

Rassegna del 22/03/2014

<i>RUBRICHE GIORNALISTICHE</i>	Gazzetta dello Sport	21 Palazzo di vetro - Abete e Malagò ferri cortissimi e grana contribuiti	<i>Palombo Ruggiero</i>	1
<i>SPORT E TECNOLOGIA</i>	Messaggero	24 Nuovi software e sensori per vincere nello sport 2.0 - Sport 2.0 il virtuale è reale	<i>Ravarino Ilaria</i>	2
<i>SPORT E DOPING</i>	Corriere del Trentino	12 De Angelis: «Doping diffuso a livello amatoriale»	<i>Ferro Erica</i>	5
<i>SPORT E MEDICINA</i>	Tuttosport	13 La nuova frontiera della prevenzione «Si può evitare il 30% di infortuni»	<i>Genesio Elisa</i>	6
<i>PRATICA SPORTIVA</i>	Giorno Il Settimanale	1 Primi passi nello sport	<i>Selleri Massimo</i>	7
<i>PRATICA SPORTIVA</i>	Giorno Il Settimanale	2 I bambini e lo sport L'età giusta per iniziare	<i>Malpelo Alessandro - Baldi Roberto</i>	8

Palazzo di vetro

di RUGGIERO PALOMBO



Abete e Malagò ferri cortissimi e grana contribuiti

Circolo Antico Tiro a Volo, Roma, cuore dei Parioli, mercoledì sera. Va in onda il premio Donna Sport 2013, serata a cura del Panathlon Roma presieduto da Cesare Sagrestani, ex vicepresidente dell'Associazione Italiana Arbitri. In scena, l'immane presidente del Coni Giovanni Malagò ma anche il presidente della Federcalcio Giancarlo Abete, che si porta mentalmente dietro i ritagli dei giornali della mattinata. Dove fa bella mostra di se, direttamente dall'Aula Magna dell'Università di Padova, un attacco alzo zero di Malagò a non meglio precisati dirigenti del calcio italiano. Le premiazioni sono appena terminate, ma l'incontro ravvicinato, o meglio lo scontro, avviene sotto gli occhi di tutti. Testimoni eccellenti, oltre allo stesso Sagrestani, il segretario generale del Coni Roberto Fabbri e l'amministratore delegato di Coni Servizi Alberto Miglietta. E' molto raro vedere un tipo come Abete incazzato. Ma è proprio questo che avviene. I rimproveri rivolti a Malagò sono diretti e aspri, «se devi proprio avercela con qualcuno tira fuori nomi e cognomi, non puoi fare di tutta l'erba un fascio», il virgolettato rappresenta solo un piccolo stralcio di quello che Abete rovescia addosso al presidente del Coni. Alla fine, a quanto è dato sapere, sembra escano fuori i nomi di Lotito e Preziosi, ma ad Abete, che sulla Gazzetta

dello Sport e altrove ha letto il Malagò-pensiero («i tifosi si sentono autorizzati a delegittimare il sistema calcio perché vedono che il sistema è delegittimato da chi lo rappresenta») questo non basta per ritenere chiuso l'incidente. Ci si lascia assai freddamente. Il seguito alle prossime puntate.

Una di queste, non si sa quanto imminente, riguarda l'ormai celebre commissione contribuiti (e accorpamenti) coordinata dal vicepresidente Coni nonché presidente della canoa Buonfiglio. Varata il 16 aprile 2013, insediata con comodo, 46 giorni dopo, il 30 maggio, e riunita fin qui undici volte (una volta ogni 27 giorni, si può migliorare), schiera, oltre a Buonfiglio, Aracu (hockey), Barelli (nuoto) Di Rocco (ciclismo), Bianchi (triathlon), Binaghi (tennis), Dell'Olio (sci nautico), Giomi (atletica), Matteoli (pescicoltura), Sesti (moto) e, sporadicamente, Gavazzi (rugby). Sempre in attesa di sapere da Malagò quali sono le linee guida del Coni, se l'indirizzo deve essere quello di premiare le medaglie o piuttosto i numeri della base (preferibilmente senza trucchi contabili sui tesserati), quesito senza risposta rivoltogli diversi Consigli Nazionali or sono da Binaghi, la commissione è «quasi a posto». Parola di Matteoli, che ci tiene inoltre a far sapere che della paghetta promessa ai

presidenti (36mila euro lordi l'anno) non solo non ha visto un euro ma nemmeno ha avuto comunicazione. Il «quasi a posto», che sarà presto trasferito in Giunta Coni per le conseguenti analisi politiche sul da farsi (e da non farsi) poggia su due direttrici: i cospicui risparmi che si potrebbero ricavare dai cosiddetti accorpamenti tra federazioni e federazioni e tra federazioni e discipline associate, tema pruriginoso che Palazzo di vetro vedrà di approfondire prossimamente, e quelli ancora più consistenti che si potranno determinare «aggregando» il montepremi del calcio. Che dei complessivi 242 milioni di contribuiti Coni incassati annualmente dalle federazioni prende, come da oltre un anno ama ricordare Giomi, più di 68 milioni di euro, circa il 28%. Una percentuale che si vuole drasticamente ridurre, portandola intorno al 15%. Che vorrebbero dire 36 milioni di euro, 32 milioni in meno. Chissà perché, la commissione su questo punto la pensa in modo pressoché unanime.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Giancarlo Abete, 63 anni ANSA



Innovazioni
Nuovi software
e sensori
per vincere
nello sport 2.0
 Ravarino a pag. 24

Dal calcio al rugby tripudio di sensori, app e device: tutto per raccogliere dati e fornire così migliori prestazioni in campo

Sport 2.0 il virtuale è reale

**LA NAZIONALE TEDESCA
 VERSO I MONDIALI DI RIO
 CON UN SOFTWARE
 DALLA CINA ARRIVA
 IL PERSONAL TRAINER
 DEL RESPIRO**

INNOVAZIONI

Un sensore, una app, un device. E poi, forse, la palla. Nello sport 2.0, anche quello praticato a livello professionistico, per misurare il successo di una squadra non basta più l'allenamento. A contare, sempre di più, sono i dati. La frequenza cardiaca di un atleta, la costanza delle prestazioni, la velocità e la potenza dello scatto: se il talento non è che una somma di (ottimi) parametri, la chiave del successo è saperli utilizzare al meglio. Ne è convinto l'ex milanista Olivier Bierhoff, oggi manager della nazionale di calcio tedesca, che al CeBIT, ha annunciato l'esclusiva firmata dal suo team in vista dei mondiali in Brasile con la Software Enterprise SAP.

«Un tempo l'allenatore era come un generale, decideva tutto lui. Oggi i giocatori, grazie all'analisi dei propri dati, possono

imparare da soli quali sono i loro punti di forza. La tecnologia offre grandi possibilità - ha detto Bierhoff - e siamo solo all'inizio». Già testata nel campionato tedesco, la tecnologia della SAP promette di "ottimizzare" l'allenamento della nazionale attraverso l'impiego di speciali sensori, applicati sia agli atleti che alla palla, in grado di analizzare in tempo reale i parametri di ogni giocatore per sfruttarne al meglio il potenziale. Non solo: sarà possibile confrontare le performance dei propri calciatori con quelle di altri atleti presenti nella banca dati della società. Avversari inclusi.

Ma il calcio non è l'unico sport a soccombere al fascino della tecnologia prêt-à-porter, da indossare indifferentemente dentro e fuori dal campo da gioco. I sensori, già molto usati nel mondo dei motori, stanno spopolando soprattutto tra due categorie di sportivi: i golfisti e i tennisti, accomunati da uno stesso gadget, un guanto, capace di calcolare in tempo reale (e inviare al proprio smartphone) potenza del colpo e distanza della palla dalla rete e dalla buca.

I GADGET

E se dalla Cina arriva l'accessorio definitivo per allenare i polmoni dei nuotatori professionisti, "il personal trainer del respiro" iBreath, l'italiana TechnoGym promuove la prima integrazione tra fitness e Google Glass, presentando al Consumer Electronics Show di Las Vegas il tapis roulant controllabile solo con il movimento degli occhi.

Già usati da paracadutisti ed escursionisti per monitorare posizione e parametri vitali, gli occhiali da realtà aumentata non sono però la frontiera più esotica della nuova era dello sport. Oltre i Google Glass, secondo il capitano della nazionale inglese di rugby Chris Robshaw, ci sarebbe Oculus Rift, il visore per la realtà virtuale. Pensato per i videogiochi, dopo una prima fase di sperimentazione potrebbe simulare interi match «aiutando i nostri giocatori ad agire con più efficacia sul campo».

LE APPLICAZIONI

La rivoluzione definitiva dello sport, però, rischia di arrivare addirittura fuori da qualsiasi



campo di gioco. Già provato con successo dal Canada durante le ultime olimpiadi invernali di Sochi, è il cosiddetto "training tecnocognitivo" a riscuotere l'interesse di numerosi Paesi, Gran Bretagna e Germania in testa, che ne starebbero esplorando le applicazioni nello sport. L'idea è semplice: «L'allenamento di un atleta - recita lo slogan di Axon Sport, leader nel settore - comincia dal cervello». E allora ecco fiorire una lunga lista di software pensati per migliorare l'attitudine psicologica dello sportivo prima ancora che entri in campo: «I giochi su touch screen e su computer possono migliorare i tempi di reazione di un atleta -

ha annunciato il presidente di Axon Jason Sada - molto più di quanto non faccia l'esercizio fisico sul campo». E se per IntelliGym®, attraverso uno specifico programma, è possibile migliorare la visione periferica di un giocatore di basket, per la CogniSens Athletics programmi come NeuroTracker sono addirittura "indispensabili" per prepararsi a sport ad alto rischio, mettendo alla prova la capacità dell'utente di reagire a stimoli multipli e improvvisi.

Dall'allenatore al cyberpsichiatra, il futuro dello sport è appeso a un filo. Di silicio.

Ilaria Ravarino

© RIPRODUZIONE RISERVATA



IL CALCIO Un sensore Sap viene infilato nel calzino di un giocatore, i dati vengono elaborati da un computer e immessi su un campo virtuale per migliorare la prestazione in campo





GLI ALTRI SPORT

I nuovi gadget: dall'alto il guanto GolfSense Sensor, l'Oculus Rift per il rugby e l' iBreathe per la respirazione nel nuoto

Il tema Donati è stato invitato a tenere tre incontri pubblici per sensibilizzare sportivi, allenatori e genitori

De Angelis: «Doping diffuso a livello amatoriale»

TRENTO — «Fenomeno di grandi numeri, con molti punti di contatto con la droga, che sta generando traffici internazionali manovrati dietro le quinte dalle multinazionali farmaceutiche». È questa una breve, ma decisamente efficace, definizione di doping come la si legge nella quarta di copertina del libro «Lo sport del doping» di Alessandro Donati, maestro dello sport del Coni, oggi consulente dell'Agenzia mondiale antidoping. Da quando ha pubblicato il suo volume, sul finire del 2012, Donati viene invitato in tutta Italia per sensibilizzare sportivi, allenatori e genitori sulla piaga del doping presente in ambito sportivo e la prossima settimana arriverà anche in Trentino.

Una due giorni ideata dal Lions club Trento Host, in collaborazione con il Lions club Valsugana, con il supporto del Panathlon club di Trento e il patrocinio del comitato provinciale del Coni, «per cercare di aumentare nei nostri giovani la consapevolezza di cosa significhi davvero fare sport», come sottolineano gli organizzatori, ma uno sport sano, che sia «gioia, partecipazione, in cui il risultato non sia l'unica cosa a contare a tutti i costi».

Donati, dunque, parlerà soprattutto ai giovani: mercoledì 26, alle 8.30, sarà a Pergine per incontrare gli allievi dell'istituto «Marie Curie» e quelli dell'«Ivo De Carneri» di Civezzano, che studiano per diventare tecnici di animazione turistico-sportiva. La sera, invece, alle 20, sarà a Borgo Valsugana per un incontro-dibattito aperto al pubblico, così come avrà fatto il giorno prima, martedì 25, al cinema Nuovo Roma di Trento sempre alle 20.

Un modo di parlare «dirimpente, schietto, deciso» quello di Donati. Uno che «fa nomi e cognomi». «Per questo è stato bollato come eretico dai vertici sportivi nazionali — racconta Giuseppe De Angelis, vicepresidente del Coni Trentino — La sua è stata un'opera forte di denuncia, e ci voleva: da lì bisogna ripartire per proporre una situazione nuova, una cultura dello sport che in Italia manca». E lo si deve fare soprattutto con i giovani sportivi, «per insegnare loro la fatica, l'abnegazione, la gioia di uno sport sano che sia crescita di vita, in cui il risultato sia importante, certo, ma solo se pulito».

Dati sicuri, per quanto riguarda il doping in Trentino, il Coni provinciale non li ha in mano: «Sicuramente il fenomeno è diffuso tra gli adulti, fra i giovani sportivi, per fortuna, molto poco — osserva De Angelis — Più frequente a livello amatoriale ("per battere in gara il collega di ufficio o il vicino di pianerottolo" come dice Donati, ndr) che professionistico, e maggiormente in misura individuale più che negli sport di squadra».

Erica Ferro

© RIPRODUZIONE RISERVATA



● IL CONGRESSO DI ISOKINETIC

La nuova frontiera della prevenzione

«Si può evitare il 30% di infortuni»

ELISA GENESIO

SPORT e medicina vanno a braccetto dalla notte dei tempi. Lo sanno bene anche i calciatori, spesso alle prese con infortuni muscolari e articolari più o meno gravi, che l'innovazione nel campo della medicina e nei metodi di potenziamento aiutano non poco il raggiungimento del benessere fisico e della salute, non solo dopo un infortunio, ma anche per prevenirlo. Ogni giorno medici, massaggiatori e fisioterapisti si prodigano per trovare il giusto equilibrio nel fisico dei loro pazienti. La ricerca sulla salute del calciatore ha fatto passi da gigante e per fare il punto sui vent'anni di studi, la Fifa ha scelto il Congresso Internazionale di Riabilitazione Sportiva e Traumatologia organizzato da Isokinetic Medical Group, che si svolge oggi e domani al MiCo di Milano.

PERFORMANCE Non è casuale la scelta del capoluogo lombardo, che l'anno prossimo ospiterà l'Expo 2015, e nemmeno di Isokinetic, che dal 2009 è uno dei trentasette "Fifa Medical Centre of Excellence" sparsi in tutto il mondo. «Il tema della prevenzione nel calcio ha un'importanza fondamentale - osserva Stefano **Della Villa**, vicepresidente del Congresso insieme a Peter **Brukner** -. La quota di infortuni nel calcio che si possono evitare attraverso una corretta e regolare prevenzione supera la soglia del 30%». Ridurre il numero di infortuni significa

quindi ottenere performance migliori in campo e una carriera più lunga, non solo per quanto riguarda il calcio d'élite, ma anche per tutti quei praticanti semi-professionisti o semplicemente appassionati che ad oggi vengono stimati in circa 300 milioni in tutto il mondo.

CENTRO STUDI FIFA "Strategie di trattamento per le lesioni articolari e legamentose nel calciatore" è il tema del congresso di Isokinetic, organizzato in collaborazione con F-Marc, il centro studi della Fifa che negli anni è stato un ottimo veicolo di promozione di concetti-chiave come la prevenzione, gli stili di vita, l'igiene e l'alimentazione. Argomenti cardine su cui ruoterà anche il summit di lunedì 24, "La prevenzione degli infortuni nel calcio: 1994-2014, 20 anni di ricerca", che vedrà seduti ad una tavola rotonda i vertici Fifa, tra cui il presidente della Commissione medica Michel **D'Hooghe** e il direttore di F-Marc, Jiri **Dvorak**, il responsabile dello staff medico della Nazionale di calcio brasiliana José **Runco**, Rodolfo **Tavana** e Franco **Combi**, responsabili degli staff medici rispettivamente di Milan e Inter, e luminari come Philippe **Neyret** e Freddie **Fu**. Oltre duemila gli iscritti al congresso provenienti da 70 Paesi, con la partecipazione di un centinaio di club da tutto il mondo. Perché la salute del calciatore non è meno importante della partita che si gioca sul campo.



Primi passi nello sport

L'attività motoria
aiuta la crescita ma
va fatta con giudizio
Nei piccoli contano

il senso del gioco
e il divertimento
Chi spinge i bambini
a emulare i campioni
commette un errore

Massimo Sella

Per guadagnare in salute anche a bambini e adolescenti è raccomandata l'attività fisica. I vantaggi riguardano lo sviluppo dei muscoli, il rafforzamento delle ossa e l'allenamento alla resistenza, ma nei periodi della vita dove i cambiamenti sono così rapidi a causa dello sviluppo, corpo e mente viaggiano rapidamente sui binari del cambiamento e la pratica sportiva diventa uno dei tanti strumenti a supporto dell'educazione. Rispettosa delle varie tappe formative che il bambino percorre, l'attività dovrebbe iniziare come un semplice «gioco attivo» che nel tempo si trasforma nella disciplina vera e propria.

Punto di svolta

Indicativamente sono i 10-11 anni l'età giusta per cimentarsi con uno sport preciso, prima è opportuno che il divertimento prevalga sul movimento. Anche se il bambino prende a calci un pallone istintivamente, la pratica di uno sport apparentemente semplice come il calcio presuppone la ripetizione di alcuni gesti tecnici che vengono definiti «fondamentali». Questa fase non solo può risultare noiosa e por-

tare all'abbandono della pratica, ma se prima non si è ben lavorato su quella che comunemente viene chiamata la «coordinazione motoria» può creare qualche problema alle articolazioni fino a provocare veri e propri infortuni. Vi è un altro aspetto da non sottovalutare e che sta emergendo da diversi studi. I bambini che si avvicinano troppo presto a una disciplina tendono ad abbandonarla per un altro sport quando arrivano si avvicina l'età della pubertà. Si è, infatti, osservato che sono pochi gli atleti di vertice che hanno frequentato i corsi del loro sport fin da piccini.

Giganti

L'esempio forse più eclatante è quello di Michael Jordan, il cestista che la Nba ha riconosciuto come il più forte di tutti i tempi, che prima di cimentarsi con la pallacanestro ha giocato a football americano e a baseball. Venendo agli sportivi di casa nostra, Lorenzo Bernardi, eletto miglior giocatore di pallavolo del XX secolo, iniziò con il calcio per poi passare al volley. Storie che hanno una morale importante per quei genitori che sognano i loro figli come futuri campioni dello sport: non forzate, se sono rose troveranno (da soli) il terreno fertile dove fiorire.



**Almeno un'ora
tutti i giorni**

Secondo le linee guida del Centro per il controllo e la Prevenzione delle Patologie degli Stati Uniti, i bambini dovrebbero svolgere un'ora di attività fisica al giorno non di meno. Negli Usa la si considera una medicina per curare l'obesità infantile. In Italia il regime dietetico calorico è inferiore, l'attività fisica è richiesta 3-4 volte la settimana.

I bambini e lo sport

L'età giusta per iniziare

Palestra, banco di prova dei **bimbi**
C'era una volta il **cortile** (e la strada):
oggi il **gioco** è un mix di **tecnologie**

L'età giusta per avvicinare il bambino allo sport? Ne parliamo con Giuseppe Mele, pediatra presidente di Paidòss, Osservatorio nazionale sulla salute dell'adolescenza e dell'infanzia. Già a 4-5 anni, abbiamo visto durante il periodo invernale da poco archiviato, tanti piccoli sugli sci, destreggiarsi senza perdere l'equilibrio scendendo lungo pendii innevati. Ora che arriva la bella stagione, apriti cielo, non c'è che l'imbarazzo della scelta: giochi e tornei all'aria aperta, palestra e piscina. Quando è il momento giusto per un bambino? Le indicazioni cambiano a seconda dell'età e del tipo di sport. Sembra che i genitori si dividano in due categorie: iperprotettivi e temerari. I primi smorzano gli entusiasmi. Gli altri, al contrario, cercano sempre (a volte anche a sproposito) di bruciare le tappe ignorando che il concetto di gara, di sport finalizzato al risultato, richiede abilità che il bambino acquisisce solo con la crescita. Quanto al tipo di sport, tra i genitori esistono alcuni falsi miti: il nuoto come sport completo, gli sport che servono a perdere peso. E' importante sottolineare che alcune capacità del bambino nascono già nel primo anno di vita, e passano attraverso la libera espressione della motricità.

Gradualità

L'età di avvicinamento allo sport (quindi una vera e propria educazione motoria) va considerata caso per caso. Si colloca, tranne qualche eccezione, intorno ai 6 anni, sempre sotto la guida di istruttori preparati. Nella prima fase l'attività deve essere svolta come gioco organizzato, con esercizi volti a sviluppare abilità generiche, mirata allo sviluppo di tutte le diverse qualità: sia fisiche, come la destrezza e la coordinazione dei movimenti, che di forza, velocità e resistenza. Verso i 9-10 anni i bambini potranno avvicinarsi a una attività sportiva più specifica, spiega il Prof Mele, sempre

rispettando i loro desideri e avendo cura che lo sport rimanga fonte di divertimento. Nel calendario ideale dell'attività motoria del bambino mettiamo a 5 mesi il tappeto (muoversi a gattoni), a 9-12 mesi: acquaticità, in piscina con genitori, poi verso i 3-4 anni: nuoto, giosport (miniginastica, miniciclismo, miniatletica). Verso i 5-6 anni: minicalcio, minivolley, minirugby, minibasket, minipattinaggio, minischerma. Arrivati a 8 anni: scuola calcio, basket, volley, tennis, vela, sci, equitazione, hockey su ghiaccio, baseball, karate, judo, tuffi. Solo dai 12 anni in poi alcuni sport impegnativi: canottaggio, canoa, pallanuoto. Per finire, dai 14 anni, specialità di atletica, lotta, pugilato.

Accrescimento

Nell'avviamento allo sport del bambino, secondo gli esperti Paidòss, bisogna tenere presenti alcuni principi che tengono conto dello sviluppo psico-motorio e del carico: adeguatezza, progressione (continuità, sistematicità), successione corretta (ciclicità), proporzionalità, consolidamento (stabilità), consapevolezza (evidenza), coerenza (tra modello formativo e di gara).

Si tratta di principi molto importanti che considerano la differenza tra sessi, l'età biologica, la successione delle esercitazioni per l'attività giornaliera, una scelta di mezzi ricca e significativa, in cui acquista molto valore la qualità della comunicazione tra istruttore e bambino. Il bambino dovrà vedere l'istruttore come guida competente, di cui avere la massima fiducia, e lasciarsi condurre verso la scoperta delle proprie potenzialità. L'istruttore dovrà comunicare bene con il bambino valorizzare le risposte del bambino favorire il superamento delle difficoltà, incoraggiare la curiosità, far scoprire i propri limiti, stimolare le decisioni autonome e responsabili.

Alessandro Malpelo

■ Destrezza

Dai 5 ai 13 anni è importante che il bambino acquisisca una ampia gamma di esperienze motorie, grazie a giochi diversi ed esercizi generali, senza specializzazioni ma facendo attenzione a dosare l'allenamento, tenendo presente lo sviluppo muscolare e psichico. Non tutte le qualità motorie fondamentali possono essere allenate in età evolutiva. In particolare, al di sotto del 14° anno di età, è possibile allenare la destrezza (base tecnica), la mobilità articolare.

■ Movimento

Alfabetizzazione motoria per i bambini della scuola primaria e un forte rilancio delle gare sportive studentesche «perché l'Italia dei campioni nasce anche fra i banchi e lo sport fa bene all'educazione». Riparte con questi obiettivi il «gioco di squadra» tra il ministero dell'Istruzione e il Coni in vista del rinnovo del protocollo d'intesa fra le due istituzioni. I valori sani dello sport devono diventare uno dei pilastri dell'educazione degli studenti fin da piccoli, afferma il ministero, per questo dobbiamo fare in modo che l'avviamento alle attività motorie sia per tutti e non un privilegio per pochi fortunati.

LA SCHEDA

Sport di resistenza

Caratterizzati da un'elevata efficienza del movimento (mezzofondo e fondo in atletica, ciclismo, sci di fondo, nuoto) tendono a rendere economico e razionale l'utilizzo delle risorse energetiche buon livello di transfert tra le varie discipline

Sport di velocità

Favoriscono un'elevata frequenza dei movimenti, mantenendo la coerenza tecnica (sprint in atletica, ciclismo velocità) caratteristiche l'esplosività, la rapidità, la frequenza,

Sport di forza rapidità

Massima accelerazione (salti e lanci dell'atletica, sollevamento pesi)

Sport tecnico-combinatori

Caratterizzati dalla precisione ed espressività dei movimenti (ginnastica attrezzistica e ritmica, tuffi, danza, nuoto sincronizzato)

Giochi sportivi

Caratterizzati dalla variabilità delle situazioni (pallavolo, calcio, pallanuoto, basket)

Sport di combattimento

Caratterizzati dalle condizioni mutevoli, in dipendenza dell'avversario (pugilato, judo, karatè)

Sport di controllo e di guida

Sci alpino, bob, vela

Sport di precisione e mira

Tiro, arco.

Ma che non sia una moda

Roberto Baldi

Si potrebbe dire che siamo un popolo di santi, poeti, navigatori e giovani... sportivi. Prima ancora dell'iscrizione al plesso scolastico si comincia a pensare dove mandare il piccolo a fare attività motoria.

Fisicità

Corsi, tornei, allenamenti, squadre, c'è un accrescersi di strutture frutto di iniziative private e pubbliche, di una cultura fisica che si fa strada sin dalla più giovane età. L'attenzione che vediamo è anche nei confronti

degli spazi verdi, aperti alla fruizione, che ha finito con l'incentivare forme organizzate di frequentazione. Una volta i bambini giocavano sui cortili e per la strada, oggi nelle città si riversano nelle palestre e nei parchi.

Competizione

Si è diffusa, di conseguenza, una vera e propria frenesia sportiva (la ricerca di prestazioni, lo sfoggio di capi di abbigliamento ultima moda) che rischia di diventare motivo di frustrazione. I piccoli devono avere piuttosto occasioni gioiose di crescita fisica e intellettuale.

