

**Giovedì 15 maggio 2014**

Intorno alle nove di mattina, un gruppo di alunni delle tre terze si è recato alla sede della Sissa, a cinque chilometri dal centro di Trieste in prossimità della frazione di Opicina, sotto l'Oberdan.

Arrivati all'entrata della Sissa, ci siamo immersi nel verde della natura circostante. Proprio così, perché l'edificio, che attualmente è occupato dalla Sissa, era un ospedale per la cura delle malattie polmonari. Siamo stati gentilmente accolti da sei giovani ricercatrici: Olga (toscana), Elena (slovena), Mirtam (?), Laura (americana), Karen (napoletana), e Adina (rumena). Sei donne!!

Che cos'è la Sissa?

La scuola è stato il primo istituto italiano a concedere il titolo di Ph.D. - Doctor Philosophiae equipollente a quello di dottore ricercatore.

Quest' istituto è internazionale, cioè vi arrivano studenti da tutte le parti del mondo.

Che cosa ci facevamo noi, ragazzi di terza media, in questa struttura scientifica? - O siamo diventati improvvisamente scienziati o semplicemente abbiamo avuto la possibilità di visitare il posto. Lascio a voi lettori la scelta di decidere! Comunque sia, siamo giunti là per avere un approccio con le neuroscienze dopo aver trattato in classe il sistema nervoso.



"Noi, qui, ci paragoniamo alla serie tv "Big Bang Theory" - ha affermato la nostra scienziata e guida dott.ssa Olga Puccioni, che ci ha accompagnato nell'aula magna dedicata al fondatore della Sissa, Paolo Budinich.

Dopo un breve tour esplorativo dei loro spazi di lavoro, ci siamo accomodati nell'aula ascoltando le loro spiegazioni alle quali è seguita una lezione interattiva con la dott.ssa Adina Drumea. La ricercatrice ci ha coinvolto in tre interessantissimi esperimenti-tipo nell'ambito delle neuroscienze cognitive: (1) ingannare il cervello con la lettura veloce di parole colorate; (2) registrazione dei tempi di reazione ad uno stimolo ascoltando musica pop e musica classica; (3) registrazione dei tempi di reazione ad uno stimolo ascoltando musica con parole e musica senza parole.



È stata una bellissima esperienza perché ci siamo resi conto come realmente lavora un ricercatore/scienziato. Partendo dalla formulazione di un'ipotesi, ci siamo trasformati in "cavie umane" (anche la prof. si è sottoposta allo stesso nostro esperimento) fornendo dati importanti che sono stati successivamente analizzati e rielaborati sul foglio di calcolo Excel. Alla fine, le conclusioni sono state confrontate con l'ipotesi iniziale. Fantastico!!

Inoltre abbiamo potuto visitare una struttura davvero importante e conosciuta a livello mondiale.

P.S.1: Ci è stata data la possibilità di interagire con le ricercatrici anche in lingua inglese. Un vero braintraining pre-esame.

P.S.2: Non siamo riusciti a non notare la splendida vista sul Golfo di Trieste.

J. OBRADOVIC & A. VINULOVIC - 3B

Venerdì 28 marzo siamo andati in palestra per ascoltare la storia di Michele Gamba che è venuto anche per darci dei consigli su come affrontare la Corsa dei miracoli.

È stato un onore accogliere questo grande campione italiano che 1999 ha vinto la maratona di Firenze e nel 2004 è stato campione italiano sui 10000 metri piani.

Michele Gamba è nato in Italia ma è originario dell'Eritrea in Etiopia.

Ha un fisico alto e asciutto e un modo di parlare molto semplice e convincente.

## L'intervista

**Che significato ha avuto lo sport quando era giovane?** Lo sport è stato molto importante per la mia gioventù perché mi ha trasmesso valori importanti come impegnarsi con costanza e sacrificio per raggiungere certi risultati. Lo sport inoltre mi ha permesso di non perdermi in brutte esperienze che spesso minacciano i ragazzi di oggi.

**Come si è avvicinato al mondo dell'atletica?** Per me l'avvicinamento al mondo dell'atletica è stato naturale perché anche mio padre correva e mi ha trasmesso questa passione.



**Parteciperà anche lei alla gara? Fa spesso corse di beneficenza?** No, io non parteciperò alla corsa dei miracoli perché sono il presidente della Promo Run Trieste che ha organizzato la corsa assieme a Caritas Young per voi ragazzi di Trieste.

**Come mai si occupa di organizzare questo tipo di corse?** Penso che venerdì 11 aprile voi ragazzi darete un importante segnale a tutta la città: vi impegnerete in prima persona per testimoniare la vostra solidarietà ai membri più deboli della società.

**Come ci si deve allenare per raggiungere i suoi livelli?** È necessario allenarsi con grande impegno dedicando molte ore della settimana alla corsa. Allenarsi 3 volte al giorno e percorrere circa 280 km alla settimana.

Tutto questo richiede grande tenacia e fermezza con se stessi.

**Quale tecnica usa per correre? Piede o avampiede?** Io corro con l'avampiede ma ci sono campioni che usano tutto il piede. Ma vorrei farvi capire che la corsa è un gesto naturale, anche se dalle nostre parti questo si è un po' perso.

Vi racconterò un fatto: mi trovavo in Kenya per effettuare degli allenamenti insieme ad un amico. Mentre stavamo correndo, al mattino presto per evitare il caldo, un pastore si è avvicinato a noi per salutarci e si è messo a correre con noi. Era scalzo, jeans e camicia, mentre noi eravamo con le scarpe da corsa all'ultimo grido e completo in tessuto tecnico. Dopo 10 minuti di corsa sostenuta, io e il mio amico, stupiti, ci siamo detti: Però, come corre il pastore!

Dopo un quarto d'ora il pastore ci ha salutato e ho pensato che ormai era stanco...ed invece è partito davanti a noi, a tutta velocità, per andare a controllare il gregge, lasciandoci di stucco!

di Wilson Giannacaro, Sara Spallino I D e Prof. Ester Lenardon