

Corpo in movimento, libertà in relazione: una lettura pedagogica dello sport alla luce della *paideia* greca

The body in motion, freedom in relationship: a pedagogical interpretation of sport in the light of greek *paideia*

Valentina Berardinetti

Dottoressa di ricerca (PhD), Università di Foggia (Italia) e docente di Lettere presso il Liceo "E. Amaldi" di Bitetto (BA)
valentina.berardinetti@unifg.it

Abstract

In the Greek world, the *agōn* (regulated competition) constituted a holistic formative experience, in which body, mind and citizenship were harmoniously combined within *paideia*, understood as the process of the individual's complete education. This educational framework, founded on responsibility, the recognition of limits and community relations, found its ideal setting in the gymnasium: a place where young people cultivated *sōphrosynē* (moderation, self-control, temperance), a principle of balance that makes freedom possible and nurtures *philia* (solidarity-based friendship). In light of this paradigm, the question arises today as to how a pedagogical reinterpretation of the Greek competitive experience might contribute to the construction of a pedagogy of freedom and care within contemporary sporting contexts, restoring to the body a formative, relational and reflective value capable of transcending the logic of mere efficiency and performance. From this perspective, a pedagogical reflection on the relationship between physicality, competition and freedom can be fruitfully interwoven with the principles of sport pedagogy, embodied cognition and positive pedagogy, steering sports education towards a critical, relational and body-conscious approach. From a methodological point of view, this contribution takes the form of a theoretical-hermeneutic reflection, aimed at exploring the educational meanings implicit in the tradition of *paideia* and bringing them into dialogue with contemporary concepts and practices. It does not seek to propose an empirical investigation, but rather a conceptual and interpretative analysis grounded in historical, philosophical and pedagogical sources, aimed at offering new interpretative frameworks for the educational understanding of bodily and competitive experience.

Keywords: *paideia*; *areté*; self-care; transformative learning; educational community.

Nel mondo greco, l'*agōn* (competizione regolata) costituiva un'esperienza formativa integrale, in cui corpo, mente e cittadinanza si coniugavano armonicamente nella *paideia*, intesa come processo di educazione completa dell'individuo. Tale orizzonte educativo, fondato sulla responsabilità, sul riconoscimento del limite e sulla relazione comunitaria, trovava nel ginnasio il suo spazio privilegiato: luogo in cui il giovane coltivava la *sōphrosynē* (misura, autocontrollo, temperanza), principio di equilibrio che rende possibile la libertà e nutre la *philia* (amicizia solidale). Alla luce di questo paradigma, si pone oggi la questione di come una reinterpretazione pedagogica dell'esperienza agonale greca possa contribuire alla costruzione di una pedagogia della libertà e della cura nei contesti sportivi contemporanei, restituendo al corpo un valore formativo, relazionale e riflessivo, capace di superare le logiche di mera efficienza e prestazione. In tale prospettiva, una riflessione pedagogica sul rapporto tra corporeità, agonismo e libertà può intrecciarsi in modo fecondo con le istanze della *sport pedagogy*, dell'*embodied cognition* e della *positive pedagogy*, orientando l'educazione sportiva verso una visione critica, relazionale e consapevole del corpo. Da un punto di vista metodologico, il contributo si configura come una riflessione teorico-ermeneutica, finalizzata a esplorare i significati educativi impliciti nella tradizione della *paideia* e a metterli in dialogo con i concetti e le pratiche della contemporaneità. Esso non intende proporre un'indagine empirica, ma un'analisi concettuale e interpretativa fondata su fonti storiche, filosofiche e pedagogiche, volta a offrire nuove chiavi di lettura per la comprensione educativa dell'esperienza corporea e agonale.

Parole chiave: *paideia*; *areté*; cura di sé; apprendimento trasformativo; comunità educativa.

Citation: Berardinetti V. (2026). Corpo in movimento, libertà in relazione: una lettura pedagogica dello sport alla luce della *paideia* greca. *Pampaedia, Bollettino As.Pe.I.*, 200(1), 15-28.

Copyright: © 2026 Author(s). | **License:** Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).

Conflicts of interest: The Author(s) declare(s) no conflicts of interest.

DOI: <https://doi.org/10.7346/aspei-012026-02>



Introduzione

Nel mondo greco antico, l'esperienza agonistica non era concepita quale semplice esercizio di forza o competizione, ma si configurava come un percorso formativo globale, intrinsecamente volto alla costruzione dell'uomo nella sua integralità. L'*agon* (termine greco che indica competizione regolata e finalizzata alla crescita personale e comunitaria) rappresentava, infatti, una delle manifestazioni più alte della *paideia* – la formazione totale dell'individuo – poiché consentiva di mettere in relazione la dimensione corporea, quella intellettuale e quella etica in un processo unitario, volto alla realizzazione dell'*areté*, ossia dell'eccellenza morale e fisica. Tale eccellenza non consisteva nella perfezione formale della prestazione atletica, bensì nella tensione costante verso l'armonia tra virtù e misura, un equilibrio dinamico tra corpo e spirito che costituiva la premessa per ogni autentica forma di libertà (Zovko & Dillon, 2021; Horn, 2021).

In questo orizzonte educativo, il corpo non era mera entità biologica da addestrare o perfezionare, ma luogo epistemico dell'esperienza: attraverso la corporeità, l'individuo imparava a conoscere il mondo e se stesso, a esercitare il dominio sulle proprie inclinazioni, a riconoscere il limite e, dunque, ad assumere un comportamento responsabile nei confronti della comunità. Nei ginnasi, luoghi simbolici e concreti della formazione giovanile, si imparava a coltivare la *sophrosyne*, la virtù della misura e dell'equilibrio, che Aristotele avrebbe poi incluso nella categoria delle virtù etiche medie (*Eth. Nic.* II, 6), fondate sulla capacità di evitare gli eccessi e di riconoscere la giusta misura delle passioni (Simeone, 2021). In tale esercizio, la libertà non si configurava come assenza di vincoli o arbitrio della volontà, ma come esito di un processo disciplinare e riflessivo, radicato nell'autocontrollo e nella cura di sé (*epimeleia heautou*), anticipando in certa misura la concezione socratico-platonica dell'educazione come arte maieutica del conoscere se stessi e del prendersi responsabilmente in carico la propria esistenza.

Platone, nelle sue celebri opere *Leggi* e *Repubblica*, attribuisce all'educazione ginnica una funzione strutturale nella *paideia* del cittadino: il corpo in movimento diviene la via primaria per formare l'anima, poiché il rapporto armonico tra ordine corporeo e ordine morale riflette la gerarchia interiore della psiche. In questo senso, la ginnastica e la musica – le due colonne della formazione greca – operano congiuntamente: la prima educa alla forza temperata dalla disciplina, la seconda alla sensibilità orientata dal bene. L'obiettivo non è la vittoria agonistica in sé, bensì la formazione del carattere (*ethos*), il consolidamento di una soggettività capace di misura e responsabilità.

Dal punto di vista dell'attualizzazione pedagogica, questa visione può essere letta oggi alla luce delle teorie dell'*embodied cognition* (Baldassarre et al., 2025; Gallagher, 2019; Sasanelli et al., 2025) e della *sport pedagogy* (Light & Harvey, 2017), che condividono con la *paideia* l'idea del corpo come soggetto conoscente e relazionale.



L'*embodied cognition*, o “cognizione incarnata”, propone infatti che i processi cognitivi non siano separabili dal corpo e dall’ambiente, ma emergano dall’interazione situata tra percezione, azione e contesto. Muovendo da questa visione, il corpo non è semplice veicolo della mente, bensì condizione costitutiva della conoscenza e dell’esperienza educativa.

Analogamente, la *sport pedagogy* interpreta lo sport non come mero ambito di addestramento tecnico o di performance, ma come spazio formativo complesso, in cui la pratica corporea diviene occasione di apprendimento riflessivo, di costruzione identitaria e di relazione intersoggettiva.

In tale quadro, la tradizione agonale greca e la *paideia* trovano risonanza nelle teorie contemporanee che riconoscono la centralità educativa del corpo, inteso come *medium* di conoscenza, eticità e relazione.

Pindaro, nelle sue odi, coglie con straordinaria finezza questa dimensione pedagogica dell’agonismo: celebrando la gloria degli atleti, egli vede nella vittoria non tanto il trionfo individuale quanto la manifestazione della comunità e del divino nell’umano, l’attimo in cui l’armonia tra corpo, spirito e destino rende visibile l’ordine cosmico. L’eroe agonistico è un simbolo di equilibrio e di bellezza, ma anche di consapevolezza del limite: «Sii ciò che sei, impara a conoscere chi sei» (Pind. *Pyth.*, II, 72). Il principio del limite non è negazione della libertà, ma condizione della sua possibilità.

L’*agon* dunque, per i Greci, assumeva valore educativo in quanto esperienza di trasformazione. Nel conflitto regolato si sperimentava la vulnerabilità, la caduta, la necessità di rialzarsi: attraverso la fatica corporale e la disciplina, l’individuo scopriva la propria misura e, con essa, la dimensione comunitaria del vivere. La *philia*, ossia l’amicizia e la solidarietà tra compagni di palestra, nasceva da questa condivisa esperienza di limite e di crescita reciproca, radicandosi in un’etica relazionale prima che competitiva.

Questa visione complessa e articolata della *paideia* greca, che mette al centro il connubio tra libertà, misura e responsabilità, appare oggi di straordinaria attualità. Nell’era postmoderna, dominata da logiche di efficienza, performatività e produttività, il corpo rischia di ridursi a oggetto tecnico, a strumento funzionale al risultato. La pedagogia sportiva, se vuole essere autenticamente formativa, è dunque chiamata a recuperare la memoria della *paideia* come via verso la libertà in relazione, ridefinendo lo sport non come mezzo di prestazione ma come luogo di *cura di sé* e di costruzione della comunità.

La pedagogia fenomenologica, nella scia di Bertolini (2006) e di Colazzo (2024), offre una chiave ermeneutica feconda per questa riattualizzazione. In essa l’esperienza corporea assume valore rivelativo del senso: il corpo è la prima forma di conoscenza, il punto d’origine di ogni intenzionalità educativa. L’educazione, dunque, non può prescindere dalla concretezza del vissuto corporeo, che è espressione del progetto di significato che ciascun soggetto costruisce nel mondo. Come afferma Bertolini, educare significa mettere qualcuno in condizione di fare espe-



rienza, e il corpo è il primo *medium* dell'esperienza stessa. In questa prospettiva, la corporeità non è un semplice involucro dell'anima, bensì la trama viva del divenire personale, la soglia attraverso cui il soggetto incontra sé e l'altro.

Analogamente, Mortari (2006) individua nella cura l'asse paradigmatico del discorso pedagogico: la cura del corpo si intreccia con la cura dell'anima e della relazione. L'educazione sportiva, allora, non può essere considerata soltanto come addestramento tecnico, ma come pratica riflessiva, luogo di coltivazione di senso, di responsabilità e di etica. In essa si esprime la possibilità di un'“ecologia educativa” in cui i gesti, i tempi, i limiti, la fatica e il respiro corporeo divengono linguaggio pedagogico, occasione per costruire consapevolezza e relazioni di reciprocità.

Il richiamo di Fiore (2019) a John Dewey e al valore pedagogico del gioco nell'educazione democratica consente di ampliare ulteriormente il discorso: l'esperienza ludica è il prototipo di un apprendimento riflessivo e trasformativo, poiché mette l'individuo a contatto con l'incertezza, la regola, la cooperazione e la creatività. Lo sport, come il gioco, insegna che la libertà non è contrapposta alla norma, ma ne scaturisce come possibilità dialogica e partecipativa.

In questa direzione, l'idea di apprendimento trasformativo elaborata da Striano (2020) appare come il naturale prolungamento moderno della *paideia*: il processo educativo, quando è autentico, conduce a una ristrutturazione profonda delle prospettive di significato, ridefinendo il rapporto del soggetto con il proprio corpo, con l'altro e con il mondo. Lo sport, vissuto come esperienza riflessiva, può dunque diventare luogo privilegiato di trasformazione esistenziale, in cui il gesto atletico, liberato dal vincolo del risultato, si fa gesto di conoscenza e di relazione.

Sul piano pratico, questo paradigma trova una felice concretizzazione nella missione pedagogica del *Centro Sportivo Italiano* (CSI), istituzione che da decenni si propone di educare attraverso lo sport, interpretandolo quale strumento di crescita integrale della persona. Nella visione del CSI, lo sport non è fine a sé stesso ma mezzo di promozione umana, di inclusione sociale, di maturazione etica e spirituale. Tale impostazione rispecchia in modo sorprendente l'idea greca di *paideia*: la formazione attraverso il corpo come esperienza comunitaria, luogo di cura reciproca e di costruzione del legame sociale.

Il CSI, attraverso la formazione degli educatori, degli allenatori e degli arbitri, recupera l'antica funzione dei ginnasi: non semplici spazi di allenamento tecnico, ma laboratori di formazione umana. Progetti volti all'inclusione, alla sostenibilità, alla prevenzione del bullismo o alla tutela del benessere psicosociale testimoniano una visione dello sport intrisa di valore pedagogico, che riporta la pratica corporea al suo statuto originario di cura di sé e cura del noi. In questo senso, le carte etiche e i codici di condotta emanati dal CSI non si limitano a prescrivere comportamenti, ma incarnano un *ethos* comunitario che riconnette la libertà alla respon-



sabilità, la competizione alla solidarietà, il corpo al suo significato simbolico e formativo.

Ecco allora come l'orizzonte educativo dello sport, letto alla luce della *paideia* greca e reinterpretato alla luce della pedagogia fenomenologica contemporanea, ci restituisce un'immagine del corpo come "luogo della libertà in relazione": un corpo che pensa, sente, dialoga, si apre all'altro, prende forma nella reciprocità. Recuperare questa visione significa restituire allo sport – e all'educazione in generale – la capacità di formare persone consapevoli di sé, capaci di equilibrio, di misura e di comunità. Proprio lì, nel gesto corporeo disciplinato e condiviso, si rinnova il senso originario della *paideia*: la formazione di un'umanità libera perché responsabile, forte perché solidale, viva perché in relazione.

1. La *paideia* greca fondamento di un modello formativo integrale del corpo e dell'anima

L'educazione greca, fin dalle sue origini arcaiche, si fondava su una concezione olistica dell'uomo, nella quale corpo, mente e spirito formavano un'unità inscindibile. La *paideia* non era mera istruzione o addestramento tecnico, ma "cultura dell'umano", un processo continuo di perfezionamento etico ed estetico che investiva tutte le dimensioni della vita individuale e collettiva. Essa trovava il proprio scopo ultimo nella realizzazione dell'*areté*, l'eccellenza, intesa non come virtù elitaria, ma come tensione verso la forma compiuta del vivere bene all'interno della *polis* (città-comunità, spazio politico ed educativo). L'ideale dell'*kalokagathía* – la sintesi tra il bello (*kalós*) e il buono (*agathós*) – definiva la figura del cittadino pienamente formato, capace di armonizzare forza, misura, pensiero e virtù (Simeone, 2020).

Nel VI e V secolo a.C., il ginnasio (luogo di formazione fisica e spirituale dei giovani) e la palestra (spazio pubblico per l'educazione fisica e morale) erano le istituzioni che incarnavano concretamente tale progetto formativo. In essi, il corpo era inteso come *medium* educativo, attraverso cui la persona apprendeva il valore dell'equilibrio, della disciplina, della reciprocità e della perseveranza. Come nota Werner Jaeger, la ginnastica non costituiva una semplice preparazione alla guerra o alla competizione, bensì una vera e propria educazione alla bellezza e all'armonia (Horn, 2021). Movimenti, gesti e ritmi corporei costituivano linguaggi di significato, attraverso cui il giovane "scriveva" sé stesso nel mondo, in un dialogo continuo tra interiorità e *polis*.

Nel pensiero socratico e successivamente in quello platonico, questa educazione del corpo si eleva a simbolo di educazione dell'anima. Nella *Repubblica*, Platone ammonisce che la ginnastica disgiunta dalla musica genera brutalità, mentre la musica senza ginnastica produce mollezza: soltanto la loro giustapposizione garantisce l'armonia dell'anima (III, 410b-412a). La formazione fisica, dunque,



non è semplice strumento di vigore, ma esercizio di *logos* (ragione, parola, principio razionale) incarnato: attraverso il corpo disciplinato, l'anima impara la temperanza e la giustizia. La *sophrosyne* (autocontrollo, misura) è la virtù cardine di questo equilibrio, poiché connette l'educazione fisica all'etica della misura che regola l'agire umano.

Aristotele, nel terzo libro dell'*Etica Nicomachea*, rafforza questa prospettiva delineando le virtù etiche come abiti morali (*hexeis*) acquisiti mediante l'esercizio costante. La pedagogia del corpo diventa metafora di un'etica della pratica: ciò che si apprende attraverso l'abitudine corporea diviene disposizione stabile dell'anima. La virtù, dunque, non si insegna teoricamente, ma si coltiva attraverso l'esperienza incarnata. È un principio che anticipa – come preannunciato sopra – l'idea moderna di *embodied cognition* (Gallagher, 2019), secondo la quale il pensiero nasce dall'azione corporea e l'apprendimento è situato nel corpo che vive e sperimenta.

In questa visione, il corpo diviene luogo etico, il movimento diventa veicolo del bene, e la comunità competitiva dei giochi olimpici o panellenici diventa scuola della *polis*.

All'interno dell'orizzonte agonistico, tuttavia, non si celebra soltanto la vittoria: la sconfitta, la fatica e il limite fanno parte della dimensione educativa stessa. L'eroe vincitore, come il perdente, testimonia la necessità di confrontarsi con la propria finitudine e di trasformarla in consapevolezza. Gli inni di Pindaro sottolineano che l'atleta, dopo la vittoria, deve guardarsi dal delirio della *hybris* – la tracotanza – poiché solo riconoscendo la misura imposta dagli dèi potrà godere della gloria in modo giusto. La *sophrosyne* si rivela così la condizione imprescindibile della libertà: la libertà autentica nasce dal riconoscimento del limite, non dalla sua negazione.

Da un punto di vista pedagogico, tale concezione integra la dimensione dell'allenamento fisico con quella della formazione morale e spirituale. La *paideia* si realizza attraverso un triplice asse: la cura del corpo, la coltivazione dell'anima, la partecipazione alla vita della *polis*. Si tratta di un'educazione che non separa il privato dal pubblico, il sapere dal fare, ma costruisce un'identità cittadina fondata sulla partecipazione responsabile e sul rispetto dell'altro. In questo senso, la pratica ginnica non è solo esercizio individuale ma atto di *philia* (amicizia solidale): una comunione di intenti che si fonda sulla reciprocità e sulla condivisione del valore. È in questa comunità di corpi in movimento che il giovane greco apprende l'essenza della libertà: non come emancipazione dagli altri, ma come possibilità di agire con e per gli altri (Simeone, 2021).

Da una prospettiva teorico-comparativa, la *paideia* greca può essere posta in dialogo con alcune tendenze della *sport pedagogy* contemporanea – in particolare la *positive pedagogy* (Pant & Rastogi, 2024; Waters, 2021) e la *non-linear pedagogy* (Chow et al., 2021; Lee et al., 2014) – che, come la tradizione ellenica, ricono-



scono l'apprendimento corporeo come processo relazionale e dinamico, fondato sulla riflessione, l'esperienza condivisa e l'equilibrio tra struttura e libertà.

La *positive pedagogy*, infatti, orienta l'educazione sportiva alla valorizzazione delle potenzialità individuali e del benessere complessivo del soggetto, promuovendo ambienti di apprendimento basati su fiducia, cura e relazioni costruttive. La *nonlinear pedagogy*, ispirata ai principi dell'auto-organizzazione e della complessità, interpreta invece l'apprendimento motorio come un processo emergente e adattivo, nel quale l'atleta costruisce le proprie competenze attraverso l'interazione continua tra corpo, ambiente e vincoli situazionali.

Questa pedagogia dell'armonia e della misura si configura così come uno dei modelli più duraturi nella storia dell'educazione. Essa anticipa in molti aspetti l'idea moderna di educazione integrale, fondata sul nesso indissolubile tra corpo e spirito, tra apprendimento esperienziale e costruzione di senso. Rileggere oggi la *paideia* greca significa riscoprire un'antropologia dell'unità e della relazione, che appare quanto mai urgente in una società frammentata, dominata da modelli performativi e riduzionisti.

2. La reinterpretazione contemporanea come sviluppo di una pedagogia della cura e della libertà attraverso lo sport

Trasporre il nucleo valoriale della *paideia* greca nel contesto contemporaneo richiede di considerare l'evoluzione delle concezioni educative del corpo. Il passaggio dall'antichità alla modernità ha progressivamente separato la corporeità dal pensiero, riducendola prima a oggetto di disciplina (nell'età moderna cartesiana) e poi a strumento di efficienza produttiva (nell'epoca industriale e neoliberale). Tale deriva ha impoverito la dimensione simbolica e relazionale del corpo, confinando lo sport – soprattutto nel suo volto professionale – entro logiche di prestazione e di consumo.

In ambito educativo, tuttavia, la pedagogia fenomenologica ha riaperto la questione del corpo come soggetto di esperienza e non come semplice mezzo di esecuzione. Bertolini (2006) sottolinea che l'esperienza educativa è sempre incarnata e situata, ossia nasce dall'incontro concreto tra persone in un mondo condiviso. Il corpo, in questa ottica, è il "punto zero" della relazione educativa: è attraverso di esso che si sperimenta la prossimità, l'ascolto, l'empatia, la reciprocità. In tal senso, il movimento corporeo, quando interpretato pedagogicamente, è già forma di conoscenza e di comunicazione. Anche questa impostazione trova corrispondenze nella teoria dell'*embodied cognition* (Gallagher, 2019), nella *sport pedagogy* (Pant & Rastogi, 2024; Waters, 2021) e nella *non-linear pedagogy* (Chow et al., 2021; Lee et al., 2014), che condividono la convinzione che il sapere emerga da sistemi dinamici e incarnati, dove il corpo non è strumento ma luogo di costruzione di significato.



Mortari (2006) ha ampliato questa prospettiva sviluppando il paradigma della *cura*: educare significa sostenere la vitalità dell'altro, prendersi cura dell'altrui esistenza come valore relazionale. Lo sport, inteso in questo orizzonte, può divenire "pratica di cura" poiché insegna la responsabilità, la cooperazione e il rispetto dei propri limiti e di quelli altrui. Il gesto atletico che si fa espressione di misura e rispetto del corpo diventa testimonianza di *cura di sé* e *cura del mondo*. Tale impostazione contrasta radicalmente la logica dell'efficientismo sportivo contemporaneo, in cui l'allenamento tende spesso a violare i confini della sostenibilità fisica e psicologica.

Nella linea interpretativa di Striano (2020), lo sport può essere considerato un luogo privilegiato di *apprendimento trasformativo*, poiché mette il soggetto di fronte all'esperienza del limite e lo chiama a rielaborarla in termini di consapevolezza, resilienza e solidarietà. L'esperienza corporea diventa così processo di metamorfosi del sé, un'occasione per ricostruire il proprio orizzonte di senso a partire da ciò che si vive, non da ciò che si subisce. In termini contemporanei, la *positive pedagogy* sviluppa analoghi paradigmi di crescita basati su esperienze significative, riflessività e benessere relazionale.

Tale declinazione pedagogica trova un terreno fertilissimo nell'esperienza del *Centro Sportivo Italiano* (CSI), realtà che, fin dal secondo dopoguerra, interpreta lo sport come educazione integrale della persona e costruzione di comunità. Il CSI nasce da una prospettiva di valori cristiani con una vocazione dichiaratamente pedagogica: formare uomini e donne capaci di agire nel mondo secondo i valori della solidarietà, del servizio e della cooperazione¹. Nella sua missione, lo sport è definito come incontro di persone, e non come mera competizione. Si tratta, come affermano gli atti costitutivi stessi del CSI, di educare attraverso lo sport, non solo allo sport. Questa distinzione contiene in sé un'eco diretta della *paideia*: il ginnasio non era scuola di addestramento, ma luogo di formazione umana; così, il CSI non mira al risultato, ma alla crescita.

Attraverso la formazione continua di giovani, atleti, allenatori, dirigenti e arbitri, l'ente promuove un modello educativo in cui la corporeità è valore di relazione e la competizione diventa strumento di maturazione etica. Le attività dei comitati territoriali – dai tornei giovanili ai progetti di inclusione – incarnano quotidianamente un principio di *philia* contemporanea: lo sport come costruzione di legami, come terapia sociale, come spazio di riconoscimento reciproco.

Programmi come "D(i)ritto allo sport" (inclusione dei minori con fragilità sociali), "TuttInGioco" (promozione dello sport di base per tutti) o "Gimme Five" (educazione cooperativa attraverso il gioco di squadra) perseguono l'obiettivo di

1 Per ogni informazione sul Centro Sportivo Italiano (CSI) si fa riferimento al sito ufficiale al seguente link: <https://www.centrosportivoitaliano.it>.



rendere accessibile l'esperienza sportiva anche a categorie fragili e vulnerabili, coniugando il principio di equità con quello di apprendimento attraverso la partecipazione, la cooperazione, la variabilità situata e il *problem solving* corporeo.

L'intenzione pedagogica del CSI si manifesta anche attraverso le *Carte dei Valori* e i *Codici Etici*, che traducono i principi classici di misura e rispetto in linguaggio contemporaneo: rispetto della diversità, eco-sostenibilità, gratuità, educazione alla convivenza. In queste pratiche si riconosce una riflessione profonda sulla dimensione trasformativa del corpo in relazione, oggi inteso come soglia di incontro e come veicolo di democrazia educativa.

La filosofia del CSI, che concepisce il corpo come luogo di dignità e lo sport come veicolo di cura, può essere letta quale moderna *paideia* del movimento. Essa resiste a due tendenze opposte della società postmoderna: la biologizzazione del corpo (che lo riduce a prestazione) e la sua digitalizzazione (che tende a disincarnare l'esperienza). Di contro, il CSI propone un corpo "abitato", consapevole, relazionale: un corpo che educa e si lascia educare. In tale direzione, il gesto sportivo è un atto di responsabilità; il campo, una palestra morale; la vittoria, una forma di cooperazione.

È possibile allora riconoscere, nel dialogo tra la *paideia greca* e la pratica educativa del CSI, una continuità di fondo: in entrambi i casi l'educazione attraverso il corpo è strumento di costruzione della libertà in relazione. Oggi, come ieri, la vera *areté* non consiste nel primeggiare sugli altri, ma nel comandare se stessi; non nell'accumulare trofei, ma nel tessere legami di senso.

Dunque, non si tratta semplicemente di replicare un modello classico ormai distante, ma reinterpretarne il nucleo antropologico alla luce della complessità attuale. In un contesto storico in cui il corpo è spesso ridotto a mezzo di prestazione o a immagine mediatica, la *paideia* può ancora offrire una chiave operativa per ricomporre il legame tra corpo, conoscenza e libertà. Essa non è archetipo immobile, ma forma dinamica di pensiero educativo, che si rigenera ogni volta che la relazione pedagogica torna ad assumere il corpo come luogo di senso, di presenza e di riconoscimento reciproco.

Tenendo conto di ciò, la crisi contemporanea della corporeità non rappresenta soltanto un segno di smarrimento, ma un punto di partenza per un rinnovato slancio pedagogico. È precisamente di fronte alla frammentazione del vivere – tra la smaterializzazione digitale, la pressione performativa e le disuguaglianze sociali – che emerge l'urgenza di tradurre i principi della *paideia* in pratiche educative incarnate, capaci di restituire unità al soggetto e coesione al tessuto comunitario (Isidori, 2017).

Da qui si delinea una pedagogia del corpo come *praxis* (azione), in cui sport, movimento ed educazione fisica si configurano come spazi privilegiati per riformulare la relazione tra *bios* (vita concreta) e *logos* (parola, pensiero, razionalità). La *paideia* non resta allora un richiamo teorico, ma diventa orizzonte generativo



di pratiche: esperienze educative che permettono di *conoscere attraverso il corpo*, di *educare nel corpo* e di *formarsi insieme agli altri corpi*.

Su questa base, è possibile individuare alcune linee operative di attualizzazione pedagogica della *paideia*, capaci di integrare riflessione teorica e azione educativa.

Una prima direzione riguarda la formazione di coloro che, nello sport, rivestono ruoli educativi. Nella Grecia antica, il *paidotribes* (maestro di ginnastica, colui che educa i fanciulli) e il *ginnasiarca* (direttore dei ginnasi, garante dell'educazione civica) erano mediatori tra disciplina e comunità; oggi, l'educatore sportivo è chiamato a svolgere un ruolo analogo, rinnovato alla luce della pedagogia riflessiva e relazionale. Egli è guida, facilitatore di consapevolezza, promotore di cooperazione e interprete del limite. Tale ruolo richiede un profilo professionale complesso e interdisciplinare, nel quale le competenze tecnico-motorie si integrino con saperi psicopedagogici, comunicativi e interculturali, oltre che con sensibilità estetica ed etica. La formazione dei formatori dovrebbe includere approfondimenti sugli approcci fenomenologici al corpo, sulla pedagogia della cura (Mortari, 2006), sull'etica relazionale e sulla gestione educativa del conflitto, per promuovere una cultura sportiva fondata sulla reciprocità e sull'inclusione.

Una seconda linea di ricerca riguarda la progettazione degli spazi educativi sportivi. L'antica palestra greca non era solo luogo di esercizio, ma piazza civica, crocevia di dialogo e riflessione. Riprenderne l'eredità significa oggi concepire palestre, centri e impianti sportivi come spazi di incontro, accessibili, sostenibili e aperti alla comunità. Lo sport, in questa chiave, è laboratorio di democrazia: spazio di apprendimento dei valori della corresponsabilità e della solidarietà.

Un terzo ambito, di grande attualità, concerne l'inclusione delle diversità corporee. Se la *paideia* classica tendeva a un modello elitario, la pedagogia contemporanea deve invece sviluppare una *paideia* inclusiva, in cui ogni corpo – indipendentemente da abilità, età, genere o condizione – diventi portatore di valore educativo (Moliterni & Magnanini, 2018; Sangalli & Borgogni, 2024). Lo sport integrato, promosso da enti come il CSI, ne rappresenta una realizzazione concreta: costruire comunità attraverso il corpo condiviso, trasformando la vulnerabilità in occasione di apprendimento collettivo.

Al contempo, è necessario interrogare il rapporto tra corporeità e tecnologie digitali. Nella società iperconnessa, il corpo rischia di ridursi a immagine e dato numerico. Tuttavia, se integrate criticamente, le tecnologie possono favorire nuove forme di consapevolezza corporea e di riflessione pedagogica. Compito dell'educatore è allora quello di fungere da mediatore ermeneutico tra l'esperienza incarnata e il suo riflesso digitale, mantenendo la centralità del soggetto nell'uso del dato.

Infine, il rinnovamento della *paideia* non può prescindere dalla dimensione ecologica. Educare attraverso il corpo significa anche educare al rispetto del corpo della Terra. Lo sport, in quanto pratica di misura, equilibrio e armonia, può di-



ventare luogo di sperimentazione di una ecologia integrale, nella quale salute personale, benessere comunitario e sostenibilità ambientale coincidano.

Il rinnovamento contemporaneo della *paideia* passa, dunque, attraverso un riposizionamento pedagogico radicale: dal corpo come mezzo performativo al corpo come luogo di apprendimento, di relazione e di cittadinanza. In questo orizzonte, lo sport si configura come linguaggio universale dell'educazione, capace di connettere generazioni, culture e forme di vita differenti. Il corpo si fa parola, luogo di espressione e appartenenza, mediatore tra interiorità e mondo.

Una *paideia* del XXI secolo dovrà essere, in ultima analisi, una pedagogia del movimento e della libertà responsabile: una libertà non assoluta, ma relazionale, che si costruisce nel riconoscimento dei limiti e si affina nella reciprocità. Solo così l'antico principio dell'armonia tra corpo e anima potrà rinnovarsi come etica planetaria della coesistenza, restituendo all'educazione la sua missione più alta: formare uomini e donne capaci di abitare responsabilmente il mondo.

Conclusioni

L'idea greca di *paideia* rappresenta, ancora oggi, una chiave interpretativa di inesauribile fecondità per la pedagogia dello sport e, più ampiamente, per il pensiero educativo contemporaneo. Essa ci riconduce a una visione integrale dell'essere umano, nella quale corpo, mente e spirito non sono dimensioni giustapposte ma momenti di un medesimo processo di formazione e di significazione. In un tempo storico in cui la corporeità è spesso ridotta a oggetto tecnico da ottimizzare, a strumento di efficienza o a superficie estetica da modellare, la *paideia* ci invita a rovesciare la prospettiva: il corpo non è un oggetto da plasmare, bensì un soggetto da ascoltare, un luogo di senso che parla, apprende e insegna. Nel gesto corporeo, nel respiro, nella fatica e nella disciplina del movimento si dispiega un sapere originario che precede ogni concettualizzazione e che costituisce la trama minima della nostra umanità condivisa.

Allo stesso modo, l'agonismo autentico, secondo la tradizione greca, non è espressione di sopraffazione, ma momento relazionale in cui l'individuo misura se stesso nel confronto con l'altro. L'*agon* è dialogico, non distruttivo: è il luogo della reciprocità e della responsabilità, in cui l'altro è condizione della mia stessa crescita. Vincere nell'orizzonte della *paideia* non significa dominare, ma cooperare al compimento di un bene comune (Bellantonio, 2018). La libertà, in questo quadro, non è un dato posseduto, ma un compito etico che si conquista nell'esercizio della misura e della cura – *sophrosyne* come equilibrio, *epimeleia* (prendersi cura di sé, dell'altro e del mondo come atto educativo e morale) come attenzione. L'educazione sportiva che si ispira a questo paradigma diviene così un processo di autoconoscenza: il corpo, attraverso il movimento, diventa un campo di con-



sapevolezza, una grammatica dell'esistenza che insegna la delicatezza del limite e la forza della solidarietà (Petrini, 2025).

Ritrovare l'unità tra corpo e spirito, tra individuo e comunità, significa dunque restituire alla pedagogia la sua natura esperienziale e fenomenologica, sottraendola a una visione astratta e formalizzata dell'apprendimento. L'educazione non accade nei concetti, ma nei gesti; non si esprime solo in parole, ma si manifesta attraverso la relazione incarnata, nel "corpo a corpo" con il mondo e con gli altri. Il movimento, in questa prospettiva, non è semplice attività motoria, ma evento simbolico, spazio di rivelazione del sé. L'azione corporea diviene così *medium* etico ed estetico: etico perché rivela il senso dell'agire responsabile, estetico perché svela la forma della bellezza come armonia tra intenzione e gesto, tra individuo e comunità, tra interno ed esterno (Simonetti, 2024).

Su questo crinale si colloca la proposta di una vera e propria "pedagogia della libertà incarnata": una pedagogia che riconosce la libertà non come emancipazione da ogni vincolo, ma come consapevole adesione ai principi della misura, della relazione e della responsabilità. La libertà incarnata è libertà relazionale; essa nasce dall'incontro e si fa esperienza dialogica, nella quale il corpo stesso diventa il luogo della comprensione reciproca. Il corpo in movimento, allora, non è solo un organismo che agisce, ma un linguaggio che comunica, un *logos* visibile che istituisce senso e cittadinanza. Entro questo quadro teorico, lo sport si configura come spazio pubblico dell'educazione, una micro-polis in cui si apprende a convivere, a rispettare, a partecipare: un laboratorio civico nel quale il gesto sportivo si traduce in gesto politico e pedagogico (Amadini et al., 2019).

Accanto alla riflessione teorica, si impone una constatazione pratica: esperienze contemporanee come quella del *Centro Sportivo Italiano* testimoniano la possibilità concreta di incarnare questa eredità antica in percorsi educativi attuali. Il CSI, con la sua lunga storia di impegno educativo e di promozione sportiva ispirata a valori di solidarietà, inclusione e partecipazione, riprende l'intuizione greca secondo cui l'educazione del corpo è sempre anche educazione dell'essere. L'attività sportiva, così intesa, non si limita a sviluppare abilità fisiche o competenze tecniche, ma diventa un itinerario esistenziale nel quale ciascuno impara a "stare al mondo" con equilibrio e responsabilità. In tale prospettiva, l'allenatore, l'educatore sportivo o il dirigente non è un mero istruttore, bensì un *maieuta* in senso socratico: colui che guida il soggetto a riconoscere la propria interiorità attraverso l'esperienza condivisa del corpo in movimento.

Nessuna libertà autentica è possibile fuori dalla relazione: questo principio, che la *paideia* proclamava esplicitamente, trova nel contesto sportivo contemporaneo una sua risonanza educativa fondamentale. La libertà individuale non è isolamento, ma capacità di riconoscere e accogliere la libertà dell'altro. L'esperienza sportiva, se vissuta alla luce di questa consapevolezza, produce comunità, genera senso di appartenenza, trasforma la competizione in cooperazione. Essa diventa



metafora sociale di una convivenza fondata non sull'antagonismo distruttivo, ma sulla tensione condivisa verso il miglioramento reciproco (Balzano, 2020).

In una società segnata dalla frammentazione e dalla virtualizzazione dei rapporti, lo sport interpretato in chiave *paideutica* – vale a dire come cura del sé e dell'altro, come luogo di esperienza concreta e incarnata – assume una funzione rigeneratrice. La dimensione corporea del vivere, spesso negata o compressa, torna a farsi protagonista di un discorso educativo che restituisce profondità al tempo e densità al gesto. Attraverso l'esercizio, la disciplina, la fatica e la gioia del movimento, il soggetto riscopre la propria appartenenza al mondo, la propria capacità di incidere nel reale, la propria necessità di porsi in relazione.

Lo sport, nella prospettiva paideutica, diventa così una vera e propria “poetica dell'esistenza”: un modo di “abitare poeticamente” il corpo e la comunità, di costruire spazi nei quali il gesto individuale si intreccia al respiro collettivo. In esso si attualizza quella tensione verso l'*areté* che costituisce il filo rosso della civiltà occidentale: la ricerca incessante di un equilibrio tra potenza e misura, tra libertà e responsabilità, tra singolarità e comunione.

Rileggere oggi la *paideia* alla luce delle sfide educative contemporanee significa, in ultima analisi, rivendicare una pedagogia dell'unità contro la frammentazione, una pedagogia della cura contro l'indifferenza, una pedagogia dell'esperienza contro l'astrazione metodologica. Essa richiama l'educatore a un compito primario: quello di ascoltare il corpo – proprio e altrui – come luogo di verità e di presenza, come linguaggio originario dell'essere. Soltanto restituendo al corpo il suo valore formativo, etico ed estetico sarà possibile ripensare la libertà come compito e la comunità come destinazione.

In questo senso, la *paideia* non appartiene al passato, ma al futuro: continua a definire l'umano nel suo incessante desiderio di libertà, di bellezza e di bene condiviso. Essa ci ricorda che educare al corpo significa educare alla responsabilità, alla misura e alla speranza; e che ogni gesto atletico, quando è espressione di cura e di ascolto, diventa testimonianza vivente di quell'antico sogno greco: l'unità armoniosa dell'uomo con sé stesso, con gli altri e con il mondo.

Riferimenti bibliografici

- Amadini, M., Ferrari, S., & Polenghi, S. (2019). *Comunità e corresponsabilità educativa. Soggetti, compiti e strategie*. Lecce: Pensa MultiMedia.
- Aristotele (1986). *Etica Nicomachea*. Milano: Rizzoli.
- Baldassarre, M., Tamborra, V., & Dicorato, M. (2025). Embodied Cognition e Blended Learning nel contesto della formazione universitaria. *Journal of Inclusive Methodology and Technology in Learning and Teaching*, 5(2).
- Balzano, V. (2020). *Educare alla cittadinanza sociale*. Bari: Progedit.
- Bellantonio, S. (2018). L'altra faccia della medaglia. L'agonismo secondo la prospettiva della pedagogia dello sport. *Formazione & insegnamento*, 16(1 Suppl.), 73-82.



- Bertolini, P. (Ed.). (2006). *Per un lessico di pedagogia fenomenologica*. Trento: Erickson.
- Chow, J. Y., Davids, K., Button, C., & Renshaw, I. (2021). *Nonlinear pedagogy in skill acquisition: An introduction*. London: Routledge.
- Colazzo, S. (2024). Sulle tracce di Piero Bertolini per un lessico di pedagogia fenomenologica. *Segni e Comprensione*, 38(107).
- Fiore, A. (2019). Democrazia e educazione: il valore pedagogico del gioco in John Dewey. *Per la filosofia: filosofia e insegnamento: XXXVI*, 106, 2019, 97-104.
- Gallagher, S. (2019). Embodiment: Leiblichkeit in den Kognitionswissenschaften. *Leiblichkeit. Geschichte und Aktualität eines Konzepts*, 2, 354-377.
- Horn, C. (2021). Werner Jaeger's Paideia and his 'Third Humanism'. In *Bildung and Paideia* (pp. 134-143). London: Routledge.
- Isidori, E. (2017). *Pedagogia e sport. La dimensione epistemologica ed etico-sociale*. Milano: FrancoAngeli.
- Lee, M. C. Y., Chow, J. Y., Komar, J., Tan, C. W. K., & Button, C. (2014). Nonlinear pedagogy: an effective approach to cater for individual differences in learning a sports skill. *PloS one*, 9(8), e104744.
- Moliterni, P., & Magnanini, A. (2018). Lo sport educativo per una società inclusiva. *Tra esperienze, problematiche e prospettive*. Milano: FrancoAngeli.
- Mortari, L. (2006). La cura come asse paradigmatico del discorso pedagogico. *Cura in pedagogia: linee di lettura. Studi e ricerche sulla formazione. Saggi*; 3, 1000-1025.
- Pant, D., & Rastogi, A. (2024). Development of wellbeing among school learners through positive pedagogy. *International Journal of Wellbeing*, 14(2).
- Petrini, M. (2025). Allenare il fair-play per educare alla pace. Il significato pedagogico della competizione sportiva. *Journal of Health Care Education in Practice*, 7, 77-86.
- Pindaro (2018). *Pitiche*. Milano: BUR Rizzoli.
- Platone (2008). *La Repubblica*. Santarcangelo di Romagna: Rusconi Libri.
- Sangalli, S., & Borgogni, A. (2024). Percorsi sghebbi nell'inclusione sociale: i ragazzi difficili e lo sport Studio su due progetti realizzati a Bergamo. *Nuova Secondaria*, 41(10).
- Sasanelli, L. D., Ranieri, G., & Campanale, R. (2025). Embodied Education in the framework of Universal Design for Learning: connections and synergies. *Journal of Inclusive Methodology and Technology in Learning and Teaching*, 5(2).
- Simeone, M. (2020). Paideia: la potenza del mito come formazione e prevenzione del bullismo. *Education & Learning Styles*, (1), 37-49.
- Simeone, M. (2021). La paideia dell'uomo greco. Dall'età arcaica a Platone. *Education & Learning Styles*, (1/2021), 32-56.
- Simonetti, C. (2024). Scuola e società: costruire una comunità educante nei contesti formali a partire dal corpo/corporeità. *Cultura pedagogica e scenari educativi*, 2(1), 030-036.
- Striano, M. (2020). L'apprendimento trasformativo. *Pedagogia e Vita*, 78(2/2020), 36-48.
- Waters, L. (2021). Positive education pedagogy: Shifting teacher mindsets, practice, and language to make wellbeing visible in classrooms. In *The Palgrave handbook of positive education* (pp. 137-164). Cham: Springer International Publishing.
- Zovko, M. E., & Dillon, J. M. (Eds.). (2021). *Bildung and paideia: philosophical models of education*. London: Routledge.

