

LE 11 REGOLE DEL FAIR PLAY

1. Giocare per divertirsi
2. Giocare con lealtà.
3. Attenersi alle regole del gioco.
4. Portare rispetto ai compagni di squadra, agli avversari, agli arbitri ed agli spettatori.
5. Accettare la sconfitta con dignità.
6. Rifiutare la corruzione, il doping, il razzismo, la violenza e qualsiasi cosa possa arrecare danno allo sport.
7. Fare tante partite per donare l'incasso a coloro che ne hanno bisogno.
8. Aiutare gli altri a resistere ai tentativi di corruzione.
9. Denunciare coloro che screditano lo sport.
10. Non insultare gli avversari per diversità di colore, nazionalità, squadra e pensieri.
11. Onorare coloro che difendono la buona reputazione dello sport. **Segue a PAG 1**



1^ D tutto....il Fair Play

La classe 1°D del Liceo Scientifico „Leonardo Da Vinci” - Cerea (VR) presenta in queste pagine alcune osservazioni personali su un argomento che al giorno d'oggi viene preso poco in considerazione. Speriamo che attraverso queste righe riusciremo a far riflettere qualcuno, e se ciò non accadrà, saremmo lo stesso soddisfatti perchè prima di tutto queste parole hanno fatto riflettere noi...

CALCIO, "DA VINCI CUP": LA FINALE CHE TUTTI ASPETTAVANO

Fair Play Team	1
A.C Violence	0

Ieri pomeriggio alle ore 15.00 si è disputata la finale della „Da Vinci Cup”, che ha avuto come protagonisti la Fair Play Team e l' A.C Violence. A decidere è stato l'attaccante della Fair Play Team, Nicola Rossi, che dopo una triangolazione perfetta, segna e la sua squadra si porta a casa il trofeo molto desiderato.. **Segue a PAG 2**



SPORT E FAIR PLAY: VICINI O LONTANI?

Attualmente, lo sport sembra distinguersi in due "categorie" totalmente slegate tra loro. La prima è basata sul fair play: il rispetto per le regole, l'onestà, l'orgoglio per i risultati (individuali e collettivi) e l'altruismo, portato dai centri sportivi che organizzano incontri senza scopo di lucro; mentre l'altra, più oscura, è dettata dalla brama di fama e guadagno, che spinge a aggirare le regole per ottenere risultati sicuri e quindi potersi affermare sugli altri. E' proprio questa seconda faccia dello sport che sembra attecchire maggiormente tra gli atleti professionisti, che fanno del loro lavoro un'ossessione, dimenticando il significato della parola fair play: ovvero importa il risultato e a confronto, è quasi irrilevante il modo in cui lo si ottiene. Secondo noi ragazzi il problema, in questo caso, è il fattore economico: l'eccessiva quantità di denaro che si può vincere o perdere, a seconda dei risultati. Questo porta ad associare lo sport ad un "traffico" di soldi, e le continue discussioni e i dubbi verso l'onestà degli atleti, sicuramente non rispecchiano affatto i valori del fair play.

Per avere una prova tangibile di tutto ciò, è necessario recarsi nelle città o nelle provincie ed assistere a competizioni, ad esempio calcistiche, tra ragazzi e adolescenti. Con ciò, emerge chiaramente come in assenza di grandi premi e ossessioni, riaffiorino i valori del fair play e l'originale scopo dello sport: il divertimento e il confronto leale tra le capacità di diverse persone, interpretando le sconfitte come uno stimolo per migliorare se stessi. Secondo noi ragazzi, dopo aver discusso su questa tematica, la via più corretta per praticare sport, è seguire e ricordare il fair play, anche se è difficile metterlo in pratica. Talvolta può essere difficile addirittura commentare pacificamente un risultato sportivo tra amici di diversa tifoseria.

LO SPORT NON E' SOLO GIOCO DI SQUADRA, DIVERTIMENTO E VOLONTA', LO SPORT E' UN SINONIMO DI POSSIBILITA'.

Lo sport offre una seconda possibilità a persone che hanno visto crollare la propria vita in un istante, a quelle persone che non mollano mai, alle persone che vogliono godersi la vita fino in fondo in qualunque modo, questo è lo sport, amicizia e uguaglianza perché tutti possono e devono avere la possibilità di godersi la vita grazie allo sport. **Segue a PAG 3**

FAIR PLAY: ESISTE DAPPERTUTTO??

Spesso quando si parla di fair play non si pensa mai al motociclismo. Ma in un ambiente come quello del mondo a due ruote esiste?

Il presidente della FMI (Federazione Motociclistica Italiana) Vito Ippolito, ha esortato i piloti a un maggior rispetto verso i loro avversari evitando comportamenti antisportivi. Di questi episodi se ne sono visti parecchi, ma piloti come l'italiano Valentino Rossi e lo spagnolo Jorge Lorenzo, tengono ancora alta la bandiera del gioco pulito. **Segue a PAG 4**



IL DOPING NEL NUOTO

Il nuoto è considerato uno sport "pulito", ovvero uno sport nel quale gli atleti non utilizzano sostanze dopanti per incrementare le loro prestazioni. Purtroppo anche questa disciplina è colpita dall'uso di stimolanti. **Segue a PAG 5**



IN CONCLUSIONE...

Dopo questo lavoro siamo risuciti a imparare alcune cose molto importanti, ossia abbiamo appreso a ragionare da soli e a capire i problemi che ci sono nella società in cui viviamo, più precisamente i problemi che caratterizzano lo sport. Ora siamo in grado di

trovare le soluzioni migliori per risolverli. Speriamo che pian piano la gente si renda conto quanto è importante praticare uno sport pulito, ovvero: onesto, corretto e leale.

Le due facce della medaglia nello sport

Le 11 regole del fairplay

1. Giocare per divertirsi .
2. Giocare con lealtà.
3. Attenersi alle regole del gioco.
4. Portare rispetto ai compagni di squadra, agli avversari, agli arbitri ed agli spettatori
5. Accettare la sconfitta con dignità.
6. Rifiutare la corruzione, il doping, il razzismo, la violenza e qualsiasi cosa possa arrecare danno allo sport.
7. Fare tante partite per donare l'incasso a coloro che ne hanno bisogno.
8. Aiutare gli altri a resistere ai tentativi di corruzione
9. Denunciare coloro che screditano lo sport
10. Non insultare gli avversari per diversità di colore , nazionalità , squadra e pensieri
11. **Onorare coloro che difendono la buona reputazione dello sport**

Con il doping la vittoria facile, ma ...

Non sempre la via più facile è la migliore

Gli atleti, quando non sono sicuri delle loro capacità, ricorrono alle sostanze dopanti per aumentare le prestazioni fisiche. Spesso coloro che scelgono questi sinistri metodi, ci rimettono nella salute e nella vita; purtroppo alcuni sono morti, ma altri sono stati isolati e quindi sono costretti a rifarsi una nuova esistenza. Quindi è meglio restare in salute e non rischiare inutilmente la vita.



... con il sudore la vittoria meritata!

Invece la via più tortuosa è quella che dà alla fine più soddisfazioni

I risultati non sempre arrivano, ma quando si raggiungono con un duro e faticoso allenamento sono molto più soddisfacenti. Per esempio prendiamo la carriera di Oscar Pistorius, un atleta olimpico disabile che ha raggiunto risultati sorprendenti solo con la sua forza di volontà .Il suo primo appuntamento ufficiale di rilievo sono state le Paralimpiadi di Atene del 2004. A diciassette anni ha vinto il bronzo sui 100 metri e l'oro sui 200, battendo anche atleti più quotati di lui. Fin dal 2005 ha espresso il desiderio di poter correre coi normodotati alle Olimpiadi di Pechino del 2008. La IAAF il 13 gennaio 2008 ha però respinto questa richiesta, sostenendo che "un atleta che utilizzi queste protesi ha un vantaggio meccanico dimostrabile (più del 30%) se confrontato con qualcuno che non usi le protesi". Un parziale successo però lo ha ottenuto nel giugno del 2007, quando gli organizzatori del Golden Gala di Roma lo hanno ammesso a competere coi normodotati sui 400 metri. Il 13 luglio 2007 quindi ha gareggiato nello Stadio Olimpico di Roma, assieme ad atleti normodotati, ottenendo la seconda posizione. Detiene il record del mondo per amputati su tutte e tre le distanze su cui corre: 10.91 sui 100, 21.58 sui 200 e 46.25 sui 400. Il 16 maggio 2008 è stato riabilitato dal tribunale sportivo alla partecipazione delle Olimpiadi 2008. Nelle motivazioni che hanno portato alla riabilitazione, si legge che "al momento non esistono elementi scientifici sufficienti per dimostrare che tragga vantaggio dall'uso delle protesi". Non è riuscito però a realizzare tutto quello che permette di partecipare alla manifestazione. Il 9 settembre 2008 ha vinto la medaglia d'oro alle Paralimpiadi di Pechino nei 100 metri, per poi ripetersi il 13 settembre nei 200 metri e il 16 settembre nei 400 metri. Quindi non importa chi sei o come sei; importa solo che tu faccia sempre del tuo meglio per arrivare ai tuoi obiettivi.



Calcio, "Da Vinci Cup": La finale che tutti aspettavano

La Fair Play Team si porta a casa la coppa dopo una finale indimenticabile



Vs



Fair Play Team	1	A.C. Violence	0
----------------	---	---------------	---

Ieri pomeriggio alle ore 15.00 si è disputata la finale della "Da Vinci Cup", che ha avuto come protagonisti la Fair Play Team e l' A.C. Violence. A decidere è stato l'attaccante della Fair Play Team, Nicola Rossi, che dopo una triangolazione perfetta, segna e la sua squadra si porta a casa il trofeo molto desiderato.

Finale aspettata da tanto tempo da tutte e due le squadre; dopo molti allenamenti faticosi è arrivato il giorno della partita. Da una parte la Fair Play Team è scesa in campo con la mentalità perfetta; i suoi giocatori amavano il calcio e portavano rispetto non solo a se stessi ma anche agli altri, perché il loro scopo principale non era di vincere ma di insegnare come si gioca a calcio, e far vedere a tutti i piccoli calciatori quanto ci si diverte quando lo sport è pulito, dall'altra parte l' A.C. Violence voleva la vittoria a tutti i costi.



La vincitrice della "Da Vinci Cup": la Fair Play Team

Francesco Bianchi (allenatore della Fair Play Team).

Prima di scendere in campo, ho parlato un po' con i miei ragazzi. Il mio discorso è stato abbastanza lungo, però l'hanno presa come una lezione di vita. Ai giorni d'oggi, negli stadi di tutto il mondo tanti giocatori vengono offesi, oppure a volte sono colpiti da oggetti altri invece praticano il calcio solo per apparire sui giornali, prendere tanti soldi e per fare una bella vita senza preoccuparsi di ciò che accadrà il giorno dopo. Avendo tutte queste idee in testa, il bello dello sport sparisce e l'unico obiettivo è vincere a tutti i costi e, se si perde si trova subito una scusa. Da quando è nato il calcio ogni squadra ha il proprio gruppo di tifosi. Il tifo è un atteggiamento naturale, molto positivo ed è come un linguaggio tra i giocatori e il pubblico. Quando però questa comunicazione diventa volgare, la sportività sparisce e rimangono solo la voglia della vendetta e l'odio. Quest'ultimo poi, può essere molto pericoloso; perché ricordiamoci che nel 1985, durante la finale di Champions League tra Juventus e Liverpool sono **morti 39 spettatori**, dei quali **32 italiani** travolti sugli spalti da una furiosa carica dei tifosi inglesi.



Il giocatore dell' A.C. Violence dà la mano all'avversario

Per sconfiggere tutto ciò e per riportare il fair play negli stadi di tutto il mondo, è stata creata la nostra squadra, formata da dei giocatori che praticano questo meraviglioso sport per divertirsi e per mostrare a tutti la vera faccia del calcio, caratterizzata da tre parole che riassumono la parola "sport" ossia: **correttezza**, **lealtà** e **rispetto**. Riguardo la partita di oggi, penso che i miei ragazzi, ma anche gli avversari abbiano fatto del loro meglio e ho visto anche una cosa che mi ha colpito tantissimo: i giocatori del A.C. Violence, di solito, fanno di tutto per vincere e sono capaci anche di pagare l'arbitro o di scatenare tutti i loro tifosi contro la squadra avversaria, ma oggi non è andata così, ho notato una squadra diversa che, alla fine della partita, ci ha fatto i complimenti e ci ha **dato** mano. E questo il linguaggio giusto dello sport, sono queste le cose che fanno avvicinare le persone e che danno un'insegnamento giusto ai

piccoli sportivi, sono queste le cose che rendono felici tutti e **non la morte**, di 39 persone!!! Vorrei fare anche io i complimenti all'altra squadra e spero che sia un buon inizio e che queste due squadre abbiano dato l'esempio giusto.

Pietro Verini (allenatore del A.C. Violence)

Da questa partita ho capito tantissime cose, intanto vorrei chiedere scusa a tutte le persone che ci hanno incontrato e che sono state offese. Noi pensavamo di essere i più forti e se avessimo vinto questo torneo, saremmo diventati i più ricchi. Ora tutti quei soldi sono stati donati ai bambini poveri, ai piccoli talenti, che, non avendo possibilità finanziarie, giocano a calcio con tutto quello che trovano, ma a differenza del nostro, il loro è un **gioco pulito**. Questo gesto della squadra avversaria ci ha fatto riflettere tantissimo e grazie a loro abbiamo capito che nello sport non conta tanto vincere ma partecipare, **giocare onestamente** ed essere fieri dei propri risultati. Vorrei proprio fare i complimenti alla Fair Play Team e ringraziarle per averci aperto gli occhi, vorrei anche mandare un messaggio a tutti gli sportivi affermando che il rispetto per gli altri e per se stessi sta alla base di tutti gli sport.

Il gesto indimenticabile dei vincitori

Grazie alla donazione dei soldi vinti dalla Fair Play Team, ora moltissimi bambini da tutto il mondo hanno la possibilità di giocare a calcio con una palla vera e propria e su un campo normale e non sulle strade. Poi sono



Bambini africani che imparano a giocare a calcio

state create delle varie associazioni sportive in tutto il mondo, così il sogno di chiunque potesse diventare realtà. Col passare degli anni, magari vedremo questi ragazzi in TV e sicuramente essi si ricorderanno grazie a chi sono diventati dei campioni e anche il modo con il quale ce l'hanno fatta: **giocando onestamente**.

LO SPORT NON E' SOLO GIOCO DI SQUADRA, DIVERTIMENTO E VOLONTA', LO SPORT E' UN SINONIMO DI POSSIBILITA'.

Lo sport offre una seconda possibilità a persone che hanno visto crollare la propria vita in un istante, a quelle persone che non mollano mai, alle persone che vogliono godersi la vita fino in fondo in qualunque modo, questo è lo sport, amicizia e uguaglianza perché tutti possono e devono avere la possibilità di godersi la vita grazie allo sport.

.....Lo sport è di tutti ed è per tutti.....

Cosa sono le **PARAOLIMPIADI???**

I giochi Paraolimpici sono manifestazione per disabili (fisici, psichici e sensoriali) che si svolgono ogni quattro anni nella stessa sede delle Olimpiadi estive. Sono nati nel 1948 quando il britannico Ludwig Guttmann le organizzò con il nome di Giochi di Stoke Mandeville, per i feriti di guerra. Ci sono varie discipline che partecipano, dal calcio al judo, dal tennis da tavolo alla pesistica. Questi giochi sono stati creati per dare una seconda chance ai soldati che hanno combattuto per la loro patria, inoltre grazie allo sport un disabile può cambiare radicalmente la propria vita.

Le paraolimpiadi servono anche a far capire alle persone disabili e non che nessun ostacolo può cambiarti la vita, perché nella vita **c'è sempre una seconda chance.....**

....Ci si sente persi, ma la vita non deve finire....

Una persona può diventare disabile in qualsiasi modo, facendo un incidente più o meno grave, per malattia, dalla nascita... ma solo chi ha la forza di andare avanti riesce a trascorrere una vita il più normale possibile. E una caratteristica di qualsiasi sport è quello di dare adrenalina, ti fa credere in te. Inoltre praticandolo si ha più possibilità di essere accettati dalle persone e soprattutto da sé....

Purtroppo troppi pochi disabili hanno e trovano la forza di andare avanti per migliaia di motivi tutti comprensibili... è molto difficile accettarsi e molti cadono in depressione.... Abbiamo fatto un'intervista a due disabili... uno pratica sport (Marco), mentre l'altro è caduto in depressione (Francesco).

Come ti sei sentito dopo l'incidente?

Marco: Ci si sente persi, soli, incompresi, cerchi di convincerti che tu ce la puoi fare, ma poi ti rendi conto che non ce la fai....

Francesco: La tua vita è finita, non ha più senso viverla, non riesci più ad assaporarti il bello dell'esistere, e invece vivi con depressione gli attimi negativi.

Ma dopo l'incidente cosa hai fatto??? Ti sei abbattuto?

Marco: Dopo l'incidente grazie anche ai miei familiari ho capito che la vita non era finita, potevo fare anch'io quello che facevano gli altri, è lì che ho scoperto lo sport.

Francesco: Dopo l'incidente la mia vita è stata la stessa per non dir peggio, dopo un paio di mesi mi rassegnai e da lì vivo con l'amarezza per non essermi goduto questa grande opportunità che è la vita.

Quali sono i tuoi desideri per il futuro???

Marco: Per il futuro spero di andare avanti con la mia squadra, e magari di diventare un futuro campione, per realizzare il mio sogno.

Francesco: Io ormai non penso di avere un futuro, sono qui nella sedia a rotelle da anni ormai e se non ci ho provato prima non ci proverò neanche adesso... comunque vivrò la vita come la sto vivendo adesso.

Fair-play: esiste dappertutto??

Spesso quando si parla di fair play non si pensa mai al motociclismo. Ma in un ambiente come quello del mondo a due ruote esiste?

Il presidente della FMI (Federazione Motociclistica Italiana) Vito Ippolito, ha esortato i piloti a un maggior rispetto verso i loro avversari evitando comportamenti antisportivi. Di questi episodi se ne sono visti parecchi, ma piloti come l'italiano Valentino Rossi e lo spagnolo Jorge Lorenzo, tengono ancora alta la bandiera del gioco pulito.

Nell'appassionante gara di Valencia (nella terra catalana), infatti, si sono resi protagonisti con sorpassi emozionanti e un'agguerritissima gara con il massimo del fair play. Lo stesso campione del mondo, ora passato alla casa Ducati, con le sue affermazioni, riconosce la forza dell'avversario:

"Jorge è stato davvero fortissimo; sarà dura batterlo in futuro, ma intanto questa volta ce l'ho fatta. Questa vittoria, la numero novantanove in moto GP, entra sicuramente fra le più belle della mia carriera".



La delusione dello spagnolo, però, non sarà certo ripagata da queste poche parole; Lorenzo ha infatti dichiarato: "Non ho chiuso bene la porta, e Valentino mi ha passato; non pensavo che mi potesse superare lì. Una gara così bella è importante per il pubblico e io sono stato comunque protagonista, ma Rossi è stato più bravo di me".

Se c'è qualcosa di certo è che, nel motociclismo, il fair play è un fattore molto presente, infatti, i piloti a fine gara si stringono la mano e si scambiano i reciproci complimenti tra vincitori e vinti ed è chiaro, quindi, come nel mondo a due ruote ci sia rispetto per l'avversario, fattore assente in molti altri sport come (per esempio) il calcio. Spesso, infatti, si commettono falli intenzionali verso i giocatori avversari, e frequentemente non vi è rispetto per il direttore di gara.

Episodi come quello di Zinedine Zidane dei mondiali di calcio di Germania 2006 nei confronti di Materazzi, questo come quello di Totti su Balotelli, o come quello di Eto'o su Cesar in Inter - Chievo, sono azioni che non devono essere ripetute per nessun motivo.



Zinedine Zidane dà una testata a Materazzi nei Mondiali di Germania 2006



Eto'o ripete lo stesso gesto su un giocatore del Chievo: Cesar

Il Doping Nel Nuoto

Il nuoto è considerato uno sport "pulito", ovvero uno sport nel quale gli atleti non utilizzano sostanze dopanti per incrementare le loro prestazioni. Purtroppo anche questa disciplina è colpita dall'uso di stimolanti. I 3 tipi principali sono :

Gli stimolanti:Le amfetamine sono stimolanti del sistema nervoso centrale, come la cocaina e l'efedrina. I gravi effetti indesiderati a livello cardiovascolare e i modesti benefici ne hanno largamente limitato l'impiego. Vengono assunte dagli atleti per ridurre la fatica e migliorare il rendimento sportivo. Elevando la soglia di percezione della fatica, un segno premonitore dell'esaurimento fisico, gli stimolanti spingono l'organismo oltre i propri limiti. In atleti impegnati in gare di durata, le amfetamine hanno causato più morti (per aritmia, infarto e colpo di calore) di qualsiasi altra sostanza. Provocano, inoltre, insonnia, mal di testa, vertigini, ansia, aumento della frequenza cardiaca e della pressione arteriosa, palpitazioni, agitazione e delirio. Le amfetamine aumentano anche l'aggressività e l'uso prolungato o ripetuto può portare a dipendenza e a gravi reazioni di tipo psichiatrico.

Gli anabolizzanti:Essi vengono impiegati, a dosi molto elevate, per accrescere la massa e la forza muscolare, ma questi risultati sono riscontrabili solo in alcuni atleti e solo se vengono abbinati ad una dieta appropriata e ad un programma di allenamento controllato. I rischi per la salute legati all'uso di questi ormoni sono molteplici. Oltre a difetti nella struttura del tessuto connettivo che predispongono a rotture dei tendini sotto sforzo, gli anabolizzanti possono provocare numerosi altri effetti tossici, in molti casi irreparabili. Nei giovani sotto i 20 anni determinano un'accelerazione della maturazione scheletrica con arresto prematuro della crescita. Nell'uomo, l'uso prolungato può portare ad una diminuzione della fertilità, ipertrofia della prostata e diminuzione del flusso urinario. Nelle donne, gli anabolizzanti causano irregolarità mestruali e sono associati alla comparsa di tratti tipicamente maschili come crescita eccessiva di peli o calvizie e abbassamento del timbro della voce. Aumentano sia il colesterolo LDL ("pericoloso") che la pressione arteriosa e diminuiscono il colesterolo HDL ("protettivo"), aumentando così il rischio di ictus e di infarto. Possono, inoltre, modificare l'umore e il comportamento con la comparsa di sintomi depressivi e maniacali. Molti rapporti suggeriscono come gli anabolizzanti aumentano l'irritabilità, l'aggressività, l'ostilità e gli impulsi distruttivi o autolesionisti specialmente in coloro che si sottopongono a somministrazioni massicce. In alcuni casi sono stati anche coinvolti nell'insorgenza di tumori al fegato e alla prostata.



L'ormone della crescita:Esso stimola l'accrescimento fisiologico e viene somministrato ai bambini che, essendone privi (dalla nascita o per qualche malattia), presentano difficoltà di sviluppo. Nell'adulto l'ormone gioca probabilmente ruolo fisiologico importante nel regolare la composizione corporea, con meccanismi di tipo anabolizzante. Queste proprietà, insieme al fatto che non è individuabile coi test di laboratorio, hanno reso l'ormone della crescita un farmaco di riferimento, soprattutto per gli atleti di alto livello e i culturisti. Gli studi hanno, però, chiaramente dimostrato che l'ormone della crescita non è in grado di aumentare il volume e la forza muscolare o la sintesi proteica in misura superiore a quanto ottenibile col solo allenamento intenso, né in adulti in buona salute né in atleti molto allenati. La somministrazione cronica può, invece, produrre modificazioni scheletriche (anche del cranio) e aumentare il rischio di ipertensione, cardiopatie, ictus, diabete, artrosi, cancro e morte prematura.

Ultimamente molti paesi del mondo tra cui l'Italia, hanno proposto dei validi atleti come Federica Pellegrini, Filippo Magnini e Michael Phelps, che sono diventati campioni a livello mondiale. Questi atleti dovrebbero fornire un valido esempio da seguire per le generazioni più giovani per fare in modo che non vengano distrutte dalle droghe, ma per far sì che reagiscano e che trovino la forza di continuare la loro vita senza essere supportate da sostanze dopanti. Lo sport infatti è nato per divertirsi e misurarsi con gli altri onestamente, non per vincere a tutti i costi facendosi del male. Per questo motivo diciamo :

“ NO AL DOPING, SI AL FAIR PLAY !!!”

