

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 12 (2010)
Heft: 5

Artikel: Sotto un unico tetto
Autor: Aschwanden, Sergei
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001182>

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>

Sotto un unico tetto

Educazione fisica, sport scolastico, sport di punta: è possibile creare un'entità comune?

Da appassionato di sport in generale, che ha trascorso 18 anni nello sport di alto livello e oggi è ritornato su banchi di scuola all'Università di Losanna, mi sono spesso chiesto se sarebbe possibile riunire tutti i vari approcci dello «sport» in un'unica entità, che offrirebbe ai nostri giovani una base ideale per il loro benessere quotidiano ma anche scolastico e educativo. Una base che servirebbe non solo ai bambini che desiderano lanciarsi nello sport di competizione e diventare un giorno dei grandi campioni ma anche a quelli che vogliono semplicemente praticare uno sport per puro piacere. Questi ultimi si renderebbero così conto dei benefici della pratica di un'attività sportiva sul breve, medio e lungo termine. Con una simile entità potremmo programmare serenamente il futuro dei nostri giovani e garantiremmo loro una buona salute.

Si parla regolarmente dei problemi di obesità dei nostri giovani, della mancanza di attività e/o di motivazione nei confronti del «movimento» o, ancora, del loro comportamento sempre più violento. E noi cosa facciamo? Soffochiamo le nostre città sotto il cemento, riducendo così gli spazi in cui giocare in tutta sicurezza. Senza dimenticare che abbiamo addirittura avuto l'idea di sopprimere un'ora di lezione di educazione fisica nel programma scolastico!

Alla luce di tutto ciò, mi sembra necessario riposizionare lo «sport» in seno alla nostra società. I giovani devono poter muoversi ogni giorno. E un mezzo per raggiungere questo obiettivo è di attribuire allo sport lo stesso statuto delle altre materie (italiano, matematica, economia, ecc.) nell'ambiente scolastico, un ambito che – lo ricordo – permette a uno svizzero su 80 di guadagnarsi da vivere e che nel 2005 ha generato un fatturato di 15 100 milioni di franchi. Obbligando i bambini a fare dei compiti di ginnastica, li confronterebbero automaticamente a questa materia e diventerebbero più assidui. Lo confermano le esperienze che ho vissuto in qualità di padrino del progetto «scuola in movimento» che sostiene i bambini che praticano sport, e di monitor di judo per il progetto «Equité» a Losanna, dove questa disciplina è integrata nella scuola. Lo sport migliora i risultati scolastici.

La Svizzera, inoltre, è all'avanguardia nei settori dell'economia e della tecnologia. Abbiamo delle università reputate in tutto il mondo. Dal profilo sportivo, le nostre infrastrutture e il sistema Gioventù+Sport sono ottimi. Ma si tende sempre e ancora a trascurare lo sport di punta, pur sapendo che si tratta di una vetrina importante per il nostro paese. Perché? Una domanda che mi sono posto spesso durante la mia carriera e ancor più frequentemente da quando l'ho terminata e sono confrontato con bambini che desiderano diventare degli sportivi di punta oppure con i loro genitori. Alcuni pensano ancora che lo sport «non è un vero e proprio mestiere». Cosa bisogna fare per modificare questa immagine? Lanciarci, noi sportivi, nella politica per farci ascoltare?

Non ho ancora trovato delle risposte a queste domande ma sono comunque certo di una cosa: è il momento di fare tutto il possibile per garantire ai nostri giovani una salute di ferro. Perché è scientificamente provato che lo sport è primordiale per poter vivere a lungo e in perfetta forma. Senza dimenticare che l'attività fisica favorisce le prestazioni intellettuali sia dei bambini che degli adulti. Lo sport in generale e lo sport di competizione mi hanno aiutato e mi aiutano tutt'ora nella mia quotidianità. Grazie ad essi ho imparato a gestire delle situazioni di stress estreme, a fissare degli obiettivi e a pianificare a dovere per riuscire a raggiungerli. Ho acquisito valori come la disciplina, la volontà, la pazienza, il coraggio, il rispetto, la perseveranza, l'amicizia, l'onestà, la gioia e la felicità di poter fare ciò che si ama.

Come diceva Martin Luther King: «I have a dream». Il mio sogno è che un giorno il nostro paese si doti di un sistema sportivo che permetta a ognuno di sentirsi pienamente soddisfatto dal profilo sportivo grazie a delle strutture stabili e efficaci! ■

Sergei Aschwanden ha praticato il judo a livello professionistico per 18 anni. Due volte campione d'Europa (2000 e 2003), medaglia di bronzo ai campionati del mondo di Monaco nel 2001, poi d'argento a quelli di Osaka nel 2003 e terzo posto ai Giochi olimpici 2008 a Pechino, ha deciso nel 2009 di intraprendere una nuova carriera e di iscriversi alla facoltà di scienze dello sport all'Università di Losanna. Parallelamente lavora come direttore tecnico al Judo club Mikami di Losanna e insegna questa disciplina agli allievi nell'ambito del progetto «Equité» della stessa città.

Contatto: info@sergei.ch

Foto: Ueli Känzig

