



IL SUP COME METAFORA DELLA VITA APPENA CONCLUSO ALL'ALBERGHIERO DI LADISPOLI IL PROGETTO "VIVERE IL MARE"

Descrizione

Un progetto iniziato a gennaio con la collaborazione di Roberta Mariani, Campionessa europea, Psicologa, Coach e Istruttrice dell'Associazione ASD Marina di Cerveteri, che opera sul litorale da più di dieci anni: "VIVERE IL MARE", il percorso formativo dedicato al SUP che si è svolto all'Istituto Alberghiero di Ladispoli grazie al coordinamento della Prof.ssa Angela Di Sabatino. Ricordo che quando abbiamo cominciato le prime lezioni nell'Aula del nostro Istituto ha spiegato la Prof.ssa Di Sabatino eravamo ancora in pieno Inverno e gli studenti non vedevano l'ora di entrare in acqua per mettere in pratica le nozioni teoriche che stavano progressivamente acquisendo.

Quel momento finalmente arrivato ha aggiunto la Prof.ssa Di Sabatino perché due sono state le uscite in SUP e Roberta Mariani è rimasta sorpresa dal coraggio degli allievi e dal loro incontenibile desiderio di cimentarsi con la tavola. È stato un percorso entusiasmante iniziato con una riflessione sulle emozioni e su se stessi, proseguito con la ricerca del proprio equilibrio e la conoscenza degli elementi di rischio connessi alle correnti marine, al vento e alle condizioni climatiche, per arrivare quindi agli incontri finali che si sono svolti naturalmente in acqua.

Desidero ringraziare l'Istruttrice Roberta Mariani, la Dirigente scolastica Prof.ssa Loredana Saetta e gli allievi del Quinto Turistico che hanno aderito a questo straordinario Progetto. Negli ultimi anni, il SUP si è affermato come una delle discipline sportive più amate tra i giovani ha ricordato la Prof.ssa Di Sabatino e abbiamo voluto proporlo nel nostro Istituto per la sua capacità di coniugare attività fisica, benessere mentale e un contatto diretto con la natura. Per i nostri allievi, troppo spesso immersi in una quotidianità digitale e frenetica, questa esperienza ha rappresentato un'occasione preziosa per rallentare, ascoltare se stessi e ritrovare un autentico equilibrio interiore.

Il SUP sviluppa la coordinazione e la forza muscolare in modo armonico, ed è accessibile anche a chi non ha una preparazione atletica specifica. È inoltre uno sport inclusivo, che stimola la collaborazione e il rispetto reciproco, soprattutto quando praticato in gruppo. Ma il suo valore più profondo ha concluso la Prof.ssa Di Sabatino risiede proprio nella sua relazione con l'ambiente: pagaiare sull'acqua insegna il rispetto per gli ecosistemi e le risorse naturali e crea un legame emotivo.

con il paesaggio. Il SUP Ã¨ dunque molto piÃ¹ di una semplice attivitÃ sportiva: Ã¨ uno strumento educativo capace di trasmettere valori fondamentali e irrinunciabili. Riproporremo questo Progetto certi di contribuire alla crescita e alla maturazione dei nostri studentiâ••.

â••Quando chiesi ai ragazzi tempo fa cosa si aspettassero da questa esperienza, â•• aveva osservato Roberta Mariani allâ••inizio del Progetto con gli studenti â•• non risposero â••imparare a pagaiare perfettamenteâ••. No, quello infatti sarebbe arrivato col tempo. Hanno risposto ben altro. Infatti ciÃ² che cercano Ã¨ calma, tranquillitÃ , pace, spensieratezza, sicurezza, divertimento ed equilibrio. Ed Ã¨ da qui che sono partita: dal bisogno autentico di stare bene, di ritrovarsi e imparare a gestire se stessi in ogni aspetto della vita dando valore ad ogni loro parola, ad ogni loro espressione. Una delle studentesse, alla fine della lezione, mi ha detto con un sorriso: â••Potremmo portarti con noi a prendere un caffÃ© insieme?â••. Unâ••altra: â••Ma come fai a capirci al volo? A me piacciono troppo queste lezioni!â••.

Ecco, Ã¨ in questi momenti â•• ha aggiunto Roberta Mariani â•• che capisci che la relazione educativa funziona, che si sta creando uno spazio sicuro dove lâ••apprendere va oltre. Un luogo dove i ragazzi si sentono visti, accolti, compresi. Ed Ã¨ stato questo il valore piÃ¹ profondo del nostro progettoâ••.

Appuntamento al prossimo annoâ••.

L'agone 2024