

**Sport addio**

**Il confronto**  
L'attività sportiva si abbandona in media a 11 anni (dati 2011), nel 2001 si abbandonava in media a 14



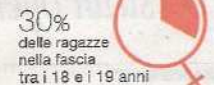
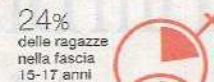
**Tra gli sport più praticati**



**I sedentari assoluti**



La media europea è del 7%



**Le cause**

- Eccesso di esposizione tecnologica (3-4 ore al giorno tra tv, video e smartphone)
- Studio troppo duro
- Noia verso lo sport
- Troppa fatica
- Istruttori troppo esigenti

Fonte: Istat Oms, interpretazione Sip

# “Che noia fare sport” ora i ragazzi italiani sono i più pigri d'Europa

## L'allarme: uno su quattro dice addio all'attività fisica

COBRADO ZURINO

ROMA — I nostri ragazzi sono i più sdraiati d'Europa, e ogni anno aumenta il tempo che trascorrono sul divano. La questione si è fatta così pericolosa che la Società italiana di pediatria ha dedicato al fenomeno — il *dropout*, l'abbandono dell'attività sportiva in giovane età — i suoi stati generali. In una videoconferenza che ha coinvolto diciannove regioni, i medici dei bambini hanno spiegato allarmati: «I dati peggiorano, la fascia degli adolescenti che lasciano lo sport si è abbassata: era a 14 anni, oggi è a 11». Non fare sport rende obesi, ammalati, e questa è letteratura scientifica consolidata. Non fare sport, si scopre adesso. Non sembrano neppure più colpa della crisi, come si scriveva nel 2012 all'affacciarsi dei dati catastrofici che mostravano il decennio peggiore della storia della pratica sportiva italiana (successivo e contrario al ventennio Ottanta-Novanta che aveva regalato, attraverso le imprese e la tv, eserciti di emuli di Paolo Rossi e Alberto Simeoni). L'approdo del nostro paese nell'olimpico della pratica diffusa.

Incrociando dati Istat, i pediatri hanno scoperto ora che gli undicenni (e ancor di più i quindicenni e più di tutti i diciottenni) non lasciano presto il nuoto e la danza, i rudimenti del tennis e la scuola calcio perché i genitori non hanno i soldi per pagare i corsi. Lasciano (lo dice

al tracollo economico e sociale di Arene). La Francia, per ricordare, prevede a scuola il doppio delle ore di educazione fisica. C'è una fascia d'età in controtendenza, tuttavia: i bambini italiani dai 6 ai 10 anni, i più

sportivi in assoluto. Dal 2001 al 2011 la loro "pratica continuativa" è aumentata di 5,5 punti percentuali e nel 2012 è cresciuta di altri tre arrivando al 57%.

Nell'inchiesta Sip torna un tema decisivo per raccontare i

ragazzi italiani: la «minore volontà al sacrificio, all'impegno e alle regole». I pediatri chiedono al sistema sportivo «una pratica più divertente, meno agonistica e stressante: le aspettative e le pressioni eccessive oggi al-

lontanano. Il movimento non è solo sport, è gioco, attività all'aria aperta». Su questa linea la Uisp, l'Unione italiana sport per tutti, sta proponendo un approccio artistico, teatrale, per alcune discipline sportive: è il progetto Plk con i danzatori atletici del Katado. Rita Scalambra, presidente delle Ginnastiche Uisp: «I ragazzi d'oggi non tollerano più la corazzata imposta da un agonismo esasperato, che alberga più nei pensieri delle figure adulte che nel loro». La scuola resta centrale, ancora una volta. Un terzo dei paesi europei sta lavorando a riforme che riguardano l'educazione fisica: più ore, offerta diversificata. Da noi, chiude il dossier dei pediatri, «lo sport è ancora considerato una perdita di tempo».

DI PROCOLOLLI/STIP



**I pediatri: si è abbassata a 11 anni l'età media di chi abbandona, così la salute è a rischio**

il 65,4%) pernoia: «Lo sport non mi diverte più». Molti dettagliano: «Costa troppa fatica» (il 24,4%), «gli istruttori sono troppo esigenti» (il 19,4%). Lasciano (questo lo dice il 56,5%, a volte in aggiunta alla risposta "noia") «perché lo studio diventa esigente». Troppo esigente. Bui vorrebbe confermato lo stacco netto tra l'impegno richiesto alle scuole elementari (6-10 anni) e quello delle medie (11-14 anni), ciclo scolastico decisamente più pesante. Ha un ruolo nell'abbandono dello sport (ricerca Sip del 2012, "Abitudini e stili di vita degli adolescenti") anche la tecnologia digitale. Tre, quattro ore davanti a uno schermo tolgono all'adolescente tempo per coltivare fisico e salute. «Così non si può andare avanti», ha commentato i dati Giovanni Corsico, presidente della Sip, «una regolare attività fisica e motoria in età evolutiva è uno strumento decisivo di prevenzione della salute per le future generazioni». La generazione sdraiata rischia di diventare presto malata.

I dati, ecco. Ancora, in rapida rassegna. I sedentari assoluti tra i 15 e i 24 anni in Italia sono uno su quattro. A 15 anni meno di un adolescente su due pratica attività sportiva continuativa, a 18 poco più di uno su tre. Nell'Europa dell'Unione restiamo ultimi per pratica (27esimi) dopo Romania e Grecia (comparazione precedente



**ARTISTA**  
Il cantante Paolo Belli, 51 anni, sostenitore dell'ozio

**Il cantante e conduttore televisivo Paolo Belli**

## “Credo nell'ozio creativo ma non ditelo a mio figlio”

**ERNESTO ASSANTE**

ROMA — Paolo Belli non ha, come si suol dire, il "fisico dello sportivo", «eppure sono un appassionato della bicicletta», tiene a sottolineare. «Quando lavoro a "Ballando con le stelle" il ritmo è forsennato, siamo in studio dodici ore al giorno e allora per stare meglio ogni mattina prendo la bici e vado per un'ora sulle salite e lo discese della periferia romana. Sono un imperativo, dunque».

**Davvero?**

«Beh, ci sarà un motivo se ho scritto "Dr. Jazz e Mr. Funk", ovvero un brano che parla di me stesso come uno dalla doppia personalità. Nel senso che appena smetto di lavorare io spengo tutto e divento un'ameba, gli acari si spostano dal divano e mi lasciano spazio, divento il principe assoluto della pigrizia».

**Pigro è bello?**

«Sì, l'essere "spenti" è solo apparenza. Il vero pigro si gode la vita, stare fermi è un modo per creare, guardare, riflettere e far riposare le membra. Ovvio, però, che quando vedo mio figlio spalato sul divano in casa mi infuria».

**Un'altra contraddizione.**

«Sì, anche perché quando io mi "spengo" lo faccio davvero, sto in casa anche sei giorni consecutivi e non faccio alcun tipo di attività».

**Nessuna davvero?**

«Nessuna. Ho una moglie che se non ha niente da fare lo trova, smonta le finestre per pulirle, io proprio zero. L'unico sforzo che in quei giorni concepisco è di aprire il frigo. O al massimo di fare una partita a briscola con gli amici, che serve a scaricare le tossine in maniera sana».

**Le buone pratiche per i bambini**



DI PROCOLOLLI/STIP