

PROPOSTA BLOCCO ANNATE SETTORE GIOVANILE

COMITATO REGIONALE LND ABRUZZO

A distanza di più di un anno dallo scoppio della pandemia, le problematiche che il **SARS-CoV-2** ha generato sono andate ben oltre il manifestarsi della malattia stessa.

Anche il mondo del calcio, in particolare nella fascia di età scolare, sta subendo pesantemente le conseguenze di questa emergenza sanitaria.

Come sottolineato nelle riflessioni della dott.ssa Irene La Fratta, Psicologa dello Sport, di seguito allegate (ALLEGATO 1), gli effetti negativi prodotti sotto il profilo sia psicologico che sportivo sono evidenti: tecnici, dirigenti e ragazzi ammalati, “stop and go” degli allenamenti, sospensioni e annullamenti dei campionati hanno costretto i ragazzi a non allenarsi regolarmente col gruppo squadra, causando spesso un loro allontanamento da una buona forma atletica e soprattutto da una condizione mentale idonea per disputare partite o allenamenti.

Oltre a questo, per i piccoli atleti il distanziamento sociale, imposto dai protocolli FIGC relativi allo svolgimento degli allenamenti, è stato un elemento che ha limitato anche altri fattori, quali la possibilità di allenare l'intensità agonistica, la corretta aggressività e la velocità di pensiero nelle decisioni in situazioni di gioco. Su molti ragazzi è, così, caduta una tempesta emotiva fatta di insicurezze e paure tra la voglia di fare e il disorientamento.

Sostanzialmente, ad un anno dall'inizio della pandemia, il Covid 19 rischia di “bruciare” una generazione di talenti.

Tutte le ripercussioni si faranno sentire in fatto di formazione tecnico-tattica soprattutto in quei ragazzi destinati ad arrivare in prima squadra in veste di fuori quota nei campionati maggiori.

Dopo aver perso 300/400 ore tra allenamenti e gare di campionato a seconda dell'età e della categoria di appartenenza, il disputare partite importanti ed impegnative senza il dovuto percorso formativo provocherà enormi difficoltà di adattamento motorio e di approccio mentale per i ragazzi di intere “annate calcistiche”: si pensi, ad esempio, ai ragazzi nati nell'anno 2002 che negli ultimi due campionati juniores (stagioni 2019/20 e 2020/21) hanno disputato solo 20 partite e che nella prossima stagione si troverebbero ad essere al secondo anno come fuori quota nei campionati riservati agli adulti nelle categorie dilettantistiche (Promozione, Eccellenza, serie D) senza aver mai disputato una gara, tantomeno con la dovuta preparazione fisica, tecnica, tattica e psicologica.

Un campionato di categoria superiore richiederebbe una prontezza atletica e mentale acquisita gradualmente (come sarebbe se avessero completato normalmente il loro iter calcistico) e la mancanza di questa gradualità li esporrebbe ad un inevitabile innalzamento della percentuale di incidenza di infortunio e, probabilmente, anche ad un abbandono precoce (drop out) del gioco del calcio.

Ciò sarebbe evidente anche per coloro che passano da un campionato giovanissimi a quello della categoria juniores (nati nel 2004) senza aver disputato interamente due campionati allievi (stagioni 2019/20 e 2020/21) o per coloro che salterebbero la categoria juniores per disputare direttamente gare nei campionati adulti (nati negli anni 2003 e 2002).

Le due annate calcistiche essenzialmente perse devono essere assolutamente recuperate il più presto possibile. A tal fine serve un provvedimento “tampone”, che permetta ai giovani che sarebbero obbligati al salto di età di poter rimanere temporaneamente a disposizione della categoria in cui non hanno potuto giocare, per crescere e maturare. Occorre una rimodulazione dei campionati giovanili anche in base all'anno di nascita dei singoli atleti proprio per venire incontro alle esigenze delle Società che potrebbero ritrovarsi in Prima Squadra elementi non in grado di affrontare certe categorie.

Facendo, in dettaglio, il punto della situazione calcistica dilettantistica giovanile, si rilevano le seguenti criticità:

- i ragazzi **nati nel 2002** hanno disputato solo 20 partite su due campionati juniores (2019/2020 e 2020/2021) e nella prossima stagione (2021/2022) si troverebbero già ad essere al secondo anno come fuori quota nelle categorie dilettantistiche (Promozione, Eccellenza, serie D) senza aver mai giocato in queste categorie, né con la dovuta preparazione nei due anni precedenti;
- i ragazzi **nati nel 2003** hanno saltato un campionato allievi (solo 13 partite nel 2019/2020) ed uno juniores (2020/2021) per cui nella prossima stagione (2021/2022) si troverebbero a disputare un campionato juniores come “senior” ed essere al primo anno come fuoriquota nelle categorie senza avere la necessaria preparazione;
- i ragazzi **nati nel 2004** hanno saltato due campionati allievi (2019/2020 e 2020/2021) quindi si troverebbero a disputare un campionato juniores passando, praticamente , dai giovanissimi alla juniores.

In funzione di queste considerazioni, se non ci fosse la possibilità di bloccare lo slittamento delle annate molti di questi ragazzi, soprattutto i nati negli anni 2002 e 2003, sarebbero fuori dai giochi e lascerebbero il gioco del calcio .

Potremmo, eventualmente, rimediare in parte a questa situazione bloccando lo slittamento delle categorie almeno per un anno, così come di seguito indicato:

STAGIONE	2016/17	2017/18	2018/19	2019/20	2020/21	2021/22	2022/23	2023/24	2024/25
ANNO NASCITA									
2002	Giov.mi ok	Allievi ok	Allievi ok	Juniores solo 20 partite	Juniores zero partite	fine			
PROPOSTA						JUNIORES	fine		
2003	Giov.mi ok	Giov.mi ok	Allievi ok	Allievi solo 13 partite	Juniores zero partite	Juniores	fine		
PROPOSTA						JUNIORES	JUNIORES	fine	
2004	Esordienti ok	Giov.mi ok	Giov.mi ok	Allievi solo 13 partite	Allievi zero partite	Juniores	Juniores	fine	
PROPOSTA						ALLIEVI	JUNIORES	fine	
2005	Esordienti ok	Esordienti ok	Giov.mi ok	Giov.mi solo 13 partite	Allievi zero partite	Allievi	Juniores	fine	
PROPOSTA						ALLIEVI	JUNIORES	JUNIORES	fine
2006	Pulcini ok	Esordienti ok	Esordienti ok	Giov.mi solo 13 partite	Giov.mi zero partite	Allievi	Allievi	Juniores	Juniores
PROPOSTA						GIOV.MI	ALLIEVI	JUNIORES	JUNIORES

ALLEGATO 1

“Si possono negare quasi tutte le astrazioni: la giustizia, la bellezza, la verità, la bontà, lo spirito, Dio. Si può negare la serietà” scrive ancora Huizinga, “ma non si può negare il gioco”.

I benefici dell'attività fisica e dello sport sono ben conosciuti e documentati dalla letteratura scientifica. E' oramai noto, che lo sport può prevenire infezioni ^[1,2,3], infiammazioni e ritardare l'insorgenza di patologie cardiovascolari e muscolari. In questo scenario, la pratica dell'attività sportiva condotta secondo le regole ANTI-COVID-19, insieme ad altri fattori protettivi (ad esempio una corretta alimentazione, come la Dieta Mediterranea) possono rappresentare un valido strumento per contrastare gli effetti negativi (stati d'animo depressivi, aumento di peso, sedentarietà, eccessivi livelli di ansia) che possono scaturire da periodi di quarantena.

Ma non è tutto. Lo sport, inteso come gioco intrinseco, permette di raggiungere due obiettivi fondamentali, ovvero lo sviluppo delle competenze psicomotorie ed emotive dell'individuo. Di sicuro il gioco è un bisogno primario dell'uomo. A tal proposito, Huizinga, ha affermato che “ogni gioco significa qualcosa” ^[4], e questo concetto, a mio parere, trova la sua massima concretizzazione nello sport. Lo sport è quel contesto che favorisce l'apprendimento di nuove capacità e permette di sviluppare nuovi adattamenti nei confronti dell'ambiente circostante il giovane atleta. Il bambino prima, e l'adolescente poi, tramite il gioco si relaziona al mondo e agli altri. E questo nel contesto di una scuola calcio è dato tangibile. Bambini e ragazzi che “giocano” a calcio si relazionano a se stessi, al mondo e agli altri, sperimentano il valore della relazione, dell'“altro da sé”, e vivono la relazione mediante il corpo, probabilmente il grande assente dell'era post-moderna. A tal proposito, mi sento di affermare che lo sport sia la riscoperta del proprio corpo in un tempo in cui le relazioni “virtuali” sono sempre più dominanti. Durante questa pandemia e questo tempo di restrizioni, in molti settori, la tecnologia e i social media ci hanno aiutato ad adattarci, ma nello sport le “sedute online” non potranno sostituire l'“odore del campo”. I racconti dei ragazzi e dei bambini (allenatori compresi) che ascolto durante questi incontri, portano con loro la nostalgia di quel rettangolo di gioco, il luogo dove gioco e crescita vanno di pari passo. La “voglia” di tornare ad allenarsi rispettando le regole, perché loro sanno vincere rispettando le regole anche fuori dal campo. In tal senso, lo sport “educa”, non perché simula o “allena” alle situazioni della vita, ma perché è luogo di apprendimento, di conoscenza del sé, conoscenza degli altri e dell'ambiente, in altre parole lo sport educa ad affrontare le difficoltà e a cercare soluzioni ad esse, ad imparare a gioire insieme agli altri dei piccoli successi personali e di squadra, solo per citare alcuni degli innumerevoli aspetti educativi.

L'inattività prolungata, la noia, la mancanza di interazioni sociali con compagni di squadra e allenatori, possono rappresentare fattori di stress; in particolare per i bambini e gli adolescenti, che si sommano ai possibili effetti negativi causati dalla pandemia e dall'interruzione delle normali routine di allenamento. L'atteggiamento sedentario, dovuto al blocco, ha portato ad effetti negativi su bambini e adolescenti, come sbalzi mentali, depressione, diminuzione della salute generale ^[5]. Recenti studi hanno evidenziato il ruolo protettivo dell'attività fisica durante il lockdown ^[6], tuttavia la lunga durata della quarantena in Italia, rispetto ad altri Paesi, potrebbe aver influito sullo sviluppo psicologico e sul benessere di bambini e adolescenti atleti, così come degli atleti adulti ^[7,8].

Concludendo, lo sport si realizza fra due poli: il *ludus* (abilità, tecnica, astuzia) e la *paida* (divertimento, turbolenza, creatività). Fra questi due poli abita il fascino dello sport che è quello di far sognare la gente: lo sport è bellezza e utopia. E cos'è l'utopia e a cosa serve?

Il giornalista e scrittore, Eduardo Galeano, ha scritto “L'utopia è là, all'orizzonte. Mi avvicino di due passi, lei si allontana di due passi. Faccio dieci passi e l'orizzonte si sposta di dieci passi. Per quanto

cammini, mai la raggiungerò. A cosa serve l'utopia? Serve a camminare". E allora, in sicurezza, anche lo sport giovanile deve riprendere a camminare.

Dr.ssa Irene La Fratta

*Psicologo clinico, psicologo dello sport
Iscritta all'Ordine degli Psicologi Regione Abruzzo/Provincia Pescara
Laurea magistrale in psicologia Clinica e della Salute
Dottorato di Ricerca in Scienze Mediche e di Base
Master in Psicologia dello Sport*

Bibliografia

1. Pero R., Brancaccio M., Mennitti C., Gentile L., Franco A., Laneri S., De Biasi M.G., Pagliuca C., Colicchio R., Salvatore P., et al. HNP-1 and HBD1 as Biomarkers for the Immune System of Elite Basketball. *Antibiotics*. 2020; **9**: 306. doi: 10.3390/antibiotics9060306.
2. Brancaccio M., Mennitti C., Laneri S., Franco A., De Biasi M.G., Cesaro A., Fimiani F., Moscarella E., Gragnano F., Mazzaccara C., et al. Methicillin-Resistant Staphylococcus aureus: Risk for General Infection and Endocarditis Among Athletes. *Antibiotics*. 2020; **9**: 332. doi: 10.3390/antibiotics9060332.
3. Pero R., Brancaccio M., Mennitti C., Gentile L., Arpino S., De Falco R., Leggiero E., Ranieri A., Pagliuca C., Colicchio R., et al. Urinary Biomarkers: Diagnostic Tools for Monitoring Athletes' Health Status. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020; **17**: 6065. doi: 10.3390/ijerph17176065.
4. Johan Huizinga, Homo ludens, Einaudi, 2002, ISBN 978-88-06-16287-0.
5. Shahidi S.H., Stewart Williams J., Hassani F. Physical activity during COVID-19 quarantine. *Acta Paediatr*. 2020; **109** : 2147–2148. doi: 10.1111/apa.15420.
6. Huber B.C., Steffen J., Schlichtiger J., Graupe T., Deuster E., Strouvelle V.P., Fischer M.R., Massberg S., Brunner S. Alteration of Physical Activity during COVID-19 Pandemic Lockdown in Young Adults. *J. Transl. Med*. 2020; **18**: 410. doi: 10.1186/s12967-020-02591-7.
7. Mattioli A.V., Ballerini Puviani M., Nasi M. COVID-19 Pandemic: The Effects of Quarantine on Cardiovascular Risk. *Eur. J. Clin. Nutr*. 2020;**74**: 852–855. doi: 10.1038/s41430-020-0646-z.
8. Brooks S.K., Webster R.K., Woodland L., Wessly S., Greenberg N., Rubin G.J. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence. *Lancet*. 2020;**395**:912–920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.