

Unione Italiana Sport Per tutti



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp nazionale)

Data 1-2/11/2006

ARGOMENTI:

- Uisp contro la criminalità. "Un minuto di silenzio per ricordare Giovanni Montani"
- Rai: il primo giorno di De Luca
- La Federcalcio ha cominciato a curare i mali di Calciopoli
- Platini promette un nuovo calcio
- Calcio e non vedenti: la missione di Pancalli
- Braccio di ferro tra Mediaset e Rai per i diritti del pallone
- Salute: sportivi si cresce (2 pagg.)

La Uisp contro la criminalità. "Un minuto di silenzio per ricordare Giovanni Montani"

L'Unione sport per tutti e la Lega calcio Uisp fanno appello ai Comitati affinché venga osservato un minuto di silenzio alla memoria del giovane barese ucciso nelle attività sportive del fine settimana. "Manteniamo alta la vigilanza"

ROMA – "Si continua a morire senza motivo, per una parentela pericolosa, perchè il degrado e il disagio colpiscono alla cieca e la mafia prospera: il diciottenne Giuseppe Montani è morto così, da giovane promessa del calcio Bari a corpo senza vita, in una strada del quartiere S.Paolo". Lo sport e l'Uisp sono in lutto, e l'associazione ricorda in una nota la giovane vita spazzata via dalla criminalità. Non solo: l'Uisp e la Lega calcio Uisp fanno appello a tutti i Comitati affinché venga osservato un minuto di silenzio alla memoria del giovane barese Giovanni Montani nelle attività sportive del fine settimana

"La mafia sta guadagnando terreno – afferma l'associazione - : l'Uisp fa appello alle istituzioni nazionali e locali, alla cittadinanza e all'associazionismo affinché la vigilanza contro la violenza e contro la criminalità mafiosa si mantenga alta. La mafia ruba la vita e a Giovanni ha rubato il sogno di diventare un calciatore: il mondo dello sport è stato colpito due volte. Perchè la vita di un giovane calciatore è stata spezzata e perchè l'assalto all'associazionismo sportivo è stato frontale".

La Uisp di Bari è impegnata da anni nei quartieri più a rischio della città con progetti di socializzazione particolarmente diretti ai giovani. A S.Paolo, tre anni fa fu organizzato il Campionato italiano di judo con centinaia di ragazzi da tutta Italia. L'intervento dello sport sociale e per tutti continua ed è radicato nei quartieri S.Girolamo, vicino al Porto ed Enzitetto, nella periferia nord della città, con iniziative di calcio giovanile.

"L'Uisp continuerà con maggior forza il suo impegno per la legalità attraverso iniziative di sport a Bari e nel Sud – conclude - : la mafia si combatte tutti insieme, isolando e denunciando la cultura della morte e dei clan".



Il primo giorno di De Luca «Torno in Rai per innovare»

«Più spazio alle opinioni
delle nostre firme migliori
Andrò in video anch'io»

GABRIELLA MANCINI

Il primo giorno di Massimo De Luca alla direzione di Rai Sport. Per lui, che aveva cominciato la carriera alla Rai con un contratto a termine, è un ritorno a casa dopo aver condotto *Tutto il calcio minuto per minuto* ed essere passato allo sport di Mediaset. Sul tavolo molte idee e l'intenzione di dare una svolta al modo di raccontare lo sport sulla tv di Stato.

Da dove comincia?

«C'è tanto da fare. A partire dal Tg sportivo nel pomeriggio di Rai 2. Ho partecipato subito alla riunione di redazione per fare qualche ritocco».

Per esempio?

«Non basta il lancio del servizio, bisogna avere la libertà di esprimere un'opinione. Così, per esempio, un giornalista d'esperienza come Gianni Cerqueti dice la sua sulle dichiarazioni di Platini. Perché dobbiamo appaltare i commenti a esterni? Ci pensiamo noi. Le firme più significative della testata, poi anche il sottoscritto».

La grafica ha macchiato il debutto con un refuso in un titolo su Adriano...

«Io sono molto preciso. Mi è dispiaciuto. Mi batterò per ottenere una grafica non soltanto corretta, ma anche moderna».

Cambieranno le telecronache di Champions League?

«Rivedremo l'impostazione escludendo le inquadrature dei telecronisti

durante la partita e cercando di imprimere più ritmo».

Cosa pensa della decisione di Rai 1 di spostare Milan-Anderlecht su Rai 3?

«Dobbiamo essere realisti. C'è una fase in cui c'è meno appeal per la Champions, ma non dovrebbero esserci problemi quando ci sarà l'eliminazione diretta».

Il mercoledì il programma post Champions in genere è strangolato da Porta a Porta, a parte ieri, che è andato su Rai 3...

«L'ideale sarebbe cambiare rete per valorizzare l'investimento».

E la Domenica Sportiva?

«Quest'anno ci saranno dei ritocchi, il prossimo anno la reinventeremo. Cambieremo schema».

Cosa le ha chiesto l'azienda?

«Mi ha dato il mandato per una missione di innovazione, creativa. E per questo ci vogliono tecnologie e mezzi adeguati, ci vuole un archivio agile. Problemi seri, ne parleremo».

L'obiettivo?

«Poter avere sempre il lusso di tenere il contatto diretto con il prodotto e la redazione. Portare avanti una linea».

Ha un contratto triennale, giusto?

«L'ho chiesto io, a tempo determinato. Ci metterò tutto il mio impegno. Se le cose andranno bene, continuerò, altrimenti... Ho una certa età... potrei di nuovo cambiare vita».

LA GAZZETTA DELLO SPORT

2/11/2006

La Fige cura Calciopoli

di Edmondo Pinna

ROMA - La Federcalcio guidata da Luca Pancalli (in questo caso con la collaborazione dell'Antitrust e dell'Aia) ha cominciato a curare i mali di Calciopoli. In quaranta giorni, ecco i primi provvedimenti "operativi", in vigore da questa mattina: nuovo regolamento Agenti, mutuato (tranne che per la parte che riguarda l'esclusiva) dalle conclusioni alle quali era arrivata la commissione di Catricalà, e nuovo regolamento dell'Aia, che a fine novembre (24, 25 e 26 a Tivoli) eleggerà, in maniera democratica, il nuovo presidente dell'Associazione (e non solo). Una rivoluzione, Copernicana o no poco importa. Quel che conta è che, come ha sottolineato anche il Ministro dello Sport, Giovanna Melandri, la Federcalcio ha dimostrato, con i fatti, «la ferma volontà di costruire un sistema di norme che garantisca, per il futuro, trasparenza e certezza delle regole». Già, perché proprio procuratori e arbitri hanno rappresentato quei gangli vitali pesantemente inquinati dallo scandalo di Calciopoli. Nel quadro di una riforma che rivoluzionerà l'intero mondo del calcio, Pancalli e i suoi vice (l'avvocato Coccia, che ha materialmente messo mano alle nuove regole, cercando anche di renderle armoniche con le direttive internazionali, e Riva) hanno cominciato l'opera sanatoria. Perché quello che è successo, non accade di nuovo.

PROCURATORI - Tre i principi ispiratori, come ha sottolineato Pancalli: «Più trasparenza, eliminazione del conflitto di interessi, stop alle posizioni dominanti». In pratica, quello che aveva "suggerito" Catricalà. Diversi i paletti, come l'incompatibilità in caso di parentela fino al secondo grado (ovvero, impossibile vedere un nuovo caso-Gea World). Le questioni disciplinari saranno giudicate dalla giustizia federale, per evitare commissioni fra controllati e controllori: ci penseranno Caf in primo grado e CCA presso il Coni in ultimo appello. Questa, forse, un'indicazione di come potrebbe essere la prossima giustizia sportiva (anche se, nelle segrete stanze del Coni, propendono per mantenere i tre gradi di giudizio). La Commissione Agenti si occuperà solo di violazioni economiche. Sparisce l'Albo, chi farà l'esame (obbligatorio)

sarà inserito semplicemente nell'elenco di chi ha diritto a rappresentare un calciatore.

ARBITRI - Altra rivoluzione, anche in questo caso Pancalli ha indicato le linee guida: «Più autonomia tecnica, più democrazia interna, distinzione fra parte tecnica e parte associativa». Prima novità sostanziale: Federcalcio e Leghe non avranno più alcuna voce in capitolo sulla nomina del designatore. Che sarà di competenza del presidente dell'Associazione, e qui arriva la seconda novità: la sua elezione (ieri è scaduto il mandato commissariale di Agnolin, resterà in regime di prorogatio fino alle elezioni) arriverà nel pieno rispetto della «democrazia». In pratica: il candidato (le

firme a supporto scendono da 50 a minimo 25 e massimo 30, allargando il ventaglio delle possibilità) presenterà un "listino", comprendente solo i nomi del vice presidente e del responsabile del settore tecnico arbitrale. In questo modo, stop alla spartizione delle poltrone per accaparrarsi voti. I candidati: Nicchi, di Cola, Sagrestani e Mattei. Nel Comitato Nazionale saranno eletti due rappresentanti del Nord, due del Centro e due del Sud, le macroregioni in

vigore fino alla prima elezione di Lanese (poi abolite). Del Comitato Nazionale faranno parte anche i rappresentanti arbitrali in seno a Uefa e Fifa. Ovvero, Collina, che restituisce la tessera dell'Aia due estati fa dopo il famoso caso-sponsor, e proprio Agnolin, proposto negli ultimi giorni da Pancalli per la Commissione della Fifa. Agnolin che non potrà presentarsi come candidato alle elezioni perché non fa più parte dell'Aia da anni. Le elezioni caratterizzeranno anche le nomine dei presidenti dei Cra e per le sezioni (con grande attenzione per le minoranze, si entrerà nel direttivo anche con il 10 per cento dei voti).

LAVORO - Pancalli e Coccia torneranno oggi al lavoro sulle altre riforme. «l'assemblea per il nuovo Statuto dovrebbe avvenire fra l'8 e il 15 gennaio. Con le altre componenti c'è grande sintonia, ma se qualcosa non sarà condiviso, noi andremo avanti». Tirata d'orecchie per Blatter: «Sono convinto che la nostra Federazione e il nostro Paese meritano rispetto e hanno conquistato quel rispetto sul campo, l'unico che attribuisce i veri meriti».

CORRIERE DELLO SPORT

2/11/2006

L'ex campione a Torino: "Juve in B? Giusto, ha sbagliato. All'estero vi apprezzano di più"

“Non sono le tv i nostri padroni”

Platini promette un nuovo calcio

Critica Blatter e promuove Buffon: merita il Pallone d'oro

MAURIZIO CROSETTI

TORINO — Michel Platini, diciannove anni dopo l'ultima volta. Era Juve-Brescia, come ieri: «Smisi presto, però al momento giusto. Avevo finito la benzina. Lasciai una Torino un po' grigia e la ritrovo bellissima, dopo le Olimpiadi. Grigi sono rimasti solo i capelli dei vecchi amici».

La Juve in B: un pugno nello stomaco?

«No, perché? Ha sbagliato, ha pagato, giusto così. All'estero vi apprezzano di più».

Lei sarebbe rimasto, come ha

fatto Del Piero?

«Certamente sì. I giocatori non sono tutti mercenari come si crede».

La gente applaude la Juve in B.

«Disse un giorno Alain Delon: io ho tante qualità, ma se ho anche il cancro il pubblico mi vuole più bene».

Nostalgia bianconera?

«Un po', ogni tanto. Ma non tornerò. Non si vive due volte la stessa storia d'amore».

Pallone d'oro a Buffon?

«Sarebbe giusto. Deve vincere un azzurro, siete campioni del

mondo, e lo merita un portiere».

Siamo campioni del mondo anche per il suo amico Blatter?

«Non sono nella sua testa, come non sono in quella di Zidane, però non l'ho capito. Chiedetelo a lui, perché non vi ha dato la Coppa».

Come va la campagna elettorale da candidato presidente dell'Uefa, a tre mesi dal voto?

«Bene, grazie. Devo convincere 52 federazioni e penso di farcela. Vorrei ridare centralità al gioco, non sono le tivù i nostri padroni. E le partite non le giocano gli avvocati, i tecnocrati, i

giudici o gli sponsor. Siamo abbastanza grandi per decidere da soli quello che è giusto eppure no. Sogno uno statuto europeo del calcio».

Lei è contro i grandi club?

«No, sono contro la loro associazione, il "G 14". Serve un grande tavolo attorno al quale si siedano tutti, grandi e piccoli club, per proporre e discutere. Poi, chi di dovere deciderà».

Sarà un presidente di rottura?

«Sarò, sarei un presidente effettivo e operativo, che vive a Ginevra e non in Svezia come Johansson».

Favorevole al tetto degli stipendi per i giocatori?

«Contrario. Ma penso che i club debbano spendere solo una certa percentuale per gli ingaggi, non il cento per cento, altrimenti vanno in rovina».

Il calcio è ancora amato?

«Solo quando la tua squadra vince, e questo è triste perché ai tifosi manca l'identità. Troppi stranieri, l'Uefa

non ha vigilato».

Perché vuole togliere una squadra in Champions League a Italia, Spagna e Inghilterra?

«Perché quattro sono troppe. Io ne propongo tre sicure, invece di due sicure più due ai preliminari. E voglio che la premiazione ritorni in tribuna, non sul campo: in tribuna si consegnerà la Coppa».

Questo calcio le piace?

«Da quattro, cinque anni, mi diverte di nuovo. Prima era troppo atletico, ora è tornata la classe».

Ripensandoci adesso: cos'ha combinato Zidane quella sera?

«Una cosa che in fondo non era enorme, ma che è stata ingigantita. Una cosa sbagliata, che però può capitare. Resterà nella storia del calcio come il gold di pugno di Maradona».

È giusto che si stringano la mano, Zizou e Materazzi?

«Ma non sono mica Simon Peres e Arafat! Se gli va, è giusto che lo facciano lontano da telecamere e giornalisti. E se non gli va, è giusto che non lo facciano».

Si dice: oggi non nascono più Maradona e Platini.

«Una frase da nostalgici. Sono nati Zidane e Ronaldinho».

Nuove regole per il calcio?

«Una sola: quattro guardalinee, oppure altri arbitri dietro le porte. La moviola in campo, quella mai».

LA REPUBBLICA

2/22/2005

Calcio e non vedenti

Missione di Pancalli

C'è Dhaka, che ha 20 anni, viene dal Sarawi, e abita a Pontedera. Poi Daniele e Matteo, che si spostano insieme da Uboldo e Castellanza. E ancora Rolly, peruviano, che ora abita a Milano. Più vicino è Maurizio, da Novi Ligure. Giocano a calcio. Sono non vedenti. Tutti, ogni fine settimana, raggiungono Sanremo, dove li aspettano Fabrizio e Riccardo (unico vedente: è il portiere della squadra) e si allenano con Giancarlo. Vestono la maglia blu-cerchiata della Sampdoria, dono di Paolo Mantovani, quando nacque la loro squadra, la Liguria Calcio Non Vedenti. Hanno lo scudetto di campioni d'Italia sul petto. E sono di nuovo in testa solitari al campionato, cominciato domenica scorsa, quando hanno vinto in casa dell'A.S. Marche 2000 con un gol di Fabrizio D'Alessandro.

PALLONE SONORO Il Calcio a 5 è uno degli sport di squadra maggiormente praticati da atleti non vedenti. Il portiere è vedente. Il pallone è sonoro. All'interno vi sono infatti installate cinque placche. Durante la rotazione della palla fanno emettere un suono, che ne permette l'individuazione in campo. Il portiere, il tecnico su una fascia e un collaboratore (o il tecnico stesso se necessario) dietro la porta avversaria richiamano la tattica di gioco. Giocano calciatori non vedenti (cat. B1) e ipovedenti (cat. B2 e B3). In Europa, l'Uefa sostiene la Federazione Internazionale Sport per Non Vedenti (Ibsa). Lo ha fatto per questa stagione attraverso un cospicuo finanziamento (previsto su base triennale) del valore di un milione di franchi svizzeri (circa 650 mila euro), consegnati nel corso della Supercoppa Europea, durante l'intervallo di Siviglia-Barcellona. In Italia, il campionato (uno per la cat. B1 e uno per le categorie B2 e B3) è organizzato dal Comitato Paralimpico, presieduto da Luca Pancalli, che oggi è anche Commissario Straordinario della Federcalcio. Sarebbe molto significativo che le società del calcio di vertice sostenessero il calcio per non vedenti e questo è anche uno degli obiettivi che Pancalli, esaurito il commissariamento e nella sua veste istituzionale di presidente Cip e vicepresidente Coni, cercherà di raggiungere. «È una strada percorribile, che aiuterebbe molto, un modo di generare mutualità, magari non legato solo alle squadre di calcio per atleti non vedenti o disabili mentali, ma anche ad altre realtà, tipo il femminile», spiega Pancalli.

Il calcio a 5 è uno dei campionati che saranno seguiti da SportAbilia, la rubrica quindicinale in onda su RaiTre, che è cominciata sabato proprio con un'intervista a Pancalli. «La Rai, grazie anche alla perseveranza e alla costanza di un giornalista come Lorenzo Roata, ha sposato una causa e questo spazio è fondamentale per tutto lo sport per disabili, non solo per il calcio dei non vedenti», sottolinea Pancalli.

LA GAZZETTA DELLO SPORT

1/12/2009

Mediaset sfida la Ventura: alle 15 i risultati in diretta

Un braccio di ferro infinito tra Mediaset e Rai per i diritti del pallone. Dopo la causa legale di Pier Silvio Berlusconi, vicepresidente Mediaset, a *Quelli che... il calcio*, da domenica ci sarà una nuova strategia: su Italia 1, alle 15, scatterà *Guida al campionato Direttissima*, continuazione del fortunato *Guida al campionato* che durerà fino alle 17. In studio dovrebbe essere confermato Mino Taveri che si collegherà con i giornalisti negli stadi con gol e notizie in diretta. E' la prima volta che Mediaset produce un programma legato alle partite in tempo reale, ci aveva prova-

to negli anni Novanta, ma non avendo i diritti e non potendo comunicare i gol in diretta, chiuse i battenti.

REPLICA Cosa rispondono in casa Rai? Il direttore di Rai 2 Antonio Marano non si scompone: «Ormai la concorrenza c'è da tutte le parti — commenta — fa parte del gioco. Io penso ai miei programmi e a farli bene. Vedremo. La formula di *Quelli che... il calcio* e di quest'anno è chiara: in primo piano ci sono l'attualità e l'intrattenimento, di pallone si parla molto meno, tant'è che abbiamo aggiunto una *e* nel titolo. Staremo a vedere, noi siamo tranquilli, ci basiamo più sulle idee che sui gol». Mediaset

non si arrende. Aveva comprato i diritti in chiaro del campionato di calcio nell'estate 2005 pagandoli 61,569 milioni di euro l'anno per tre stagioni e subito si è battuta per proteggere l'esclusiva. *Quelli che... il calcio* e, nel frattempo è cambiato: non va più in onda dagli stadi e dà i gol in ritardo chiacchierando con molti ospiti extracalcistici. Ne ha avuti alcuni, come Gigi Buffon, continua a mimare i gol con il Maifredi Team, ma ormai è costruito diversamente rispetto a prima. Pochi giorni fa è arrivato un altro attacco da Pier Silvio Berlusconi. Come ha fatto sapere il presidente di Lega Antonio Matarrese, «se la Lega non farà la sua

parte per garantire l'esclusiva delle sintesi del campionato e non aiuterà Mediaset a indurre *Quelli che... il calcio* e a non infrangere le regole, riceverà meno soldi del previsto». La Lega ha anche minacciato di chiudere gli stadi ai loro cameramen pensando di autoprodurre i filmati. E, su richiesta di Berlusconi junior, ha invitato i tesserati della Federcalcio a non andare in trasmissione.

VENA Simona Ventura è una iena vera. Nata il 1° aprile, sotto il segno dell'ariete, più la stuzzicano e più le tolgono, più tira fuori l'orgoglio e le grinfie. E si diverte pure. Continua imperterrita con il programma, che

un po' alla volta, grazie anche agli autori, è cambiato, e può vivere con il suo salotto tenendo una share vicina al 20 per cento. Certo, non ci sono più i picchi di una volta, ma è anche vero che tra Sky e digitale terrestre il prodotto calcio è ormai diversificato. La Lega, d'altra parte, fa la voce grossa con la Rai anche perché non ha ancora piazzato la Coppa Italia. L'anno scorso l'ente di Stato l'aveva comprata per 26 milioni di euro l'anno, quest'anno all'inizio ha proposto meno della metà. Il fatto è che l'ex direttore generale della Rai Flavio Cattaneo aveva acquistato 13 partite di Champions League per 55 milioni, una cifra che ha

sballato il mercato e che ha fatto chiudere i rubinetti Rai per altri eventi. Intanto anche Mediaset è entrata nelle trattative, considerando che diverse partite di Coppa Italia l'anno scorso raggiunsero un ascolto lusinghiero.

CAMBIO Fatto sta che dopo la causa di un anno fa, dopo le minacce di Matarrese alla Rai, Mediaset ha deciso di sfruttare i diritti in chiaro con *Guida al campionato Direttissima* con la serie A in corso. Evidentemente, visto che *Quelli che* continua dritto per la sua strada esercitando il diritto di cronaca e macinando ascolti apprezzabili, tanto vale affrontarlo a viso aperto.

LA GAZZETTA DELLO SPORT

2/12/2005

Sportivi si cresce

Essendo chiaro a tutti i genitori che l'attività motoria attualmente praticata nella scuola è di per sé gravemente insufficiente per il conseguimento di uno sviluppo armonico di tutti gli elementi che compongono la sfera fisica dei propri bambini (vedi articolo relativo su *Salute* 7/9/06), è facile in questo periodo trovare genitori che chiedono informazioni e consigli, ad altri genitori o presso centri o palestre, su quale sport far praticare al proprio figlio nell'orario extra-scolastico. Il primo interesse di un genitore, compatibilmente con la logistica (orari e distanze), è in genere che lo sport sia "completo", sperando appunto che la sua pratica possa assicurare contemporaneamente al

bambino, da sola, una buona postura (correggendo anche eventualmente i difetti già presenti), una buona crescita, un buon controllo del peso, un buon sviluppo muscolare, una buona coordinazione e, perché no, anche una buona socializzazione.

Completo non esiste

È bene precisare subito che lo sport completo per eccellenza non esiste, in quanto troppo grande è la varietà degli

aspetti che partecipano alla formazione fisica di un organismo in crescita. Indirizzare un bambino verso uno sport piuttosto che verso altri implica comunque che alcuni aspetti del suo sviluppo saranno più o meno trascurati. Praticare uno sport, ad esempio, che impegna prevalentemente gli arti superiori può vuol dire non sollecitare in maniera sufficiente quelli inferiori, così come praticare un altro in cui si ripete continuamente un solo gesto limitato ad un

settore corporeo non stimola adeguatamente lo sviluppo coordinativo globale.

Farne più di uno

Per quanto possa indubbiamente risultare gravoso per la famiglia, sotto diversi aspetti, il mio consiglio è quello di praticare più di uno sport contemporaneamente, sacrificando così, eventualmente, la ultra-specializzazione che si otterrebbe praticandone uno solo tutti i giorni utili della settimana. Se il bambino manifesta un interesse preponderante verso una disciplina sportiva, magari anche accompagnato da una spiccata attitudine, è bene che venga per quanto possibile assecondato, permettendogli di praticarlo come prima scelta. A questo punto, però, bisogna intervenire razionalmente per scegliere l'attività di seconda scelta, secondo criteri logici che assicurino la migliore complementarietà possibile con gli effetti fisiologici dello sport scelto dal bambino, innanzitutto compensandone eventuali carenze grossolane. Con la seconda disciplina si

dovrà quindi prima di tutto cercare di controbilanciare al meglio gli effetti negativi, se ci sono, e secondariamente mirare a colmare le lacune formative della disciplina primaria.

Variabili

Le variabili implicate nello sviluppo fisico, in senso stretto, e motorio, in senso lato, di un organismo in crescita sono moltissime e qui di seguito ne citiamo solo alcune a scopo di esempio.

La simmetria su tutti i piani spaziali, cioè il lavoro bilanciato tra gli arti ed i muscoli del lato destro e di quello sinistro, tra i muscoli anteriori e quelli posteriori, tra la parte superiore e quella inferiore del corpo.

La situationalità, cioè la necessità di adattare ogni singolo gesto in rapporto ad una situazione esterna che si modifica continuamente.

L'impegno cardiovascolare-metabolico, ossia il ruolo del cuore, della circolazione e degli enzimi nei muscoli nel fornire e nell'utilizzare l'ossigeno per la produzione di energia e per il con-

sumo dei substrati (eventualmente depositati in eccesso).

La forza muscolare coinvolta nel vincere resistenze, spostare un corpo (il proprio o quello di altri) od oggetti pesanti.

La coordinazione per gestire al meglio il proprio corpo, apprendere rapidamente un nuovo gesto o eseguirlo in maniera molto economica.

La postura, ossia l'equilibrio raggiunto, attraverso la scelta più economica, tra il tono (contrazione a riposo) dei vari muscoli anti-gravitari. Perché lo sviluppo motorio del bambino sia ottimale, ogni variabile dovrebbe teoricamente essere presente con un suo peso non trascurabile durante tutto l'arco di

tempo dell'accrescimento. In ogni disciplina sportiva ciascuna variabile può assumere un valore diverso, caratterizzandola così in un senso o nell'altro per ciascuna variabile.

Coppie complementari

Dovendo scegliere almeno due sport (anche se tre sarebbe la situazione ottimale), si possono individuare delle coppie di discipline che svolgono un ruolo complementare per una variabile o, nel caso migliore, per più variabili contemporaneamente. Ad esempio, se la disciplina scelta dal bambino è uno sport ciclico, in cui un gesto viene ripetuto ciclicamente sempre uguale a se stesso, si dovrebbe scegliere come secondo sport una disciplina che, al contrario, privilegi

l'aspetto situazionale o coordinativo. Altri esempi di coppie complementari possono essere costituite da uno sport individuale ed uno di squadra, da uno molto "stancante" (a forte impegno cardiovascolare) ed uno a scarsa componente metabolica, da uno che faccia lavorare prevalentemente gli arti inferiori ed uno che faccia lavorare prevalentemente quelli superiori, da uno che non dia adeguati stimoli posturali ed uno con un grande impegno antigravitario. A volte è anche possibile operare una scelta per il secondo sport che tenga conto della comple-

SALUTE

LA REPUBBLICA

2/11/2006

mentarietà di più aspetti. Se, ad esempio, il primo sport fosse il calcio che, oltre ad essere a) situazionale e b) di squadra, comporta c) un impegno assolutamente trascurabile degli arti superiori, si potrebbe scegliere il nuoto come seconda disciplina, in quanto, complementariamente al primo, è a) ciclico, b) individuale, c) con un impegno prevalente degli arti superiori. Abbinando due discipline complementari per più aspetti contemporaneamente si riescono così a stimolare gran parte degli aspetti dello sviluppo motorio di un bambino. Può inoltre essere utile anche modulare il peso relativo delle due discipline nell'arco della settimana dedicando, ad esempio, due ore settimanali ad una e due ore all'altra o, viceversa, tre ore ad una ed una sola ora all'altra, cercando così di stimolare maggiormente, in un quadro comunque bilanciato, gli aspetti più importanti. Da non dimenticare nella scelta dell'abbinamento, specialmente per i bambini più sfortunati che non possono contare abbastanza spesso sulla disponibilità di un cortile o di un prato, la possibilità di svolgere almeno una disciplina all'aria aperta.

Scegliere

È bene che la scelta dell'abbinamento sia operata o consigliata da un esperto, laureato in Scienze Motorie o Medico dello Sport, specialmente nel caso in cui la pratica sportiva abbia anche finalità in un qualche senso "terapeutiche". L'esperto potrà anche personalizzare l'abbinamento in base al quadro individuale presentato dal bambino, anche attraverso una verifica della sua storia (medica e sportiva), delle sue caratteristiche antropometriche, posturali, dei suoi eventuali paramorfismi (deviazioni del rachide, valgismo/varismo di ginocchia, ecc.), e, non ultimo, del suo profilo psicologico. I genitori possono comunque provare ad orientarsi, e a prendere in esame le alternative possibili, in base alle semplici indicazioni sulle caratteristiche specifiche di ogni disciplina fornite dalla tabella allegata. In essa, una volta scelta la prima disciplina, si può cercare la seconda tra quelle che presentano valutazioni inverse rispetto alla prima. Quanto più la prima presenta quindi valutazioni particolari, tanto più si deve cercare tra quelle con valuta-

zioni opposte per le stesse caratteristiche, in modo da controbilanciare gli eccessi e le carenze dell'altra.

Evitare attività pseudo-complete

Il bambino che sceglie di praticare dello sport in prima persona lo fa essenzialmente per imitare un suo modello, reale o immaginario, e per vedersi quindi nelle sue vesti impegnato nella sua attività. Se, ad esempio, sceglie il tennis vuole prendere subito in mano la racchetta e provare a colpire la pallina; se sceglie la danza vuole danzare al ritmo di una qualsiasi musica; e così via. Bisognerebbe perciò evitare di proporgli, sotto il nome dello stesso sport, tutta una serie di giochi e attività che lui riconosce bene non aver nulla a che vedere con quello che lui voleva in realtà fare. Troppo spesso infatti, in corsi ben specifici di uno sport o di un altro, si cerca, con il nobile intento di fornire una formazione fisica e motoria completa, di stimolare anche gli aspetti che quello sport trascura. Vengono pertanto proposti in maniera preponderante circuiti para-militari in cui lo sport principale è presente (e addirittura non sempre lo è) in maniera del tutto insoddisfacente per il bambino che, sentendosi beffato e deluso, potrebbe non voler mai più andare all'allenamento, né di quello che era il suo sport preferito né, tantomeno, di altri. Meglio quindi lasciare che si diverta a scimmiettare i gesti dei suoi beniamini e cercare, con l'abbinamento migliore, di impegnarlo nelle più corrette possibili attività complementari.

* Spec. Medicina dello Sport,
Facoltà Scienze Motorie,
Università de L'Aquila
Istituto Scienza dello Sport,
CONI

SALUTE

LA REPUBBLICA

2/11/2006