

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 3 (2001)
Heft: 4

Artikel: "La qualità è un diritto nello sport!"
Autor: Bignasca, Nicola
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001977>

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: 11.02.2026

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

«La qualità è un diritto nello sport!»

È un ex-calciatore internazionale e uno psicologo affermato.

Si chiama Lucio Bizzini ed assieme ad un gruppo di allenatori e di specialisti della pratica sportiva ha elaborato una Carta dei diritti del bambino nello sport.

Nicola Bignasca

Il movimento detto della Carta dei diritti del bambino nello sport, promosso dal Servizio del tempo libero del Dipartimento dell'istruzione pubblica del Canton Ginevra, si prefigge di dare a chi vi aderisce alcune linee di comportamento in sintonia con quei principi psico-pedagogici che assicurano una pratica sportiva di qualità. «La Carta dei diritti, aggiunge Bizzini, preconizza di favorire la pluridisciplinarietà, vale a dire l'allargamento dell'esperienza motoria, di adeguare l'organizzazione delle competizioni, di rispettare i tempi personali di apprendimento e di prendere in considerazione i mutamenti fondamentali legati alla pubertà.» La Carta si compone di dieci punti, dei veri e propri «comandamenti» da rispettare se si ambisce ad una pratica sportiva corretta e qualitativamente valida da un punto di vista etico.

Il diritto di fare dello sport

Ogni ragazzo che lo desidera dovrebbe poter fare sport in una qualsiasi società sportiva. Lucio Bizzini: «Gli allenatori e i dirigenti di club sono tenuti a proporre un'attività sportiva consona al livello e alle possibilità dei ragazzi.»

Il diritto di divertirsi e di giocare

I bambini di 7 a 8 anni giocano e si divertono diversamente rispetto ai giovani di 12 a 13 anni. I primi si concentrano sul gioco, l'animazione, la scoperta, il cambiamento rapido d'attività e l'invenzione di regole; i secondi danno prova di un grande bisogno d'apprendimento e di acquisire competenze, così come di

superare se stessi e di confrontarsi con gli altri.

Secondo Lucio Bizzini le premesse per assicurare ai bambini il diritto di divertirsi e di giocare passano dalle seguenti rivendicazioni: accesso libero agli impianti sportivi, introduzione di spazi di gioco autogestiti e di zone in cui è possibile praticare gli sport di strada, apprendimenti sportivi multidisciplinari e un'educazione fisica scolastica basata sul principio della scoperta delle discipline sportive.

Il diritto di usufruire di un ambiente sano

Lo sport è un luogo privilegiato di scoperta, di socializzazione, di conoscenza e di benessere. I problemi legati soprattutto allo sport professionistico non giustificano per nulla l'abbandono della pratica sportiva. Anche in questo ambito, Lucio Bizzini sottolinea le responsabilità dell'allenatore nella prevenzione della violenza e degli abusi: «Egli deve promuovere il dialogo con i giovani e le loro famiglie, nonché incentivare la cameratergia e il rispetto reciproco. Informando costantemente i dirigenti del club sul suo operato, egli veglia a che il suo comportamento non dia adito a nessun sospetto di abuso di potere e di sottomissione.»

Il diritto di essere trattato con dignità

Rispettare il bambino significa in particolare ritenerlo degno di un'amicizia e di una relazione. Bizzini denuncia il fatto che «purtroppo ancora oggi nella pratica quotidiana, sul terreno e a bordo campo, riappaiono vecchi «demoni», al-

lenatori che riesumano gli ormai desueti principi di una pratica sportiva «da duri» o che usano un linguaggio poco confacente a regole elementari di buona educazione.»

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

Il diritto di essere circondato da persone competenti

Il bambino ha il diritto di essere allenato da persone che hanno conseguito una formazione e competenze pedagogiche e didattiche consone alle sue esigenze. Spesso purtroppo succede che gli allenatori meno competenti si vedono affidare atleti giovanissimi; volenterosi ma senza formazione, essi commettono errori che spesso incidono sul futuro sportivo del ragazzo. «Non dimentichiamo che, aggiunge Bizzini, versì i quindici anni circa il 50% dei ragazzi abbandona lo sport di competizione e, cosa più grave, il 10% di loro, non vorrà più saperne di sport.»

Il diritto di seguire allenamenti adatti ai ritmi individuali

Ogni bambino ha tempi di apprendimento individuali che bisogna conoscere al fine di evitare sovraccarichi e di favorire uno sviluppo armonico delle sue capacità. La pluridisciplinarietà sportiva e competizioni organizzate in base ad altre regole rispetto a quelle adottate per gli adolescenti e gli adulti, permettono di ridurre gli errori dovuti ad un approccio sbagliato da un punto di vista dello sviluppo.



«Appartengo a quella generazione nata negli anni cinquanta, che non ha avuto occasione di praticare tanti sport, ma ha goduto pur sempre dell'opportunità di scoprire il movimento e lo sport in modo naturale, crescendo. Provengo da una regione della Svizzera, il Ticino, dove a 4 a 5 anni era facile per me essere a contatto diretto con la natura e praticare attività fisiche e sportive come arrampicarmi sugli alberi (soprattutto quelli da frutta e soprattutto quelli dei vicini), imparare ad andare in bicicletta su strade poco trafficate, praticare la lotta con i compagni di gioco, misurar-

mi con loro nella corsa a piedi in mezzo ai campi. Questa pratica sportiva spontanea nei testi viene definita come quella dell'io selvaggio, come attività privilegiata di scoperta e conoscenza fatta di interminabili partite a calcio, corse in bicicletta e nuotate nel fiume. Lo sport, quello che si conosce come attività fisica esercitata nel senso del gioco, della lotta e dello sforzo, la cui pratica presuppone un allenamento metodico ed il rispetto di talune regole e discipline, è arrivato solo in un secondo tempo, verso gli 11 anni. »

Lucio Bizzini

Il diritto di competere con dei giovani che hanno le stesse possibilità di successo

Si assiste ancora troppo sovente a delle competizioni che oppongono avversari di dislivello troppo elevato, o nettamente più forti o nettamente più deboli. Lucio Bizzini: «Ho assistito personalmente a un incontro di calcio finito sul risultato di 22 a 0. È vero che le vittorie e le sconfitte sono molto importanti per rinforzare l'autostima e il rispetto per gli altri. Ciò nonostante queste esperienze sono controproducenti se danno al bambino l'impressione di essere impotente oppure, peggio ancora, onnipotente.»

Il diritto di praticare il proprio sport in assoluta sicurezza

La necessità di adeguare le infrastrutture alla realtà fisica e psichica del bambino è di primordiale importanza per assicurare una pratica sportiva giovanile qualitativamente valida. Per Lucio Bizzini la via da seguire è quella tracciata da alcune federazioni che propongono il mini-volley, il mini-basket o il calcetto per squadre di sette giocatori.

Il diritto di avere tempi di riposo

Troppo spesso accade che nello sport organizzato, e soprattutto in quello che chiamiamo allenamento intensivo precoce con più di 10 ore settimanali per atleti dai 7 ai 14 anni, le vacanze siano utilizzate per svolgere dei campi di alle-

namento, che precludono così all'allievo un meritato periodo di riposo. La reazione di Lucio Bizzini è perentoria: «Il riposo è importante per il bambino che studia, ed è indispensabile per colui che abbina le due attività! È pertanto necessario svolgere un allenamento basato sulla qualità più che sulla quantità.»



Il diritto di non essere un campione

Il bambino ha il diritto, soprattutto a partire dai 15 a 16 anni, di scegliere se intensificare la pratica sportiva, se ne ha la voglia e il talento, o al contrario, di continuare a fare sport per piacere o per socializzare. A questo proposito Lucio Bizzini afferma che «nessuna medaglia vale la salute di un bambino così come nessun adulto ha il diritto di rovinare il sogno di un bambino di diventare campione».

m

Lucio Bizzini

Lucio Bizzini, dottore in psicologia, esercita presso l'Ospedale universitario di Ginevra ed è membro della Commissione culturale del Panathlon internazionale. Indirizzo: lucio.bizzini@hcuge.ch