

INCHIESTA: L'AGONISMO COME OSSESSIONE

## Baby fenomeni, ma per forza

Maria Sorbi alle pagine 19 e 20-21



L'INCHIESTA

# IL DIRITTO DI NON ESSERE CAMPIONI

*Gare e medaglie: per i bambini che fanno sport l'approccio all'agonismo è sempre più precoce. Molte società puntano tutto sui mini talenti ma gli psicologi mettono in guardia: è un pericolo*

di **Maria Sorbi**

**A**llenamenti di due ore per tre pomeriggi alla settimana. Sotto gara, prove anche al sabato. A sei anni. Benvenuti nella fabbrica dei baby campioni, dove l'approccio allo sport ha poco di amatoriale e ingrana subito la quinta, so-

prattutto in alcune discipline come il nuoto sincronizzato o la ginnastica artistica. Alla prima lezione già si parla di gare e di medaglie, con una fretta eccessiva per chi ancora non sa fare un tuffo di testa o una ruota. E, d'accordo che le società sportive (60mila quelle italiane) hanno bisogno di vincere titoli per tenere in piedi i bilanci,

aumentare l'appeal con coppe e podi per incrementare il numero degli iscritti, ma forse in tanti casi ci si dimentica che si ha a che fare con bambini della scuola elementare. Che magari possono fare sport senza per (...)

segue alle pagine **20 e 21**



# Il record (negativo): podio olimpico a 13 anni

segue da pagina 19

(...) forza diventare mini campioncini. Eppure la corsa a scovare il talento più promettente sembra sempre più spiccata: alle competizioni internazionali ci sono da sfidare atlete/bambine russe e cinesi che già a 14 anni hanno conseguito titoli su titoli. E, di conseguenza, l'agonismo diventa precoce, a discapito dello sport amatoriale.

Premesso che siamo tutti d'accordo nel dire che lo sport da piccoli faccia bene, a che età è giusto avviare i bambini all'agonismo? «Non prima degli 8 anni - sostiene Roberto Pentrella, segretario della Federazione ginnastica italiana -. Più che per ragioni fisiche, lo dico per ragioni di apprendimento. È vero che da bambini è più facile imparare, ma serve anche una certa maturità del sistema nervoso. Per questo a 5 anni è giusto proporre allenamenti di un'ora o un'ora e mezza per due volte alla settimana, non di più. Come federazione siamo contro il sovraccarico di allenamento da piccoli. Non vanno creati campioni a tutti i costi, ma questo va spiegato all'Unione europea ancora prima che alle singole società sportive».

Dal 2007 esistono le Olimpiadi giovanili, patrocinate dal Comitato olimpico internazionale e riservate ad atleti fra i 13 e i 18 anni. E nel calcio la ricerca di baby talenti coinvolge ormai i dodicenni.

Con il risultato che le partite dei piccoli ripropongono, in miniatura (ma nemmeno poi tanto) il modello delle competizioni adulte. Con giri d'affari milionari e un meccanismo che richiede campioncini fatti e finiti da mettere in campo o in pista sempre prima.

## IL PROCLAMA DELL'UNESCO

«Si tratta di iniziative che vanno in controtendenza con il lavoro fatto da altri organi per evitare il fenome-

no dei baby campioni» spiega Pentrella. E che stridono anche con la Carta dei diritti dell'Unesco, scritta

nel 1992 per chiarire il rapporto dei bambini con lo sport, il loro diritto a non dover diventare per forza dei campioni.

Uno dei punti del documento sancisce anche il diritto di seguire allenamenti adeguati ai propri ritmi: «Le sedute di allenamento - recita - non devono essere improntate all'esasperazione della preparazione atletica e tecnica. È necessario non perdere di vista l'aspetto ludico dell'approccio giovanile allo sport».

Sacrosanto per l'Organizzazione è anche il diritto a divertirsi. Viene poi scritto chiaramente: «Il programma di allenamento deve essere ben equilibrato e consentire momenti di recupero. Nei periodi di congedo scolastico l'allenatore rispetta la necessità di riposare oltre il fisico anche la mente e non impone una quantità eccessiva di allenamento. Il bambino va considerato non solo in virtù di una buona competenza sportiva e di una qualsiasi eccellenza dei suoi risultati, ma anche e soprattutto con i suoi limiti e la sua inesperienza».

C'è spazio per tutti, per chi è bravo e per chi lo è meno. Ma non deve essere un problema: né per le società, né per i genitori. Perché per i bambini non lo è affatto. E non lo è nemmeno per il bravo allenatore, che spesso rappresenta una figura chiave nella crescita (non solo sportiva) dei ragazzini.

Il concetto viene ribadito anche nella Carta dei doveri dei genitori nello sport messa a punto da Panathlon, un movimento internazionale per la promozione e la diffusione della cultura e dell'etica sportiva, secondo il riconoscimento ufficiale del Comitato olimpico internazionale. «Eviterò ai miei figli, fino all'età di 14 anni, pesanti attività agonistiche, salvo discipline formative, privi-

legiando lo sport ludico e ricreativo - recita il "giuramento del buon genitore" -. Dirò ai miei figli che per essere bravi sportivi e sentirsi felici nella vita non è necessario diventare dei campioni. Al loro ritorno a casa non chiederò se abbiano vinto o perso ma se si sentano migliori. Né chiederò quanti gol abbiano segnato o subito o quanti record abbiano battuto, ma se si siano divertiti».

## LIMITI DI ETÀ

Non esiste per tutte le discipline un limite di età scritto nero su bianco per partecipare alle Olimpiadi. Tanto che è stata la skateboarder di 13 anni Sky Brown ad aggiudicarsi il bronzo alle Olimpiadi di Tokyo. Niente limiti nemmeno per il surf, altra disciplina che ha debuttato alle Olimpiadi per la prima volta. I subacquei olimpici devono avere almeno 14 anni, ad esempio, mentre in ginnastica, l'età minima per le Olimpiadi e per i Campionati mondiali è di 16 anni. Anni fa, quando questo limite non c'era ancora, fece scalpore il caso di Nadia Comaneci, la giovane ginnasta romena che vinse l'Olimpiade a Montreal a soli 14 anni. «Altro che baby campioni - commenta Pentrella -. Noi dobbiamo essere fieri di atlete come Vanessa Ferrari, argento a Tokyo nella ginnastica artistica a 31 anni». Un caso che dimostra quanto sia eccessiva la fretta con cui le società vogliono trasformare in campioni i neo iscritti. E che forse sposta l'asticella del fine carriera per gli atleti. «Le leve non devono essere economiche - rileva Roberto Mauri, psicologo del Centro sportivo italiano -. Invece si trattano i bambini come fossero piccoli adulti e si interferisce con la loro crescita cognitiva, emotiva e relazionale. Il bambino, fino a una certa età, cresce grazie al gioco (che contiene sì le regole, ma anche immaginazione, condivisione e divertimento). Poi viene forzato dai vincoli dello sport (prestazione,

competizione, regole imposte dall'esterno). Sport e gioco in comune hanno la scoperta del limite. E anche l'agonismo non deve essere concepito come un superamento dell'altro ma come una conoscenza dei propri limiti».

**LO SPORT AMATORIALE**

Mauri è convinto che l'aspetto amatoriale vada coltivato e non snobbato perché aiuta a non esasperare i risultati. Aiuta a realizzare uno sport senza cronometro e senza record da battere. «Ricordiamoci - spiega lo psicologo - che se non siamo tutti uguali nelle performance, lo siamo nelle emozioni. Lo sport non deve essere solo per chi sfonda». Tuttavia, ammette l'esperto, è anche vero che «se sono le stesse società a forzare molto gli orari di allenamento, i genitori pensano di essere nel giusto e affidano i loro figli inserendoli nel circuito di allenamenti strong».

**L'ABBANDONO PRECOCE**

A fronte di una nicchia di mini campioni, esiste un'immensa platea di bambini sedentari. In base ai dati dell'Osservatorio «Con i bambini», fondo per il contrasto alla povertà minorile, emerge che un minore su 5 non fa sport: il 18% ha tra i 6 e i 10 anni, il 16% ha tra gli 11 e i 14 anni e il 40% fra i 3 e i 5 anni.

Si tratta di un altro lato della medaglia che racconta di contraddizioni e eccessi, in una direzione e nell'altra. Emerge anche che, non appena si affacciano all'adolescenza, molti ragazzini, avviati all'agonismo da mamma e papà fin dalla tenera età, mollano il colpo e non ne vogliono più sapere delle gare. Il Coni ha indagato tra le motivazioni del «basta sport» tra i giovani fra i 10 e i 24 anni: la maggior parte ha smesso gli allenamenti per ragioni di studio e tempo, una parte per mancanza di interesse, un'altra fetta per ragioni economiche. E in parte c'è chi ha smesso perché seguiva la disciplina sportiva scelta dai genitori.

**Maria Sorbi**



per saperne di più

**LIBRI**

«Genitori a bordo campo, passione sportiva istruzioni per l'uso» di Roberto Mauri (In dialogo); «Sport e agonismo. Come conciliare testa e gambe per formare uno sportivo completo» di Vincenzo Prunelli (Franco Angeli); «All you need is sport. Agonismo sociale e felicità inclusiva» a cura di Paolo Crepaz (Erickson)

**INTERNET**

www.unesco.it, il sito dove trovare il testo della Carta dei diritti dei bambini nello sport; www.pana-thlon-international.org; www.coni.it

*È successo ai Giochi di Tokyo: Sky Brown, anglo-nipponica, ha vinto la medaglia di bronzo nello skateboard*

*Perfino l'Unesco vuol frenare la caccia ai baby campioni ma le competizioni internazionali sono sempre di più*



LA MAMMA DI SARA MELONI

«Il castigo peggiore? Vietarle di allenarsi»

Corre più degli adulti. E mentre lo fa chiacchiera. Sara Meloni, 10 anni a gennaio, ha appena ricevuto dal Coni la benemerita come miglior promessa sportiva dell'anno. A 7 anni e 7 mesi ha fatto 5mila metri in 19 minuti e 33, in allenamento su strada è arrivata a 17 e uno. Per lei lo sport è di casa. Il suo allenatore è papà Piernicola e la mamma Eleonora, che ci concede l'intervista, è istruttrice di atletica leggera.

**Eleonora, lei che è mamma di una baby campionessa, cosa pensa dell'agonismo precoce tra i bambini?**

«Non c'è uno studio scientifico che dice che i bambini non si debbano allenare più di una certa quantità di ore o a che età debbano cominciare a farlo. Non fa male. Mia figlia viene visitata ogni settimana per vedere se tutto va bene e per ora è tutto ok. Non solo, per di più è felice».

**Ma non crede che l'approccio allo sport, con allenamenti per tre o quattro pomeriggi alla settimana, sia eccessivo?**

«Ovviamente tante società sportive, soprattutto in certe discipline, spingono a fare le gare per guadagnare soldi e titoli e quindi per avere un buon nome e più iscritti. Ma, nel nostro caso, vedo che Sara non vive affatto gli allenamenti come un obbligo. È lei a chiederceli, non sente la fatica e si diverte. In casa nostra è uno stile di vita».

**Sara si allena con il papà?**

«La domenica vanno a correre assieme, è un momento molto intimo tra loro, si raccontano tante cose. Lei parla parla, noi le diciamo di stare un po' zitta ma lei continua, non sente la fatica».

**A che età ha cominciato Sara?**

«A due anni. Seguivamo in macchina il papà durante i suoi allenamenti. Lei un giorno mi ha chiesto di scendere e lo ha seguito. Prima cento metri, poi sempre di più. Le piacciono le lunghe distanze».

**Ci sono state tante rinunce in nome dello sport?**

«Lei non le vede come tali. Anzi, pensi che se porta a casa un brutto voto da scuola per punizione non le vieto la tv ma le vieto di allenarsi. Comunque a scuola Sara va volentieri e spesso mi ripete la lezione mentre si allena. Come dicevo, chiacchiera sempre».

**Che cosa consiglia a chi approccia a una disciplina sportiva agonistica?**

«Ai genitori consiglio di far provare i bambini per una settimana per vedere se piace quello sport. Se c'è passione si continua ma deve sempre essere una cosa piacevole. Fino a una certa età è anche giusto cambiare più sport, è sempre il bambino che dice cosa desidera fare».



IL PAPÀ DI TANIA CAGNOTTO

«Mi rinfaccia ancora di aver saltato la gita»

Tania Cagnotto è stata l'unica donna italiana a vincere la medaglia d'oro mondiale nei tuffi. Alle Olimpiadi di Rio del 2016 si è aggiudicata la medaglia di bronzo dal trampolino di 3 metri e quella d'argento nel trampolino sincro in coppia con Francesca Dallapé. Ad allenarla è stato il suo papà, Giorgio, tuttora allenatore.

**A che età ha cominciato Tania?**

«A sei anni. Ma all'inizio faceva solo due allenamenti alla settimana in piscina, non di più».

**Parecchie rinunce per lo sport?**

«Mi rinfaccia ancora di non essere andata alla gita di tre giorni con la classe perché in quel periodo eravamo sotto gara e ne avevamo approfittato per allenarci. Ma per il resto ha avuto tutto, amici e svago. Mi ricordo ancora le attese in macchina fuori dalla discoteca, ad aspettare lei e le sue amiche fino alle due di notte».

**Lei che allena decine di ragazzini, come crede debba essere l'approccio allo sport?**

«Fino a una certa età è giusto provare un po' di tutto. Poi, se ci si appassiona a una disciplina, allora

va bene intensificare. Certo, ci sono alcune discipline precoci, come il nuoto sincronizzato, i tuffi o la ginnastica artistica. Però in Cina a 7-8 anni fanno 6 ore di allenamento al giorno. In Italia 6 o 7 alla settimana. Tanto che loro con gli atleti di 15 anni vincono i titoli, noi a

quell'età siamo all'inizio. Nel tempo anche noi abbiamo anticipato l'età dei ragazzini da avviare all'agonismo».

**Come mai le società coltivano poco lo sport amatoriale e puntano sull'agonismo?**

«Dipende dalla società e dall'allenatore. A me è capitato spesso di veder andar via ragazzi con un potenziale altissimo. Di contro magari restavano ragazzini con meno talento. Ma erano felici di venire agli allenamenti quindi non mi sono sentito di dire a nessuno di loro "lascia perdere". È comunque un bene che i giovani arrivino a casa stanchi, così non stanno a ciondolare in giro».

**L'obbiettivo della gara è stimolo o rincorsa di successo a tutti i costi?**

«Dipende come si impostano gli allenamenti. È importante avere uno scopo per cui prepararsi, pazienza se poi si vince o no. Io sono già felice quando vedo i miei ragazzi salire sul pullman entusiasti per una due giorni in trasferta. Magari si tratta di una garetta da niente ma loro sono contenti di stare assieme e per me questo è già un obbiettivo raggiunto».



# CARTA DEI DIRITTI DEL BAMBINO



Diritto di divertirsi e di giocare come un bambino



Diritto di seguire allenamenti adeguati ai propri ritmi



Diritto di avere tempi di riposo



Diritto di beneficiare di un ambiente sano



Diritto di essere allenato e circondato da persone qualificate



Diritto di praticare il proprio sport nella massima sicurezza



Diritto di fare lo sport



Diritto di partecipare a gare adeguate



Diritto di misurarsi con giovani che abbiano la stessa probabilità di successo



Diritto di non essere un campione



# LO SPORT IN CIFRE

45 le federazioni sportive nazionali

58.949 le società sportive censite nel 2017

5.477 gli organismi riconosciuti



1 minore su 5 non fa sport

30-40%

abbandona lo sport a 14 anni

40%

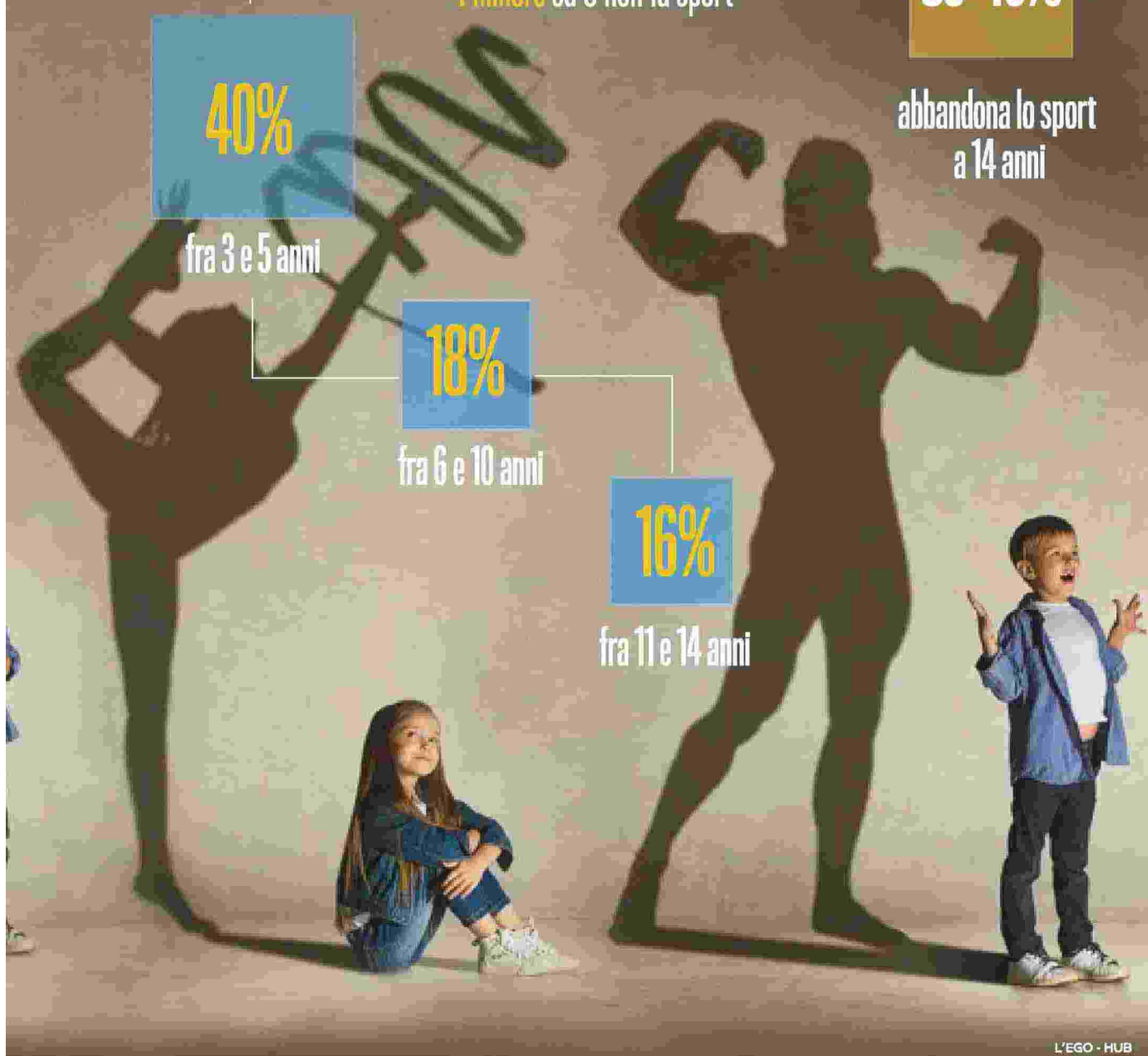
fra 3 e 5 anni

18%

fra 6 e 10 anni

16%

fra 11 e 14 anni



L'EGO - HUB