



LA RIFLESSIONE

Lo sport come potente strumento e antidoto al disagio del mondo giovanile

Negli ultimi anni il disagio giovanile ha assunto contorni preoccupanti con un aumento di depressione e isolamento sociale tra gli adolescenti. Secondo dati recenti, oltre due milioni di giovani in Italia soffrono di disturbi mentali con ansia e paura del giudizio sociale come problematiche ricorrenti.

L'abbandono scolastico è un indicatore fondamentale del disagio giovanile e viene monitorato sia a livello nazionale che internazionale. Nel 2022 il tasso di abbandono scolastico precoce (18-24 anni) in Italia era 12,7%, superiore alla media Ue (del 9,6%). Questo significa che circa 1 giovane su 8 tra i 18 e i 24 anni ha lasciato la scuola senza ottenere un diploma di scuola superiore o un titolo equivalente. La situazione varia molto tra regioni: nelle Re-

gioni del Sud Italia (come Sicilia e Campania) i tassi più alti sopra il 16%; nelle regioni del Nord Italia (come Emilia-Romagna e Veneto) i tassi sono più bassi, sotto il 10%. A questo si aggiunge un concetto di dispersione scolastica implicita, ovvero una problematica nascosta coinvolgendo studenti che, pur completando il percorso scolastico, escono dalle scuole superiori senza aver acquisito le competenze di base previste. In Italia questa forma di dispersione è stata rilevante negli anni recenti, arrivando al 9,8% nel 2021, ma si è ridotta al 6,6% nel 2024 grazie a interventi mirati (tra cui lo sport).

La pratica sportiva offre benefici plurimi: studi dimostrano che gli adolescenti coinvolti regolarmente nello sport sviluppano maggiore autostima, capacità di lavorare in squadra e resilienza.

Lo sport aiuta i giovani a sviluppare fiducia in sé stessi, a superare sfide, a celebrare successi e accettare le sconfitte. Partecipare a sport di squadra favorisce l'inclusione, il senso di appartenenza, stringendo amicizie, condividendo esperienze e costruendo una rete di supporto. La disciplina, il rispetto delle regole, l'impegno e la capacità di gestire il "fallimento" e le emozioni sono competenze che si riflettono anche nella vita ordinaria. Lo sport inoltre offre un'alternativa sana all'ozio e alla possibilità di incorrere in comportamenti devianti, come l'uso di sostanze o l'assenteismo. E quindi, in concreto cosa si può proporre? Partiamo da pro-

getti integrati scuola-sport: in molti Paesi sono stati avviati programmi che offrono attività sportive gratuite o a basso costo all'interno delle scuole, mirati a coinvolgere studenti a rischio. Il progetto Scuola Attiva Junior del Ministero dell'Istruzione promuove attività motorie nelle scuole secondarie per combattere la sedentarietà e coinvolgere ragazzi in difficoltà, ma non basta. Quali altre proposte? Coinvolgere società sportive locali per offrire corsi pomeridiani direttamente nelle scuole

o nei quartieri più disagiati potrebbe essere un'idea, oppure progetti che integrano ore di sport a programmi di recupero per studenti che hanno lasciato la

scuola, rendendo l'apprendimento più dinamico e motivante. I modelli di "Sport Education" in paesi come il Regno Unito, alcune scuole adottano approcci in cui lo sport è utilizzato come base per insegnare anche altre materie, rendendo il percorso formativo più interessante. Infine, ma non per importanza, lo sport come strumento di tutoraggio: abbinare sessioni sportive a momenti di ascolto con coach o tutor scolastici potrebbe creare un grande valore aggiunto.

In un momento storico caratterizzato da fragilità e incertezze, lo sport rappresenta un linguaggio universale capace di unire e trasformare, un campo di gioco dove ogni giovane può scoprire e valorizzare il proprio potenziale. Qualche promotore conosciuto? San Giovanni Bosco, fondatore dei Salesia-

ni, ha integrato lo sport nel suo sistema educativo rivolto ai giovani. Nei suoi oratori il gioco e le attività sportive erano strumenti fondamentali per attirare i ragazzi, creare un ambiente sano e insegnare valori come il rispetto, la collaborazione e la gioia.

Don Luigi Ciotti, Fondatore del Gruppo Abele e dell'associazione Libera, ha utilizzato lo sport come strumento di riscatto sociale, specialmente nelle periferie e tra i giovani a rischio. Attraverso iniziative sportive, ha cercato di offrire alternative alla criminalità, favorendo la coesione e il recupero di una dimensione etica e comunitaria.

Istituzioni, imprese, società sportive, persone e famiglie: da soli si va veloci, uniti si va lontano.

Alice Manganotti

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La promozione dell'attività fisica nelle scuole utile per contrastare la dispersione scolastica