

# la Via dell'Adattabilità





***www.selenecentrostudi.it***

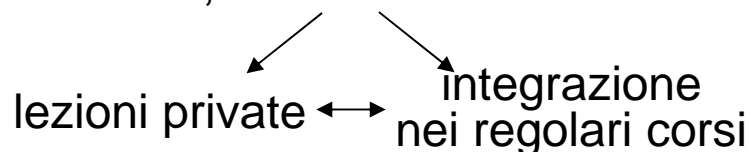
## **Scuola di Judo Tradizionale**

corsi per tutti i livelli, dai 4 ai ... 99 anni

*fondata nel 1990*

### **SUPER-ABILE**

persone con disabilità  
fisiche, mentali o sensoriali



*1992 Giappone, "Judo over the gap"*

### **FORMAZIONE PROFESSIONALE**

FIAT

Allianz Assicurazione

Intesa San Paolo

Credito Valtellinese

Continental

Engeneering

### **LABORATORIO SCOLASTICO**

dal 1998

#### **scuola primaria**

Tambroni - Bologna

Don Milani - Bologna

Marconi - Bologna

Tempesta - Bologna

Istituto comprensivo di Monterenzio

Costa - Bologna

Istituto Comprensivo di Dozza - Bologna

#### **scuola secondaria di primo grado**

Matteucci - Granarolo

Irnerio - Bologna

Istituto comprensivo di Loiano

Istituto comprensivo di San Venanzio di Galliera

Guercino - Bologna

Conservatorio - Bologna

Scuola Media Testoni Fioravanti - Bologna

Istituto Salesiani - Bologna

Istituto Comprensivo Anzola dell'Emilia

#### **scuola secondaria di secondo grado**

Istituto Salesiani - Bologna

Istituto Rosa Luxemburg - Bologna

Istituto Manfredi - Bologna

Istituto Fioravanti - Bologna

ITC Mattei - San Lazzaro di Savena

Liceo scientifico Fermi - Bologna

Istituto Professionale Malpighi - Bologna

Istituto tecnico e professionale Manfredi - Bologna

Istituto tecnico e professionale agrario Serpieri - Bologna

# Cos'è il Ju-Do ?

un'antica "arte marziale" ?



una tecnica di difesa personale ?



Quando è nato il Judo ?

Chi l'ha ideato ?

A quale scopo?



uno sport ?





Chi è il padre del Judo ?



prof. **Kano Jigoro** (Giappone, 1860-1938)

*Chi?*

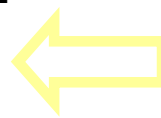
1973 - "G6"

*Cosa?*

*Quando?*

FUTURA CLASSE  
DIRIGENTE  
*giovani studenti  
universitari*

**METODO  
EDUCATIVO**



1922

presentazione del  
**Judo**

1868 Fine del "Medio Evo" giapponese





# UNA GRANDE SCOMMESSA

## “il Cuore Antico del Futuro”

*Recuperare il gap rispetto alle altre nazioni  
ma senza perdere la propria identità e valori*

Kano Jigoro realizza il JUDO estrapolando da **antiche**  
**“discipline di combattimento”** quei principi che  
possono **risultare utili nella società moderna.**



Dal film “L’ultimo Samurai” (2003)

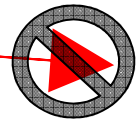
*“io appartengo al guerriero in cui la*

**VECCHIA VIA**

*si **UNISCE** alla **NUOVA**”*

# Il Judo è una disciplina di combattimento ! *tradizionale*

Cos'è un combattimento?



è un

CON-FRONTO

**“essere di-fronte”**



mettersi in gioco, esporsi,  
confrontarsi per crescere e  
dare un contributo agli altri

Superare gli atteggiamenti  
difensivi, di **paura**, “**chiusura**”,  
pensare **solo** a se stessi, ...

Il Judo è una disciplina di combattimento

E' PERICOLOSO?

**SI**  
*per fortuna!*



INCOSCIENTI o CORAGGIOSI

Chi ha  
**PAURA ?**

CONSAPEVOLEZZA (*coraggio*)

PREPARAZIONE (*tecnica*)

assumersi la **RESPONSABILITA'** delle PROPRIE AZIONI  
(*visione sociale*)

Qual è il progetto educativo di Kano Jigoro



**Il Judo è una disciplina collettiva  
metafora del combattimento**



**SAMURAI:** "colui che serve", si "tiene a lato"  
tutto se stesso all'azione senza pretendere i benefici"

**CONSAPEVOLEZZA**

**CONFRONTO**

**TECNICA**

**VISIONE SOCIALE**

non ferire

adeguarsi al  
contesto

codice di comportamento  
(etica)

精力善用

crescita  
individuale



crescita  
collettiva

自他共榮



la Via dell'Adattabilità

# ***“RESILIENZA”***

**La capacità di ritornare allo stato iniziale**  
dopo essere stati sottoposti ad una perturbazione

- far fronte in maniera positiva agli eventi traumatici;
- riorganizzare positivamente la propria vita dinanzi alle difficoltà.
- assorbire energia adattandosi alle condizioni esterne;

***“FAR FRONTE SENZA ESSERE DI-FRONTE”***

“voglio ma non posso”

“so ma non voglio”

“posso ma non so”

“so ma non posso”

“voglio ma non so”

“posso ma non voglio”

心  
SHIN

“cuore”  
**VOGLIO**

mi emoziona, mi piace, sono motivato

技  
GI

“mente”  
**SO**

sono preparato, lo conosco,  
lo so fare, ho una **tecnica** (tékhne=arte)

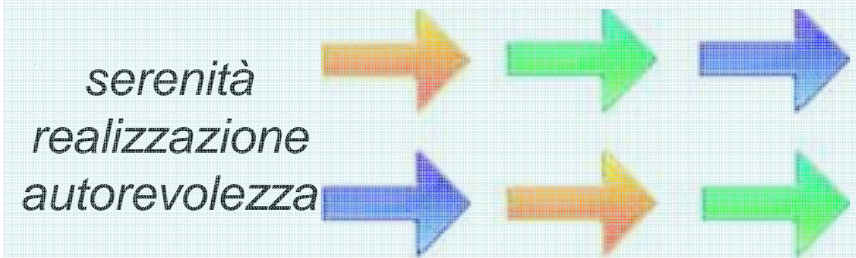
体  
TAI

“corpo”  
**POSSO**

vi sono le condizioni per farlo  
e posso metterlo in pratica



disagio  
sofferenza  
insoddisfazione



serenità  
realizzazione  
autorevolezza

**cosa vedo?**

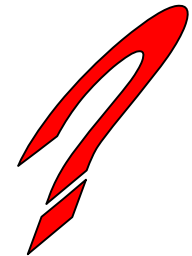


le **visioni** generano **emozioni**

le **emozioni** generano i comportamenti

*Quanto consapevolmente ?  
Posseggo una tecnica adeguata ?*

**AGIRE  
O  
RE-AGIRE**



conoscendo

osservando

stimolo → **emozione** ↔ **elaborazione** ↔ comportamento

# Come reagisco ad un determinato stimolo esterno



prof. Gilles Bui Xuan, Università Cote d'Opale (Francia)



Nessuna reazione allo stimolo proposto

**LIVELLO "0"**  
(*"fuori scala"*)



**LIVELLO "1"**  
*tappa emozionale*

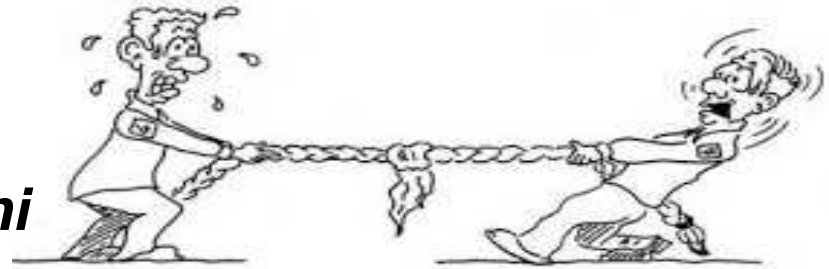


Reazione istintiva dissonante

**LE VISIONI GENERANO EMOZIONI CHE  
CONDIZIONANO I COMPORTAMENTI**

## LIVELLO "2"

*tappa funzionale: ricerca delle soluzioni*



reazione istintiva e coerente

*inizia il controllo dell'emozione  
mi chiedo "come funziona, "come si fa "*

**procedo per tentativi**



## LIVELLO "3"

*tappa tecnica*

**l'allievo richiede l'insegnamento  
di una tecnica per la soluzione del problema**

## LIVELLO "4"

*tappa della "contestualizzazione"*

## LIVELLO "5"

*tappa della **comprensione del  
significato dei gesti***

# “gestione educativa delle crisi comportamentali” *la vai dell’adattabilità*

## TECNICA:

adattarsi al **contesto**

non ferire

**valorizzare** la reazione dell’**altro**

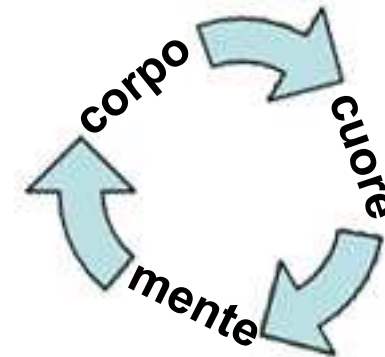
**non contrapporsi**

**per-suadere** = “rendere soave”

“saper cadere”  
trasformare le **sconfitte**  
in **nuove opportunità**

## RESILIENZA

adattarsi positivamente  
reagendo adeguatamente agli  
stimoli esterni



le **VISIONI** generano  
**EMOZIONI**  
che determinano  
**COMPORAMENTI**