

Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band: 32 (1975)
Heft: 3

Artikel: La donna e l'adolescente nell'ombra dello sport
Autor: Jeannotat, Yves
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1000744>

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: 11.01.2026

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

La donna e l'adolescente nell'ombra dello sport

Yves Jeannotat

Non sono molto lontani i tempi in cui lo sport era un appannaggio dei soli maschi! Una specie di privilegio acquisito nel corso dei secoli e fondato su tradizioni solidamente ancorate. Da decenni comunque, ci si è resi conto, in ogni classe sociale, che una tale concezione non conveniva più alla nostra epoca, al nostro modo di vivere, alle nostre conoscenze. Ma il maschio, in parte lusingato nella sua vanità per il fatto di detenere un'esclusività che contribuiva a mantenerlo importante, in parte incosciente e timoroso al pensiero d'affrontare le riforme che dovevano sconvolgere, fatalmente, le sue prerogative e le sue abitudini, ha ritardato incessantemente la scadenza che l'obbligava, lui capo, a dividere questo suo possedimento con la donna, debole e inguainata e con il fanciullo calmo e docile da quando le aule-prigioni hanno ultimato il suo arruolamento, soffocando in lui l'istinto di gioco, per tanto così forte e così naturale!

La scintilla

Poi una scintilla, sprigionatasi da non si sa dove: in pochi anni, le guaine sono «scoppiate», le porte si sono aperte: donne, ragazze, adolescenti, fanciulli si sono letteralmente impossessati dello sport che fino a quel momento li aveva ignorati. Facilmente si possono immaginare tutti i pericoli che tale conquista comporta: improvvisazione, abuso, speculazione, ecc. Certo è che, appena liberati, gli sconosciuti dello sport corrono il rischio di ricadere in un'altra schiavitù! Di fronte a questo fenomeno i pedagoghi, gli psicologi, i sociologi svolgono un'attività febbrile per cercare di raggiungere il treno ormai in corsa. Un treno senza macchinista che rischia ad ogni istante una collisione e che minaccia, ad ogni curva, di precipitare nell'abisso, a causa della sua grande velocità. Questi specialisti cercano, dunque, il più delle volte, nel loro desiderio di far del bene, d'applicare all'adolescente e alla donna quei principi propri all'uomo o, al contrario, d'incanalare in una direzione arbitraria, partendo da un'etica assai discutibile, l'evoluzione di una libertà che non è che apparente e illusoria.

Abitare il proprio corpo

Lo sport moderno, purtroppo, riposa nella maggior parte dei casi, su basi assai friabili, che mettono continuamente in pericolo la sua struttura e i suoi rapporti con la società: prodezza, prestazione record, esibizionismo, speculazione, costituiscono, con altri fenomeni altrettanto inconciliabili, le tendenze più marcati, tendenze impresse da qualche abile manipolatore il cui problema consiste solo nello sfruttare il nome dei suoi protetti per soddisfare le proprie ambizioni.

Siamo comunque certi che — ma molti sono ancora gli aspetti negativi da svelare, — lo sport deve essere risanato; lo sport d'élite soprattutto, è assetato di nuova purezza. Purezza che si potrebbe riconquistare con quanto ancora si possiede di puro: la gioventù, senza distinzione di sesso? Certamente, sebbene ai suoi primi passi lo «sport popolare» può essere influenzato, in certe sue abi-

tudini. Purtroppo è già oggetto di uno sfruttamento alle volte scandaloso. Per quanto concerne lo sport femminile, essendo ancora giovane e sconosciuto, è suscettibile d'agire favorevolmente sull'avvenire. Tuttavia, bisogna ben riconoscerlo, non appena si avvicina con gioia a un settore, viene presto assorbito dal potente vortice dello sport moderno: sport spettacolo, circo anziché sport. «Sei cosciente, gioventù, di tutte le speranze che in te riposano? Sarai capace di rianimare la brace che cova sotto la cenere affinché divampi nuovamente la gioia, diffonda nuovamente il calore e scoppietti l'entusiasmo?».

È certo che questa gioventù lo desidera e ne è anche capace. A condizione che coloro dai quali dipende gliene diano la possibilità e il permesso. Ma non sono forse gli adulti a possedere sia la chiave dell'avvenire, sia l'attizzatoio del focolare? È necessario che se ne rendano conto, il più presto possibile, per porre fine al «mercato dei





muscoli» da una parte e ad insegnare ai giovani ad abitare il loro corpo. Imparare ad abitare il proprio corpo: è l'elemento di base per un rinnovo dello sport, un elemento che gli educatori ed i responsabili della gioventù ancor troppo ignorano. Abitare il proprio corpo, è dunque essere la piccola luce al centro del tabernacolo: protezione indispensabile e preziosa. Abitare il proprio corpo, è soprattutto conoscerlo e non metterlo in mostra. «Il corpo, se ignorato, prepara in segreto la sua vendetta» scrive Pierre Gagey. «Corpo valorizzato durante tutta la crescita, continua François Ader, nelle sue necessità motorie, nei suoi desideri d'espressione, nel suo appello a comunicare. Riconosciuto attraverso l'educazione sensoriale, l'esercizio, lo sport!...».

In altri termini, nella sua totalità! L'equilibrio indispensabile per tutte le attività, tra cui lo sport capace di procurare qualche soddisfazione, si può raggiungere solo con la conoscenza i se stessi, di cui il corpo è parte effettiva. «Le speculazioni sarebbero talvolta inutili per gli adolescenti, dice il dott. Bertolus, se ci fosse da parte di quest'ultimi una certa unità tra colui che pensa, che riflette e colui che vive, che sente, che agisce con il proprio corpo: se dispongono nello stesso tempo di tutte le loro forze fisiche e morali.» Ma come è possibile tutto ciò quando gli stessi familiari perdono la loro autorità, la loro spontaneità. Quale genitore, educatore o monitore di sport si preoccupa di favorire questo equilibrio senza una concessione? Quanti

sono i maestri che incoraggiano i loro allievi a prendere lezioni di pianoforte? Quanti musicisti pensano di raccomandare loro la lezione di lavoro manuale? Quanti maestri artigiani pensano a dar loro l'indirizzo della più vicina società sportiva? Nessuno però diventerà un buon lavoratore né un buon musicista né un buon sportivo se la sua attività preferita non appoggia su una grande quantità d'altre attività, forse anche accessorie, ma necessarie per la sua personalità. È impossibile riuscire a giungere sulla vetta se si separa il corpo dall'insieme della persona.

Accettare ed addestrare

Questa progressiva scoperta del corpo che abitiamo è la condizione prima per l'accesso alla riuscita. Questo è vero e soprattutto lo constatiamo nello sport, a tutti i livelli, poiché la **gioia**, che ne è — che ne dovrebbe essere — la colonna vertebrale, è raggiungibile solo se il corpo è a sua volta accettato e addestrato.

Dopo questa scoperta, altri fattori indispensabili e vitali che l'adulto per negligenza dimentica, ossia questo corpo che il fanciullo, l'adolescente sente ora più di prima attorno a sé, venendo privato del movimento, subisce un vero supplizio. Un movimento tanto più indispensabile quanto più il corpo è giovane. Nel 1962, in un rapporto concernente la fatica degli scolari, il prof. Debré e il dott. Donady scrivevano:

«Allo scolaro, necessita l'agitazione, il grido, il gioco. Quest'ultima attività un po' esplosiva ed essenzialmente libera non è sostituibile con la lezione di ginnastica, nè con l'esercizio sportivo, poichè è la sola che mette tutti i muscoli del corpo in un utile disordine.

In tutti i paesi, un fenomeno «sperimentale» ci fa assistere, continuano gli autori, ad ogni uscita di scuola, a un'esplosione delle voci e dei muscoli: grida, richiami, urla di gioia, baruffe. In questo sta semplicemente la necessità fisiologica di mobilitare i muscoli respiratori, fonetici e quelli delle membra...» A quale fenomeno stiamo assistendo attualmente: alla soppressione delle ricreazioni, sostituite da «tempi morti», alla progressiva scomparsa delle zone verdi, allo spaventoso aumento di appartamenti sempre meno ben isolati contro i rumori, tutto questo contribuisce a far sparire il grido di gioia del bambino o il canto degli uccelli.

«All'ora attuale, scrive il dott. Wallon, questa mancanza d'ossigenazione, cagiona l'inappetenza, difficoltà nell'addormentarsi, instabilità motrice. A lunga scadenza, se questa continua mancanza di movimento non verrà compensata con una vita all'aperto (ossia in diversi periodi di parecchie ore alla settimana), sarà l'atrofia cardiaca e polmonare dei sedentari prematuri ad aumentare la schiera

delle malattie cardiovascolari, prima causa di mortalità del mondo moderno.» In altre parole, è esattamente il contrario dell'addestramento sportivo.

Iniziative

In un disordine generale, alcune istituzioni vogliono cercare, partendo da zero, e ammettendo apertamente l'enormità del problema, di trovare il rimedio che potrebbe sanare progressivamente le tare dello sport moderno. Si sforzeranno di «ripensare» l'uomo, partendo dal principio, come dice Janet, secondo il quale se egli possiede la fortuna di essere superiore all'animale perchè pensa, non è però unicamente con il suo cervello che lo fa, ma con tutto il suo corpo: pensa con le dita, con i piedi, con il ventre; pensando con il cervello, egli pensa con tutto l'insieme! È per avere la fortuna di riuscire, queste istituzioni si lanciano con molto coraggio a promuovere questi due sconosciuti dello sport che sono dunque la donna e il fanciullo; con un grande impeto, ma con poca fortuna. Fu il caso l'anno scorso, dell'ottavo congresso degli allenatori nazionali, seguì poi un congresso dal tema «per un'educazione fisica contemporanea», e nel novembre scorso a Helsinki, un altro congresso per studiare un avvicinamento allo sport della donna e dei giovani.

