



Psicomotricità

Contributi alla psicomotricità: Georges Demeny

di Guido Pesci

Demeny è nato in Ungheria a Douai nel 1850, ha studiato fisiologia presso la Facoltà di Medicina di Parigi e, frequentata la palestra di Triat, diviene istruttore di ginnastica della società "Nazionale". Nel gennaio del 1880, fonda il "Circolo della ginnastica razionale" e dà origine ai primi corsi di fisiologia applicata all'educazione fisica e nel 1891 diviene assistente del professore Étienne Jules Marey, fisiologo, studioso dei movimenti e ideatore di strumenti per la loro registrazione. Questa è l'occasione per Demeny di ideare e sviluppare il Fonoscopio (1891), apparecchio per la misurazione del carico dei piedi, e il Cronofotografo (1894), che consente, grazie ad una serie successiva di fotografie di scomporre e analizzare il movimento. Con le sue invenzioni e i nuovi orientamenti scientifici egli richiama intorno a sé grandi attenzioni e nel 1903 viene nominato direttore del Corso Superiore di Educazione Fisica, nel 1904 professore di fisiologia alla Scuola di Joinville che poi abbandona per l'ostilità nei confronti del metodo di ginnastica svedese allora dominante. Di lui abbiamo numerose opere in cui espone, in aperta polemica con la Scuola Svedese di Ling, le modifiche per il rinnovo di quel metodo, considerato esclusivamente fondato sull'anatomia, e difende lo studio del movimento e della fisiologia: *Le basi scientifiche per l'Educazione Fisica* (1902), *La scuola francese* (1909), *L'educazione dello sforzo* (1916). Per Demeny il sistema svedese non è costruito su basi sufficientemente scientifiche, richiede movimenti innaturali e statici, il principio di esecuzione della ginnastica di Ling, scrive Demeny, è di immobilizzare, fissare rigidamente in un atteggiamento uno o più segmenti del corpo per assicurare un punto di appoggio ai segmenti in azione. Questo vuol dire, obietta Demeny, che l'educazione consisterebbe nell'insegnare cose contrarie alla abilità e che non servono a niente, dato che nessuno compirà mai simili movimenti. In ogni caso, localizzando e dirigendo così il movimento in modo artificioso si ottiene solo rigidità, goffaggine ed eccessiva fatica o addirittura danni specie se di fronte a debolezza motoria. Polemicamente egli definisce il metodo svedese «incompleto, illogico, qualche volta erroneo, monotono e povero di risorse» (G. Zanibelli, *Elementi fondamentali di psicomotricità*, Piccin, Padova 1978, pagg. 64-65), e si oppone ad esso con il suo metodo basato sullo studio del funzionamento completo e non parziale dell'essere vivente, dei movimenti degli animali, continui, precisi e circolari, degli animali, in particolare del cavallo e degli uccelli, realizzato per mezzo della cronofotografia. Gli Studi sulla fisiologia legata al movimento naturale, hanno permesso a Demeny di rilevare come questo per essere capace di informare

positivamente e produrre occasione di sviluppo del dinamismo, debba essere completo per sfruttare al massimo le possibilità articolari, continuo, senza soste prolungate, arresti improvvisi e sforzi statici, effettuato con una velocità progressiva ed un ritmo proporzionato alla varietà del movimento, gesti motori affinati ad un lavoro di coordinazione che garantiscono la giusta alternanza di contrazione e decontrazione muscolare, rotondo, in modo che il segmento in movimento disegni cerchi, ellissi e figure a otto. Per ottenere ciò i movimenti vengono concatenati tra loro, in modo da risultare aggraziati e adatti ad essere eseguiti con accompagnamento musicale. Al richiamo di queste attenzioni Demeny sottolinea in particolare l'importanza degli esercizi respiratori eseguiti subito dopo lo sforzo, per sopperire alle aumentate richieste di ossigeno. Esperienze che permettono di educare ed affinare il gesto attraverso la presa di coscienza della sua morfologia e del suo ritmo, di migliorare la conoscenza dello schema corporeo, dell'immagine corporea e di aumentare la padronanza del proprio corpo, una educazione fisica funzionale i cui principi sostanziano il riconoscimento a Demeny di essere stato il fondatore dell'educazione fisica scientifica. L'educazione fisica si traduce in funzionale quando il movimento, conforme alle esigenze della fisiologia è capace di garantire il buon funzionamento dell'organismo e migliorate le funzioni: respiratoria, digestiva, circolatoria, ecc. La persona, sostiene Demeny, non è perfetta solo perché possiede dei bei muscoli, ma quando ha raggiunto l'equilibrio funzionale e data prova di vitalità (*L'école française*, p. 258). Il compito del movimento è di attivare queste funzioni, acquisire delle vere qualità fisiche che certo non sorgono dalle azioni sull'ossatura e sulla muscolatura del corpo come vorrebbe Ling, l'armonia funzionale abbraccia un insieme di qualità diversissime che comprendono l'adattamento sociale, il potere di azione, la forza del proprio Io, concepito da Demeny, come una fonte di energia (*L'école française*, p. 256). La ginnastica fisiologica funzionale utilizza esclusivi movimenti veramente fisiologici, conformi alle leggi dell'organismo, non le sole funzioni biologiche dell'essere umano, si espande perciò fino a curare dei movimenti naturali ordinati a fattori psichici e nervosi. L'equilibrio fisiologico e il buon funzionamento organico divengono funzionali quando tutti i movimenti agiscono in modo vivo, questo fa dire a Demeny che la condizione del perfezionamento fisico è lo sforzo volontario la cui origine è situata nel cervello e si conoscono in anticipo le modificazioni che avverranno nell'organismo, perciò si cerca di produrle direttamente, usando mezzi idonei che si affidano a tali principi: «Il corpo intero si presta al movimento senza far resistenza, senza contrazioni inutili, senza una precedente immobilizzazione in una posizione imposta. Le articolazioni sono sempre pronte a flettersi, come il gatto quando giuoca con il gomito di lana, con la parte posteriore in riposo, coi muscoli anteriori tesi, ed anche come le ali di un uccello in volo planato o come le pinne di un pesce quando segue una corrente dell'acqua » (*L'école française*, p. 259). Demeny, nell'occasione del Congresso Internazionale di Parigi del 1913, a cui partecipò assieme ad altri celebri studiosi, illustrò il suo metodo e mise in grande evidenza la ginnastica ritmica, una ginnastica non troppo intensa e faticosa, rivolta alla ricerca del risultato estetico ed il benessere generale. Un contributo particolare all'arte drammatica di Francois Delsarte (1811-1871) il quale ha dedicato uno studio particolareggiato ai gesti delle mani e ai

movimenti delle braccia e del corpo, realizzati con l'accompagnamento di una guida musicale, adatti a favorire e ottenere una efficacia espressiva delle pose e dei gesti realizzati dagli attori sulle scene (E. Koop, *The Basics of Modern Rhythmics Gymnastics*, Ed. Canadian Modern, 1977).

*Didatta formatore in Psicomotricità Funzionale riconosciuto dal prof. dr. Jean Le Boulch e Direttore Scientifico della Scuola di Psicomotricità Funzionale "*Jean Le Boulch*", promossa dall'ISFAR –Formazione Post-Universitaria delle Professioni ® di Firenze.