



Presentazione delle attività

SOMMARIO

- CHI SIAMO: PAG. 1
- L'ATTIVITA':
 1. PRATICA SPORTIVA PAG. 1
 2. RICERCA PAG. 2
 3. DIDATTICA PAG. 3
- LA NOSTRA PROPOSTA NELL'ISTITUTO: PAG. 4
 1. IL CORSO PAG. 4
 2. LE COMPETIZIONI PAG. 4
 3. GLI STAGES PAG. 4

CHI SIAMO

L'Accademia Romana d'Armi (ARA) è una Società Sportiva Dilettantistica che si dedica principalmente alla pratica della *SCHERMA STORICA*, l'arte marziale della spada da cui deriva l'odierno sport olimpico; l'ARA studia i sistemi sviluppatisi in Europa nel periodo compreso tra il XIII ed il XIX secolo, con particolare attenzione agli stili italiani.

Fondata nel dicembre del 2001, l'ARA persegue lo studio della disciplina secondo un approccio multidisciplinare che coniuga la formazione sportiva a quella storico-culturale. I dirigenti sportivi ed gli insegnanti dell'Associazione sono formati e riconosciuti dai programmi internazionali del *Comitato Olimpionico Internazionale* – CIO, della *Confédération Sportive Internationale du Travail* – CSIT, del *Comitato Olimpionico Nazionale Italiano* – CONI, della *Federazione Italiana Scherma* – FIS, dell' *Accademia Nazionale di Scherma* - ANS e del Centro Educativo Sportivo Nazionale CSEN.

L'ATTIVITÀ

1) PRATICA SPORTIVA

L'attività della scherma riveste un particolare carattere formativo nello sviluppo dell'allievo: stimola continuamente al confronto con se stessi e alla relazione con i propri compagni di corso; sviluppa un'attitudine generale alla risoluzione razionale e mirata dei problemi, alla creazione e al raggiungimento degli obiettivi, alla capacità decisionale rapida; motiva l'attitudine all'autocontrollo e alla consapevolezza di sé e delle risorse personali. La scherma storica, legata per sua costituzione alla



storia dell'Italia e dell'Europa e basata sull'analisi dei documenti antichi, si affianca inoltre con facilità alle discipline scolastiche e presenta una chiave di lettura diversa per appassionare lo studente agli studi storico-letterari.

Nei corsi l'allenamento sportivo è condotto secondo le metodologie moderne della pliometria, dell'allungamento globale attivo, della medicina sportiva, della chinesiterapia sportiva e riabilitativa; si pone grande attenzione, inoltre, alla fusione tra i sistemi moderni sopra menzionati e i metodi tradizionali d'allenamento. La preparazione fisica è curata da un'equipe di fisioterapisti, medici sportivi, preparatori atletici appassionati del settore, e pur elaborata secondo le esigenze specifiche della disciplina, si occupa dello sviluppo armonico di tutte le parti del corpo.

2) RICERCA

La ricerca storica portata avanti da ARA abbraccia più ambiti accademici che spaziano dalla letteratura alla storia dell'arte, e mirano a fornire all'allievo l'inquadramento storico, sociale ed antropologico della disciplina nel tempo. L'analisi di come *l'idea della spada* abbia influenzato la letteratura europea, l'approccio accademico nello studio della trattatistica antica e l'utilizzo di corrette attrezzature sportive permettono all'allievo una migliore comprensione di ciò che sia la scherma storica.

La scherma è una disciplina dalla duplice natura: speculativa da un lato, applicativa dall'altro. Il suo esercizio ha pertanto un carattere dinamico, e comporta un'oscillazione dialettica tra i due poli dello studio storico e teorico da un lato, e dell'applicazione pratica dall'altro. L'approssimazione attendibile di entrambi i poli è complessa, principalmente a causa della nostra distanza temporale da qualsiasi testimonianza diretta o indiretta in merito.

I più antichi filmati inerenti alla scherma risalgono infatti ai primi decenni del secolo scorso, e non è possibile far risalire a prima della fine del XIX secolo la catena orale diretta di insegnamenti e lasciti concernenti la pratica schermistica. Ciò vale a dire che, dalle sue origini a oggi, il filo della continuità nell'insegnamento della scherma si è spezzato, ed il patrimonio informativo di cui disponiamo per realizzare il recupero di quest'arte è costituito dai trattati di scherma pervenuti fino a noi, e dalle armi stesse, più o meno ben conservate, appartenenti a musei e collezioni private.

Lo studio della trattatistica antica, che riferendosi alle varie armi copre un periodo compreso tra il XIII secolo e i giorni nostri, è a sua volta ricco di problemi metodologici e richiede necessariamente un approccio multidisciplinare. Affrontare tali testi implica infatti - e questo è particolarmente vero per le opere più antiche - confrontarsi con un linguaggio e con categorie di pensiero in cui abbondano simboli e metafore, che spesso non sono immediatamente comprensibili per un lettore moderno. Inoltre le immagini delle tecniche che spesso corredano i trattati, statiche e rappresentanti la partenza e/o l'arrivo del corpo in una data azione, non rendono conto dello sviluppo dei movimenti schermistici *durante*



l'azione. E d'altro canto i Maestri d'arme erano gelosi del patrimonio delle loro competenze: è dunque plausibile che i trattati non contengano l'inezza dei loro insegnamenti, ma soltanto quanto essi ritennero opportuno rendere di pubblico dominio.

Ecco perché gli antichi trattati di scherma appaiono spesso come testi oscuri e ambigui, il cui studio presso l'Accademia Romana d'Armi viene affrontato in modo sinergico da esperti in diverse discipline, che vanno dall'antropologia culturale, all'archeologia, alla psicologia, all'educazione fisica, alla fisioterapia ed a diverse arti marziali anche non direttamente connesse alla scherma.

3) DIDATTICA

La didattica dei corsi è basata quindi sull'attività sportiva, atta allo sviluppo psico-motorio degli allievi, e sull'approfondimento della relazione scherma-storia. La pratica della scherma è effettuata con spade che riproducono fedelmente le armi storiche.

Si tratta ovviamente di spade che, pur riproducendo nel peso e nella foggia le armi originali, sono prive di filo, hanno la punta coperta da un bottone protettivo e sono costituite di metallo in grado di flettere nei colpi a contatto pieno. È altrettanto naturale che la pratica sia svolta con un abbigliamento idoneo a garantire al praticante un'adeguata protezione: maschera, giubba, pettorale in cuoio.

L'Accademia Romana d'Armi è attiva a Roma in varie sedi con programma didattico comune, incentrato su:

- Scherma *antica* (Sec. XIII-XVI): Spada da due mani, spada da fante;
- Scherma *storica* (Sec. XVII-XVIII): Spada a striscia, sola e con daga;
- Scherma *classica* (Sec. XIX-XX): Spada e sciabola da terreno.

Le lezioni si tengono di regola due volte alla settimana fino al termine dell'anno accademico, e coerentemente con l'attività di ricerca, su aspetti teorici e pratici. Sono previsti nell'anno tornei nazionali e internazionali di verifica, contesti formali in cui l'allievo può esprimere la propria capacità tecnica e applicativa nel confronto diretto con l'avversario.

Si svolgono esami di grado, nel corso dei quali gli allievi verificano le competenze acquisite nel programma e acquisiscono nell'Accademia un avanzamento di grado tecnico corrispondente.



LA NOSTRA PROPOSTA NELL' ISTITUTO

1) IL CORSO:

Due lezioni a settimana, martedì e giovedì, dalle 14:30 alle 16:10.

Struttura generale della lezione:

1° parte (40% del tempo)

- riscaldamento
- allenamento/potenziamento
- allungamento

2° parte (60% del tempo)

- lezione tecnico/teorica
- lezione pratica
- assalti

2) LE COMPETIZIONI:

Sono previsti 2-3 appuntamenti agonistici, con l'obiettivo di crescere assieme agli altri allievi in un'atmosfera di sana competizione sportiva non obbligatoria.

3) GLI STAGE

Sono organizzati almeno due momenti formativi durante l'anno di approfondimento - extra curricolare - con obiettivi storici, sportivi e ludici.

Ringraziando l'Istituto per l'attenzione concessaci, cogliamo l'occasione per inviarvi i nostri migliori saluti.

Silvio Ciri

Socio di Accademia Romana d'Armi SSD a r.l.

Mail: silvio@scherma.roma.it

Mobile: 328 7135807