

# Sport, cultura e comportamento

Alfredo Calligaris\*

Innanzi tutto, dobbiamo riflettere sul significato indifferenziato che diamo al **“termine sport”**, omologando la passeggiata ecologica, due calci al pallone o una nuotata distensiva, con una finale olimpica, una partita di calcio professionistico, la scalata di una cascata ghiacciata, la traversata transatlantica in solitario. Oggi omologhiamo tutto: tutto è musica, tutto è teatro, tutto è cinema.

Lo sport è una tra le attività più intelligenti dell'uomo, un **“comportamento”** motorio rivolto alla soddisfazione dell'impellente bisogno che l'uomo ha di muoversi. Così originale che è difficile indagarlo con i criteri d'analisi tradizionali. Di fatto, lo studio scientifico dei suoi contenuti deve utilizzare approfondimenti interdisciplinari e interculturali.

La ricerca scientifica deve avere per oggetto l'analisi del **“fenomeno sportivo”** non solo sotto il profilo tecnico, l'allenamento e la prestazione, ma anche gli aspetti umano e sociale. Carl Diem, uno dei padri della pedagogia sportiva, ha definito la pratica fisica come la protesta della nostra forza animale contro le restrizioni imposte dal tecnicismo.

Di fatto, il **“movimento”** s'identifica nel meccanismo reattivo delle strutture muscolari e si compendia nel processo metabolico che trasforma l'energia chimica in energia meccanica. Adattandosi via, via ai bisogni della specie, mettendo il corpo al servizio dell'intelligenza ed incidendo profondamente sull'evoluzione qualitativa del sistema nervoso.

L'attività volontaria è il modo prevalente d'essere dell'uomo, ma gli atti così compiuti lasciano nelle strutture nervose

l'immagine e il ricordo che li hanno determinati, che nella ripetitività gestuale, diventano abitudini e/o automatismi, che non sono da confondere con l'istinto.

Il perfezionamento della motricità è avvenuto attraverso l'applicazione al gioco, alla danza a cominciare da quella tribale, al lavoro e solo recentemente con l'applicazione alla pratica sportiva. Le società cambiano perché cambia l'uomo determinando, nel tempo, anche l'adeguamento della pratica sportiva alle esigenze della vita economica, sociale e politica.

Il valore dello sport è derivato **dai contenuti culturali** che lo informano ed è stato, sempre, inteso come pratica fisica e criterio applicativo insostituibile per la evoluzione e maturazione del bagaglio motorio individuale. Qualcuno ha affermato che per questo ruolo naturale siamo **"condannati"** ad applicarci agli sforzi fisici pena la decadenza biologica.

L'esperienza maturata dal vivo ci ha convinti, che lo sport, espressione di un **"comportamento"** esclusivo, precipuo e specifico dell'essere umano, ma che non sottende principi etici, morali, civili e sociali. Pur con una forte conflittualità interiore, riteniamo che lo sport sia piuttosto povero, se non privo, di valori formativi, ma che i **"valori"** derivino dall'accettazione e rispetto delle **"regole"** cui esso s'impronta, che ne esaltano **"concettualmente"** la portata formativa.

L'attività fisica e lo sport in quanto costrutti **"comportamentali"** si sono evoluti, in funzione dei bisogni della specie, mettendo il corpo al servizio dell'intelligenza, incidendo, profondamente, sul divenire del sistema nervoso e sulla nascita ed evolversi del linguaggio e delle forme espressive dell'arte.

Il ruolo svolto dalla motricità umana nell'evoluzione e nel progresso della specie è stato, sempre, deciso **dagli**

**atteggiamenti comportamentali** necessari a fronteggiare le realtà della vita di relazione.

Progressivamente, l'uomo, costretto a crescere in un ambiente sempre più condizionato, positivamente e negativamente, dalla tecnica e dalla tecnologia **ha adattato le forme dei suoi comportamenti motori** alle esigenze e alle sollecitazioni imposte dal diverso modo di vivere e di agire.

Le origini degli studi sulle capacità di prestazione dell'uomo sono antichissime, ma solo dalla fine del secolo XIX vi è stata una continua crescita delle sperimentazioni sull'uomo che lavora e pratica lo sport. Perché le ricerche sugli aspetti nervosi, metabolici, biomeccanici, tecnici, ambientali, tecnologici, ecc. della prestazione suggerivano essere disponibili ampi margini di crescita prestativa e produttiva.

Queste conoscenze hanno consentito l'incremento della resa individuale nel campo della produzione con gli studi d'ergonomia e l'evolversi delle tecnologie costruttive e nello sport con il perfezionamento delle metodiche di formazione individuale.

Molti ricercatori hanno orientato le loro attenzioni allo studio degli aspetti biumorali e biochimici del comportamento motorio dell'uomo, preferenziando l'utilizzo di particolari sostanze ergogeniche o costrutti tecnologici per realizzare prestazioni motorie di vertice. Con interventi che prescindevano, spesso, dalle disponibilità funzionali possedute dai soggetti sollecitati, non tenendo conto degli squilibri neuroendocrini che tali interventi potevano provocare e superando proditoriamente gli insegnamenti, se vogliamo romantici, del fair play.

Non si trattava di novità in senso assoluto, perché sostanze e supporti ritenuti ergogeni sono stati utilizzati da sempre nella pratica sportiva, ma in ambito strettamente competitivo,

ugualmente non accettabile, mentre il doping moderno si è sviluppato come criterio di supporto prestativo ed utilizzato con metodicità già nel processo formativo.

Il nostro obiettivo s'incentra sul recupero di una pratica sportiva inserita in un progetto culturale d'ampio respiro e sul recupero dei valori **"ecologici"**, dello stesso, che ne esalti il ruolo fondamentale di sollecitazione morfofunzionale ed emotiva individuale e incida sulla portata sociale del fenomeno.

La cosa sarebbe facile da perseguire partendo dalla scuola dove siamo, invece, in regresso applicativo e l'educazione fisica e lo sport scolastici non soddisfano nemmeno la fondamentale esigenza per una corretta qualificazione psicofisica del discente. Sviluppando il proliferare dell'obesità anche infantile e la diffusa ipocinesia dettata dalla mancata attenzione e rispetto dei principi igienici su cui fonda lo stato di salute da considerare assolutamente un bene comune, non solo individuale.

Certamente lo sviluppo della motricità che preconizziamo non può improntarsi ai principi **"formativi"** adottati dagli sport di vertice o dagli sport spettacolo, che sono in realtà soltanto **"beni di consumo"** e forma impropria di professionismo, mentre gli sport estremi, sono atteggiamenti avventurosi che inquinano la struttura culturale della pratica fisica.

*L'homo sapiens sapiens*, proprio perché costretto a vivere in un ambiente condizionato dalla scienza e dalla tecnologia e per il proliferare del fenomeno di una longevità più spesso inattiva, deve attuare nuove forme di qualificazione motoria volte a perseguire il possesso di caratterizzazioni d'efficienza motoria lungo tutto l'arco del vivere. Sviluppando varianti applicative, pedagogiche, metodologiche e tecniche di qualificazione delle disponibilità che non devono essere più improntate al potenziamento organico, resistenza e

forza, ma anche allo sviluppo di **“abilità”** manipolative, di rapidità esecutiva e d’attenzione nervosa, oggi più consone al tipo di gestualità che la vita richiede. Fare jogging fa sicuramente bene agli apparati cardiocircolatorio e respiratorio, meno bene a caviglie, ginocchia, anche, colonna vertebrale.

Nell’attuazione di un diverso contesto metodologico sarà bene comprendere il recupero di talune facoltà che possediamo in “fieri”, ma che abbiamo dimenticato di evidenziare, recuperando la capacità di sottoporle al controllo della volontà come sanno fare ancora oggi molte culture orientali. Di fatto, la retroazione di queste pratiche di sviluppo individuale potrebbe contribuire a migliorare la crescita individuale. Riteniamo essere necessario attivare un’attenta riflessione circa il recupero dei **“valori”** intrinseci ed estrinseci della motricità come forma di **comportamento** individuale e sociale e profittare del prezioso ruolo formativo per la riorganizzazione del processo educativo dei giovani.

L’attenta analisi del **“significato culturale del comportamento motorio”** rappresenta il fondamento per orientare correttamente l’evoluzione funzionale delle generazioni a venire.

**L’uomo ha fatto sempre tutto ciò che riteneva potesse essere fatto, aiutiamolo a farlo bene.**