IVG

Gli alunni dell'Istituto Comprensorio di Albenga I a lezione di savate

di **Redazione**
13 Marzo 2018 – 17:40

Albenga. Questa mattina, martedì 13 marzo, **presso l'Istituto Comprensorio Albenga I**, si è svolto un importante **evento formativo che ha coinvolto gli alunni delle scuole medie di primo grado** di Albenga.

Gli organizzatori dell'evento sono stati l'insegnante **Paola Manera**, laureata Isef e docente di Educazione Fisica della stessa scuola, **in collaborazione con le società sportive SSD International SDC Prof. LG rappresentata dal professor Luigi Gallo,** maestro di savate e kickboxing Fikbms, **e ASD Ecole de Savate et Chausson de Rue di Ranzo, rappresentata da Luigi Alessandri,** maestro di savate e kickboxing Fikbms e dirigente del settore Savate Fikbms.

Le lezioni, che hanno coinvolto un centinaio di bambini, rappresentano un corso introduttivo esemplificativo, al fine di promuovere fra i giovani la divulgazione dello sport e delle arti marziali. Il settore Savate della federazione Fikbms è in crescita e in rispetto delle linee guida federali con questo progetto si è portata fra i giovani la conoscenza di questa nobile arte che trae origine dallo Chausson, un metodo di difesa militare basato principalmente sull'uso dei piedi, e ben presto si diffonde anche negli strati più ricchi della società parigina.

Per distinguersi dal pugilato o boxe inglese, assume la denominazione di **boxe francese**, anche se il nome di savate è quello che rimane nell'uso comune. All'inizio le tecniche potevano essere eseguite soltanto con i piedi, ma dal 1820 furono introdotti i colpi a schiaffo con le mani e nel 1830 i contendenti cominciarono ad usare i guantoni da boxe. Approdata in Italia nel 1898, la savate viene attualmente praticata in tutta Europa e nei

paesi francofoni di Asia, Africa, Nord e Sud America. Le tecniche di braccia utilizzate nella savate sono le stesse tecniche usate nel pugilato: diretto, gancio e montante.

Tutti i calci tranne lo Charlemont possono essere eseguiti sia con la gamba avanzata che con la gamba arretrata e possono essere portati in linea bassa, mediana e alta. I calci possono essere combinati con colpi di braccia e portati in sequenza, fintati oppure doppiati. I calci possono essere anche acrobatici. Visto il particolare bagaglio tecnico la savate boxe francese è considerato il più elegante sport da ring e nella completezza delle tecniche di attacco e difesa della savate défense è a tutti gli effetti considerata un arte marziale. Famose **le quattro "E" della Savate: "etica", "educativa", "elegante", "efficace".**

La savate è diventata disciplina Fikb dal 2006. La savate, similmente alla kickboxing, "sviluppa capacità condizionali e coordinative attraverso una pratica fisica completa e simmetrica, favorisce una conoscenza più approfondita del proprio corpo e dei movimenti apportando un'importante contributo alla strutturazione dello schema corporeo e allo sviluppo di capacità cognitive. Permette inoltre ai ragazzi di raggiungere una maggior fiducia nelle proprie capacità e potenzialità. Questo, col tempo, permetterà loro di rapportarsi in modo sereno con il mondo circostante, fungendo da freno agli atteggiamenti di bullismo, sviluppando senso del limite e riconoscimento del valore di sé e dell'altro. Tende anche a far migliorare le capacità di attenzione, ed in particolare se si tratta di ragazzi iperattivi, dispersivi o che sprecano tempo a fare cose che potrebbero fare più velocemente, o addirittura fanno cose inutili per sfogare la loro vivacità (in ogni azione è richiesta la massima attenzione, e il doverla porre in qualcosa via via più stimolante, permette di correggere questa attitudine instaurando la possibilità di apprendere migliorando l'impiego dell'attenzione)".

Indubbiamente un progetto da portare avanti, considerato **l'entusiasmo manifestato dagli alunni e dagli insegnanti coinvolti.**