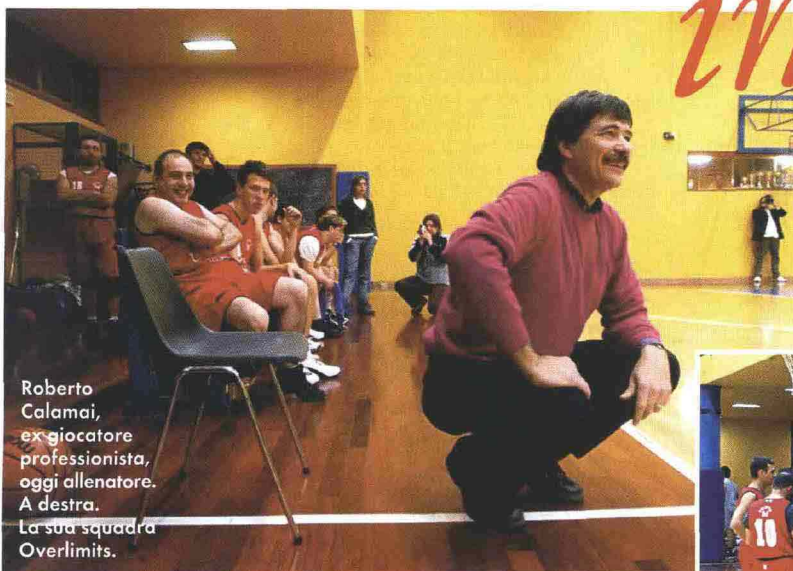


ellespeciale

# Puntare in alto



Roberto Calamai, ex giocatore professionista, oggi allenatore. A destra. La sua squadra Overlimits.

*Guardare sempre al cielo, mai a terra. È la regola d'oro con cui un ex campione di basket allena ragazzi disabili. Con risultati sorprendenti*

di ISA GRASSANO



**d**a un po' di tempo Sofia manifestava, a suo modo, una certa curiosità per il pallone: un'occhiata rapida ogni tanto, ma nulla di più. Gli altri erano ormai entrati in confidenza con la palla. Sofia invece soffriva. Anche lei voleva accarezzarla, stringerla, ma una parte di lei non era ancora pronta. Avrebbe voluto giocare e, nel contempo, non voleva. Le sue mani si allungavano verso la palla e poi si ritraevano. E piangeva. Mi è venuta un'idea: farmi scivolare la palla sulle gambe, stando seduto. Fermarla con i piedi, e di nuovo ricominciare.

Il gioco ha cominciato a coinvolgerla: continuava a piangere, ma non mi respingeva più. Ho preso le sue mani e, insieme, abbiamo fatto correre la palla sulle sue gambe. Sofia l'ha lasciata scivolare e mi ha sorriso. Poi mi ha preso per mano e mi ha portato sotto il canestro. Era troppo alto per lei. Allora ha preso da sola un tavolo, è salita e ha tirato. Alla fine dell'al-

lenamento mi ha salutato con un "ciao". Per la prima volta da quando la conoscevo mi aveva parlato».

## UNA TERAPIA FISICA E MENTALE

Si emoziona ancora Marco Calamai nel raccontare quest'episodio di tanti anni fa. Lui, ex campione di basket (giocava nella Fortitudo di Bologna) e allenatore di serie A per oltre dieci stagioni, una laurea in filosofia, insegnante di lettere, da tredici anni allena un gruppo di ragazzi "atipici": Sofia, Fabio, Junior, Cristiano, Marco, Andrea, Matteo, Annalisa, Noemi, Simone. Tutti down, cerebrolesi, autistici, psicotici. Calamai, con pazienza e semplicità, li ha avvicinati alla pallacanestro. Ha fatto sì che attraverso la palla interagissero con gli altri e, di conseguenza, con il mondo, e attraverso il gioco imparassero a comunicare.

«Il basket», spiega, «è l'unico sport che tende al cielo, lontano dai limiti

terreni. E questa è una rivoluzione per chi è abituato a guardare sempre per terra». Ma il contatto con questi adolescenti è stata una rivoluzione anche per lui. «Era l'estate di tredici anni fa ed ero senza lavoro. Il mondo dorato del professionismo cominciava a starmi stretto. Un giorno, per caso, incontro i ragazzi della Lucciola di Modena, un centro di terapia integrata per l'infanzia, guidati dalla dottoressa Emma Lamacchia. In realtà li avevo già conosciuti, ma forse allora non ero pronto io. Non sapevo nulla di disabilità mentale, però avevo molta esperienza di gioco. Così ho proposto alla neuropsichiatra di unire le nostre forze, la sua esperienza di medico e la mia passione per lo sport. Di mettere insieme terapia fisica e mentale, attività pedagogica e di squadra, in modo da favorire il processo di integrazione».

**GLI "ESERCIZI" DI CALAMAI**

1. Applicare il metodo di gioco non come uno schema o un elenco di concetti, ma un percorso di ricerca prima interiore e poi di sperimentazione, al di là del conosciuto e del codificato.
2. Essere animati dalla curiosità di sapere, senza fermarsi di fronte a un silenzio o a un rifiuto. Si scoprirà un mondo ricco e ignoto bussando delicatamente con una palla a quella porta che lo difende e protegge.
3. Saper puntare sulle qualità di ogni ragazzo disabile.
4. Sfruttare il piacere del gioco.
5. Far diventare lo scambio della palla un vero strumento di comunicazione tra chi, per paura o incapacità, non riesce ad aprirsi e a interagire con la parola.

**UNA SQUADRA DIVERSA**

Nasce così il "metodo Calamai", basato sulla valorizzazione delle qualità di ognuno, senza fermarsi ai limiti. Un metodo semplice, con poche regole da seguire e attrezzature elementari: la palla, un tavolo, una sedia, una panca, oggetti che rappresentano "l'esterno" con cui i diversamente abili accettano di venire a contatto. «Se è diventato un metodo è perché centinaia di ragazzi e sempre più istruttori in Italia lo seguono e, soprattutto, perché molti ne hanno dimostrato l'efficacia sul campo e fuori dal campo».

Un metodo che è ormai applicato in quattordici città italiane (tra cui Roma, Milano, Rimini, Cattolica, Pavia, Firenze) e studiato nelle università. A Bologna è stata creata anche una squadra, la Fortitudo Emilbanca Overlimits, con una formula originale e vincente: "3 + 2", tre giocatori normodotati e due diversamente abili. Iscritta al campionato Anspi (Associazione nazionale degli istituti di San Paolo, una sorta di campionato delle parrocchie che si svolge in tutte le regioni), è in pratica un team differenziato per abbattere le barriere e la paura del "diverso".

«Con i miei ragazzi mi comporto come mi comportavo con i miei giocatori

di serie A», precisa Calamai. «Li rimprovero se è necessario, pretendo che rispettino le regole, che mi ascoltino quando insegno. All'inizio i genitori rimangono un po' perplessi, ma poi capiscono. Trattare i ragazzi "diversi" come persone normali li aiuta a farli sentire "uguali" agli altri».

**LA GIOIA DI CORRERE**

«La prima volta che ho portato mio figlio in palestra», ricorda Enza, mamma di Junior, un ragazzo di quasi vent'anni con un ritardo medio e una serie di problematiche fisiche, «sono rimasta sconvolta dal modo in cui Calamai si rivolgeva ai ragazzi. Urlava e li rimproverava. Ho detto a Junior che

*“Centinaia di ragazzi hanno dimostrato la validità del mio metodo dentro e fuori dal campo”*

quella sarebbe stata la prima e ultima volta che faceva questi allenamenti, ma lui mi ha risposto che non capivo nulla e che l'atteggiamento del coach era quello giusto, perché dava delle regole, come si fa con i veri professionisti. Ora, ogni settimana, mio figlio aspetta il giorno della pallacanestro con ansia. Prepara la borsa in anticipo, consulta nervosamente l'orologio, pur senza conoscerne la lettura e, dopo tanti anni di basket, posso dire che cammina e si muove meglio. È meno timido, più a suo agio tra le persone. Non ha mai parlato fuori di casa fino a 14 anni, ora fa il karaoke davanti a tutti».

Anche per Fabio (un ragazzo down venticinquenne) il basket è stata una grande opportunità, come racconta sua madre Mary. «Fabio aveva difficoltà a relazionarsi. Il gioco di

gruppo ha permesso a noi di capire le sue reali capacità di ascolto e a lui il significato di solidarietà e di aiuto». Sono felici dei progressi anche Manlio ed Esther, genitori di Cristiano: «Un giorno è venuto verso di noi correndo. Non lo vedevamo correre da anni. Rideva felice».

Marco Calamai condivide con i familiari tutti questi piccoli successi. «Sono rimasto un allenatore a tutti gli effetti, ma sicuramente più completo. Più ricco di quell'umanità che questi ragazzi mi hanno permesso di scoprire. Vorrei che altri allenatori sentissero la mia stessa voglia di osare, che riuscissero a pensare e a trovare altre soluzioni, alternative o integrative, al mio metodo».

Calamai, che a breve inizierà anche una collaborazione con il Cip, Comitato italiano paraolimpico, sorride sotto i baffoni neri. Il suo cammino è solo a metà. Tanti altri ragazzi l'aspettano. «Voglio ringraziare Marco per quello che fa per noi», dice Fabio. Lui fa fatica a parlare ma per questa frase ha scandito d'un fiato le parole. E questa fiducia è per l'allenatore il più grande incoraggiamento e insieme la più grande vittoria. *Isa Grassano*

**LA VOGLIA DI OSARE**

Marco Calamai ha raccontato la sua appassionante avventura di allenatore di ragazzi diversamente abili nel libro *Uno sguardo verso l'alto* (Franco Angeli Editore). Scritto con linguaggio semplice, ricco di consigli su esercizi pratici e descrizioni delle varie funzioni, svela tutti i segreti di una disciplina speciale come la pallacanestro e le caratteristiche di un sistema di allenamento che negli anni è diventato un vero "metodo". Non mancano i ricordi personali dell'esperienza da allenatore e le testimonianze dei genitori e degli stessi ragazzi. In allegato al libro, un dvd dal titolo significativo, *La voglia di osare*, un film della regista Lucrezia Argentiero, che traduce in immagini di grande forza le sensazioni di chi vive questa esperienza di libertà.