

Irene Bellucci

Classe 2<sup>^</sup> Sezione S della scuola I.I.S.S. Parentucelli-Arzelà di Sarzana

### **Etica e sport: il loro vero scopo**

Non è il buono o il cattivo esito di una competizione a condizionare la pratica sportiva, ma il rispetto, la dedizione e l'impegno che ciascun atleta mostra verso essa.

Da sempre lo sport è caratterizzato da una serie di valori, sia individuali sia collettivi, che possono essere ricondotti a principi etici. L'etica nello sport si occupa infatti di giudicare le azioni e distinguere quelle giuste da quelle sbagliate, garantendo il corretto svolgimento della competizione a qualsiasi livello. La morale sportiva non va considerata solo come raccolta di regole da seguire per essere corretti e rispettosi verso gli altri, bensì racchiude al suo interno molti altri valori, quali l'onore, il rispetto, la fiducia, il perseguimento dei propri obiettivi, la costanza, la perseveranza, la lealtà, l'amicizia e il divertimento. Su questi principi fondamentali del nostro vivere quotidiano si sono espressi anche numerosi filosofi, musicisti e scrittori di epoche diverse, i cui pensieri possono essere applicati anche allo sport.

“L'onore è la coscienza esterna e la coscienza è l'onore interno” (Arthur Schopenhauer). Ciò si può collegare allo sport, poiché in esso agiscono sia la coscienza interna sia quella esterna. Per quanto riguarda la coscienza interna, essa si può definire come un confronto con se stessi, nel quale si sente il bisogno di capire e chiedersi se durante gli allenamenti e le competizioni abbiamo messo tutto il nostro impegno. Invece la coscienza esterna coincide con l'onore, perché riguarda il confronto e il rapporto con gli altri, che deve essere legato a un comportamento appunto onorevole, ovvero corretto e leale.

“Il rispetto ... è l'apprezzamento della diversità dell'altra persona, dei modi in cui lui o lei sono unici” (Annie Gottlieb). La base di ogni sport è costituita dal rispetto, ovvero il fair play, che significa "gioco leale": non si tratta di una regola scritta, bensì di un comportamento eticamente corretto da adottare nella pratica delle diverse discipline sportive. Fair play implica rispettare le regole e l'avversario, accettare e riconoscere i propri limiti, sapere che i risultati sportivi ottenuti sono correlati all'impegno profuso.

“Come raggiungere un traguardo? Senza fretta ma senza sosta” (Johann Wolfgang von Goethe). In effetti, con costanza s'intende la capacità di impegnarsi in maniera assidua e allenarsi costantemente per prepararsi in maniera adeguata alle competizioni. Questo implica un enorme sacrificio da parte dell'atleta, che deve credere nei propri ideali e non arrendersi mai di fronte alle difficoltà.

“Il successo non è mai definitivo, il fallimento non è mai fatale; è il coraggio di continuare che conta.” (Winston Churchill). La perseveranza, ovvero il non rinunciare quando si sbaglia o quando si passa un periodo difficile, è un altro elemento fondamentale nella vita di uno sportivo. Essa porta ad aumentare la propria autostima e a migliorare le prestazioni sia del singolo individuo sia del gruppo. Possiamo dire, dunque, che l'autostima e la perseveranza sono legate fra di loro all'interno di una squadra, in quanto, allenandosi con costanza, si migliorano le proprie prestazioni e di conseguenza il rendimento dell'intera squadra.

“La lealtà è il peso più leggero che uno si possa portare dietro. Ti fa essere te stesso e non ti costringe a portare una maschera: quella della convenienza” (Giuseppe D'Oria). Un altro valore molto importante dell'etica sportiva è la lealtà, che consiste nel comportarsi correttamente, nel mantenere gli impegni assunti e nell'essere fedeli nei confronti della propria squadra e dei propri compagni.

“L'antidoto contro cinquanta nemici è un amico” (Aristotele). Soprattutto negli sport di squadra, è facile che tra i compagni si sviluppino rapporti di grande amicizia e complicità, che permettono la coesione all'interno del gruppo. Questi legami facilitano il conseguimento di obiettivi comuni e di risultati positivi. In una competizione sportiva capita spesso di sbagliare e saper di poter contare su qualcuno che condivide le tue stesse paure e le supera insieme a te costituisce un aiuto

fondamentale. Questo, infatti, oltre a infondere sicurezza, crea un legame di fiducia che si estende a tutti i membri della squadra e può influenzarne le prestazioni.

“Divertirsi è la cosa più divertente del mondo” (Dudley Stuart John Moore). Ciò che accomuna tutti gli sport è il divertimento, la prima motivazione che spinge un giovane atleta a impegnarsi in queste attività. Questo deriva dallo stare insieme ai propri coetanei, impegnarsi insieme per ottenere la vittoria e gioire dei successi conseguiti. Negli sport individuali, invece, il divertimento si identifica principalmente con la soddisfazione derivata dalla vittoria o dalla corretta esecuzione di un esercizio, per il quale ci si è allenati duramente. Non bisogna dimenticare, però, che spesso lo sport è anche fatica e comporta molti sacrifici giorno dopo giorno: per questo è indispensabile avere una forte motivazione e una buona considerazione di sé.

Ma i valori che abbiamo fin qui illustrato sono sempre rispettati nello sport? E che cosa provoca la loro trasgressione? Ai giorni nostri lo sport ha assunto una nuova fisionomia, determinata prevalentemente dall'importanza crescente dei fattori economico-commerciali e dunque delle leggi del mercato, dalla domanda di consumo attraverso la spettacolarizzazione degli eventi e dallo strapotere dei media. E ciò avviene oltre ogni riferimento etico prescritto alla coscienza dello sportivo e dell'impresa sportiva. Nel caso di molti sport, come ad esempio il calcio, il basket e il football americano, i costi per poterli praticare al meglio sono molto elevati e ciò provoca un grosso squilibrio: la bravura e le qualità stanno lasciando il posto alle disponibilità economiche dei singoli atleti e questo condiziona l'inserimento nelle categorie superiori. Al giorno d'oggi, sembrano non essere più così rilevanti la passione verso lo sport che si pratica e il divertimento, bensì la pratica sportiva è ormai intesa come un lavoro, per il quale si arriva perfino a ignorare le regole e i valori fondamentali. Ad esempio, una pratica che va diffondendosi sempre più è quella del doping, ovvero l'uso di sostanze o il ricorso a trattamenti (assunzione di farmaci o ormoni, interventi sul sangue ecc.) che hanno come scopo il miglioramento delle prestazioni sportive. Si tratta di una pratica illegale, che viene punita con la squalifica degli atleti per periodi più o meno lunghi a seconda della gravità del loro reato. Il problema del doping interessa tutti gli sport, dal calcio all'atletica, dal ciclismo alla lotta, dal nuoto all'equitazione, a qualsiasi livello.

Recentemente il fenomeno, nonostante sia stato presente anche nell'antichità, è diventato sempre più diffuso e problematico. Il doping infatti non è solo altamente nocivo per la salute, ma è anche profondamente antisportivo: va quindi combattuto in molti modi diversi e a vari livelli. In primo luogo bisogna aumentare la frequenza dei controlli e punire severamente chi viene scoperto a fare uso di queste sostanze proibite e occorre poi contrastare il fenomeno attraverso una corretta educazione allo sport: ciò significa far capire l'importanza dello stare insieme, della collaborazione nei giochi di squadra, e della correttezza e lealtà ed è importante trasmettere questi valori ad ogni fascia d'età, a partire dai bambini fino agli adulti.

Radicare la correttezza nella nostra società è fondamentale sia per mantenere un buon rapporto con compagni e avversari, sia per riuscire a confrontarsi sinceramente con se stessi, sentendosi appagati dal proprio lavoro.

Nel momento in cui i ragazzi decidono di intraprendere uno sport, sono già consapevoli di dover sacrificare alcuni momenti della loro vita e di dover affrontare alcune difficoltà per riuscire a raggiungere il traguardo che si sono posti in partenza. Praticare sport, infatti, significa mettersi in gioco senza aver paura di fallire, rialzarsi e reagire a possibili sconfitte; ma soprattutto, significa credere nelle proprie capacità e nei giusti principi dettati dall'etica. E' importante porsi dei piccoli obiettivi, sia per arrivare gradualmente alla vittoria sia per sentirsi bene con se stessi e riuscire a divertirsi negli allenamenti e nelle competizioni sportive.

**LEALTÀ, SACRIFICIO E DIVERTIMENTO: QUESTO È LO SPORT!**