

Il Metodo SaM nello Sport: dalla palestra allo spazio acqua

ABSTRACT

Il progetto mira a mettere in luce il ruolo che la corporeità assume nella strutturazione del sé e dei processi di apprendimento e, di conseguenza, la funzione che essa può svolgere in qualità di categoria interpretativa per la progettazione di percorsi formativi incentrati sull'uso del corpo e del movimento come viatico di conoscenza.

Nello specifico verrà illustrata una prospettiva che, facendo riferimento ai nuovi approcci e alle nuove conoscenze neurofisiologiche che fanno riferimento all'embodied cognition e ai neuroni specchio, costituisce uno sfondo significativo per la definizione delle nozioni di corpo-in-relazione e di movimento come base della cognizione in chiave pedagogica, complessa e multidimensionale.

Da tale conoscenza prendono le mosse alcune linee guida fondamentali per la programmazione e per l'implementazione di didattiche pensate come percorsi innovativi che legittimano l'uso dell'educazione motoria come strategia privilegiata per il miglioramento della qualità dei processi di apprendimento e di formazione tout court.

Il corpo è il vincolo al quale siamo ineluttabilmente "inchiodati" per agire nel mondo: esso rappresenta il canale con l'esterno, lo strumento attraverso cui la mente entra in contatto con la realtà.

IL PERCORSO EDUCATIVO

Il percorso educativo, in questa fase sperimentale, è indirizzato agli insegnanti subacquei ed operatori che intendono informarsi sulle caratteristiche fondamentali del metodo SAM (Sense and Mind)®. Si intende fornire un approccio che getta le basi per arricchire le competenze individuali nell'intento di favorire interventi, sempre più mirati e personalizzati, che coinvolgono lo Spazio del corpo e la cognizione spaziale all'interno di programmi di formazione e progetti di avviamento allo Sportpertutti, in particolar modo nelle Attività Subacquee mirate allo Spazio Acqua. L'immersione subacquea è una disciplina fortemente formativa, sviluppa il senso di responsabilità e favorisce lo sviluppo psicomotorio. Avvicinare

i bambin* al Mare e all'acqua aiuta a superare i naturali timori, è per questo che riteniamo importante favorire la consapevolezza dei bambin* nel rispetto dell'ambiente. E se abbiamo sempre sostenuto che il primo ambiente è il nostro corpo vorremmo far emergere il ruolo che la corporeità assume nella strutturazione del sé e dei processi di apprendimento e, di conseguenza, la funzione che essa può svolgere in qualità di categoria interpretativa per la progettazione di percorsi formativi incentrati sull'uso del corpo e del movimento come viatico di conoscenza. Attraverso l'esperienza del proprio corpo nell'arco di vita costruiamo una rappresentazione di noi stessi composta dalla miriade di elementi sensoriali i quali, interconnessi tra loro, costituiscono una immagine mentale del nostro essere.

Abbiamo già sperimentato un'attività mista Palestra/Acqua nel periodo marzo/aprile 2024 con successivi approfondimenti esclusivi nell'ambiente acquatico nel periodo agosto/settembre 2024 con risorse reperite nel territorio senza nessun intervento da parte di Uisp Aps Subacquea Nazionale.

IL METODO

Il metodo SaM® è un approccio riabilitativo che pone l'accento sull'unità mente-corpo, avendo come quadro di riferimento l'Embodied Cognition e i dati neurofisiologici più recenti sulla programmazione del movimento volontario. L'intervento tramite il metodo SaM parte dal corpo e dal movimento nello spazio: lo spazio del corpo è quindi inteso come primo strumento della conoscenza. Attraverso modalità di intervento orientate a monitorare il processo esecutivo che il soggetto mette in atto, il metodo consente di utilizzare l'esperienza sensorimotoria e l'integrazione multisensoriale per operare, a livelli diversi di complessità, sulla programmazione del movimento, sulle immagini mentali e sulla cognizione spaziale. L'impianto teorico è ampio e si basa sui dati più aggiornati delle neuroscienze. (Risoli A. (2019) *Intervento neuropsicologico embodied. Il metodo SaM: manuale operativo*, Roma, Carocci)

Obiettivi del corso:

- ✚ Conoscere le basi neuroscientifiche e il modello teorico del metodo SaM
- ✚ Conoscere le caratteristiche dell'intervento e i principi di intervento
- ✚ Analizzare e prendere visione degli ambiti di applicazione del metodo SaM
- ✚ Acquisire nuove competenze per lavorare in modo mirato su:
 - ✓ coordinazione motoria e l'immagine corporea
 - ✓ la consapevolezza posturale e dell'asse corporeo
 - ✓ equilibrio statico e dinamico

- ✓ rappresentazione dello spazio extra personale per la gestione, ad esempio, dello spazio di gioco.

Metodologia Didattica:

1. Lezioni frontali con l'ausilio di strumentazione informatica
2. Presentazione di tutorial
3. Esercitazioni individuali e in role playing, laboratori pratici
4. Acquisizione del materiale didattico presentato
5. Lezioni on line in sincrono (quando necessitano)

Docenti:

- ✚ Dr.ssa Marina Rossi - Fisioterapista, Formatore del metodo da diversi anni e docente del Corso di Perfezionamento sul metodo SaM (Sense and Mind) presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- ✚ Enrico Maestrelli – Formatore Nazionale Uisp Aps e Commissario Nazionale Uisp Aps Subacquea
- ✚ Chiara Rustighi - Commissaria Nazionale Uisp Aps Subacquea
- ✚ Roberto Menconi – Insegnante Subacqueo Uisp Aps Subacquea

Partecipazione:

La partecipazione è GRATUITA, in questa fase sperimentale si accettano fino ad un massimo di 12 partecipanti. Possono iscriversi e partecipare, compilando l'apposito modulo, al Corso progettuale tutti gli associati Uisp Aps in possesso dei seguenti requisiti:

- ✚ Certificazione di Insegnante Subacqueo Uisp Aps di qualsiasi livello
- ✚ Certificazione di Terzo livello (Three Stars Divers)
- ✚ Le richieste di partecipazione devono pervenire a: subacquea@uisp.it entro e non oltre il 6 maggio 2025
- ✚ Il soggiorno è a carico dei partecipanti.
- ✚ Ai partecipanti sarà rilasciato ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE.

Location:

- ✚ San Giovanni in Persiceto (BO) – Gruppo Subacqueo Subtruppen: teoria e pratica in palestra: via Muzzinello, 17; teoria e pratica in piscina: via Castelfranco, 16/B.

Programma

❖ **Presentazione del corso e introduzione teorica (2 ore on line) il 5 maggio 2025 alle ore 18.00. Il link sarà comunicato a tutti gli iscritti**

1^a sessione

10 maggio 2025

9.30-10.15	Lezione teorica Il modello teorico e la struttura del metodo SaM
10.15-11.15	Lezione teorica Embodied cognition e organizzazione temporale
11.15-12.30	Laboratorio in palestra Lo spazio personale: lo schema corporeo, esperienza diretta e di role playing delle attività. Visione di video tutorial
12.30-13.30	Pausa pranzo
13.30-14.15	Lezione teorica L'apprendimento motorio
14.15-17.30	Laboratorio in palestra Le attività del metodo: esperienza diretta e di role playing

11 maggio 2025

09.00-10.30	Lezione teorica Movimento volontario e portali sensoriali
10.30-12.30	Laboratorio in palestra Le attività del metodo: esperienza diretta e di role playing
12.30-13.30	Pausa pranzo
13.30-14.15	Lezione teorica: L'apprendimento motorio
14.15-16.30	Laboratorio pratico in piscina: Le attività del metodo: esperienza diretta e di role playing nello spazio acqua



2^ sessione

24 maggio 2025

9.30-10.00	Lezioni teorica Lo spazio extra personale Immagini mentali e gli apprendimenti
10.00-12.30	Laboratorio in palestra Le attività del metodo: esperienza diretta e di role playing.
12.30-13.30	Pausa pranzo
13.30-14.30	Lezione teorica Mappe mentali e pianificazione Visione tutorial
16.00-17.30	Laboratorio pratico in piscina Le attività del metodo: esperienza diretta e di role playing nello spazio acqua

25 maggio 2025

09.00-10.00	Lezione teorica Funzioni esecutive nello sport
10.00-12.30	Laboratorio pratico in piscina Modelli di intervento
12.30-13.30	Pausa pranzo
13.30-15.30	Lezioni teorica Gli obiettivi e la scelta delle attività Modelli di intervento
15.30-16.30	Laboratorio pratico Lavoro in gruppi e discussione plenaria

Argomenti trattati nei laboratori:

tutte le attività verranno sperimentate in palestra e nello spazio "acqua"

Lo spazio personale: dallo schema corporeo all'immagine corporea.
Attività base del metodo: strutture coordinative, sinergie muscolari e asse corporeo in statica e dinamica

Lo spazio extrapersonale: il corpo esplora lo spazio intorno a sé.
Costruzione e manipolazione delle immagini mentali.
Apprendimento motorio.
Costruzione di percorsi e mappe mentali.

Campi di applicazione: scelta delle attività, impostazione di programmi





UISP – Settore di Attività Subacquea

Il Metodo SaM nello Sport: dalla palestra allo spazio acqua

SCHEDA DI ISCRIZIONE

Tale scheda deve essere inviata a subacquea@uisp.it **entro il 6 maggio 2025**, le iscrizioni saranno accettate nel limite previsto di partecipanti.

Riceverete la conferma di iscrizione alla vs mail

La gratuità del corso impone responsabilità nell'isciversi, o meglio, iscrivetevi per essere sicuri della partecipazione in modo da non escludere nessuno.

COGNOME E NOME:
CODICE FISCALE:
INDIRIZZO:
C.A.P.: CITTA': PROVINCIA:
ASSOCIAZIONE, SCUOLA, ecc.:
COMITATO DI APPARTENENZA:
CELLULARE:
E-MAIL:
N. DI TESSERA UISP APS VALIDA:
CERTIFICAZIONE POSSEDUTA:
<i>P.S.: IN CASO DI RICHIESTE MAGGIORI DEI 12 PARTECIPANTI PREVISTI, AVRANNO PRIORITA' DI ISCRIZIONE I SOCI IN POSSESSO DELL'ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE AL CORSO DELLE UNITA' DI BASE, SE EFFETTUATO. ALLEGARE ATTESTATO.</i>