

LA CARTA DEI DIRITTI DEL BAMBINO NELLO SPORT

Adattamento dalla carta pubblicata nel 1992 dalla Commissione Tempo Libero dell'O.N.U.



1. **Diritto di praticare attività motoria o fare sport**

I genitori devono avviare il bambino all'attività motoria per i noti vantaggi psicofisici, che non sono più recuperabili se si inizia tardivamente. Il bambino deve poter scegliere, sperimentare, cambiare gli sport che desidera. L'UNESCO raccomanda che almeno un sesto dell'orario scolastico settimanale sia dedicato all'attività motoria. Qualunque siano le condizioni fisiche e caratteriali dei bambini, questi non devono essere emarginati dal loro diritto di praticare una qualsiasi disciplina sportiva; l'adulto non può negare loro questa possibilità, anzi deve offrire tutte le condizioni adattabili a livelli e bisogni.

2. **Diritto di giocare e divertirsi**

L'allenatore e i genitori devono proporre come obiettivi finali: il divertimento, il miglioramento psicofisico e l'educazione, non l'agonismo e le aspettative di vittoria, che creano stress, tensione e spesso l'abbandono precoce dell'attività sportiva.

3. **Diritto di beneficiare di un ambiente sano**

Un bambino ha diritto a praticare in un ambiente non solo igienicamente a norma, con strutture che non siano fonti di pericoli, con possibilità di veloce e competente assistenza in caso di infortuni; ma soprattutto privo dell'esagerato business correlato al doping, alle scommesse e al precoce stress da risultato.

4. **Diritto di essere allenato da persone competenti e qualificate per le varie fasce di età**

Occorre impegnarsi per accrescere la preparazione degli operatori sportivi, di allenatori ed istruttori competenti e formati adeguatamente, per evitare il rischio di esercizi sbagliati o che arrecano sovraccarico delle strutture in crescita o creano problemi psicologici.

5. **Diritto di essere trattato con dignità e rispetto**

Gli adulti non devono usare autoritarismo, minacce, urla, esercizi di punizione e quant'altro. Incoraggiare, fornire il suggerimento tecnico giusto per migliorare e sdrammatizzare l'eventuale errore sono tra i metodi di comunicazione tali da ottenere maggiori risultati, evitando che il bambino si senta frustrato, deluso e incapace.

6. **Diritto di beneficiare di un giusto riposo**

Lo studio, la malattia, la crescita richiedono dei carichi di attività motoria diversi e gli allenamenti e le pause devono tener conto dei tempi di recupero sia fisici sia mentali; questo significa non eccedere con carichi di lavoro inadatti all'età del bambino.

7. **Diritto di praticare sport in sicurezza per la propria salute**

La competizione va riservata ai bambini in perfette condizioni psicofisiche e che lo desiderino, senza pressioni esterne e con il rispetto del trattamento adeguato e il tempo giusto di guarigione e riabilitazione dai traumi, della gradualità della qualità e della quantità del carico di lavoro. Obbligatorio il certificato di stato di buona salute fisica per le attività non agonistiche che lo richiedano ed il certificato di idoneità agonistica per gli sport agonistici dietro indicazione delle rispettive Federazioni sportive per quanto riguarda l'età di inizio.

8. **Diritto di competere con giovani di pari capacità**

Il confrontarsi con avversari non omogenei per età cronologica, per età ossea, per maturità puberale e, negli sport di contatto, per peso, non può che dare al bambino o la percezione di essere imbattibile oppure di essere inferiore e incapace; quindi oltre ad essere dannoso sotto l'aspetto educativo, non offre la possibilità di misurarsi con le proprie reali potenzialità.

9. **Diritto di partecipare a competizioni adatte**

Le competizioni sportive si devono adattare ai bambini in rapporto allo spazio ed al tempo e dovrebbero essere intraprese con spirito di aggregazione, evitando la pressione psicologica trasmessa dagli adulti, trasformando lo sport praticato dal bambino nell'imitazione dello stesso svolto dagli adulti.

10. **Diritto di pari opportunità**

Tutti i bambini devono poter giocare senza essere esclusi per qualsivoglia motivo e senza tenere conto del risultato agonistico, che potrà essere ricercato più avanti nel tempo

11. **Diritto di non essere un campione**

Non buttar via il sogno di diventarlo, ma non agire come se già lo fossi!

Non sempre il bambino può essere un campione o, se lo è, continuare a mantenere elevati livelli. È essenziale che comprenda che pratica sport per i vantaggi che arreca e per divertirsi. Su qualche decina di migliaia di bambini che iniziano a praticare uno sport, solo uno diventerà da adulto un campione professionista.