



# Il corpo in azione: una prospettiva sistemica

Enrico Ferretti, ricercatore associato presso il laboratorio I3SP  
(Université de Paris)

A un esame attento ci si accorge che la nozione di corpo evoca molteplici punti di vista e può coinvolgere una moltitudine di discipline. La filosofia, le scienze umane, la biologia, le neuroscienze, ecc. studiano il corpo umano con approcci e prospettive eterogenee e, anche sul fronte dell'applicazione pratica, il corpo interessa una miriade di professioni: medici, dietologi, danzatori, terapeuti e, ovviamente, gli insegnanti di educazione fisica. Nel nostro lavoro di formatori degli insegnanti, intervenendo sul fronte dell'educazione fisica e delle attività corporee a carattere espressivo, ci siamo trovati confrontati con una disparità di riferimenti teorici spesso difficilmente conciliabili tra loro e che ci hanno talvolta disorientati. Mentre stavamo tentando di tracciare una metodologia personale (Ferretti 1991), abbiamo avuto modo di confrontarci con un nuovo paradigma, rivelatosi fecondo per affrontare le problematiche che scaturiscono dall'affascinante universo delle pratiche corporee. Senza la pretesa di essere esaustivi, desideriamo qui offrire un contributo per orientare chi fa del 'corpo in azione' il proprio vettore di intervento principale. L'educazione fisica, racchiudendo in sé una vastità di pratiche corporee, non può esimersi dall'essere l'oggetto privilegiato della nostra analisi; crediamo tuttavia che l'approccio proposto possa interessare anche altre figure professionali sensibili al tema della corporeità.

### **Oltrepassare le nozioni di corpo e di movimento**

Benché ormai nessuno parli più del corpo come di un semplice contenitore o servitore dell'anima, va ricordato che la cultura occidentale, a differenza di quella orientale, è tutt'ora influenzata dal dualismo cartesiano che tende a separare corpo e mente; d'altronde anche la nota – e sempre alla moda – locuzione latina di Giovenale *mens sana in corpore sano* contribuisce di fatto ad acuire la frattura tra corpo e sfera psichica. Cercare concetti che aiutino ad andare oltre la dicotomia corpo-psyche è dunque imperativo e anche la filosofia contemporanea, dopo aver a lungo tenuto lontane le pratiche corporee dalla propria analisi, ha integrato la corporeità appropriandosi dell'antico concetto greco, poi latino, di *soma*, includendo così nel proprio campo di studio la percezione e l'azione (Pavie 2013). Il corpo non è un semplice oggetto materiale che crea movimento, esso è modellato anche dall'inconscio e ben lo testimoniano le numerose tecniche terapeutiche

che si rifanno a questo principio. Pertanto, va considerato che il corpo umano non si muove seguendo caratteristiche puramente fisiche, fisiologiche ed energetiche; dunque il nostro sguardo deve distanziarsi sia dal 'corpo oggetto' sia da una visione puramente 'biomeccanica', per orientarsi verso la complessità delle implicazioni che riguardano il soggetto in azione.

Queste brevi e sintetiche considerazioni ci permettono di affermare che chi interviene a vario titolo nell'ambito della corporeità non può esimersi dal mettere in discussione e superare i modelli di riferimento a lungo dominanti.

### **Il punto di vista della psicomotricità**

In Europa, all'incirca dagli anni Settanta del secolo scorso, si è manifestata una crisi delle pedagogie corporee (During 1981) e sono nate delle correnti che hanno messo in discussione le rigide norme su cui si fondava l'educazione fisica. In quel periodo ci si confrontava con la coesistenza tra modelli educativi che evocavano un corpo ubbidiente, sottomesso a rigide regole, da allenare allo sforzo e alla tecnica – e che separavano rigidamente il genere maschile da quello femminile – e modelli che proponevano una concezione del corpo che, oltre ad avvicinare i generi, facevano dell'unità psiche-soma, associata alla libertà, alla creatività, all'immaginazione e alla cooperazione, il proprio tratto distintivo. Nella seconda metà del Novecento sono nate parecchie correnti psicomotorie che proponevano azioni educative e terapeutiche originali; molti lavori furono sviluppati proprio da autori che hanno iniziato la loro carriera quali docenti di educazione fisica. Ci limitiamo qui ad evocarne sinteticamente alcuni, che hanno avuto notorietà e si sono fatti conoscere anche in Ticino, influenzando l'operato degli insegnanti desiderosi di ripensare e innovare le pratiche corporee. André Lapierre e Bernard Aucouturier (1978), rifacendosi in particolare alla medicina psicosomatica, hanno sviluppato un metodo globale di educazione che – partendo dalla corporeità e in particolare dai contrasti ad essa associati – si apre a contenuti che toccano molti settori della programmazione previsti soprattutto nella scuola elementare, e la loro metodologia si spinge addirittura fino a proporre di abolire le discipline scolastiche classiche. Pierre Vayer (1976), ispirandosi soprattutto alla psicopatologia, propone delle procedure che mirano ad arricchire le relazioni che i bambini intrattengono con il corpo, lo spazio, il



Elisa Bera  
3° anno di grafica – CSIA

tempo o la causalità. Una prospettiva che si inserisce nella corrente della psicologia genetica, sottolineando il ruolo decisivo della motricità nella genesi del pensiero. Citiamo infine Jean Le Boulch, tra i primi a tentare un approccio scientifico autonomo e autore di *Verso una scienza del movimento umano* (1975). Desiderando rompere con le concezioni meccanicistiche, e particolarmente attento alle neuroscienze, egli elabora un metodo di educazione fisica che chiama 'psicocinetica', metodologia che considera la personalità nella sua globalità e si fonda sul controllo corporeo mirando a sviluppare l'aggiustamento tonico e posturale, la strutturazione spazio-temporale, la coordinazione, ecc. Oltre a considerare la continua interrelazione tra motricità, dimensione cognitiva e sfera psichica, queste proposte psicomotorie – che meriterebbero senz'altro un approfondimento e un allargamento ad altri autori

– erano anche caratterizzate dal fatto di non escludere i soggetti più deboli e fragili, dando ad ognuno la possibilità di superare le difficoltà al proprio livello. Ciò ha contribuito in modo decisivo ad attuare la tanto attesa rivoluzione copernicana anche nell'ambito delle attività corporee e si è finalmente potuto mettere l'allievo al centro del processo educativo, interessandosi di meno agli esercizi e di più a colui che si esercita. Va tuttavia segnalato che i capostipiti della psicomotricità, non facendo riferimento a un'epistemologia propria, non hanno trovato un'unità teorica e hanno sviluppato correnti sensibilmente differenziate, centrate soprattutto sull'espressione individuale piuttosto che sulla dimensione sociale, e che non sono riuscite davvero ad imporsi in modo marcato e duraturo in ambito educativo. Queste proposte arrischiavano inoltre di limitare l'educazione fisica a una fun-

zione essenzialmente propedeutica e facilitatrice dell'apprendimento di concetti astratti e di conoscenze disciplinari, anziché renderla un intervento educativo autonomo che dovrebbe fare dell'azione motoria l'oggetto stesso dell'apprendimento.

### **Schema corporeo e rappresentazione del corpo**

Una delle nozioni privilegiate nel quadro delle riflessioni legate alla psicomotricità è quella di schema corporeo o immagine del corpo; un concetto chiave e trasversale, utilizzato seppur con qualche sfumatura in tutte le correnti psicomotorie e che trova la sua origine già a fine Ottocento. A lungo si è considerato che lo schema corporeo potesse essere acquisito attorno ai 10-12 anni, per cui si sono messi in atto esercizi mirati e standardizzati con l'obiettivo di percepire le differenze tra le diverse parti del corpo, affinare il tono muscolare, la coordinazione oculo-manuale e spazio-temporale, ecc. Ma lo schema corporeo è una realtà multisensoriale complessa, non riguarda soltanto la rappresentazione che abbiamo del nostro corpo grazie alle sensazioni esteroceptive (visive, tattili, ecc.) e integra le sensazioni propriocettive (provenienti da ricettori cinestetici situati all'interno di muscoli, articolazioni, ecc.), così come la dimensione psicoanalitica e sociale (peraltro già evidenziate da Paul Schilder nel 1950). Oggi si può essere portati a considerare l'esistenza di una molteplicità di immagini del corpo (Parlebas 1981, Berthoz 1997) e le attività motorie sembrano influire in modo differenziato sull'auto-rappresentazione. Partendo da queste ipotesi, Emmanuel Fernandes (2012, 2020) ha studiato l'influsso delle pratiche motorie sulle rappresentazioni corporee di numerosi bambini dell'età di 6-8 anni che hanno praticato in modo regolare, durante un anno, attività fisiche e sportive. I risultati mostrano che la pratica di un'attività fisica influenza e modula lo schema corporeo modificando la raffigurazione corporea iniziale. I bambini si sono disegnati sia nella loro specialità sia in altre discipline (mi disegno mentre faccio ginnastica attrezzistica, nuoto, judo, ecc.), in modo che potesse emergere la loro personalità (anche inconscia). L'impatto della pratica sulle percezioni è assai sorprendente: chi ha frequentato corsi di ginnastica attrezzistica ha privilegiato la perfezione dell'esecuzione e degli aspetti motori mostrando una rappresentazione del corpo precisa, simmetrica e proporzionata; chi ha praticato danza contemporanea (che

potrebbe sembrare affine alla ginnastica) ha prodotto delle rappresentazioni creative, immaginarie o poetiche e riempite di emozioni. I nuotatori si sono disegnati amplificando le mani e le braccia e mettendole in risalto rispetto al resto del corpo. Chi ha praticato judo ha messo in valore i piedi, che rappresentano il punto forte di ancoraggio, mentre i giocatori di pallamano hanno valorizzato il tronco come parte protettrice nell'interazione con l'avversario. In questi due sport, che prevedono la presenza di un avversario, sembrano inoltre presentarsi maggiori informazioni esteroceptive e gli allievi disegnano sovente elementi esterni al proprio corpo.

Constatato che bambini con corpi anatomicamente simili possano percepirli in modo così diverso in funzione degli spazi sensoriali specifici all'attività fisica esercitata, conferma la necessità di ripensare il modo con cui si studia il soggetto in relazione con le pratiche corporee.

### **Le pratiche corporee alla luce di una nuova scienza**

Nel fecondo periodo corrispondente alla seconda metà del Novecento sono state gettate le basi per quello che nella nostra introduzione abbiamo definito un cambiamento di paradigma riguardo alla corporeità. A partire dagli anni Sessanta, infatti, sempre in Francia, nasce un nuovo territorio scientifico che studia la motricità umana grazie all'impianto metodologico e sperimentale messo in campo da Pierre Parlebas, professore della Sorbona, che ha ripensato e rivoluzionato il punto di vista delle pratiche corporee studiandone la profonda relazione con la dimensione culturale e il contesto sociale; fattori che orientano in modo marcato gli usi del corpo. Il nuovo campo scientifico denominato 'scienza dell'azione motoria' o 'prasseologia motoria' (Parlebas 1999), pur considerando i percorsi relativi alle correnti psicomotorie e integrando gli sviluppi nell'ambito scientifico (in particolare delle scienze umane e delle teorie informazionali), è stato in grado di produrre un sapere originale e ignorato dalle altre scienze. Con questa nuova prospettiva vengono esplorati in profondità e in modo sistemico i rapporti che intercorrono tra la corporeità del soggetto e il contesto motorio nel quale agisce; si tratta di un paradigma che si appoggia su un'epistemologia rigorosa e che, pur non essendo mai stato alla moda, ha resistito e si è imposto nel tempo dando prova di legittimità e fecondità. Applicata e in-

segnata in numerose università nei diversi continenti, la prasseologia motoria si trova pure ad essere la base sulla quale è stata costituita l'area della motricità dell'attuale *Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese*. Per superare i concetti rivelatisi inadeguati di corpo e movimento, Parlebas conia la nozione di 'condotta motoria' e la mette al centro delle sue analisi, insistendo sul fatto che quando il soggetto agisce e mobilita il proprio corpo, è tutta la sua personalità (affettiva, cognitiva, espressiva, sociale e organica) a intervenire. Ogni attività riguardante il corpo in azione può essere analizzata in termini di condotta motoria, che considera però il punto di vista individuale associato alla messa in gioco corporea. Pertanto, quando si tratta di studiare il contesto (comprendente sia le condotte corporee di più soggetti che intervengono simultaneamente, sia l'insieme delle pratiche fisiche), viene introdotto il concetto più generale di 'azione motoria', che diventa quindi l'oggetto di studio specifico di questa nuova scienza. Si è già visto che la danza, il nuoto, la ginnastica attrezzistica, il judo e la pallamano influiscono in modo diversificato sul praticante. Ma per considerare tutto l'insieme delle attività corporee fisiche e sportive esistenti nei più disparati contesti sociali (dal jogging allo yoga, dallo snowboard al kitesurfing, dal gioco a nascondino al calcio, dal gioco dei tre campi al kabaddi di origine indiana, ecc.), la prasseologia motoria propone una classificazione sistemica suddividendo le pratiche corporee in grandi ambiti d'azione. Si possono così evidenziare similitudini e somiglianze, ma anche distanze e disuguaglianze che attraversano le pratiche fisiche. Alla base della classificazione vi è l'incertezza, una nozione chiave che consente di associare la specificità motoria alla dimensione informazionale percepita nel corso dell'attività (Parlebas 2021). In estrema sintesi, l'incertezza informazionale derivante dal contesto umano, fisico e sociale permette di differenziare le 'pratiche psicomotorie' (nelle quali il soggetto agisce senza entrare direttamente in interazione con altri partecipanti favorendo l'automatismo motorio) dalle 'pratiche sociomotorie' (che sollecitano intensamente la rete di comunicazioni corporee tra i partecipanti obbligando a metacomunicare). La classificazione distingue poi le pratiche svolte in un ambiente fisico privo di imprevedibilità (palestra, sala di danza, pista di atletica, ecc.) da quelle che si svolgono in un contesto nel quale il praticante è costantemente obbligato a decodificare l'informazione,

così da ridurre il più possibile la propria incertezza e adattare al meglio la risposta motoria (terreni accidentati, boschi, fiumi, pendii innevati, ecc.).

### **Attività corporee e valori educativi**

Studiare la natura profonda delle attività corporee, e classificarle, si rivela determinante anche in chiave educativa. Ciò consente di prendere la necessaria distanza dalle attività in funzione della programmazione didattica, al fine di mirare allo sviluppo armonico della personalità ricercato da tutti i sistemi scolastici. Ci si accorge così che le situazioni motorie possono essere reperite da un ampio bacino di attività, proponendo pratiche corporee appartenenti al vasto patrimonio culturale 'etno-motorio' composto da attività formali o informali, istituzionalizzate e non istituzionalizzate. Abbiamo sviluppato in modo approfondito il rapporto tra pratiche corporee e valori educativi nella nostra pubblicazione *Educazione in gioco* (2016), evidenziando come oggi le pratiche fisiche siano dominate dallo sport, la cui mondializzazione tende a uniformare le attività corporee e a imporre lo sport come ideale modello di riferimento sociale riguardo al rapporto con il corpo. In realtà lo sport è un'importantissima istituzione economica che genera soprattutto spettacolo ed è attenta più ai valori estetici che a quelli etici. Si tratta di una fonte di virtù discutibile e noi partiamo dal presupposto che non si possa parlare di generici 'valori dello sport'. Mettiamo pertanto in guardia riguardo al fatto di dare per scontato che praticando lo sport si ottengano automaticamente *transfert* positivi sullo sviluppo della personalità, e cioè che lo sport sia portatore di virtù quali la socializzazione, la lealtà, la solidarietà, ecc. È senz'altro legittimo ricercare per esempio la vittoria nella competizione, oppure realizzare la migliore performance possibile, ma per poter affermare che un'attività sia educativa occorre verificare se gli effetti attesi sono realmente ottenuti. È perciò necessario analizzare accuratamente le singole pratiche dalla prospettiva della loro logica interna, ossia dal punto di vista del rapporto che ogni situazione motoria intrattiene con lo spazio, il tempo, il materiale o con gli altri partecipanti. Gli strumenti della prasseologia motoria consentono di agire a più livelli per verificare le ipotesi educative direttamente sul campo, dove le condotte motorie interagiscono con gli ambiti d'azione diventando dei 'laboratori viventi in situazione globale e reale'. Possono così essere messe in atto

varie tipologie di ricerca-azione per rendere più efficaci gli interventi sul terreno e verificare se i valori auspicati – quali la coesione sociale, la lealtà, l'insorgere di benessere ed emozioni positive, l'inclusione dei soggetti più deboli o fragili, ecc. – siano davvero raggiunti. I risultati di una moltitudine di studi empirici effettuati da ricercatori attivi a livello internazionale nel contesto della prasseologia motoria confermano che gli ambiti d'azione hanno un impatto distinto e significativo sulla personalità dei soggetti, e ciò va senza dubbio tenuto in considerazione nella programmazione scolastica contemporanea.

### Conclusione

Studiare il soggetto che mobilita il proprio corpo è complesso quanto studiare la persona che pensa. Sebbene l'approccio multidisciplinare sia seducente, appare oggi necessario un nuovo punto di vista per analizzare il corpo in relazione alle attività fisiche.

La prasseologia motoria esce dai sentieri battuti e suggerisce un nuovo paradigma, che conferisce alle attività corporee un'identità originale. L'oggetto di studio di questa nuova scienza corrisponde all'azione motoria ed essa si manifesta attraverso le condotte motorie. Non si tratta più di contemplare semplicemente il movimento o le tecniche gestuali o sportive, ma di considerare le condotte motorie che investono tutta la personalità del soggetto in azione, consentendogli di esplorare ambiti d'azione che sollecitano risposte motorie in sintonia con i valori educativi e democratici ricercati. Con la sua modalità originale di porre i problemi, la prasseologia motoria offre un immenso campo di ricerche e sperimentazioni sulla corporeità. Ciò può interessare l'insieme dei professionisti e dei ricercatori che, riferendosi a tutte le fasi del ciclo della vita di un individuo, interagiscono con l'attività fisica umana, in ambito educativo, ma anche in quello sanitario, sociale, competitivo, ludico oppure estetico.

### Bibliografia

Aucouturier, Bernard; Lapierre, André, *I contrasti e la scoperta delle nozioni fondamentali*, Milano, Sperling & Kupfer, 1978.

Berthoz, Alain, *Il senso del movimento*, Milano, McGraw-Hill, 1998 (ed. or. 1997).

During, Bertrand, *La crise des pédagogies corporelles*, Paris, Scarabée, 1981.

Fernandes, Emmanuel, *Représentations du corps et spécialités sportives. Décryptage de 735 dessins d'enfants de 6 à 8 ans*, in "Ethologie et Praxéologie", n. 17, 2012, pp. 3-22.

Fernandes, Emmanuel, *Représentations du corps, structures de perceptions et décisions*, in *Prise*

*de décision et performance sportive: approche praxéologique*, a. c. di Iman Nefil e Mohamed Boutalbi, Paris, L'Harmattan, 2020, pp. 97-117.

Ferretti, Enrico, *Conoscersi, conoscere e comunicare attraverso il movimento*, Bellinzona, Ufficio insegnamento primario/Scuola magistrale cantonale, 1991.

Ferretti, Enrico, *Educazione in gioco. Giochi tradizionali, sport e valori educativi alla luce di una nuova scienza: la prasseologia motoria*, Bellinzona, Casagrande, 2016.

Le Boulch, Jean, *Verso una scienza del movimento umano. Introduzione alla psicocinetica*, Roma, Armando, 1975.

Parlebas, Pierre, *Jeux, sports et sociétés. Lexique de praxéologie*

*motrice*, Paris, INSEP, 1999 (ed. or. 1981).

Parlebas, Pierre, *À la recherche d'une classification pertinente*, in *Jeux sportifs, jeux de société et classifications*, a. c. di Michel Boutin e Pierre Parlebas, Paris, L'Harmattan, 2021, pp. 61-91.

Pavie, Xavier, *Exercices spirituels. Leçons de la philosophie contemporaine*, Paris, Les Belles Lettres, 2013.

Schilder, Paul, *L'image du corps*, Paris, Gallimard, 1968 (ed. or. 1950).

Vayer, Pierre, *L'équilibre corporel*, Paris, Doin, 1976.