

**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:** 39 (1982)  
**Heft:** 2

**Artikel:** I riti sportivi : per esempio nel Judo  
**Autor:** Stierlin, Max  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1000378>

### **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:** 10.01.2026

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



## I riti sportivi Per esempio nel Judo

di Max Stierlin

Chi assiste per la prima volta a un allenamento o a un incontro di judo, è colpito dall'importanza dei riti che fanno da contorno alla pratica di questo sport: saluto, riverenza d'addio e di inizio combattimento, ringraziamento/riconciliazione, mettere a posto il judogi, ecc. Avvicinandoci un po' di più al mondo del judo, ci si rende conto del significato profondo ed essenziale di questi rituali gesti. Cerchiamo di ricercarne brevemente l'origine, le ragioni.

### Ogni comunità ha i suoi riti

I gruppi di esseri umani che collaborano alla realizzazione di un'opera o di un lavoro qualsiasi durante un certo periodo di tempo, compiono in modo ripetuto certe azioni, certi gesti, senza modificarne lo svolgimento. Così nascono i riti, i quali facilitano la cooperazione, poiché ogni membro sa in precedenza come si eseguiranno certe azioni comuni e può così prevedere le reazioni e il comportamento degli altri membri della comunità. Questo modo di agire semplifica le relazioni tra gli appartenenti di una comunità, i quali perdono, a poco a poco, il timore d'agire in modo poco conveniente nei confronti degli altri.

Citiamo, fra questi riti, i saluti, il modo di congedarsi, l'inizio del pasto e, nello sport, la messa in moto, la preparazione alla partenza, la proclamazione dei risultati (cerimonia protocollare), ecc.

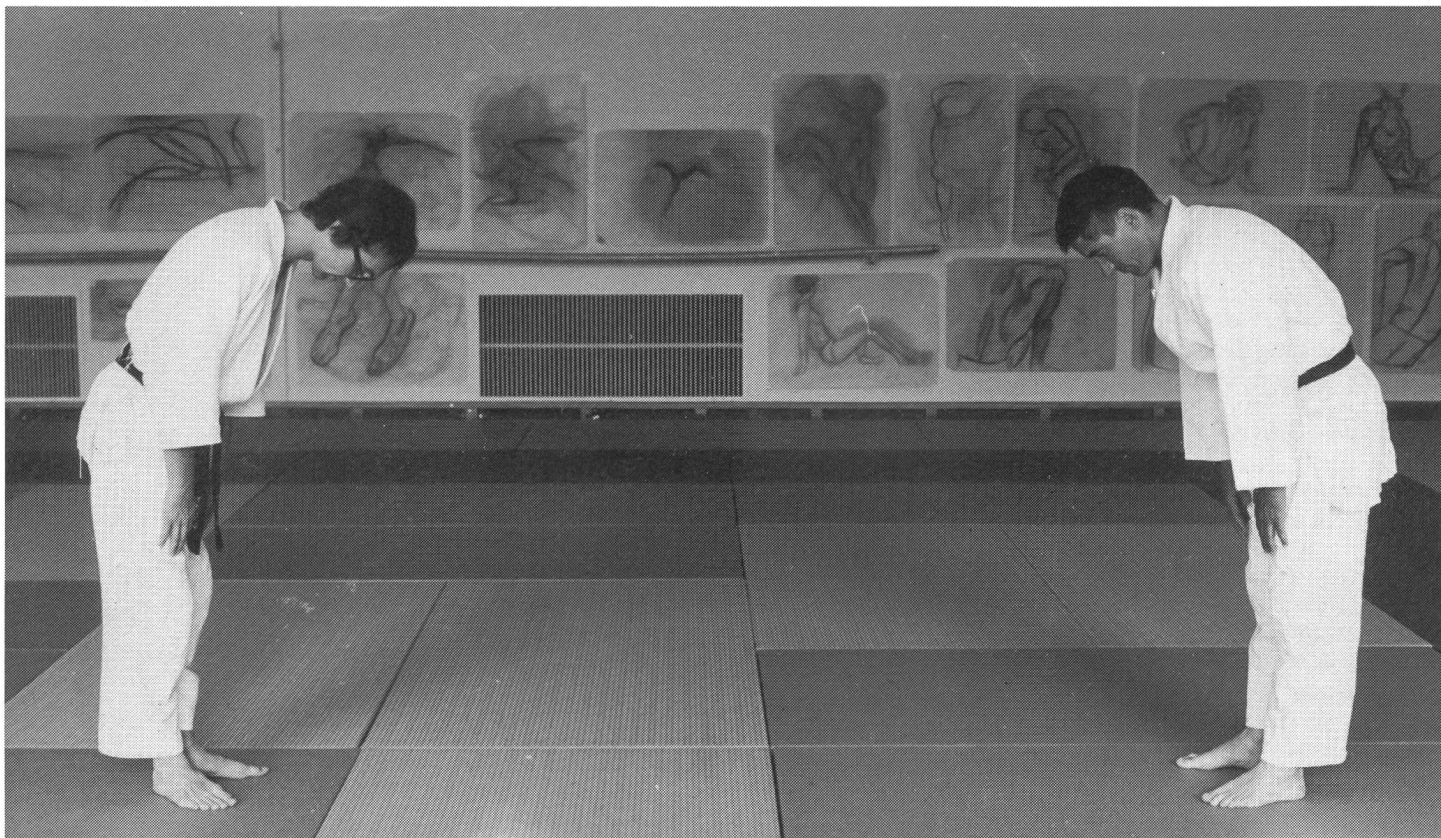
### I riti sono alla base di ogni comunità

Il sentimento d'appartenenza a una comunità ci è dato dalla conoscenza dei suoi riti: colui che ne conosce il suo ruolo si sente integrato; colui che l'ignora si sente escluso. Diventare membro di un gruppo, integrarsi, significa pure impararne i riti.

### I riti nello sport

Numerosi e diversi sono i riti nello sport. E non li si applica soltanto nel quadro delle grandi competizioni o manifestazioni internazionali, ma anche, spesso, nel corso delle sedute d'allenamento di società locali, che cominciano con una forma di saluto caratteristica di ogni gruppo. La maggior parte di questi riti sono diventati così familiari da chi li compie, che diventano quasi istintivi.

I riti possono ugualmente avere altre funzioni:



- talvolta vengono impiegati per impressionare l'avversario («grido di guerra» di una squadra prima della partita di rugby)
- riducono l'antagonismo e favoriscono la riconciliazione (i giocatori si stringono la mano alla fine di un incontro di calcio o di hockey su ghiaccio)
- esprimono a volte la reciproca riconoscenza (scambio di gagliardetti)
- si calmano gli spiriti, si sdrammatizza l'intensità della lotta (stretta di mano dei finalisti sul podio).

I riti esprimono anche la dignità, il rispetto altrui voluto dallo sport (Fair-play).

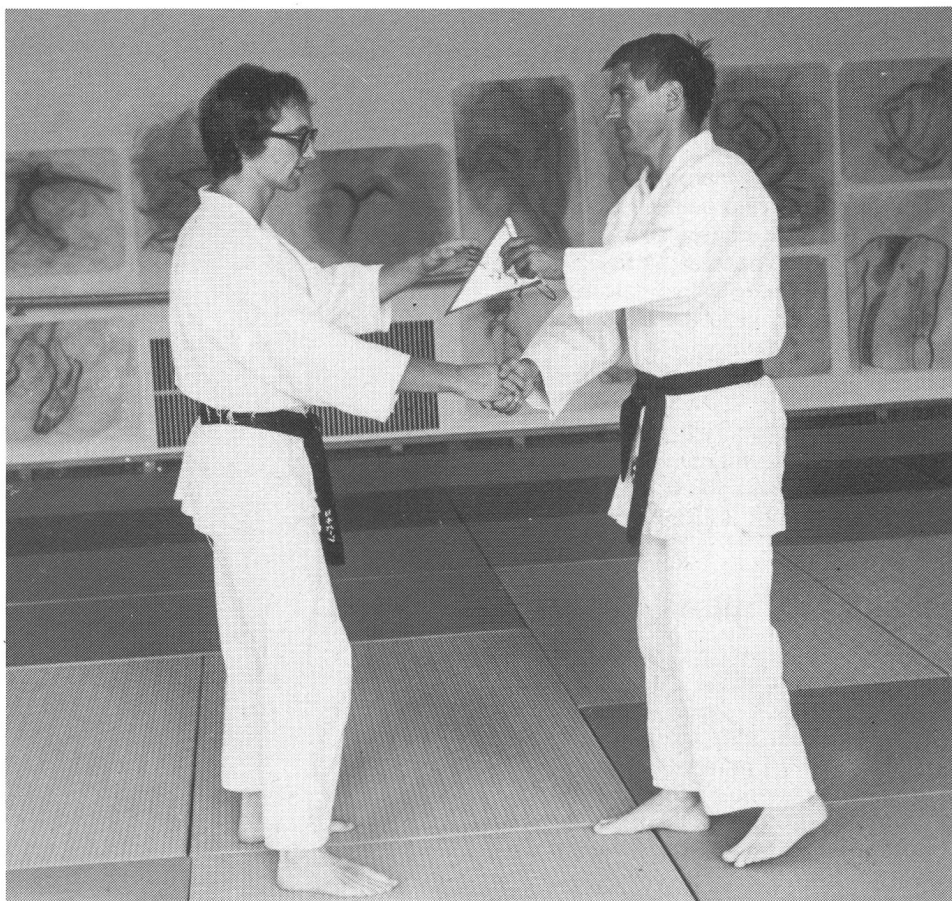
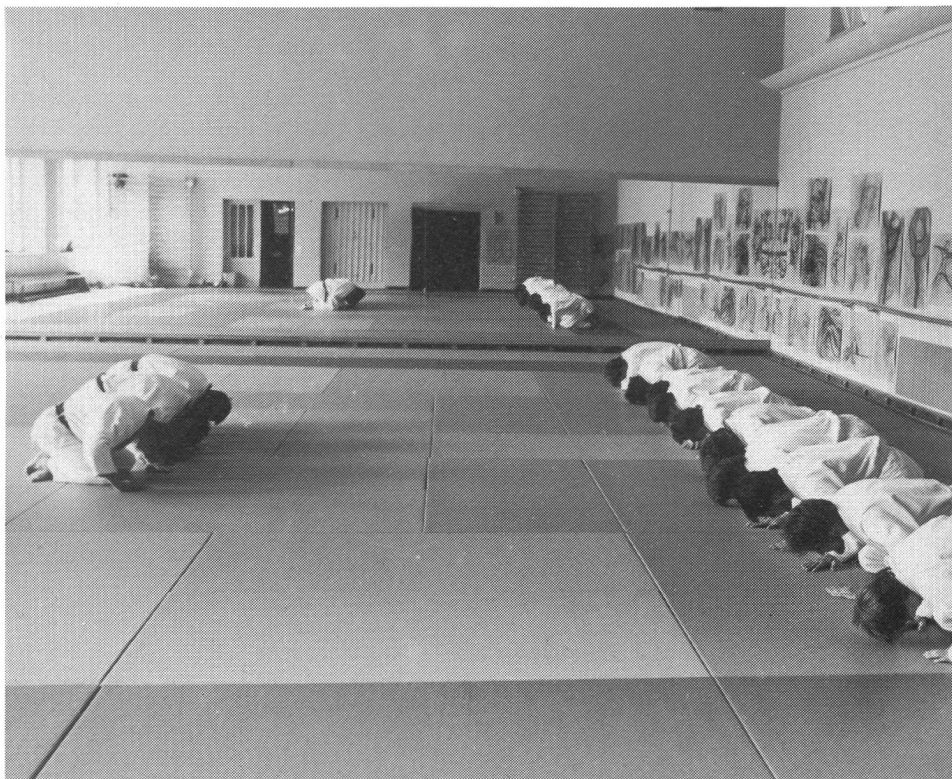
### I riti negli sport di combattimento

Nella tenzone sportiva, l'impegno di fronte all'avversario non deve superare i limiti al di là dei quali si rischierebbe di provocargli del male. La necessità di fissare delle regole di combattimento e di rispettarle è altrettanto importante quanto la tecnica o le armi utilizzate: c'è dunque un codice, ci sono arbitri, una superficie di gioco delimitata, misure di protezione. L'essenziale risiede pertanto nella disciplina dello sportivo, che dev'essere educato nel rispetto dell'avversario: se costui è ferito oppure si prevede una sua sconfitta, il combattimento deve immediatamente cessare. Lo sportivo degno di questo nome non si accanirà mai su un avversario incapace di difendersi. Deve dunque sapersi controllare, avere la padronanza di sé in ogni circostanza. Questa autodisciplina riveste ancor più d'importanza nelle arti marziali dove viene impiegato il solo corpo. Poiché un judoka è sempre «pronto al combattimento», egli deve sottostare con rigore particolare all'osservanza di una stretta disciplina. Questo aspetto costituisce uno dei principi fondamentali dell'apprendimento del judo.

### I riti rafforzano il codice morale

I riti costituiscono il supporto delle tradizioni morali, degli ideali dello sport. Cosicché bisogna saper rispettare la dignità dell'avversario e di padroneggiare sé stessi in ogni situazione, quando ci si rende conto, per esempio, che un combattimento dev'essere interrotto.

Conosciamo ugualmente altri generi di sport di combattimento le cui regole e riti provengono da antiche culture: regole dei tornei di cavalieri del Medio Evo, delle corporazioni d'armi dell'epoca barocca e cortigiana in Francia. Quanto ai riti in vigore nel judo, essi riflettono gli ideali praticati dalla nobiltà del Giappone feudale.



### I riti conducono a valori spirituali

Se si osservano i riti del judo, è perché sono stati stabiliti per ricordare al judoka lo spirito di lotta orientale, il suo ideale di combattimento leale. Rivestono questa funzione in tutti gli sport che non hanno quale unico obiettivo la ricerca della pre-

stazione tecnica, ma ugualmente la messa in evidenza di valori morali. Le immagini che trattano dei riti nel judo – associazione di attività fisiche e spirituali – possono essere alla base di una riflessione sul valore che si possono dare in altri sport.

*Adattamento: Arnaldo Dell'Avo*