

Lo sport in Norvegia: da bambini non si compete, ecco perché da grandi si vince

In Norvegia, fino ai 13 anni, nello sport **non si vince e non si perde**: non c'è competizione, solo crescita. Non esistono classifiche ufficiali, non si pubblicano graduatorie, non si fanno selezioni che etichettano precocemente i "bravi" e i "meno bravi". Si gioca. Si cresce. Si prova. L'obiettivo non è individuare il campione, ma allenare tutti il più a lungo possibile, praticando diverse discipline. È da qui che comincia il paradosso norvegese: una nazione di poco più di cinque milioni di abitanti che si è trasformata in una potenza sportiva globale, dentro e fuori la neve.

Il principio educativo è sancito dalla Carta dei Diritti del Bambino nello Sport. Il [documento](#) stabilisce che fino ai 12-13 anni lo sport debba essere inclusivo, multidisciplinare, centrato sul divertimento e puntare alla partecipazione universale, nessuno escluso. Le ragioni sono **strutturali**, perché la federazione norvegese ha compreso che un sistema selettivo o oneroso rischierebbe di disperdere talenti prima ancora che possano emergere. Mentre dall'altro lato lo Stato finanzia in gran parte la formazione dei giovani atleti sostenendo i club locali, che rischiano di perdere i fondi se non si attengono alle regole stabilite.

In questo modo la specializzazione precoce è scoraggiata, dando il tempo di capire quale possa essere la disciplina migliore per ciascuno; inoltre la pressione è contenuta e si **previene l'abbandono precoce** delle attività, che spesso è favorito proprio dalla competizione smodata in tenera età. Il riscontro è un bacino di partecipazione amplissimo, visto che il **93% dei bambini** norvegesi pratica almeno un'attività. Più bambini praticano sport, e più a lungo lo fanno, maggiore è la probabilità che alcuni, nel tempo, raggiungano alti livelli. Ma senza essere stati spremuti a dieci anni.

Dal punto di vista dei risultati i numeri parlano da soli. Alle [ultime Olimpiadi](#) invernali la Norvegia ha vinto 41 medaglie con il record assoluto di 18 ori. Lo sci di fondo è considerato patrimonio nazionale, con generazioni di atleti dominanti, da Marit Bjørgen a Johannes Høsflot Klæbo, talmente identificato nella sua vita totalizzante di sportivo professionista, che in una recente intervista, davanti alla possibilità di smettere di gareggiare, ha confessato: "Presto dovrò imparare la tecnica di stare al mondo". L'eredità organizzativa dei Giochi di Lillehammer 1994 ha lasciato infrastrutture, competenze e una cultura manageriale che ha rafforzato l'intero sistema. È in quel momento che nel Paese viene creato l'**Olympiatoppen**, [centro di eccellenza](#) che integra la ricerca scientifica per gli atleti di alto livello, dove comunque si allenano insieme, rifiutando l'individualismo sfrenato che caratterizza la competizione a tutti i costi. L'approccio è sistemico: crescita a lungo termine, monitoraggio dei carichi, collaborazione tra federazioni e condivisione dei dati.

C'è poi un elemento meno quantificabile ma decisivo: il **Friluftsliv**, la filosofia della vita all'aria aperta. Fin dall'infanzia i bambini norvegesi trascorrono tempo nella natura, con

Lo sport in Norvegia: da bambini non si compete, ecco perché da grandi si vince

qualsiasi clima. Camminano, sciano ed esplorano imparando a muoversi e a fare la fatica necessaria.

La sorpresa è che il successo non si ferma agli sport invernali. Nel **calcio**, Erling Haaland è diventato uno dei centravanti più prolifici al mondo e la Norvegia si è classificata prima nel girone per partecipare ai mondiali, a scapito proprio della blasonata nazionale italiana. Nell'**atletica** Karsten Warholm ha riscritto il record mondiale dei 400 ostacoli. I fratelli Ingebrigtsen hanno portato il mezzofondo norvegese in una dimensione globale, rompendo il monopolio tradizionale degli atleti africani o delle grandi federazioni europee. La nazionale femminile di **pallamano** nell'ultima edizione ha vinto l'oro olimpico. Nel **canottaggio** la Norvegia ha conquistato medaglie olimpiche e mondiali con continuità, così come accade nella **vela** dove ha ottenuto numerosi podi olimpici e mondiali in diverse classi. Perfino nel **beach volley** la coppia guidata da Anders Mol ha conquistato l'oro olimpico. Discipline diverse, contesti climatici opposti, stesso Paese: non è un'anomalia statistica, ma un modello vincente perché collaborativo.

La forza della Norvegia non nasce dunque da un particolare talento genetico né da un nazionalismo sportivo esasperato. La sua ragion d'essere sta in una scelta culturale e politica: allargare la base e ritardare la selezione proteggendo l'infanzia e poi, solo dopo, investire scientificamente sui migliori. In un'epoca in cui molti sistemi inseguono il prodigio precoce, Oslo ha scelto la pazienza. E la pazienza, a quanto pare, vince.



Mario Catania

Giornalista professionista dal 2011, si occupa di inchieste, reportage e attualità. Ha lavorato per la carta stampata, per l'online e come videoreporter, spaziando dalla cronaca alla politica e tematiche ambientali. Autore di libri e saggi, per *L'Indipendente* coordina i lavori del mensile.