

# Adolescenza, sport, alimentazione: un caso di ricerca azione con strumenti antropologici

**Andrea Cellini,**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2889-0389>

---

**Abstract.** This is a project born from a group of former pro athletes who founded the amateur sports association *Élite Sport Academy*, in order to respond to the development needs of the project's recipients. The project targets students of the age group between eleven and eighteen and its purpose is to accompany the teenagers in their path of growth. In summary, the main object is to help them achieve a stable psycho-physical and aptitude well-being, through a path that includes a healthy diet, exercise and assisted study. During the design phase, the decision-making procedures have hinged on the centrality of the recipients and their families. They were considered both as active subjects and objects of the action promoted. One of the objectives is to make alliances with the people and institutions involved in the educational process of adolescents, meaning school, family and sports society, since these represent the educational community of the subject. During the research work the observation was implemented. Through team meetings a total supervision work was carried out to plan corrections. The relational modalities of the ESA staff in winning the confidence of teenagers have proved to be greatly effective for the task. Finally the publication of the results of the research, extremely positive, consolidated the authority of the ESA staff and the soundness of the project.

**Keywords.** Alimentazione; attività fisica; studio; educazione; apprendimento.

---

L'assenza di un committente pubblico o privato caratterizza l'iniziativa oggetto dell'elaborato che trae invece origine e impulso dal privato sociale: un gruppo di ex-atleti professionisti in varie discipline sportive (rugby e calcio) che, in adolescenza, avevano constatato la personale difficoltà a conciliare lo sport, la scuola e le amicizie. Una volta conclusa la carriera agonistica hanno scelto di rimanere nel campo sportivo dedicandosi al reclutamento e allenamento degli adolescenti, riscontrando le stesse difficoltà incontrate, da atleti, nel conciliare scuola, attività fisica e amicizie. Fondano così nel 2015 l'associazione sportiva dilettantistica *Élite Sport Academy* (d'ora in poi ESA), con l'obiettivo generale della promozione di un sano stile di vita, con l'intento di

supportare gli adolescenti nell'organizzazione dei tempi di scuola, studio e allenamento, cercando di evitare il *drop out*, inteso come abbandono precoce dell'attività sportiva. Lo staff dell'ESA si compone dei seguenti professionisti: Luca Nunziata, educatore con esperienza e responsabile regionale della Federazione Italiana Rugby per la formazione degli allenatori; Giuseppe Currò, preparatore fisico; Andrea Costabile, preparatore fisico e allenatore di rugby; Francesca Simonella, biologa nutrizionista e lo scrivente in qualità di assistente sociale. Ho preso parte all'iniziativa come volontario, partecipando attivamente a tutte le tappe dei processi progettuali e documentandone i passaggi salienti. Successivamente sono stato investito dell'incarico operativo di organizzare e attuare quanto progettato, riguardo al tempo dedicato all'apprendimento.

Questo elaborato si basa principalmente sul concetto di ricerca-azione, che tende a equilibrare il rapporto tra conoscenza (ricerca) e l'applicazione (azione) attraverso un processo ciclico, alternando fasi di conoscenza a momenti d'intervento (Lewin 1946). La conoscenza avviene tramite trasformazione dei saperi in relazione alla riflessione sulla propria pratica e all'agire orientato al cambiamento. Il report di ricerca tende a oltrepassare i limiti di una mera produzione di sapere a beneficio di un pubblico accademico, perché la relazione instaurata con genitori e ragazzi ha permesso la co-costruzione dei dati prodotti in interazione con loro (Biscaldi 2015: 14), in quanto (s)oggetti dell'iniziativa. L'ideazione si sviluppa in un contesto multi-professionale nell'ottica del *cooperative learning*, un metodo di apprendimento condiviso dal gruppo di lavoro, formato da figure professionali diverse (Gobbo 2008; Lamberti 2010). Il lavoro di gruppo è stato molto fruttuoso e facilitato dall'approccio adottato dalle diverse professionalità partecipanti: l'umiltà di non sapere ha fatto sì che ognuno mettesse a disposizione le proprie competenze per l'implementazione del progetto.

Spazi adeguati allo svolgimento delle attività sono stati individuati nella secolare e prestigiosa istituzione Udinese del "Convitto Tomadini", dove ESA è stata accolta e ospitata con curiosità, rispetto e interesse dalla dirigenza del complesso. Utilizziamo il servizio mensa del loro punto di ristorazione, la palestra a corpo libero completa di attrezzature e macchine per la pesistica, oltre alla saletta completa di arredi per le ore dedicate allo studio. Abbiamo avviato una fruttuosa collaborazione con gli studenti universitari ospiti del convitto, per poter sostenere adeguatamente gli allievi in materie specifiche per le quali lo staff ESA non aveva le competenze adeguate.

Le modalità decisionali hanno fatto perno sulla centralità dei destinatari dell'iniziativa e le rispettive famiglie, considerati (s)oggetti attivi del percorso promosso. Per l'individuazione delle azioni da attuare, la prima domanda che ci siamo posti è stata: cosa vuol dire essere adolescenti al giorno d'oggi? Quali le peculiarità che contraddistinguono l'adolescenza? Possiamo affermare che l'adolescenza è un periodo dell'età evolutiva particolarmente complesso e gravoso, caratterizzato da una mancanza di assunzione di responsabilità e da un eccesso di comportamenti a rischio. I cambiamenti fisici e psicologici minano il difficile equilibrio dei ragazzi che si ritrovano spesso soli, confusi e impauriti (Stellato 2009). Il gruppo dei pari in genere aumenta la sua valenza come agenzia di socializzazione a scapito della famiglia e viene preso a riferimento per la trasmissione dei valori (Stellato 2009), determinando talvolta meccanismi distorti di compensazione come i fenomeni di bullismo e cyber-bullismo, incapacità di comunicare e di vivere in modo equilibrato le proprie emozioni (disturbi d'ansia e/o depressivi) con conseguente emarginazione dei più fragili. Per tentare di rispondere a questi

bisogni, abbiamo cercato di strutturare un modello che fungesse da esempio per gli adolescenti, tentando possibilmente di attenuare l'incertezza che contraddistingue questo periodo. La modalità educativa dell'esemplarità risulta la più alta forma di linguaggio pedagogico, poiché comunica al ragazzo non con la forma del sermone, che difficilmente sortisce effetto, bensì tramite testimonianza e concretezza con maggiore capacità di convincimento (Santamaria 2020). Il percorso predisposto è eticamente fondato sul principio dell'educazione come responsabilità sociale, poiché il senso dell'educare è sempre un fatto sociale e riguarda la comunità, il territorio in cui vive il ragazzo, la sua famiglia e le istituzioni pubbliche e private che operano in quel contesto. Concepiamo l'educazione come un processo di socializzazione adattiva e conformativa agli assetti sociali e come processo di formazione della persona, in particolare per educazione s'intende qualsivoglia esperienza che produca apprendimento (Tramma 2015). Scuola, famiglia, società sportiva ed ESA fanno parte della stessa "comunità educante" dell'adolescente, quindi è auspicabile e opportuno riflettere e strutturare insieme un sistema educativo personalizzato che funga da riferimento per il ragazzo. Con il termine "comunità educante" intendiamo tutti i soggetti coinvolti nel processo educativo dei giovani; per la sua "creazione" è necessario e opportuno costruire coalizioni capaci di trasformare i contesti educativi territoriali in comunità educanti attraverso il coinvolgimento e la partecipazione di tutti i soggetti che possono contribuire alla realizzazione degli obiettivi condivisi (Milan 2001). Le sinergie che vengono innescate possono essere osservate come l'espressione dei diritti dei ragazzi: il diritto che gli adulti si occupino di loro in modo competente, efficace e solidale (Santamaria 2020: 149). La cura educativa di un adolescente richiede di lavorare insieme e di costruire efficaci alleanze educative per dare una risposta corale ai bisogni di sviluppo degli adolescenti (Santamaria 2020: 7). È opportuno riportare il concetto di "alleanza educativa", ovvero lo stabilirsi di una relazione educativa efficace fra scuola, società sportiva, famiglia ed ESA, con modalità cooperativistiche e nel rispetto dei ruoli e delle funzioni (Contini 2012). ESA si fa quindi promotrice di accettare le diversità o le divergenze restando nella relazione e non alzando barriere comunicative che possano minare la fiducia reciproca (Gigli, Zanchettin 2014).

Un allievo ha manifestato le sue difficoltà con la matematica e il personale difficile rapporto con il docente. L'assistente sociale ha richiesto un incontro con il professore per parlare del ragazzo e delle sue problematiche, in sede di colloquio sono state evidenziate le criticità dello studente con la materia - per lui particolarmente ostica - e le difficoltà relazionali che il professore aveva tradotto come insofferenza alla disciplina. Una volta fatta chiarezza, il docente ha compreso le difficoltà che il ragazzo incontrava e il miglioramento nel rendimento scolastico non ha tardato a manifestarsi. Il progetto si propone quindi anche la finalità di sostenere la famiglia nell'educazione del figlio tenendo conto dello "stile genitoriale" adottato dai coniugi, intendendo con questo termine le modalità con cui i genitori svolgono le funzioni parentali (affettiva, protettiva, regolativa, empatica), più in generale come si rapportano con i figli (Gigli, Zanchettin 2014). La sfida progettuale e continuativa nel tempo è quella di offrire un'esperienza di apprendimento ai ragazzi e di formazione agli educatori, genitori e allenatori, per un'educazione alla relazione che sappia aprire uno spazio di dialogo e di confronto costruttivo fra persone di età ed esperienze diverse (Bonetti 2019: 19). Dalle riflessioni del gruppo prende poi corpo l'iniziativa ESA che in sintesi prevede un'integrazione delle attività di nutrizione,

esercizio fisico e studio assistito. Un modello di sviluppo per gli adolescenti dai dodici ai diciotto anni, dove poter disporre, in un ambiente protetto, di uno spazio fisico e mentale per costruire ed esprimere liberamente la propria identità, personalità e potenzialità.

I ragazzi sono seguiti nello sviluppo dal pediatra di libera scelta fino all'età di quattordici anni, successivamente viene quindi a mancare una forma di monitoraggio della crescita che precedentemente era usuale. Per ovviare a questa mancanza in un'età particolarmente delicata, è stata chiamata a far parte dello staff una biologa nutrizionista con l'incarico di sostenere gli adolescenti sotto l'aspetto della salute fisica e della nutrizione. Per un corretto sviluppo fisico degli adolescenti è di fondamentale importanza l'aspetto biologico dell'alimentazione, perché uno stile di vita sano passa imprescindibilmente attraverso una corretta ed equilibrata alimentazione, e conseguente sviluppo fisico ottimale di un corpo giovane, atletico e in crescita. Vengono forniti ai giovani consigli e indicazioni su quali siano gli alimenti utili, il necessario apporto calorico e sulla giusta composizione dei principali pasti quotidiani. Il punto di ristorazione del "Convitto Tomadini" ci offre la possibilità di individualizzare il menù in base alle esigenze nutrizionali dell'atleta o adeguato alle indicazioni della biologa nutrizionista. Il secondo motivo rilevante è che il cibo è un fatto sociale, culturale e relazionale, qualsivoglia atto alimentare è identificato e incorporato all'interno di un preciso sistema culturale, ha un suo specifico status, una propria identità e un suo ruolo. In tale visione prospettica il cibo comunica, parla, crea legami, relazioni, esprime conoscenza, amicizia e intimità e sottende solitamente atti di condivisione (Scalon 2019). Fin dall'inizio gli allievi sono stati lasciati liberi di scegliere le pietanze, inizialmente hanno selezionato quelle più appetitose, salvo successivamente auto-regolamentarsi, secondo le indicazioni della biologa nutrizionista sulla corretta composizione dei pasti, senza che gli operatori agissero iniziative in tal senso. In sede di colloquio gli allievi hanno confermato che l'esempio fornito dagli educatori li ha motivati ad adeguarsi ai consigli nutrizionali, riscontrandone l'utilità in abbinamento all'esercizio fisico e notando un netto miglioramento della prestazione sportiva.

Praticare una regolare attività fisica, insieme a una corretta alimentazione, contribuisce al mantenimento dello stato di salute di ogni individuo e favorisce il controllo del peso corporeo. Per tali motivi, si consiglia che i bambini svolgano ogni giorno almeno un'ora di attività fisica, includendo l'attività motoria svolta a scuola, quella strutturata con personale specializzato e il gioco all'aperto (sito Istituto Superiore di Sanità). Molti bambini occupano il proprio tempo libero guardando la televisione, ascoltando musica o giocando al computer, attività spesso legate all'assunzione di alimenti dal basso profilo nutrizionale e dall'alto contenuto calorico (Vader *et al.* 2009). In alcuni studi si è osservato che queste attività sedentarie sono associate a un maggior rischio di sovrappeso e obesità (Crespo *et al.*, 2001) e ad una riduzione del tempo dedicato al gioco all'aperto o allo sport strutturato, considerato un fattore protettivo (Kahn Emily *et al.* 2001). Permettere a bambini e bambine di sviluppare un corretto rapporto con il proprio corpo, di sperimentare le regole in un contesto protetto, di affrontare il conflitto e la competizione in modo sano, di collaborare con altri e di instaurare rapporti significativi con gli educatori/allenatori, significa pertanto fornire loro alcune fondamentali chance in più (Gigli Zanchettin 2014). La noiosa ripetitività dei gesti atletici in palestra aveva minato la motivazione degli allievi: risultavano distratti e poco impegnati. Abbiamo avuto l'occasione e l'onore di ospitare Alessandro Zanni, attuale giocatore della nazionale di rugby, durante il pranzo e l'ora di attività fisica in cui ha diretto l'allenamento. L'emozione dei ragazzi è stata molto

intensa, anche se cercavano di dissimularla e nel momento del commiato sono riusciti a ringraziare solo con un filo di voce. Dopo la visita, l'impegno degli adolescenti ha avuto un picco importante per poi ristabilirsi nelle settimane successive.

La complessità che caratterizza l'era contemporanea, può essere descritta come società degli individui (Elias 1991), dell'incertezza (Baumann 1999), del rischio (Beck 2000) e caratterizzata da insicurezza sociale (Castel 2004). La frammentazione e la destrutturazione dei legami sociali specificano il suo carattere "liquido" (Baumann 2002), ossia difficilmente classificabile ai fini di una completa comprensione (Allegrì 2015: 17). Un simile assetto societario impone ai giovani di studiare per apprendere le nozioni necessarie affinché da adulti riescano a orientarsi, comprendere e dare senso e significato alle dinamiche multidimensionali della società, in un'ottica consapevole e responsabile. Se l'educazione ci porta a concepire la realtà come lineare, i problemi come complicati e le risposte come "giuste" e "sbagliate", certamente non preparerà i giovani a convivere con l'incertezza e comprendere le dinamiche di un mondo globalizzato e interconnesso. Educare alla complessità vuol dire allenare la capacità di generare alternative di mondo (Bonetti 2019: 19). Le istituzioni scolastiche italiane si basano sull'assunto che l'apprendimento sia un processo individuale, meglio configurabile se separato dal resto delle nostre attività, e che sia il prodotto dell'insegnamento. Per valutare l'apprendimento usiamo dei test in cui gli studenti si affrontano in una sorta di competizione, dove le conoscenze apprese, vanno dimostrate fuori dal contesto pratico e la collaborazione è considerata una forma d'inganno. Molta della nostra formazione istituzionalizzata viene percepita come irrilevante dai discenti e usciamo quasi tutti da questo trattamento con la sensazione che sia un processo noioso e difficile. Le teorie adottate della "comunità di pratica" inseriscono l'apprendimento nel contesto della nostra esperienza concreta di partecipazione alla vita reale, un fenomeno sociale che riflette la nostra natura profondamente sociale di essere umani in grado di conoscere e viene definito come teoria sociale dell'apprendimento (Lave, Wenger 2006). Le comunità di pratica sono definibili come gruppi di persone che hanno un comune interesse o una passione per qualcosa e in base a questo interesse interagiscono con una certa regolarità per migliorare il loro modo di agire (Lave, Wenger 2006). Sono i mattoni costitutivi di un sistema sociale di apprendimento, poiché sono i contenitori sociali delle competenze che costituiscono questi sistemi. Nell'apprendistato è fondamentale il rapporto non solo fra esperto e novizio, ma anche quello fra i membri della comunità che partecipano all'esperienza di apprendimento. La relazione fondamentale nell'apprendistato è dunque una relazione di partecipazione evolutiva e di trasformazione dell'identità all'interno di un approccio che possiamo definire comunitario. All'interno del processo attraverso il quale una persona diventa partecipe a pieno titolo di una pratica, si esprimono le intenzioni di apprendere e si configura il significato dell'apprendimento. È necessario perciò che gli educandi partecipino legittimamente alla comunità affinché le identità di apprendimento si costituiscano e si evolvano in una piena partecipazione (Lave, Wenger 2006: 43). Strumento principe per la rilevazione delle interazioni ragazzo/ragazzo ed educatore/educando è l'osservazione partecipante in azione, con il supporto di check-list per la rilevazione e sull'azione, tramite incontri a cadenza settimanale dello staff ESA, in cui il gruppo di lavoro riflette sulle rilevazioni e valuta le eventuali azioni correttive. L'analisi interazionale prende in considerazione: la presenza, l'intensità e la modalità di partecipazione. Abbiamo utilizzato il sociogramma di Moreno (1980) per analizzare la

posizione di un individuo all'interno di un gruppo, per fornire informazioni sulla sua situazione e individuare i leader e gli eventuali emarginati. È stato valutato anche lo *scaffolding*, inteso come strategie che permettono, con l'aiuto, di risolvere un compito che è oltre le proprie competenze se affrontato da solo. Il percorso proposto può essere configurato come una "costellazione" di comunità di pratica interconnesse: nutrizione, sport e studio, poiché perseguono una causa comune, affrontano situazioni omogenee ed hanno componenti in comune (Lave, Wenger 2006).

Non bastano le parole o i sermoni per responsabilizzare gli allievi allo studio, che ritengono particolarmente noioso e superfluo. È stato verificato che identificano il benessere come prosperità, in altre parole il possesso di risorse materiali ritenute sufficienti per vivere bene. Per motivarli all'apprendimento abbiamo consegnato loro la ricerca Istat sulla povertà<sup>1</sup>, da cui emerge una stretta correlazione fra povertà e scarsa istruzione. Inizialmente sono rimasti stupiti ma lentamente la motivazione, l'attenzione e l'impegno sono migliorati e, di conseguenza, anche i voti scolastici.

Inteso come abbandono precoce dell'attività sportiva, il *drop out* è ormai sempre più frequentemente associato alle cause della mancata attività fisica non solo in età giovanile, ma anche nel futuro percorso di vita della persona, andando a deficitare sia sulla salute dell'individuo che sul complesso sistema sociale collettivo. Molteplici sono le cause del *drop out* adolescenziale e tra queste vi è spesso la perdita delle motivazioni che hanno portato gli atleti a intraprendere quella specifica attività. I dati su scala nazionale relativi all'abbandono dello sport rivelano che l'età media in cui gli italiani abbandonano definitivamente lo sport è intorno ai ventisei anni, mentre tra i tredici e i ventitré anni il tasso di abbandono si attesta intorno al 20%. Queste percentuali sono rilevanti, e mostrano che l'età più delicata ricade nell'adolescenza e nella tarda adolescenza, in un momento dello sviluppo in cui la funzione dello sport è estremamente importante. Le motivazioni all'attività sportiva possono essere primarie e secondarie. Le prime si riferiscono alla sfera biopsichica ed emotiva delle persone, e sono il gioco e l'agonismo. Le motivazioni secondarie, invece, comprendono i bisogni affiliativi, estetici e le aspirazioni al successo: questi sono una sorta di meccanismo di risposta a conflitti interiori che trovano nella pratica di una disciplina sportiva una valvola di sfogo.

## Le attività

Il progetto avrebbe dovuto avere inizio nel settembre 2019, ma le vigorose esortazioni da parte dei genitori degli aspiranti allievi hanno indotto lo staff ESA ad iniziare in gennaio 2019 ad anno scolastico in corso, non permettendo di mettere in campo alcune attività collaterali che erano inizialmente previste dal progetto.

Inizialmente scettici, ma mentalmente sereni e gratificati di far parte di un progetto inedito in Regione, il gruppo degli iscritti era molto eterogeneo: età diverse e frequenza in scuole differenti (secondaria di primo e secondo grado), una ricchezza fatta di diversità. Cercando di facilitare le interazioni fra di loro e con lo staff dell'ESA è stata sfruttata l'eterogeneità del gruppo consentendone la coesione e l'affiatamento, in un'ottica di comunità di pratica (Lave, Wenger 2006).

<sup>1</sup> ([www.istat.it/it/files//2019/06/La-povert%C3%A0-in-Italia-2018.pdf](http://www.istat.it/it/files//2019/06/La-povert%C3%A0-in-Italia-2018.pdf)) consultato il 18/09/2020.

La giornata tipo degli allievi in ESA è così strutturata: 13.30 accoglienza e pranzo; 14.30 sistemazione dell'aula studio e attività fisica; 15.30-17.30 studio. Inizialmente erano previsti due giorni settimanali, ma dopo qualche mese i voti scolastici dei ragazzi sono decisamente scesi, a causa dell'imminente fine dell'anno scolastico e relativa stanchezza. È stato deciso, di concerto con i genitori, di aggiungere un giorno di frequenza settimanale e, finché i voti non fossero tornati ai normali standard, sarebbe stata momentaneamente sospesa l'attività fisica. Gli allievi non hanno avuto la percezione di essere puniti, ma sono risultati consapevoli della necessaria costanza nello studio. I risultati non hanno tardato ad arrivare e i voti e attenzione in classe sono migliorati.

In merito alla nutrizione, è previsto un primo colloquio conoscitivo dove vengono rilevati i dati anamnestici, con particolare riguardo alla storia medica passata e presente, oltre all'analisi dello stile di vita attuale. Si rilevano successivamente i dati antropometrici necessari e i dati risultanti sono poi commentati dalla professionista in funzione degli obiettivi, dello stato di salute e stile di vita del ragazzo.

I preparatori atletici dedicati all'esercizio fisico, programmano, organizzano e pongono in essere l'attività fisica strutturata per gli atleti, in accordo e condivisione con la società sportiva di cui i ragazzi fanno parte. Per esercizio fisico s'intende l'attività fisica in forma strutturata, pianificata ed eseguita regolarmente. Per l'età presa in considerazione è necessario uno sviluppo osteo-muscolare e per un apparato cardiovascolare sano; ciò aumenta la capacità di apprendimento e autostima, e diventa un valido strumento di aggregazione sociale che, associata a una corretta alimentazione, diminuisce il rischio di obesità infantile e malattie croniche. L'acquisizione di comportamenti sportivi (*fair play*) facilita l'acquisizione di un modello di vita basato su regole e ruoli condivisi dalla società<sup>2</sup>.

Assistente sociale ed educatori sono dedicati al momento dell'apprendimento e chiamati ad accompagnare e sostenere gli alunni durante le ore dedicate allo studio, in cui sono molto importanti le figure di riferimento che sostengono i ragazzi, devono saperli coinvolgere e sorprendere per riuscire a stabilire un dialogo e conquistare la loro fiducia. Vuol dire inevitabilmente essere una sorta di modelli ed essere insigniti di un ruolo che va oltre le ore passate assieme studiando (De Ambrogio, Dessi, Ghetti 2015). Organizzare il periodo di studio coinvolgendo i docenti di riferimento, visti gli obiettivi comuni, per ottimizzare la performance dell'apprendimento.

## Conclusioni

Le aspettative riguardo ai risultati auspicati sono la declinazione concreta delle trasformazioni generate sullo specifico contesto di applicazione del progetto e precisa con chiarezza i cambiamenti tangibili che il progetto vorrà generare (De Ambrogio, Dessi, Ghetti 2015). In relazione agli allievi abbiamo previsto un miglioramento nella percezione della salute fisica e nel loro rendimento scolastico/sportivo, mentre per la famiglia il supporto e sostegno nell'educazione dei figli per facilitarne e sollecitarne la costruzione dell'identità, in un'ottica di miglioramento delle relazioni genitori/ragazzo/a, in un continuo processo di mediazione fra le istanze, preoccupazioni e aspettative dei genitori e del rispettivo figlio. Aspetto particolarmente importante è la prevenzione che si

<sup>2</sup> ([www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2828\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2828_allegato.pdf)) consultato il 18/09/2020.

mette in atto con un progetto così strutturato, perché possono essere conosciute situazioni personali o familiari difficili e/o disagiate prima che la situazione diventi insostenibile e di difficile soluzione.

Per la valutazione dei risultati sono stati somministrati ai genitori che hanno fatto emergere il supporto e sostegno ricevuto durante la frequenza in Accademia riguardo all'educazione dei figli, alleggerendone i compiti di trasferimento in un'ottica di continuità tra scuola, sport e ritorno casa. A fronte delle mancanze esplicitate, gli obiettivi che intendono raggiungere vanno nel senso di migliorare le prestazioni scolastiche, sportive e relazionali. Hanno tutti confermato miglioramenti nei tre ambiti principali d'interesse, quindi possiamo affermare che l'ESA risponde positivamente ai bisogni dei genitori. Stessa procedura di valutazione è stata adottata per gli allievi, con il sostegno dei report etnografici, e dalle risposte fornite si evidenzia che hanno riscontrato notevoli miglioramenti nella performance sportiva dovuti, secondo la loro percezione, all'abbinamento nutrizione ed esercizio fisico. Un allievo, che ha preso particolarmente a cuore i consigli sull'alimentazione, ha accompagnato la madre a fare la spesa, "imponendole" l'acquisto di certi prodotti, considerati nutrizionalmente adeguati, piuttosto che altri. In ambito scolastico nessuno degli iscritti ha ricevuto debiti formativi per l'anno successivo. In particolare uno studente mi ha chiesto di presenziare all'esame di scuola secondaria di I° grado, perché avevamo preparato insieme la tesina incentrata sul rugby, che pratica, e collegandola alle altre materie oggetto di valutazione. Non ho idea di quanto possa aver inciso la mia presenza, ma la soddisfazione che si leggeva sui volti dei docenti dava ben conto della brillantezza espositiva del ragazzo.

L'aspetto critico principalmente rilevato è stato la conquista della fiducia degli allievi da parte dello staff ESA, impresa ardua trattandosi di un'età evolutiva particolarmente difficoltosa. È stato un processo lento, ma facilitato dall'approccio adottato nella relazione con gli adolescenti, evitando un approccio paternalistico, e mettendo a loro disposizione un metodo che fungesse da esempio, dove poter trovare la loro dimensione identitaria. È stato profuso molto impegno per far loro capire l'importanza dello studio in vista del futuro inserimento in società, la loro autonomia e l'inserimento nel mondo lavorativo.

Non sono state messe in atto campagne pubblicitarie e l'anno scolastico in corso registra l'iscrizione di un numero di allievi doppio rispetto allo scorso anno, evidentemente si è pubblicizzato solo attraverso il passaparola, indicatore che rispecchia la bontà delle azioni promosse. Gli ottimi risultati raggiunti rappresentano un forte stimolo a implementare quest'anno le azioni messe in campo, permettendoci di attivare le previste attività collaterali che per problemi di tempistica non sono state attivate.

## BIBLIOGRAFIA

- Ballerini, G. (2007). Antropologia alimentare: attuali sfide. *La rivista di scienza dell'alimentazione*, 36, 3: 27.
- Baumann, Z. (1999). *La società dell'incertezza*. Bologna. Il Mulino.
- Baumann, Z. (2002). *Modernità liquida*. Roma-Bari. Laterza.
- Beck, U. (2000). *La società del rischio*. Roma. Carocci.
- Bertone, C. (2013). Citizenship across Generation: Struggles around Hetero-Normativities, *Citizen Studies*, 17, 8: 985-99.



- Bettetini, G. (1975). *Produzione del senso e messa in scena*. Milano. Bompiani.
- Biscaldi, A. (2015). Vietato mormorare. Sulla necessità di ricerca antropologica in Italia. *Archivio Antropologico Mediterraneo*, 17: 13-19.
- Bonetti, R. (2019). *Etnografie in bottiglia. Apprendere per relazioni nei contesti educativi*. Milano. Meltemi.
- Branca, F., Nikogosian, H., Lobstein, T. (2008). *La sfida dell'obesità nella Regione europea dell'OMS e le strategie di risposta*. Geneva. WHO.
- Castel, R. (2004) [2003]. *L'insicurezza sociale. Cosa significa essere protetti?* Torino. Einaudi.
- Contini, M. (2012). *Dis-alleanze nei contesti educativi*. Roma. Carocci.
- Crespo, C. et al. (2001) Television watching, energy intake, and obesity in US children. Results from the third *National Health and Nutrition Examination Survey*, 155: 360-5.
- Cecotti, M. (2016). *Fotoeducando. La fotografia nei contesti educativi*. Parma. Edizioni Junior.
- Cecotti, M. (2018). FotoColloqui: una proposta metodologica in campo educativo, *Zeroseiup*, 1: 14-15.
- Elias, N. (1991). *La società degli individui*. Bologna. Il Mulino.
- Gigli., A., Zanchettin, A., (2014). Emozioni in campo. Una ricerca su genitori e sport. *Journal of Theories and Research in Education*, 9, 2: 116.
- Gobbo, F. (2008). Learning from others, learning with others: the tense encounter between equality and difference. *Orbis scholae*, 2: 55-75.
- Kahn, E. et al. (2001). Increasing physical activity: A report on recommendations of the Task Force on Community Preventive Services. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*, 50: 1-14.
- Lamberti, S. (2010). *Apprendimento cooperativo ed educazione interculturale*. Trento. Erikson.
- Lave, J., Wenger, E. (2006) [1991]. *L'apprendimento situato. Dall'osservazione alla partecipazione attiva nei contesti sociali*. Milano. Erickson.
- Martini, E.R., Torti, A. (2003). *Fare lavoro di comunità*. Roma. Carocci.
- Milan, G. (2001). *Disagio giovanile e strategie educative*. Città Nuova. Roma.
- Moreno, J.L. (1980) *Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e sociodramma*. Milano. ETAS.
- Pescarmona, I. (2014) «L'etnografia come risorsa per l'innovazione», in *Etnografia e intercultura* Gobbo F., Simonicca A. (a cura di. Roma. CISU: 23-33.
- Saraceno, C., Naldini, M. (2013). *Sociologia della famiglia*. Bologna. Il Mulino.
- Santamaria, F. (2020). *Accompagnare adolescenti in difficoltà. Un itinerario di riflessione improntato a uno sguardo pedagogico-sociale*. Dispensa ad uso universitario.
- Scalon, R.F. (2019). L'uomo e il cibo. Una lettura antropologico-sociologica dell'alimentazione. *Bioetica news Torino, Rivista del Centro Cattolico di Bioetica*, VIII, 7.
- Stellato, K. (2009). *Sos adolescenti*. Milano. Red Edizioni.

Vader, A.M. *et al.* (2009). Television viewing and snacking behaviors of fourth- and eighth-grade schoolchildren in Texas. *Preventing Chronic Disease*, 6: A89.

### **SITOGRAFIA**

[www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2828\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2828_allegato.pdf), Ministero della Salute: 9 (sito internet consultato il 23/06/2020).

[www.istat.it/it/files//2019/06/La-povert%C3%A0-in-Italia-2018.pdf](http://www.istat.it/it/files//2019/06/La-povert%C3%A0-in-Italia-2018.pdf) : 3. ISTAT (sito internet consultato il 23/06/2020).