

## PROBLEMA DOPING

### Parliamo di sport educativo ... per combattere il DOPING

Oggi si viene martellati da parte dei MASS MEDIA da informazioni su come migliorare "slealmente" il rendimento sportivo.

Infatti spesso taluni atleti assumono "integratori" che sono vietati perchè non solo vanno contro il vero spirito sportivo, ma anche perchè danneggiano la salute, quindi sono illegali e costituiscono un'offesa verso tutti gli sportivi ed i fan.

E' vero anche che alcuni atleti

spesso sono inconsapevoli perchè manovrati da manager incoscienti che mettono al di sopra dello Sport i loro interessi economici.

Sappiamo che durante l'attività sportiva si devono assumere delle sostanze indispensabili per il recupero fisico e per lo smaltimento delle tossine, come ad esempio: acqua, Sali minerali, potassio e magnesio, zuccheri, proteine, che solitamente si trovano in un'alimentazione corretta ed

equilibrata, ma, se insufficienti, devono essere integrati con prescrizione medica e con dosi adeguate.

Oggi, invece, alcuni allenatori ed istruttori spesso si sostituiscono al medico.

Dal 1999 il Ministero della Sanità ha emanato delle direttive "Linee Guida" che, se trasgredite, si è soggetti a penalità rigide: "essere radiati dalle attività sportive".

## Un invito a riflettere . . .

### Quale soluzione ?!

COMPORAMENTI ALIMENTARI EQUILIBRATI

ALLENAMENTI INTELLIGENTI

CONTROLLI MEDICI

Non a caso i Greci facevano statue agli atleti

elevandoli a dimensione divina, come modello per i giovani.

Il DOPING è l'esatto contrario: annulla l'autostima, la voglia di misurarsi e migliorarsi, accresce il bisogno dell'uso di prodotti chimici per un fine esclusivamente agonistico - economico e genera maschere dietro le quali si camuffano finti campioni.

### Perché questa triade è vincente ?

- ◆ Perché garantisce i risultati sportivi
- ◆ Rispetta la crescita
- ◆ Promuove la salute
- ◆ Tranquillizza i genitori
- ◆ Salvaguarda i responsabili sportivi da azioni legali
- ◆ Non ultimo, persegue i principi etici e morali dello Sport (gioco - sana competizione - crescita - divertimento - educazione del corpo e del carattere - benessere . . .).



CARI LETTORI . . .  
LA VERA FORZA STA, INVECE,  
NELL'AFFRONTARE LE DIFFICOLTA',  
PRIMA ANCORA DI OTTENERE IL RISULTATO.

CONCLUSIONE ㊦㊦㊦  
NO ALL'USO DI FARMACIE  
DRUGHE ㊦

## Il calcio italiano insorge per la solidarietà



In questi giorni attraverso i "MASS MEDIA" ho sentito che le partite di serie A e B incominceranno con 15 minuti di ritardo in segno di protesta contro la FIGC. Mannini del Napoli e Possanzini del Brescia si sono presentati con 25 minuti di ritardo al controllo dell' ANTIDOPING ; di conseguenza la Federazione li ha squalificati per un anno . Il quotidiano La Sicilia del 30 Gennaio , riporta che tutto è iniziato nel 2007 con la sconfitta del Brescia nella partita contro il Chievo ( Brescia – Chievo 0-3) I giocatori , l'allenatore e il presidente , dopo la partita , incominciarono a discutere sulla situazione difficile del Brescia ; Mannini e Possanzini ( entrambi precedentemente giocatori del Bre-

scia) vengono scelti per fare il controllo " antidoping " , ma perdono tempo, nel colloquio post-gara con il presidente e il tecnico , e si presentano in ritardo all'appuntamento .

Da qui ha inizio tutta la vicenda con la relativa procedura legale : il 29 Gennaio 2008 la corte di giustizia federale della FIGC opta per il proscioglimento delle accuse ai due giocatori . Successivamente la pratica passa nelle mani della procura anti-doping del CONI . L'accusa non cambia, i due giocatori vengono messi sotto inchiesta per il ritardo riportato ai controlli. Secondo la prima violazione dell'articolo 2.3 è previsto uno stop di almeno due anni . La FIFA si rifiuta così di impugnare la decisione , la

Federalcalcio si schiera con i due giocatori . Infine , la sentenza condanna Mannini e Possanzini ad un anno di sospensione : in quest'arco di tempo non potranno più giocare nelle partite di campionato. L' AIC , di fronte a tali fatti , si rende solidale con i giocatori , e decide , come forma di protesta, di far ritardare gli inizi delle partite di serie A e B , di 15 minuti .Probabilmente la squalifica di un anno è veramente eccessiva. Il CONI dovrebbe valutare meglio la situazione e ripensare alla punizione inflitta . Sarebbe stato sufficiente far pagare loro una semplice multa .  
*Alessandro Paternò V A*

## Pensiero sportivo

*Nel gioco è importante il divertimento,  
per questo è bello scegliere il gioco che più ti piace:  
Lo sport è condividere l'amicizia  
Con chi gioca con te.  
Lo sport è anche "benessere"  
Perché fa stare bene nel fisico e nella mente.  
W lo sport.*

**Jeremias e Francesco V A**



## Il calcio e le sue "regole"

Quest' anno ho scelto di praticare lo sport che mi piace di più : il calcio. Il calcio è un gioco di squadra, quindi se una squadra perde una partita la "colpa" non è di un singolo individuo, ma di tutti. Come ogni sport il calcio ha le sue "regole" da rispettare.

Eccone alcune:

1. la palla non si può toccare con le mani.
2. quando si deve fare un goal non si deve essere oltre l'ultimo difensore.
3. quando il portiere prende la palla non la si può rubare.
4. se si entra in scivolata si deve toccare solamente il pallone.
5. se la palla esce dal campo il gioco riprende con una rimessa dal fondo campo e laterale.
6. se i falli sono violenti si può avere cartellino giallo o rosso e molte altre ancora.....

Avendo praticato altri sport, ho imparato che tutti gli sport hanno delle regole, che non valgono solo per gli sport specifici, ma ci servono sempre, perché le regole aiutano a vivere bene e in armonia nella vita di tutti i giorni.

*Firincieli Simone 5^ A*

