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: 38 (1981)

Heft: 8

Rubrik: Più fiducia in se stessi

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: 12.07.2025

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

Più fiducia in se stessi

In Svizzera si contano non meno di 200 000 marginali fisici e psichici. Sono gli invalidi, gli handicappati. Sono vittime di incidenti della circolazione, del lavoro e persino dello sport. Molti lo sono dalla nascita. Di regola ci si commuove, ma li si evita; si versa un obolo e li si dimentica.

Parlare di sport per gli invalidi può suonare strano. Eppure, che lo sport sia un'utile profilassi lo dicono (quasi) tutti; non è ancora pienamente afferrata l'idea dello sport fra gli invalidi come terapia fisica e morale. Il principio di base dello sport-handicap è questo: se una persona sana e normale ha la possibilità di praticare dello sport, un invalido *deve* fare dello sport. Le ragioni sono molto semplici e logiche: innanzitutto per mantenere sane, resistenti e funzionanti quelle parti dell'organismo non danneggiate irreparabilmente dalla malattia o dall'infortunio. Inoltre si migliora e si aumenta il residuo di capacità fisica di prestazione.

Lo sport per invalidi è anche un fatto di «igiene mentale». Né l'invalido né il «valido» devono restare indifferenti al fatto che un corpo malato, menomato, rattrappito, senza un' adeguata esercitazione fisica, diventerà sempre più malato, menomato e rattrappito. Esercizi fisici regolari, in molti casi, possono fare «miracoli». Molti invalidi, grazie a questa attività, trovano nuovamente la congiunzione con la vita normale e rafforzano, in pari tempo, la fiducia in se stessi. Li fa sentire insomma, membri a parte intera della società che li circonda, una società che, purtroppo, è ancora troppo indisponente nei loro confronti. Qui si potrebbe aprire un vasto discorso «sociale» sulla sfiducia e le difficoltà ambientali dell'invalido, ma è un discorso che porterebbe molto lontano.

Oltre alla conquista di maggiore fiducia, l'invalido sportivo acquisisce coraggio di vivere, spirito d'indipendenza, ha meno inibizioni e complessi d'inferiorità, conquista un habitat psichico meglio pronto ad affrontare le non poche difficoltà della vita... ce ne sono già tante per quelli che non sono invalidi.

Nel nostro paese lo sport per invalidi non è più qualcosa di sconosciuto. È accettato anche se rimangono certe riserve. Si è fatto e si fa molto. Ma, stando alle statistiche ufficiali, solo una piccola percentuale d'invalidi pratica dello sport. Peccato perché bisogna ammettere l'esistenza di una certa opposizione in seno agli stessi interessati, i quali – a torto – credono che la ginnastica e lo sport siano per loro pericolosi.

Attualmente, in Svizzera, esistono 100–150 gruppi di invalidi sportivi. Li si trova soprattutto nelle città e nelle grosse borgate. La Federazione svizzera degli invalidi sportivi organizza periodicamente corsi per la formazione di monitori specializzati e manifestazioni aperte agli invalidi sportivi. Il movimento sportivo degli invalidi è nato praticamente con i gruppi di «esploratori ad ogni costo» (ovvero i boy-scout invalidi). I primi vennero creati una cinquantina di anni fa, ma solo nel 1954/55 vennero gettate le prime basi per quella che doveva poi diventare la Federazione svizzera degli invalidi sportivi.

Il programma sportivo dell'invalido è alquanto ampio. Ma prima di elencarlo, è necessario fare un'osservazione fondamentale: l'attività sportiva dell'invalido dipende dal suo grado d'invalidità e dal nullaosta del suo medico. Ecco alcune discipline per gli invalidi sportivi:

- ginnastica generale
- ginnastica seduta o coricata per tetraplegici e paraplegici
- ginnastica per ciechi
- palla seduta
- tiro con l'arco
- palla rotolata
- pallacanestro su carrozzine
- corse e lanci e altre specialità atletiche
- sci per amputati e ciechi
- nuoto per varie categorie d'invalidi (per la maggior parte degli invalidi, il nuoto costituisce la miglior forma di attività sportiva).

Esistono campionati e concorsi a tutti i livelli e per tutte le categorie. Ci sono classifiche, medaglie e cerimonie di premiazione. Si organizzano Giochi olimpici per paraplegici e mondiali per invalidi. Ma v'è da citare una manifestazione che va ben oltre le medaglie, i trofei, i diplomi. È la giornata svizzera dello sport per invalidi che si tiene ogni anno (la più recente si è svolta lo scorso 26 luglio) a Macolin. Vi prendono regolarmente parte oltre un migliaio di invalidi provenienti da ogni parte del paese. E non si tratta, né si tratterà nelle prossime edizioni, di eleggere il campione in ogni singola categoria. Infatti non si stabiliscono classifiche nonostante l'intensità, la varietà del programma e la partecipazione.

Il traguardo è ben più intimo: è il confronto con sé stessi. Ed è questo il valore primordiale di qualsiasi attività sportiva, sia di invalidi, sia di «validi».

Foto Tove Dell'Avo-Hansen