Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 53 (1996)

Heft: 7

Artikel: L'atleta, un essere umano

Autor: Pac-Pomarnacky, Andrezj

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999212

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

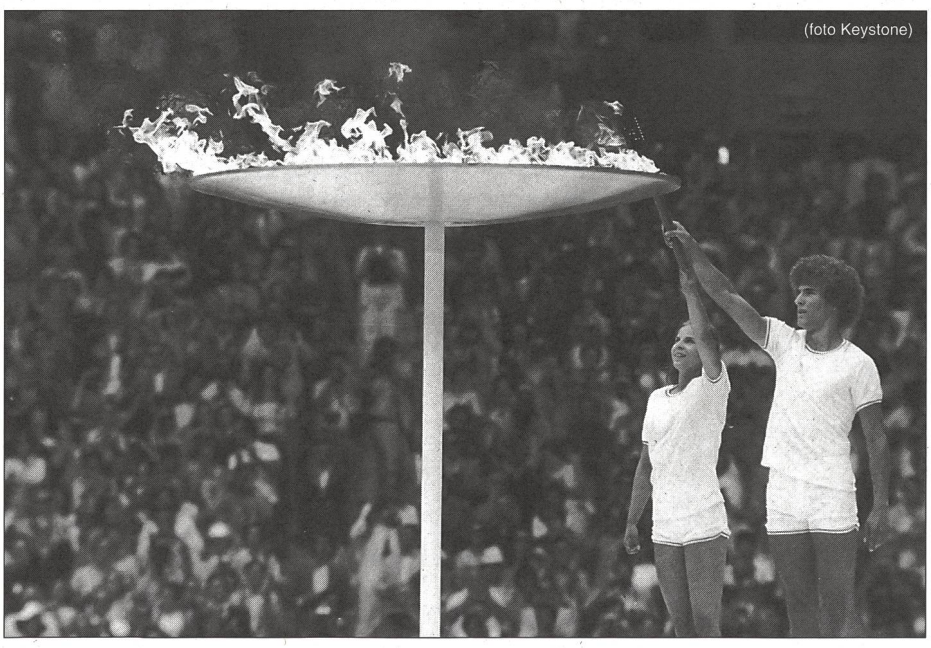
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

L'atleta, un essere umano

di Andrezj Pac-Pomarnacky, redattore capo «Sport Wyczynowy» Polonia
traduzione: Ivana Pedrazzoli Genasci

«L'uomo! L'uomo, il principale fattore di determinazione dell'attività. Costituisce un valore essenziale e servirlo esige di prendere delle iniziative sempre nuove» (Giovanni Paolo II).

Siamo tutti molto soddisfatti dell'evoluzione dello sport, che si manifesta soprattutto nello sviluppo di prove sportive su nuovi territori, in nuovi stati. Lo sport ha pure rafforzato la sua presenza nell'ambito culturale: indirettamente per mezzo degli spettatori (lo spettacolo sportivo è divenuto una delle componenti permanenti del comportamento culturale nelle società sviluppate) e direttamente (si comincia a riconoscere i benefici dello sport praticato per il piacere e per mantenersi in forma).
Le prestazioni degli sportivi migliorano; i primati continuano ad essere battuti anche se meno rapidamente di una volta, il che riflette i limiti imposti agli uomini in questa fine di secolo. Per contro sempre più sovente gli sportivi mostrano prestazioni di alto livello.
I Giochi Olimpici, fenomeno unico che, nonostante i diversi problemi esiste sempre, hanno segnato la storia di questo secolo.
Come si spiega questo? Quali sono i fattori che hanno assunto un ruolo determinante?
Sono numerosi: sconvolgimento sociale, riuscita economica e sviluppo tecnico, concorrenza tra gli stati e gruppi politici, trasformazione culturale, sviluppo dei media (la celebre espressione, «senza i media, i Giochi Olimpici non esisterebbero più» è divenuta un luogo comune).
Nell'ambito dello sport d' alta competizione, queste trasformazioni hanno trovato la loro espressione più grande, nell'aumento del numero di prestazioni record e del livello sempre più crescente della competizione internazionale. Qui, anche l'associazione di diversi fattori ha assunto un ruolo importante: le condizioni di vita, l'igiene, l'educazione in materia di nutrizione, le diverse forme di attività fisica accessibili a tutti (nei paesi sviluppati) e soprattutto ai giovani, la scoperta di giovani talenti sportivi, le motivazioni «esterne» (premi, soldi, prestigio), la professionalità dei quadri a seguito dello sviluppo di istituzioni che le formano; infine, tema che desidererei approfondire: lo sviluppo della ricerca nell'ambito sportivo, la diffusione dei risultati delle ricerche e la loro crescente utilizzazione.
A riguardo delle ricerche effettuate nello sport, diverse discipline scientifiche hanno sollevato diversi quesiti: descrizione del fenomeno (fondo e forma), funzione e principi di funzionamento (quali sono i meccanismi che controllano la sua evoluzione?). Grazie alle relazioni che si sono instaurate tra scienza e sport da diverse decine di anni, è stato possibile raccogliere una quantità impressionante d'informazioni . Nel frattempo, alle scienze fondamentali sono venute ad aggiungersi le scienze para-sportive: ad esempio la fisiologia dello sport, la psicologia dello sport, la biomeccanica dello sport ecc. e le scienze puramente sportive, ad esempio la teoria dell'allenamento sportivo.


(foto Keystone)

A braccetto con la scienza

Le scoperte scientifiche sono già state, in una certa misura, sistematizzate. Certe strutture teoriche hanno fatto la loro apparizione. Esistono degli schemi riguardanti l'adattamento delle prestazioni dalle fasi sotto sforzo e di riposo; ugualmente sono stati elaborati metodi per l'allenamento dei bambini, degli adolescenti e degli atleti di alto livello. I progressi che sono stati fatti nel campo delle scienze dello sport costituiscono il principale fattore, avendo tutti gli altri raggiunto il loro limite ed esercitato un potente effetto di stimolo sullo sport dal punto di vista qualitativo.
Il ritmo di sviluppo delle scienze dello sport non è tuttavia assolutamente identico, il che si spiega in diversi modi. Certe scienze hanno fatto la loro apparizione nel campo dello sport prima di altre, le quali hanno scoperto solo più tardi che lo sport poteva essere un interessante campo di sperimentazione. Certe scienze hanno potuto utilizzare i loro metodi di ricerca direttamente mentre altre hanno dovuto adattarsi a nuovi problemi particolari. D' altra parte, se si tenta di valutare la situazione attuale nel campo delle scienze dello sport,

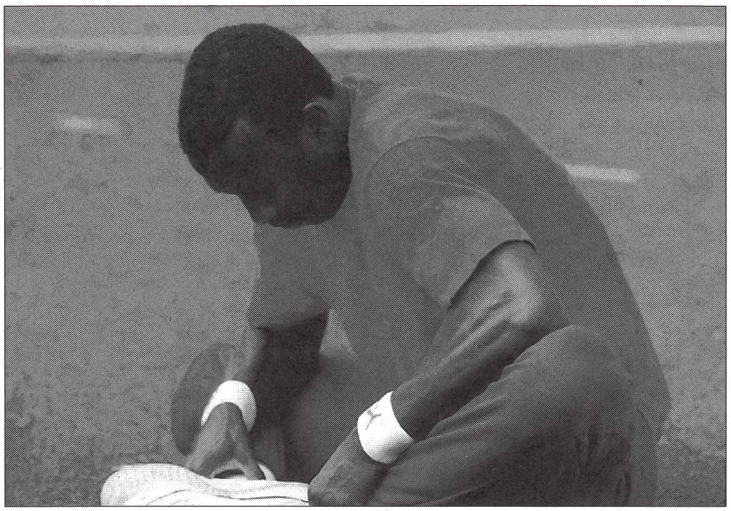
bisognerebbe sottoscrivere l'opinione di coloro che pensano che la portata delle scienze della vita sia più vasta che quella delle scienze sociali.
Trattandosi di scienze sociali, il loro interesse per i problemi filosofici dovrebbe essere considerato come marginale, poiché questi problemi sono meno importanti, di una applicazione ristretta e molto astratta. E' infatti con la filosofia che possiamo cercare una risposta alle domande fondamentali come il senso e il posto dell'uomo nello sport.
Il professor Herbert Haag, filosofo e pedagogo tedesco ha ragione nell'affermare che «anche l'etica è un campo della filosofia che ha profonde affinità con lo sport».
Mi riferisco qui alla questione dell'attitudine morale di fronte alle ricerche effettuate sugli sportivi. Possiamo prevedere, ad esempio, che le ricerche condotte sull'effetto dell'amministrazione di steroidi anabolizzanti sulla massa e la potenza muscolare – ricerche degne di interesse per tentare di definire questo fenomeno – cadranno nelle mani di coloro per i quali il modo con cui gli sportivi utilizzano queste sostanze, per migliorare le loro prestazioni, non ha alcuna importanza. Possiamo accettare di limitare l'utilizzo dei risultati di ricerche ad un semplice aiuto per l'allenamento, al miglioramento dell'efficacia o allo sfruttamento scientifico del talento degli sportivi.

Fra primati e spettacolo

Le scienze dello sport dovrebbero scoprire tutta la ricchezza del mondo dello sport, che subisce delle costanti trasformazioni e mostra un'immagine multidimensionale dell'uomo quale autore di primati, creatore di spettacoli palpitanti, sacrificandosi quasi interamente sull'altare della competizione sportiva sperando di essere «un attore» e non una pedina in questa grande macchina che è la produzione di risultati allo stadio e alla televisione, facendo da oggetto di proposte da parte dei venditori di beni, dei politici e di ideologie.
La ricerca dovrebbe mostrare, a coloro che lottano per salire sul più alto gradino del podio, la condotta da adottare per sviluppare le disposizioni mentali e fisiche come sperano (liberi da ogni costrizione), di loro spontanea volontà, accettando l'utilizzazione di sistemi e metodi di allenamento particolari. L'allenamento di campioni è un'esperienza ininterrotta, condotta ai limiti delle capacità fisiche e mentali dell'atleta. Di conseguenza esiste sempre un rischio, ma grazie alla conoscenza scientifica, questo rischio può essere ragionevolmente ridotto. Ricordiamoci che sono sempre gli sportivi, e unicamente questi, a subirne le conseguenze.
Desidero quindi dire che i ricercatori e coloro che desiderano utilizzare i risultati delle ricerche nel loro lavoro con gli atleti devono sempre aggiungere una dimensione morale all'atteggiamento che hanno nei riguardi degli sportivi.
Le scienze dello sport hanno ancora molte cose da far scoprire. D'altro canto, in ragione della moltiplicazione e della diversità delle informazioni scientifiche (pure a livello della loro utilizzazione), la loro selezione diventa di per sé un problema distinto e l'elaborazione di generalizzazioni teoriche diventa ancora più complessa.
La diffusione delle conoscenze scientifiche in materia di sport è ancora insufficiente. Questo problema potrà essere risolto solo con l'utilizzazione di un sistema educativo elaborato convenientemente, strettamente legato a un sistema d'insegnamento continuo.
La particolare natura della professione di allenatore non esige solo l'acquisizione di conoscenze adeguate grazie allo studio, ma anche la messa a punto e lo sviluppo permanente di questi dati. Se le conoscenze scientifiche diventano presto obsolete, le conoscenze scientifiche legate al campo dello sport lo diventano ancora più velocemente.

Cinque razze, una riflessione, un movimento.

(foto archivio CIO)



Responsabilità

Si potrebbe approfondire l'insegnamento grazie a riviste scientifiche di divulgazione, che coopererebbero direttamente con le istituzioni scientifiche, i centri d'informazione, le case editrici con personale competente (autori e revisori) che redigerebbe in modo chiaro documenti preziosi facenti capo a degli allenatori e alle loro organizzazioni. Queste riviste esistono anche se poco numerose. A titolo d'esempio, c'è una rivista pubblicata in Polonia «Sport Wyczynowy». Un allenatore che legge questa rivista e che «dirige» e forma i giovani sportivi o un professionista altamente competente, che collabora con un atleta adulto, che possiede delle conoscenze scientifiche che lo rendono ancora più forte, dovrebbe sapere come utilizzarlo in modo responsabile. Cosa significa «in modo responsabile»?
Innanzitutto, conformemente ai principi etici, il quale primo comandamento è di considerare l'atleta come un essere umano in tutte le circostanze, sia quando muove i primi passi nel mondo dello sport o si prepari per i Giochi Olimpici. Rispetterà allora il vero messaggio dell'Olimpismo. E, dopo tutto, l'Olimpismo è un concetto profondamente umanistico, concepito per l'uomo e il suo benessere, e che fa affidamento a pensieri che lo sport l'aiuterà. ■