrà insistere su tale logica: il piacere del corpo è la fonte da cui scaturiscono tutti i nostri pensieri e i nostri sentimenti e ciò porta alla promessa di una vita più creativa. Al contrario se si annulla il piacere fisico di un corpo in azione durante l'apprendimento si induce nell'individuo frustrazione, rabbia e odio, distorcendo la sua maniera di pensare e perdendo il suo potenziale creativo. Il piacere è la forza creativa della vita, le attività didattiche proposte devono essere connotate dalla caratteristica della piacevolezza (Lowen, 1984).

In questo processo di crescita e di apprendimento tutto nasce da un'autoconsapevolezza, cioè una consapevolezza della consapevolezza che altro

non è che il risultato della percezione, la percezione del movimento. Ciò che si percepisce è il movimento dell'organismo che può manifestarsi o meno come spostamento nello spazio, è la percezione di un movimento sia internamente sia di fronte al mondo esterno (Lowen, 2020, p. 30). È sufficiente dire che qualsiasi sensazione, qualsiasi percezione, e a mio avviso qualsiasi apprendimento, dipende appunto dal movimento.

Ogni persona è il proprio corpo, nessuno è nulla al di là del corpo vivente e si pone in relazione con il mondo che lo circonda. È il nostro modo di essere nel mondo e più il corpo è vivo più siamo nel mondo. Persino i sentimenti e le sensazioni di una persona possono essere letti nell'espressione del corpo. Le emozioni sono avvenimenti corporei, sono movimenti e moti interni del corpo che in genere sfociano in un'azione esterna (Lowen, 2021, p. 44).

Partendo dall'assunto secondo il quale l'atteggiamento di una persona verso la vita e il suo stile personale si riflettono persino nel modo in cui si tiene, nel portamento, nel modo di muoversi, è possibile dedurre quanta importanza educativa abbiano i modelli didattici che implicano l'utilizzo del corpo nei processi di apprendimento-insegnamento, in una visione olistica della persona. Infatti per comprendere il corpo vivente dobbiamo scartare le idee di tipo meccanico. Per quanto i meccanismi siano importanti non spiegano del tutto il funzionamento del corpo che è un corpo vivente in quanto ha una mente, possiede uno spirito e contiene un'anima. Il problema in ambito educativo è che riconosciamo a parole il concetto di unità tra mente e corpo, ma non la applichiamo nella vita quotidiana. Se le parole sono il linguaggio della mente, i movimenti sono il linguaggio del corpo.

In conclusione, ancor più in questo periodo di grandi limitazioni in cui per le attività formative è stato necessario alternare attività in presenza e attività a distanza, in cui le attività sportive sono state sospese per tanto tempo e i luoghi di socializzazione sono stati chiusi, è essenziale per la crescita e la sopravvivenza di tutti noi pensare e progettare attività didattiche e opportunità educative, formative, laboratoriali (intese come scritto precedentemente) incentrate sul corpo, in movimento, in azione e in relazione, come principale strumento di apprendimento.

Bibliografia

- Bellantonio, S. (2017). *Il corpo come mediatore didattico: tra cosa si insegna e come si apprende*. *Giornale Italiano di Educazione alla Salute, Sport e Didattica Inclusiva*, Anno 1 n. 4 - ottobre - dicembre 2017, pp. 72-80.
- Cornoldi, C. (1995). *Metacognizione e apprendimento*. Bologna: Il Mulino.
- Csikszentmihalyi, M. (2011). *Fluir*. Barcellona: Debolsillo.
- Dewey, J. (1967). *Esperienza ed educazione*. Firenze: La Nuova Italia.
- Galimberti, U. (1987). *Il corpo*. Milano: Feltrinelli.
- Gardner, H. (2016). *Formae mentis. Saggio sulla pluralità dell'intelligenza*. Milano: Feltrinelli.

Gomez Paloma, F. (2009). *Corporeità, didattica e apprendimento. Le neuroscienze dell'educazione*. Salerno: Edisud Salerno.

Gomez Paloma, F., Ascione A., Tafuri, D. (2016 a). *Embodied Cognition: il ruolo del corpo nella didattica*. *Formazione & Insegnamento XIV – 1 – 2016*, pp. 75-87.

Gomez Paloma, F. et al. (2016.) *Il corpo come mediatore didattico nell'apprendimento della letto scrittura*. *Cantiere aperto, L'integrazione scolastica e sociale*. Vol. 15, n. 3, settembre 2016, pp. 326-341, <https://rivistedigitali.erickson.it/integrazione-scolastica-sociale/it>.

Lowen, A. (1984). *Il piacere. Un approccio creativo alla vita*. Roma. Astrolabio

Lowen A. (2020), *Il linguaggio del corpo*, Milano: Feltrinelli.

Lowen A. (2021), *Bioenergetica*, Milano: Feltrinelli.

Maggi, D. (2017). *L'allenamento oltre la gara. La costruzione dell'uomo*. Tricase: Libellula edizioni.

Maturana, H.R., Varela, F.J. (1980). *Autopoiesi e cognizione. La realizzazione del vivente*. Venezia: Marsilio.

Meraviglia, M.V. (2012). *Sistemi motori, nuovi paradigmi di apprendimento e comunicazione*. Milano: Spinger.

Merleau-Ponty, M. (1942). *La struttura del comportamento*. Milano: Bompiani

Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomenologia della percezione*. Milano: Il Saggiatore.

Naccari, A.G. A. (2003). *Pedagogia della corporeità. Educazione, attività motoria e sport nel tempo libero*. Perugia: Morlacchi editore.

Paparella, N. (2012). *L'agire didattico*. Napoli: Guida.

Parlebas, P. (1997). *Giochi e sport. Corpo, comunicazione e creatività ludica*. Torino: Il Cappello.

Piccinno, M. (2019). *Apprendere e comprendere*. Pisa: Edizioni ETS.

Rossi, P.G. (2007). *Didattica enattiva. Complessità, teorie dell'azione, professionalità docente*. Milano: Franco Angeli.

Sibilio, M. (2011). *“Corporeità didattiche”: i significati del corpo e del movimento nella ricerca didattica*. In Sibilio, M. (2011). *Il corpo e il movimento nella ricerca didattica. Indirizzi scientifico-disciplinari e chiavi teorico-argomentative*. Napoli: Liguori, pp. 47-69.

Varela, F.J., Thompson, E., Rosch, E. (1991). *The embodied mind. Cognitive science and human experience*. Cambridge: MIT Press.