

La direttrice, suor Ivana: «È un'attività formativa che non ha nulla a che fare con la violenza. Si insegna a gestire, anche dal punto di vista psicologico, le situazioni avverse»

# Corsi di autodifesa per gli alunni delle Dimesse

*Vengono proposti ai ragazzi di prima media per migliorare equilibrio e sicurezza in se stessi*

di ANNA ROSSO

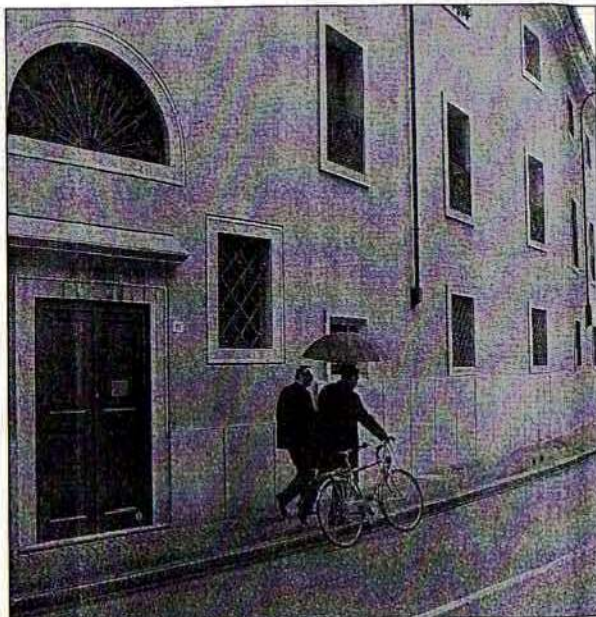
Corsi di difesa personale in una scuola religiosa. È l'originale "abbinamento" che già da due anni riscuote l'entusiasmo degli alunni delle medie al collegio Dimesse. Soddisfatti anche i genitori.

A spiegare come è nata quest'iniziativa è la direttrice, suor Ivana: «Circa tre anni fa il nostro insegnante di ginnastica, sapendo di poter contare sulla collaborazione dell'istruttore Marco Marsico, ha proposto lezioni di difesa personale per le nostre attività opzionali. All'inizio - ammette ancora suor Ivana - abbiamo avuto qualche perplessità, ma ogni dubbio è svanito quando abbiamo potuto comprendere meglio che cosa avrebbero potuto imparare i ragazzi: equilibrio, sicurezza in sé stessi, autodisciplina, rispetto e capacità di gestire le cosiddette "situazioni avverse". Gli insegnamenti - conclude la direttrice - ruotano attorno al principio secondo il quale le tecniche insegnate rappresentano uno strumento estremo, l'ultima risorsa che, come tale, andrà applicata solo in casi di reale pericolo e mai a scopo di aggressione. Non è un'attività violenta e non c'è contraddizione con la natura religiosa del nostro istituto».

I ragazzi che si iscrivono in prima media (ora scuola secondaria di primo grado) possono decidere se inserire i corsi di difesa personale tra le materie facoltative. Una volta fatta la scelta, tuttavia, saranno obbligati a impegnarsi per due ore a settimana sino alla fine dell'anno. E il loro rendimento sarà poi sintetizzato con un voto che comparirà sulla pagella.

Come accennato, gli studenti hanno dimostrato di gradire l'iniziativa della scuola Nannei Collegio Dimesse - che in città ha sede in via Treppo 11 - e infatti nel sito dell'Associazione sportiva di difesa personale multidisciplinare (fondata lo scorso anno dallo stesso Marsico e riconosciuta dal Coni) compaiono i loro commenti entusiasti.

«La difesa personale - scrive per esempio una giovane - serve, innanzitutto, per imparare a affrontare eventuali ag-



L'edificio di via Treppo 11 che ospita la scuola Nannei Collegio Dimesse

gressioni. Però serve anche a tararci sentire più sicuri di noi stessi. Per esempio adesso quando vado in giro in centro da sola mi sento molto meglio! Un altro motivo è che dopo una mattinata seduti nei banchi di scuola, fermi, muti a studiare, abbiamo bisogno di muoverci un po'».

«Il corso - sottolinea infine Marco Marsico, ingegnere di professione e cultore delle arti marziali da tanti anni - ha come tema principale "il rispetto di sé stessi e degli altri". È il terzo anno che lo proponiamo. L'anno scorso ho tenuto anche lezioni serali rivolte a studentesse universitarie».



Marco Marsico