

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 2

**Artikel:** I diritti del bambino nello sport  
**Autor:** Bizzini, Lucio  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-999410>

### **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:** 13.01.2026

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

# I diritti del bambino nello sport

di Lucio Bizzini

**Scopo di questo mio esposto è di discutere il problema della pratica sportiva del bambino e del ragazzo in termini di ontogenesi e di sviluppo individuale nell'ottica di un adeguamento dello sport organizzato alle rispettive realtà dello sviluppo del giovane.**

## La prima età scolare

Il bambino dai 7 agli 11 anni non sa cosa significa riposarsi, limitarsi; egli è generoso, si dà a fondo, spesso senza rendersi conto che il suo fisico è al limite. La struttura ossea e la

forza muscolare non ancora sviluppate completamente contrastano con l'armonia delle proporzioni corporee che lo fanno elegante e ben coordinato.

Dal punto di vista psicologico, egli è un essere del concreto, il suo mondo è bene ordinato, il suo comporta-

mento è spontaneo, la rappresentazione della realtà tutto sommato semplice. Le sue motivazioni sono chiare e soprattutto influenzate da fattori esterni. E' così che a questa età si comincerà uno sport perché lo fa papà o l'amico o l'idolo televisivo, ecc. Lo si abbandonerà anche facilmente, spesso deludendo l'adulto o il genitore che concluderà, maldestramente, a una mancanza di volontà e di assiduità. Ma per il bambino questa è un'occasione di scoperta, di confronto con abilità motorie e situazioni differenti, è insomma una base importante e indispensabile per le future attività sportive specializzate e intensive.

E' l'età ideale per l'apprendimento motorio ed è dunque corretto insegnare abilità sportive le più variate possibili. Se queste abilità potranno poi basarsi su apprendimenti ed esperienze motorie «selvagge», fatte nei primi anni di vita e dunque prima dell'inizio dell'allenamento sportivo, saranno ancora tanto più efficaci, proprio perché costruite sulla propria esperienza, di iniziativa propria, in condizioni diverse e con uno spirito di avventura e di curiosità (come lo ha mostrato una bella ricerca di Marte e Notarnicola). Il bambino tra i 7 e gli 11 anni è anche poeta, sognatore, le sue caratteristiche talvolta lo vogliono persino «sbadato», «testa all'aria», come quel portiere che al momento di dover prestar attenzione a un attacco pericoloso della squadra avversaria, si lascia distrarre da un elicottero che passa lì vicino. Le sue capacità spazio-temporali sono ancora incomplete, il suo acume tattico ne soffre, le sue possibilità di anticipare, prevedere, sono ancora limitate. Perciò che riguarda le motivazioni, il bambino fa dello sport essenzialmente a causa degli amici, dei parenti, o degli idoli vari; è verso gli undici anni che le motivazioni si interiorizzano (piacere, progresso, interesse per la competizione, fitness). Direi quindi che, fino agli undici/dodici anni, l'accento deve essere posto soprattutto sulla multidisciplinarietà e sull'apprendimento di più abilità sportive, evitando (ma in alcuni sport come la ginnastica artistica, il pattinaggio o il nuoto ciò è più difficile) l'allenamento intensivo precoce.







### La seconda età scolare

Il ragazzo dagli 11 ai 14 anni, dal punto di vista fisico, si trova in una fase delicata di crescita: il rapporto tra struttura ossea e muscolare sembra all'improvviso squilibrato; è questa l'età delle lunghe braccia e delle lunghe gambe, di corpi mal proporzionati che condizionano l'eleganza del gesto.

Il ragazzo scopre poco a poco l'utilità del pensiero astratto, ne scopre i vantaggi rispetto alla struttura conoscitiva precedente che era ancora legata all'oggetto presente nel qui e adesso. Egli è ormai capace di applicare i vari strumenti cognitivi (percezione, memoria, ragionamento logico, attenzione, concentrazione) più a lungo, meglio e con meno difficoltà. Egli è avido di progresso, il terreno è favorevole all'apprendimento; è un essere curioso, generoso anche nello sforzo di integrare le novità. Egli è naturalmente esigente verso se stesso e verso gli altri, si aspetta di acquisire nuove esperienze che ne arricchiscano il bagaglio di conoscenze, non si accontenta più di seguire, vuole proporre, provocare, crescere.

Il ragazzo di questa età è quindi un essere particolarmente sensibile, impaziente anche di poter affermarsi nella società. Inoltre, il senso dell'amicizia è qui al suo apice; il ra-

gazzo cerca nel gruppo un luogo dove realizzarsi e affermarsi ma anche dove essere protetto e capito.

Lo sport rappresenta per lui forse la prima occasione che ha di sperimentare l'investimento affettivo e cognitivo di uno spazio autonomo. Le motivazioni alla pratica sportiva fin qui largamente dominate dagli incentivi parentali, famigliari o sociali si interiorizzano, diventano più personali: esse sono la voglia di progredire, il piacere provato nel fare dello sport, il desiderio di misurarsi con gli altri.

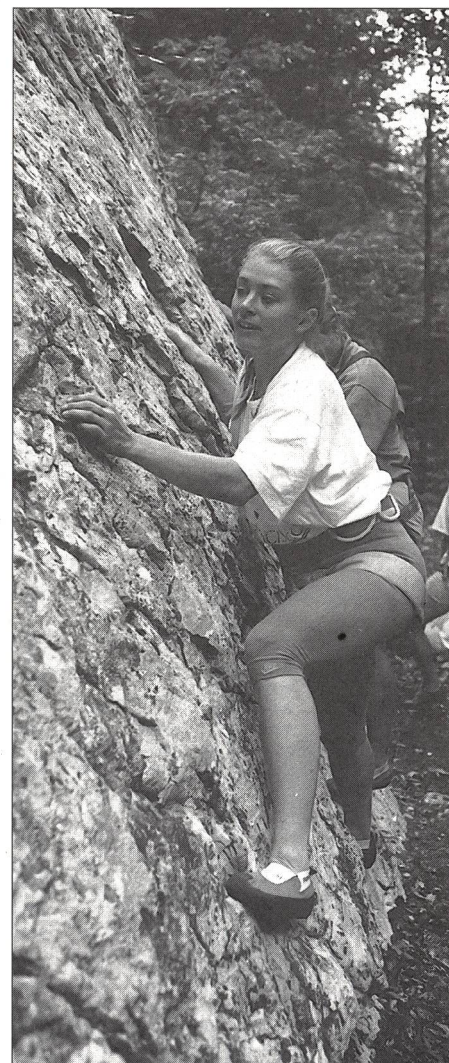
Il processo di interiorizzazione permette al ragazzo di fare nuove esperienze non più sotto la guida (o l'autorità) di un adulto, ma in contatto con esso, nel nostro caso l'allenatore, con il quale inizia una collaborazione che lo porterà ad acquisire sempre più capacità motorie, tattiche, mentali, sociali e morali.

### Lo sport è piacere

Lo sport è un'attività privilegiata per il bambino e per il ragazzo; attraverso la pratica sportiva entrambi si confrontano alle proprie competenze e ai propri limiti, misurano e verificano poi il cammino che devono ancora percorrere per padroneggiare i diversi elementi tecnici, tattici, psicologici e sociali.

Sappiamo che nello sport (dal francese antico «desportes» che significa divertimento), anche in quello di alto livello, è indispensabile che l'atleta si rifaccia a motivazioni intrinseche, quali il piacere profondo della pratica sportiva e la curiosità del progredire. Per il giovane, lo sport è o dovrebbe essere esperienza del piacere.

L'exasperazione della competizione e un'intensità monodisciplinare eccessiva prima dei 13/14 anni (ma molto dipende anche dal tipo di disciplina sportiva) non favoriscono certo la crescita dell'apprendista sportivo; al contrario ne aumentano il rischio di abbandono della pratica. Il mondo del ragazzo è differente da quello dell'adulto, per farlo progredire bisogna offrirgli modelli, infrastrutture e competizioni differenti da quelli dell'adulto. Occorre in altre parole, rispettare il suo mondo.





E' bene ricordare anche che, come lo sottolinea R. Martens, «se gioia e tristezza nello sport sono sinonimi di vittoria o di sconfitta, lo si deve in gran parte all'influenza dell'adulto», e che, dal punto di vista educativo, come ricorda Grupe, «le vittorie e i record non sono il significato più profondo dello sport, come invece lo sono l'arricchimento, la soddisfazione e il perfezionamento di se stesso». Lo sport è quindi da considerare come occasione di crescita, non di frustrazione o di delusione.

### La Carta dei diritti

Il movimento detto della Carta dei diritti del ragazzo nello sport (cfr. figura), nata a Ginevra per volontà di un gruppo di allenatori e di specialisti della fanciullezza e dell'adolescenza, con il sostegno del Service des Loisirs del Département de l'Instruction Publique du Canton de Genève, si prefigge di dare a chi vi aderisce alcune linee di comportamento che rispettano l'ideologia psico-pedagogica sviluppata qui sopra.

In particolare, la carta dei diritti del ragazzo nello sport, basata su dati recenti della medicina, della psicologia dello sviluppo e della pedagogia in relazione alla pratica sportiva

#### Carta dei diritti del ragazzo nello sport

- Diritto di fare dello sport
- Diritto di divertirsi e di giocare come dei bambini
- Diritto di usufruire di un ambiente sano
- Diritto di essere trattato con dignità
- Diritto di essere circondato e allenato da persone competenti
- Diritto di seguire allenamenti adatti ai ritmi individuali
- Diritto di competere con dei giovani che hanno le stesse possibilità di successo
- Diritto di partecipare a competizioni adeguate
- Diritto di praticare il proprio sport in assoluta sicurezza
- Diritto di avere tempi di riposo
- Diritto di non essere un campione



del ragazzo fino ai 14 anni, precocizza di favorire la pluridisciplinarietà (allargamento dell'esperienza motoria), adeguare l'organizzazione della competizione (non imitare tornei o campionati confacenti all'adulto), rispettare i tempi personali di apprendimento (non operare una selezione troppo precoce), prendere in considerazione i mutamenti fondamentali legati alla pubertà (che spesso conducono a momentanee regressioni delle capacità motorie), tener presente che il ragazzo non ha terminato la sua crescita.

#### Diritto di fare dello sport

Senza distinzioni di sorta (sesso, abilità, caratteristiche fisiche), ogni ragazzo che lo desidera dovrebbe poter fare sport in una qualsiasi società sportiva (E+: le società di nuoto e i gruppi non competitivi; E-: i bambini confinati per lunghi minuti sulle panchine negli sports collettivi).

#### Diritto di divertirsi e di giocare

Bisogna rispettare il modo in cui i ragazzi dai 7 ai 14 anni giocano e si divertono. Per esempio, i ragazzi di 11 anni, giocando a calcio, inventano regole e forme di competizioni particolari, che spesso durano un pomeriggio intero, alternate ad altre atti-

vità, sportive o no (ciclismo, giochi di società, pesca, ecc). Ciò indica la necessità di variare, creare condizioni differenti, proporre alternative di gioco, incoraggiare l'uso di queste pratiche spontanee.

#### Diritto di usufruire di un ambiente sano

E' un problema importante al giorno d'oggi; infatti ricerche indicano che non basta fare dello sport per essere salvaguardati, per esempio, dalla tentazione della droga (anzi il problema del doping prova il contrario). Spetta all'adulto (allenatore e dirigente) educare il ragazzo a «sentire» il benessere fisico e psicologico che la pratica sportiva procura, spetta all'adulto introdurre, il più presto possibile, nozioni quali il fair-play (E+: gesti sportivi da mostrare; E-: il comportamento ostile dell'allenatore verso gli arbitri).

#### Diritto di essere trattato con dignità

Troppo spesso ancora accade che nella pratica quotidiana, sul terreno, ai bordi del campo e negli spogliatoi, riappaiono vecchi demoni, come quelli legati alla scuola «alla dura», oppure allenatori che usano un linguaggio poco confacente a regole elementari di buona educazione.



Tutte queste attitudini non favoriscono di certo il processo educativo e sportivo. Lo sport è qui fonte di frustrazione, di delusione, e di mancanza fondamentale di rispetto nei confronti dell'altro.

### **Diritto di essere circondato e allenato da persone competenti**

L'allenatore-educatore che opera nel settore giovanile deve integrare conoscenze psico-pedagogiche e insegnamento tecnico adattandosi alla realtà del ragazzo. È compito dei tecnici-formatori porre le basi didattiche, darne un contenuto, suggerire metodologie adeguate. Spesso purtroppo succede che gli allenatori meno competenti si vedono affidare atleti giovanissimi; volenterosi ma senza formazione, essi commettono errori che spesso avranno incidenze sul futuro sportivo del ragazzo. Altri allenatori ricorrono per esempio a «teorie» di pre-gara, copie fedeli di quelle degli adulti, inadatte ai ragazzi. Non dimentichiamo che verso i quindici anni circa il 50% dei ragazzi abbandona il proprio sport di competizione e, ciò che è più grave, il 10% tra di loro, non vorrà più saperne di sport.

### **Diritto di seguire allenamenti adatti ai ritmi individuali**

Non soltanto bisogna rispettare l'ontogenesi (lo sviluppo generale) ma anche e soprattutto lo sviluppo personale, individuale. Ognuno di noi ha il suo ritmo di apprendimento, e bisogna conoscerlo per poter potenziare le capacità ed evitare gli errori di pianificazione dell'allenamento. Occorre quindi che la formazione degli allenatori o educatori dia precise informazioni sulle particolarità dello sviluppo e su come bisogna tenerne conto praticamente.

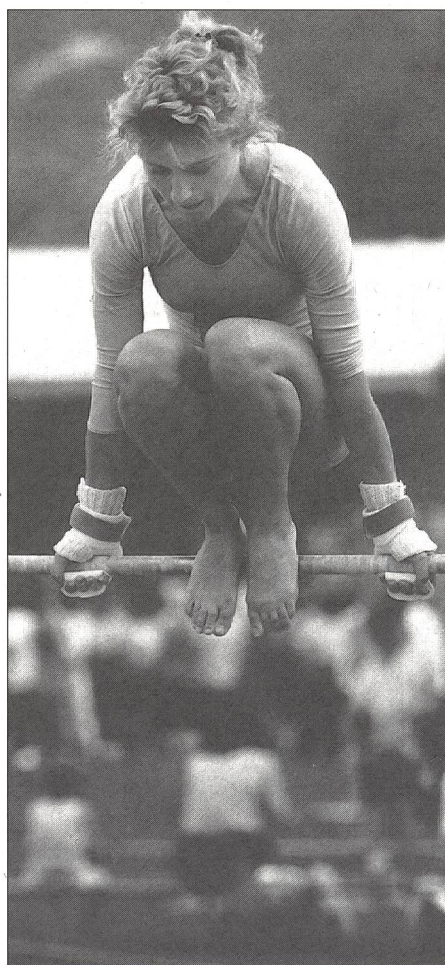
### **Diritto di competere con dei giovani che hanno le stesse possibilità di successo**

Si assiste ancora troppo sovente a incontri tra competitori di livelli troppo differenti che non forniscono alcun apporto positivo all'esper-

ienza sportiva. Ho assistito personalmente a un incontro di calcio finito sul risultato di 22 a 0; ho letto da qualche parte che un incontro di hockey su ghiaccio si è concluso sul 55 a 0; nei circoli di tennis si vedono ancora troppo spesso competizioni tra bambini e adulti. Certo, è interessante e formativo imparare a perdere per poi tirare insegnamenti utili; ma l'esperienza di sentirsi impotenti non è utile come non è utile il sentirsi onnipotenti.

### **Diritto di partecipare a competizioni adeguate**

L'organizzazione della competizione è sovente adoltomorfica (campionati, tornei ad eliminazione diretta, distanza da percorrere, titoli di campioni in erba). Vi sono anche esempi positivi di adattamento: gioco a 7 nel calcio, minibasket, minivolley, etc. (tornei che durano un giorno).



### **Diritto di praticare il proprio sport in assoluta sicurezza**

Si pone qui tutto il problema dell'adeguamento delle infrastrutture, le quali, spesso, non tengono sufficientemente conto della realtà fisica e psichica del ragazzo o del bambino (dimensioni del terreno, attrezzi ginnici, porte nello sci). Anche qui vi sono esempi positivi quali la superficie di ghiaccio adattata, i muri di arrampicata, gli spazi di gioco non strutturati.

### **Diritto di avere tempi di riposo**

Troppo spesso accade che nello sport organizzato, soprattutto in quello che chiamiamo allenamento intensivo precoce (più di 10 ore alla settimana per atleti dai 7 ai 14 anni), le vacanze siano utilizzate per dei campi d'allenamento, che precludono così all'allievo un meritato periodo di riposo.

### **Diritto di non essere un campione...**

... ma anche diritto di esserlo. Mi sembra importante poter dire che al termine dei primi anni di pratica sportiva, in ogni caso fin verso i quindici anni, il ragazzo abbia assimilato il fatto che competere è gioia nel confrontarsi, comprendersi, misurarsi con se stessi e con gli altri (competere = cercare assieme). Su questa base egli sarà in grado di intensificare la pratica sportiva se ne ha la voglia e il talento, o di continuare a fare sport come occupazione del tempo libero.

In conclusione, l'ideologia psico-pedagogica che sta alla base della Carta dei diritti del ragazzo nello sport si vuole garante di un'educazione sportiva che rispetti le particolarità del giovane. Essa rappresenta un impegno, per chi vi aderisce, a praticare e a divulgare un'ottica sportiva che mette al centro il ragazzo anziché il risultato. ■

*L'articolo è una rielaborazione della relazione tenuta dall'autore al ciclo di conferenze organizzato al Campo sportivo nazionale della gioventù di Tenero nello scorso mese di ottobre.*