

Silvio Ferrari

Università degli Studi di Milano

IL LESSICO SPORTIVO FRANCESE ATTINENTE ALLA FISIOLOGIA DEL CORPO UMANO

1. INTRODUZIONE

Questa comunicazione riguarda la lingua di specialità utilizzata nei testi di tecnica sportiva in lingua francese e, più precisamente, l'attenzione è focalizzata sul lessico delle scienze e delle tecniche che hanno per oggetto l'attività fisica e sportiva privilegiando l'ambito dell'allenamento muscolare. Al contempo ho ipotizzato che il lettore di testi e riviste sia uno studente italiano di scienze motorie il quale affronta queste letture per ricavarne informazioni, suggerimenti relativi alle tecniche di allenamento o più semplicemente per dedicarsi allo studio della materia in generale.

Ho selezionato un corpus di termini semplici e complessi (a due o più elementi) ricorrente nel lessico in uso nei testi scritti da e per specialisti.

Le parole scelte sono tratte da testi attinenti le attività fisiche e sportive quali il *Manuel de l'éducateur sportif. Préparation au brevet d'État*¹. Quest'opera rappresenta il manuale di riferimento per candidati al *Brevet d'État*: il suo piano tematico propone quattro parti le cui prime due sono dedicate rispettivamente alle *Sciences biologiques appliquées au sport* e alle *Sciences humaines appliquées au sport*. Si può dedurre che si tratta di un corpus rappresentativo della lingua sportiva applicata, così com'è in uso presso gli STAPS².

La mia attenzione si è quindi soffermata su opere specificamente elaborate per l'esercizio pratico e l'allenamento, come *Initiation et pratique de*

¹ Thill - Thomas - Caja, *Manuel destiné aux Educateurs sportifs*, 1986.

² Equivalente della Facoltà di Scienze motorie.

la *muscultation* di Olivier Roberts (2004) e *Méthodes modernes de muscultation* di Gilles Cometti (2002).

Un'altra lista rappresentativa di termini utilizzati nella trattazione delle tematiche in oggetto è ricavata dalle riviste di settore rivolte ai cultori del Fitness, quali «Muscle & Fitness» (2008), «Body Fitness Revue d'Exercice et Nutrition» (2008), «Flex édition française» (2008), «Le monde du muscle et du Fitness» (2008).

La principale domanda alla quale tenterò di rispondere riguarda le caratteristiche della terminologia sportiva che determinano la scelta degli equivalenti di traduzione più pertinenti che consentono il passaggio del senso indicato in L2 in L1.

Di per sé, lo studente di fronte ad ostacoli di comprensione del discorso e più in particolare di discernimento terminologico ricorre tradizionalmente all'uso del dizionario generale bilingue e, molto meno frequentemente, al monolingue.

Il dizionario è per sua stessa natura un oggetto didattico, le descrizioni che propone dovrebbero riflettere usi linguistici diversificati, osservati attraverso supporti di natura varia allo scopo di rispondere al meglio alle domande che si pongono i suoi utenti. Ma non è infrequente che, per le lingue di specialità, il dizionario faccia difetto di esempi riguardo a questo o quell'uso. Possono essere termini o più spesso accezioni non attestati e non definiti in dizionari monolingui francesi come, ad esempio il *Nouveau Petit Robert*, il *Larousse* oppure il *Trésor de la Langue Française*, oppure attestati ma non definiti per il settore sportivo e così pure nei dizionari bilingui più diffusi quali il *Boch*, il *Garzanti*, il *DIF* oppure il *Robert Signorelli*.

Fin dagli anni 90, di fronte al rischio non improbabile dell'uso di una terminologia e di definizioni, in Scienze e Tecniche delle attività fisiche e sportive, contraddittorie o perfino diametralmente opposte, è sorta la necessità da parte di lessicografi e della stampa specialistica di definire con maggior rigore un lessico di riferimento. Infatti, le numerose correnti e le esigenze diverse delle singole scuole di pensiero avevano determinato un uso ambiguo del lessico e della terminologia sportiva. Ricorderò a titolo di esempio i lavori sul lessico specialistico di Didier Delignières e Pascal Duret che, dopo un primo tentativo all'inizio degli anni 90, con un numero speciale della rivista «Échanges et Controverses»³, poco incisivo a detta degli autori stessi, proposero, nel 1995, una versione riveduta e ampliata del loro lavoro⁴. Il risultato del loro impegno si rivolgeva ai candidati a concorsi di reclutamento e studenti che si preparavano al *Brevet d'État*. Gli autori ravvisavano una esigenza di precisione, di disambiguazione per evi-

³ «Échanges et Controverses», 1990 n° 2, pp. 155-200.

⁴ Delignières -Duret, *Lexique thématique*, 1995.

tare controsensi e usi abusivi, e di maggiore completezza definitoria in un ambito che per le sue stesse prerogative è affetto da etnocentrismo culturale, tanto i concetti specifici di cui gli addetti ai lavori fanno uso sono circoscritti in un campo d'azione ben delimitato.

Gli autori rilevavano che i testi che investono il campo sportivo, sia quelli scientifici in senso stretto, sia quelli di divulgazione, o di pratica sportiva, erano e sono immersi in *jargons* scientifici, didattici e sportivi. Cosicché non è infrequente che gli autori di pubblicazioni e le associazioni sportive mettano a disposizione dei loro lettori e dei loro utenti delle banche dati con concetti chiave al fine di assicurare un veicolo idoneo per orientarsi nella terminologia e negli enunciati definitori altrimenti opachi per la lettura come per la pratica sportiva.

Più generalmente nel quadro di una lingua di specialità, si presta una grande attenzione alla terminologia e alla fraseologia tecnica, poiché ci si trova sovente in una situazione concreta di funzionamento. L'insieme di termini tecnici appartenenti alle professioni sportive non sfugge a questa esigenza e, al pari di tutte le altre lingue di specialità, è contraddistinto inoltre da un investimento figurato. Questa metaforizzazione comporta sovente un carattere imprevedibile del senso, un'opacità semantica e restrizioni paradigmatiche e sintagmatiche nella costruzione e nel funzionamento. L'opacità semantica dei frasemi specializzati può essere allora totale o parziale.

Il limite tra vocabolario generale e vocabolario specializzato è molto difficile da tracciare. Generale non è equivalente di corrente. Numerosi vocaboli dell'ambito sportivo fanno parte del vocabolario generale ma non sono banali. A titolo di esempio, se isoliamo vocaboli e frasemi di anatomia dell'apparato locomotore o di elementi di meccanica del movimento quali *os, crâne, rotule, tibia* oppure *contraction musculaire, leviers, travail statique*, non necessariamente li individueremo unicamente nel campo delle scienze biologiche applicate allo sport, ma li riscontremo puntualmente in un parlato corrente. Di contro, altri termini dello stesso ambito avranno una collocazione ben più marcata se non addirittura univoca: ad esempio, *adducteur, cavité glénoïde, cubitus, membrane synoviale, mouvement du rachis et du thorax, muscles synergiques, claquage* (stiramento di un muscolo). Altri ancora saranno fonte di possibili equivoci, come *petit rond, grand rond, trapèze, les haubans, tablettes de chocolat*. Per questi ultimi termini il contesto potrà, in parte, risolvere la comprensione a favore del lettore: infatti per i primi tre la collocazione nel campo dell'anatomia funzionale ne farà tre tipologie di muscoli. Nel caso di *haubans*, l'autore dell'articolo, Lucien Demeillès, ha sentito l'esigenza di associarvi una descrizione circostanziata data la rarità del termine anche per gli addetti ai lavori; infatti nel dizionario monolingue *Nouveau Petit Robert* alla voce manca l'accezione di fisiologia anatomica. Ri-

porto di seguito la definizione che accompagna il vocabolo nell'articolo della rivista:

Ces muscles internes sont caractérisés par la longueur insolite de leurs fibres constitutives qui, partant d'un point de la colonne vertébrale, s'élèvent pour aller se placer sur un autre point situé beaucoup plus haut, soit sur les vertèbres, soit sur les côtes osseuses. De ce fait, on a souvent représenté ces muscles du plan dorsal comme imitant, dans leur disposition, les cordages marins qui maintiennent par traction les mâts des navires et portent le nom de haubans [...] ilio-costal, long dorsal, transversaire épineux. ⁵

Questo uso figurato è riscontrabile anche nell'ultima espressione citata, *tablettes de chocolat*. Il riferimento va direttamente al gustoso e nutriente alimento, per giunta la frase da cui ho estrapolato l'espressione è altrettanto credibile in un ambito comune: *les hommes rêvent des mythiques tablettes de chocolat*. La rubrica *Entraînement & Musculation*, il titolo dell'articolo *Des beaux abdos: cours co ou travail perso* ⁶ e soprattutto il servizio fotografico che accompagna il testo tolgono qualsiasi ambiguità all'espressione: si tratta infatti dei tanto ambiti addominali a forma di tartaruga.

2. AMBITO

A fronte di una sostanziale equivalenza terminologica riscontrabile nei testi in scienze e tecniche delle attività fisiche e sportive del francese e dell'italiano che consente una comprensione globale soddisfacente, emergono malintesi che provocano incomprensioni talora prontamente rilevati dagli studenti stessi ma più sovente non desumibili, come abbiamo osservato poc'anzi. Tali defezioni comportano delle insufficienze che possono protrarsi nel tempo.

Gli studenti ricorrono, di fronte ad incomprensione o opacità terminologica di termini di specialità, all'uso dei dizionari bilingui e più raramente ai monolingui. Constatato che abitualmente il dizionario bilingue è generale, concepito per un largo pubblico o per le scuole, non è affatto improbabile che l'esito della ricerca di un equivalente o di una soluzione sia negativo. A onor del vero bisogna registrare che i dizionari generali bilingui più recenti, quali il *Garzanti* o il *Boch*, includono anche vocaboli della

⁵ Lucien Demeillès, *Redressez les haubans*, «Le monde du muscle», 2008, p. 25.

⁶ David Andrieu, *ivi*, pp. 62-63. Si veda anche Bill Geiger, *Des abdos saillants*, «Muscle & Fitness», 2008, pp. 44-48.

sfera scientifica in forza di una necessità indotta dall'espansione di un sempre maggiore interesse del pubblico per le scienze. Tale allargamento è causato da un adeguamento a esigenze di mercato molto più che a vera e propria funzionalità. Ciò è dimostrato dall'introduzione nei dizionari di nuova generazione di nomenclature seriali in sintonia con i tempi, allo scopo di apparire moderni. Infatti la facilità con cui si introducono termini di anatomia e terminologia sportiva, è pari alla facilità di trovare un termine equivalente in lingua d'arrivo senza l'ausilio del dizionario, lasciando l'utente nell'irrisolutezza per vocaboli ed espressioni più specialistici e per accezioni figurate.

3. SERIE LESSICALI

Ad una disamina dei dizionari bilingui correnti si riscontra uno spazio di predilezione per l'anatomia in relazione alla biologia in quanto descrizione dell'essere umano in accordo ad un numero sempre più crescente di pubblicazioni, di divulgazioni, dedicate al funzionamento e alla cura del proprio corpo. Infatti è facile nelle pubblicazioni specialistiche imbattersi in serie lessicali che informano di quanta terminologia nel campo medico e delle scienze biologiche (anatomia funzionale, meccanica del movimento, fisiologia) sia di formazione compositiva e derivazionale con l'ausilio di elementi greci o latini che i dizionari rilevano però solo in parte. Ad esempio:

anabolique, anabolisant, anabolisme, anabolisé, anabolite; anaérobie, anaérobiose; aérobic, aérobie, aérobiose; alactacide, alactique, lactacide, lactate, lactaire, lactame, lactique; glycémie, glycérine, glycérique; glycogène, glycogénèse, glycogénique, glycogénogénèse, glycogénolyse, glycolyse, glycosurie; glucide, glucidique, glucose, glucoside; lipoïde, lipolyse, lipome, lipophile, lipoprotéine, lipotrope; phosphate, phosphokinase, phosphagène, phosphaté, phosphatique, phospholipide; catabolisme, catabolique, catabolisé, catabolite; homéostasie, homéostatique; myocarde, myocardie, myopathe, myopathie, myorelaxant, myofilament, myofibrille, myosite, myosine, méromyosine, actomyosine, adénosine, troponomyosine.

Molti vocaboli in uso nell'ambito medico-biologico sportivo sono dunque semi-segmentati: tuttavia lo sono in maniera variabile secondo l'utente, in relazione con le sue conoscenze etimologiche. Peraltro l'analogia di formazione dei vocaboli nelle due lingue facilita grandemente la decodificazione del testo nella L2: il lettore assimila i vocaboli di specialità alla propria lin-

gua, e rari sono i termini, in lingua di specialità sportiva, che determinano opacità a causa di una morfologia lessicale diversa. Gli attriti maggiori sono quantitativamente superiori con il sistema linguistico, il concatenamento delle idee e con la lingua comune.

La L1 si afferma in ogni caso come punto di partenza ineludibile per l'accesso alla terminologia di specialità in L2. Il patrimonio personale in lingua materna è presente: lo studente non può fare astrazione dal suo contenuto. Le sue competenze lessicali in italiano fungono da ancora di termini per realizzare la traduzione necessaria alla comprensione del brano sottoposto. Ciò si spiega con l'approccio contrastivo messo in atto da parte della maggioranza degli studenti. Questo approccio è ammesso come strumento di riuscita nell'apprendimento linguistico in generale e terminologico in particolare. In terminologia, si tratta prima di tutto di comprendere i termini e di cogliere la loro ragion d'essere, cioè di rappresentarsi il loro senso, e di porlo in relazione ad un diverso senso nella propria lingua. La comprensione e la capacità di rappresentazione concreta avvengono nella maggior parte dei casi per analogia e implicano la capacità d'elaborare dei modelli semici al fine di stabilire l'equivalenza in italiano; ciò è favorito dall'alto grado d'isomorfismo tra le due lingue.

Il senso in terminologia delle scienze è certo il vettore principale del *transfert* cognitivo da lingua a lingua, ma quando interviene la polisemia nozionale, fonte di perturbazione, il livello di performance osservato è relativamente debole. Maggiori sono gli accessi al senso quanto più il trattamento lessicografico dei termini in campo medico-biologico sportivo manca di uniformità, ossia di coerenza in riferimento a modelli linguistici; infatti, risulta più difficile l'appropriazione dei termini e dei concetti ai quali essi rinviano nell'ambito esaminato.

4. ETEROGENEITÀ DEI CAMPI

La difficoltà principale incontrata nella base di selezione lessicografica dei dati è quella della delimitazione del campo di appartenenza dei singoli termini. La comunicazione sportiva raccoglie più settori di specialità, come le tecniche di allenamento, la meccanica del movimento, il metabolismo e tanti altri, ma anche campi associati come quello nutrizionale e della salute.

La seconda difficoltà associata alla selezione dei dati comunicativi sta nella grande varietà degli emittenti: fonti ufficiali, ricerca, pubblicazioni, divulgazione, mercato, fabbricanti, palestre, ecc.; con la loro varietà di generi di discorsi professionali, istituzionali e di mercato. La base terminologica si amplia sfruttando le basi testuali multigenere e multimedia, nelle

quali si ritrova l'attualizzazione strategica dei diversi ventagli interculturali. Posta la ricezione comunicativa e documentaria come base principale dell'apprendimento, l'accento si indirizza sull'analisi dei frasemi e sulla loro coerenza, poiché una base di soli termini rischierebbe di essere non contestualizzata. Pertanto, nel nostro caso, è la traduzione come lavoro di messa in equivalenza simultanea che funge da *pivot*, determinando la pertinenza degli scenari sportivi e dei loro argomenti interculturali. L'analisi del contesto attualizzato gioca un ruolo pertinente e determinante.

Il dinamismo che conosce il settore sportivo in tutti i campi inietta nuovi dati culturali che stabiliscono relazioni strategiche con la terminologia.

5. TERMINI CON CONNOTAZIONE DI SPECIALITÀ UNIVOCI

I termini in oggetto appartengono alle macro categorie delle scienze biologiche e umane applicate allo sport e alle loro sottocategorie: anatomia del movimento, fisiologia del movimento, fisiologia applicata all'attività fisica; atto motorio in relazione alla psicologia, ambiente sociale della pratica sportiva.

Sono costituiti da una parola (termine semplice) o da più parole (termine composto) e designano una nozione in un modo univoco all'interno di un campo. La loro trasparenza semantica è un aspetto manifesto. L'appropriazione di questi termini e dei concetti ai quali essi rinviano è sostanzialmente dettata dal grado di conoscenza dell'utente nel campo di applicazione del vocabolo. E non è certo l'ortografia di certi vocaboli che frenerà il lettore nella sua comprensione. A titolo esemplificativo fornisco qui un elenco di termini e espressioni riscontrati in una pubblicazione specialistica.

Anatomie de l'appareil locomoteur: os, cartilage articulaire, humérus, phalanges, cage thoracique, colonne vertébrale, courbure lombaire, membrane synoviale, rotation interne, calcaneum, ecc.

Contraction musculaire: contraction, action inhibitrice, membrane cellulaire, influx nerveux, dégradation de l'A.T.P., la filière anaérobie lactique ou glycolyse anaérobie, ecc.

Contrôle hormonal: glande, somatotrope, pancréas, surrénale, ecc.

Rôle de la récupération: dette d'oxygène, répercussions physiologiques, déficit provisoire, hétérochronisme, relaxation, lipide aérobie, reconstitution, ecc.⁷

⁷ Thill - Thomas - Caja, *Manuel de l'éducateur sportif*, 1986, *passim*.

Altri termini ed espressioni necessitano invece dell'individuazione dell'equivalente corrente per ovviare all'incomprensione e dissipare eventuali interpretazioni erranee, termini frequenti nell'ambito anatomico:

Muscles grands fessiers [muscoli grandi glutei], extenseur des orteils [estensore delle dita del piede], pédieux [estensore breve delle dita del piede], long supinateur [brachioradiale], omoplate [scapola], poignet [polso], gouttière [rainure à la surface d'un os] [in ortopedia: doccia] ecc.

Se poi cerchiamo un riscontro terminologico nell'ambito dell'allenamento sportivo, osserviamo il medesimo divario tra vocaboli trasparenti la cui comprensione risulta immediatamente percepibile e vocaboli la cui opacità comporta un freno.

Ho dunque selezionato una serie di vocaboli ed espressioni ricorrenti in vari articoli tratti da riviste che offrono consigli per culturisti.

Masse grasse, masse maigre, prise de masse, taux de testostérone, rotation interne des pieds, étirements, travail isométrique, mouvement des jambes, verrouiller [declinabile in: en verrouillant, verrouilleurs, verrouillages], principe d'entraînement, tâche; matraquage e matraquer [les jambes, les biceps].

Questa selezione consente di individuare due aspetti maggiori nel discorso che ci occupa: la scelta del vocabolario di partenza e la sua comprensione da parte del pubblico italiano.

Se *masse*, *taux*, *rotation*, *travail*, *mouvement*, *principe* e *tâche*, data la loro natura di termini correnti, richiamano un implicito equivalente italiano, altri come *étirement*, *verrouiller*, *matraquage* e *matraquer* e le espressioni *masse grasse*, *masse maigre*, *prise de masse*, offrono maggiore resistenza.

Nell'ultimo caso, *prise de masse*, l'autore dell'articolo ⁸ ha sentito il bisogno di precisare l'espressione comune per gli addetti al culturismo, attuando un principio di ridondanza terminologica e ricorrendo ad un equivalente scientifico, «dite également hypertrophie musculaire». Peraltro fornisce anche per le altre due espressioni, *masse grasse* e *masse maigre*, una caratterizzazione lessico-semantica diversa: «tissu adipeux e masse musculaire», operando di fatto una relazione sinonimica.

Le tre espressioni non offrono in realtà alcun attrito per gli addetti alla disciplina, ciò non di meno l'autore fa appello a delle espressioni omologhe, con equivalenza semantica ma di registro superiore. Questa ridondanza dimostra che il termine più comune non cristallizza su di sé in maniera univoca le proprietà semantiche e referenziali ma al contrario è il termine scientifico che appare ancora come depositario preferenziale del

⁸ Emilio Sanchez, *Prise de masse. Les Principes de base*, «Le monde du muscle», 2008, pp. 16-19.

senso. Questa ridondanza agevola il lavoro di decifrazione del lettore italiano, poiché colloca il corpus lessicale in una sfera più accessibile.

Nel caso del vocabolo *étirement*, l'accezione comune prontamente rilevata dai dizionari bilingui è di «stiramento muscolare o tendineo», di «lesione»: è dunque un aspetto fisiologico; mentre comunemente il termine è utilizzato nel campo dell'allenamento come sostituto del più comune inglesismo *stretching*, cioè «Gymnastique douce basée sur des étirements des fibres musculaires»⁹. Potremmo rubricare il termine fra i “faux amis”. Peraltro, si riscontra con una certa frequenza l'utilizzo del verbo «*étirer* [Contrairement au câble, les machines n'étirent que très peu le deltoïde]»¹⁰ e dell'aggettivo *étiré*, se ne deduce che quel termine preso in esame ha una sua collocazione importante nel mondo sportivo non rilevata dai dizionari.

Quanto a *verrouiller* e derivati «en verrouillant ses pieds à plat; les muscles verrouilleurs; qui verrouillent le genou; les verrouillages en isométrie»¹¹, nonostante l'uso nella lingua corrente, il loro impiego nelle dinamiche dell'allenamento ne fanno termini rari. Gli equivalenti riscontrati nei dizionari bilingui, *Garzanti*, *il Bloch*, *Larousse-Signorelli*, consentono agevolmente di trovare una soluzione appropriata anche per il mondo sportivo; escludendo «chiudere col catenaccio», la scelta si indirizza facilmente su «bloccare» e «bloccaggio». L'uso dell'aggettivo *verrouilleur* non è attestato nel monolingue, tuttavia il termine associato a muscolo è accertato in ortopedia in relazione al *Rôle du recurvatum dans la pathologie fémoro-patellaire*¹², il che ci conferma l'attribuzione “tecnica”, dunque di lingua specialistica, del termine.

Quanto a *matraquer les jambes, les biceps*, il *Nouveau Petit Robert* non ne registra l'uso nel settore sportivo e fornisce le accezioni seguenti:

1. Frapper à coups de matraque. **Assommer.** *Matraquer des manifestants*
2. fig. Présenter à (qqn) une addition excessive. *Restaurant qui matraque ses clients. Se faire matraquer.*
3. (v. 1968) Diffuser d'une manière répétée (un message: publicité, musique etc.). *Matraquer le tube de l'été.*

Nel *Trésor de la langue française* troviamo inoltre in più questa accezione: «*P. anal.*, domaine *milit.* Mitrailler, bombarder d'une façon intense (d'apr. GILB. 1980)». Ed è proprio in sintonia con questo significato di ripetizione intensa (massacrante) dello sforzo muscolare che il verbo trova qui il suo impiego.

⁹ *Nouveau Petit Robert*, alla voce *Stretching*.

¹⁰ Michaël Gundill, *Prenez du deltoïde latéral*, «Le monde du muscle», 2008, p. 29.

¹¹ Emmanuel Legeard, *Science et Cadence*, ivi, pp. 34-35; Stéphane Herrgott, *Le développement couché pour un débutant*, ivi, pp. 38-40.

¹² Frank Baudry: <http://www.maitrise-orthop.com> [20/04/2008].

6. METAFORIZZAZIONE

C'è un rapporto non casuale tra la metafora espressiva e l'uso *familier* che si incontra nel campo sportivo conformemente alla sua penetrazione sempre più capillare nella vita di tutti i giorni. Molte espressioni passano così indifferentemente da un campo lessicale all'altro.

La metaforizzazione dei termini sportivi è dunque un fatto rilevato, caratterizzato da una polisemicità e da un'imprevedibilità del senso che ne determina l'opacità semantica. L'espressione metaforica è una combinazione di elementi linguistici che non designano una nozione in modo univoco, quindi è un'espressione ambigua. È caratterizzata da certe restrizioni paradigmatiche e sintagmatiche nella loro costruzione e nel loro funzionamento, cioè da anomalie, che portano ad un marcamento carico di espressività.

7. TERMINI GENERALI A CARATTERE "IMAGÉ"

La lingua corrente entra massicciamente nel discorso sportivo in senso lato in virtù di una contiguità tra la lingua generale e di specialità che si rafforza in rapporto al diffondersi delle pratiche sportive. Un numero sempre maggiore di riviste, che operano in campi anche distanti, incorporano articoli di argomento sportivo. Riviste di «Cuisine», «Santé» o di «Psychologies» ad esempio si aprono anche alla tematica sportiva, offrendo descrizioni ed esempi di attività sportive oppure giudizi su esercizi fisici in relazione alla salute. Accanto ad articoli sulla bellezza dei capelli, di estetica, di medicina, di oftalmologia compaiono articoli di «Santé bien-être», o di «Remise en forme» o «Pleine forme» dal titolo eloquente: *Des haltères pour mes bras*, dove l'esperto, per esempio un «éducateur sportif et coach» autore di un testo sportivo di divulgazione, espone i suoi consigli per «sculpter, tonifier, redessiner les triceps en finesse», oppure «Un exercice qui étire et galbe le biceps» e propone, trattandosi di una rivista femminile, degli «haltères ultra-féminins, ergonomiques, toniques e waterproof»¹³.

Alla pari del discorso corrente il linguaggio sportivo schiude le porte al linguaggio figurato. Tra i numerosi termini riscontrati, ho selezionato il vocabolo *fourchette* nella sua accezione figurata di forbice, un dato che oscilla fra due valori: per esempio, utilizzato nel campo fisiologico sportivo, parlando del tasso di testosterone, si legge che «la fourchette normale va de 300 à 1200 ng/dl»; oppure «Si vous n'entrez pas dans cette fourchette

¹³ Thierry Bredel, *Des haltères pour mes bras*, «Top Santé», n° 209-Février, pp. 40-41.

de poids»¹⁴. L'espressione figurata rientra dunque nella lingua corrente a patto che il lettore ne riconosca l'espressività.

Il verbo *tirer* viene usato con una accezione particolare non illustrata dal *Nouveau Petit Robert* e i dizionari similari, avente il senso figurato di "raggiungere", per esempio: «il tire à 107 kilo»¹⁵.

8. ESPRESSIONI GENERALI A CARATTERE "IMAGÉ"

Sfogliando riviste dedicate al mondo della muscolazione e del fitness si possono riscontrare le seguenti espressioni:

Point charnière; d'un bon pied; battre quelqu'un à son propre jeu; coup de fouet; place la barre en dessous; travail de longue haleine; aliments poubelles; l'arbre de vie; jouer les gros bras [jouer les durs]; c'était du tout cuit; travail pyramidal; se bâtir un physique; se forger des épaules; construire du muscle; enchaîner des séries; les points clés; culotte de cheval; pousser la fonte.

9. ESPRESSIONI SPECIALIZZATE A CARATTERE "IMAGÉ"

Des abdos saillants; point charnière; se bâtir un physique; se forger des épaules; le mouvement du bûcheron [tirage d'un bras avec haltère]; les muscles s'étalent en pèlerine [...] de chaque côté de la colonne vertébrale; les "gouttières" vertébrales [sillons situés de part et d'autre de l'épine dorsale et occupés par les muscles spinaux] des deux côtés de l'arbre de vie [arborisation que présente la coupe longitudinale du cervellet]; le développé couché; prendre lourd; prendre large; redressez les haubans; tablette de chocolat; tonifier les muscles [par ext. fortifier]; faille musculaire [se retrouver sans force]; culotte de cheval.

Si osserverà che certi frasemi si classificano in entrambi gli insiemi. È il caso di *point charnière*, che ha il significato comune di articolazione, snodo. Di contro, in scienza dell'allenamento si può leggere questa definizione: «Point particulièrement délicat ou difficile à entraîner, à améliorer».

Uno stesso termine, una stessa espressione danno luogo a concetti diversi. La designazione è la stessa, la spiegazione è diversa. E anche il ca-

¹⁴ «Muscle & Fitness», 2008, pp. 26 e 77.

¹⁵ Michaël Gundill - Florence Ghibellini, *Planate muscle*, «Le monde du muscle», 2008, p. 37.

so di *culotte de cheval* [culotte de cavalier - calzoncini da cavallerizzo] che dà per analogia: «saillie graisseuse (cellulite) sur le haut des cuisses» (N.P.R.). L'espressività metaforica dell'espressione nasce anche dal semantismo *dévalorisant* prodotto dal sostantivo *culotte*, indumento intimo che copre e amplifica i glutei caratterizzati dalla prima parte del termine, cioè *cul*, che catalizza su di sé le proprietà intrinseche del referente *cellulite*, ingigantita poi dal suffisso "évaluatif" *-otte* e dal determinante *cheval*, operando in tal modo una ulteriore riduzione caricaturale.

Nei *Carnets d'entraînement*¹⁶ poi, si raccomanda sovente di *pousser la fonte*; ad esempio:

Si vous n'avez jamais "poussé la fonte", vous aurez vraiment besoin de deux semaines supplémentaires d'entraînement préliminaire avant d'entamer ce programme;

l'espressione è comunemente impiegata dai praticanti di culturismo, ma non trova nessun riscontro nei dizionari. Per accedere ad una piena comprensione ci vengono in aiuto due espressioni confinanti, *fonte adipeuse* e *fonte musculaire*. Per quest'ultima, il *Grand dictionnaire terminologique* dell'Office québécois de la langue française fornisce la seguente definizione:

Diminution du volume de la masse musculaire, en général due à la baisse de l'activité physique, voire à une suppression totale. Elle se rencontre également dans certaines maladies.

Associando debitamente le espressioni si ottiene la seguente definizione: *pousser la fonte* consiste in sciogliere la massa grassa [*adipeuse*] in maniera costante per favorire «l'augmentation du volume musculaire» con l'ausilio di un programma personalizzato.

In un testo di specialità operano sovente delle unità polisemiche figurate che impongono delle scelte impossibili da determinare con la sola coerenza linguistica. A fronte di elementi pragmatici e di argomentazione scientifica facilmente desumibile resta pur sempre un margine di opacità.

10. TRONCAZIONE

Tale distanza si allarga quando ci si approssima ad un fenomeno lessicale come la troncazione. La troncazione è un procedimento particolarmente accentuato all'interno di un gruppo con abitudini affini: si instaura una

¹⁶ Supplemento della rivista «Muscle & Fitness», 2008: trattasi di una brochure intitolata *Forgez-vous un corps parfait et retrouvez une super forme!*, dettagliata settimana per settimana per i dodici mesi dell'anno.

specie di codice linguistico a cui aderiscono i membri di una medesima comunità con motivazioni o interessi comuni. Essendo poi una manifestazione con forti, ma non esclusive, accentuazioni contemporanee e con valore dinamico, non è un caso che se ne attestino un uso nel campo sportivo che per antonomasia si considera moderno e aggregante.

Ecco di seguito alcuni esempi:

pro; abdo; un pec [il se déchire un pec; pour pectoral]; une rep [répétition: si tratta di una o più serie di esercizi che vengono ripetute una o più volte]; testo [testostérone]; muscu [salle de musculation]; co [collectif, séances en salle et un cours co]; labo [de force]; nutri [nutrition; nutri forme]; promo; perfo [performant; performances]; perso; logo; cardio [pour cardiovasculaire]; gym; info; bio; max; kiné; foot; fana; athlé; chrono; pneumo[thorax]; psy; psycho.

Si tratta quasi esclusivamente di procedimenti di apocope a finale vocalica con una frequenza maggiore per la finale *-o*, che conferma l'andamento generale del procedimento. I vocaboli rilevati in riviste di settore non appartengono esclusivamente alla sfera sportiva: infatti la maggior parte sono di uso familiare con attestazioni non propriamente recenti. È il caso di *abdos*, *pro*, *labo*, *perfo*, *promo*, *co*. La loro presenza è dettata dalla forma di banalizzazione che incontra lo sport nella vita di tutti i giorni. Per molti, la pratica sportiva in palestra è diventata quotidiana; pertanto è naturale che la lingua di tutti i giorni entri maggiormente a far parte del lessico sportivo.

11. REGISTRO FAMILIARE

Sfogliando i *Carnets d'entraînement* che puntualmente accompagnano le riviste del settore oppure i testi di biomeccanica o ancora le pagine internet e le brochure distribuite dai club di fitness, si riscontrano pochissimi termini del registro familiare nonostante la democratizzazione di cui gode il settore di cui parlavamo poc'anzi. Gli autori dei testi utilizzano con molta parsimonia le espressioni gergali, avvalorando quasi esclusivamente le espressioni correnti. Il testo scritto si annovera in una sfera di rispettabilità scientifica e dunque di specialità. Infatti i pochi casi riscontrati richiamano implicitamente un corrispondente comune. Il termine più familiare funzionerebbe allora come un segno dell'esistenza di un termine più nobile.

Crevette [un monsieur un peu crevette]; chapeaux de roue [démarrer la journée sur les chapeaux de roue]; costaud; coffre [thorax]; caisse [poitrine]; pompes [faire des pompes]; gonflette [faire de la gonflette]; tablet-

te de chocolat; les mordus, malbouffe, ramollo, speed [amphétamine]; tiner [il tire à 107 kilos].

Il termine *crevette* [gambero: per persona gracile-debole] allude, per contrasto, ad un uomo con un fisico perfetto che l'articolo puntualmente presenta. Il vocabolo *costaud* rimanda ai suoi sinonimi: *fort, robuste, solide, résistante*. *Coffre* e *caisse*, indicatori di volume, di spazio funzionano da accrescitivi; si pensi al composto *coffre-fort*, vocabolo che si riveste di pregio e di robustezza, di inviolabilità. Mentre la metafora *pompes* accredita, per reiterazione, il gesto atletico, riscattando il valore negativo che la parola ha abitualmente. Invece, il termine *gonflette*, solitamente di senso peggiorativo, viene rivalutato con i benefici, largamente dimostrati, di un buon programma di muscolazione e con, all'occorrenza, illustrazioni eloquenti.

Il corpo, come immagine comune, catalizza lo sguardo dell'altro e diventa oggetto del discorso quotidiano. Il lessico accompagna metaforicamente la vitalità insita nella pratica sportiva con un procedimento altrettanto vivace: il gergo. Tuttavia, il parlante non asseconda il procedimento poiché teme di perdere in rispettabilità e ne fa pertanto un uso moderato.

12. ANGLICISMI LESSICALI

Feed-back [rétro-action]; Biofeedback [nell'ambito dell'apprendimento]; modèles impulse timing [programmazione]; variables low-order; variables high order [méthode calculatoire]; drill [dressage pédagogique]; interval training [méthode d'entraînement]; body; booster [da boost con il senso di incrementare]; coach; top ten; team; testing; bodybuilding; aquaplaning [aquaplanage]; derby; planning; stretching; pace maker [régulateur cardiaque]; ability; speed [amphétamine]; interval training; jogging [course à petite allure, survêtement]; footing [marche à pied rapide - faux-ami: "équilibre sur un pied"]; fitness; cross country; sponsor; squash; look [coté look]; dope; doping; milk-shakes [protéiniques]; rep [un rep de relevé de jambes, pour une série d'exercice - batteria]; le crunch [exercice pour muscler les abdos]; le curl [exercices pour muscler les biceps], les shrugs [exercices pour muscler le haut des trapèzes], les dips [exercices pour muscler les triceps].

Sorpresa. Gli anglicismi, vocaboli presi dall'inglese britannico e dall'anglo-americano, sono molto meno frequenti che in altri settori di specialità, per esempio nell'informatica e derivati. Molti termini presi in prestito appartengono a campi affini oppure sono di uso corrente, *team, planning, loft, sponsor*, anche se di connotazione più familiare, come per esempio *speed*

[anfetamine], *look*, *cool*. Certi termini inglesi resistono negli esercizi di allenamento e soprattutto di muscolazione e nei programmi biomeccanici grazie all'attrazione che esercita l'universo del fitness statunitense, punto di riferimento quasi obbligato anche nel campo delle pubblicazioni. Infatti, risulta un mondo referenziale con tecniche di punta nell'ambito degli allenamenti, della nutrizione e più in generale della scienza sportiva.

13. SIGLE E ACRONIMI

A.T.P. adénosine triphosphate; A.D.P. adénosine diphosphate; A.L. acide lactique; A.G.E. acides gras essentiels; A.D.N. acide désoxyribonucléique [per DNA]; A.R.N. acide ribonucléique; ECBU examen cyto-bactériologique des urines; ECG électrocardiogramme; EPO érythro-poïétine; EPS Education physique et sportive; SIDA [AIDS]; I.M.C. indice de masse corporelle; P.M.A. la puissance maximale de sollicitation du métabolisme aérobie correspondant à une puissance mécanique de travail; VO₂ max quantité maximale d'oxygène utilisée par le corps; T.B.W. total body water o masse d'eau corporelle; V.T.T; H.D.N. haute densité nutritionnelle; SAMU service d'aide médicale d'urgence.

Le sigle e gli acronimi sono ben accetti per la brevità e il tono neutro. Le sigle correnti sono derivate da nomi propri e dal lessico, sia francesi sia di origine straniera; il settore della biochimica ne genera un numero importante. Alcune sigle hanno dato origine a sostantivi: *VTT* [per *Vélo Tout Terrain* – mountain-bike] è tra quelli che ha riscosso più fortuna. È un procedimento dinamico che si è notevolmente accentuato con lo sviluppo delle tecnologie dell'informatica e della comunicazione, pertanto bisogna aspettarsi un'ulteriore proliferazione. Tendenzialmente la lingua francese adotta il principio della traduzione dei termini, modificandone l'ordine, d'origine straniera: si veda *SIDA* per *AIDS*, *ADN* per *DNA*. Ciò nondimeno alcune sigle conservano l'abbreviazione straniera in prevalenza di formazione anglo-americana. Talvolta si può cadere in qualche omonimia; è il caso per *ATP*, che nell'uso corrente ha il senso di *à tout prix*.

14. ILLUSTRAZIONI, TAVOLE ILLUSTRATE, GRAFICI E IMMAGINI

Il mondo sportivo, alla pari di altri settori di specialità tecnica e scientifica fa uso di immagini accompagnate da sequenze testuali ricche in termini *lourds* di indicazioni semantiche e rappresentative del campo studiato. La loro leggibilità e la loro precisione nell'indicazione delle parti indicate sono

particolarmente apprezzabili. Inoltre, le didascalie offrono delle indicazioni di impiego, quali funzioni, classificazioni, che arricchiscono ulteriormente, in modo chiaro, i dati proposti nell'articolo. I termini utilizzati sono quelli più frequentemente attestati nei testi di specialità che essi accompagnano: ciò conferisce loro un valore di repertorio terminologico molto utile.

Ad esempio, nell'articolo di David Andrieu, *Bâtir un dos en béton du débutant au confirmé*¹⁷, il titolo dell'articolo è accompagnato da una foto raffigurante la schiena di Bernard Issogola Amaya, «Monsieur Univers 2006», dove i muscoli centrali sono sostituiti da un muro fatto di blocchi di cemento, un martello significativamente si trova in corrispondenza della parola *béton* [cemento armato]. Inoltre, un disegno anatomico, di Frédéric-Antoine Delavier, riporta con precisione le parti muscolari interessate dall'allenamento e una legenda indica i muscoli in oggetto. Infine, il testo è puntualmente accompagnato da foto che ne illustrano ogni fase.

Peraltro, non è raro incontrare edizioni con tavole illustrate di anatomia, muscolazione, cardio-training, stretching, biomeccanica: tali pubblicazioni sono dettagliate e i testi sono particolarmente curati e funzionali.

15. GLOSSARI

Poiché il redattore di un articolo di specialità si trova ad illustrare discorsi scientifici, non è infrequente che debba fare appello a termini non correnti di scienze e tecniche; certi campi risultano poi più problematici di altri a causa di definizioni più meno chiare e di forme di *encodage* più difficili che rendono la lettura meno agevole al non specialista. Alcuni termini risultano più ostici di altri, e poiché le scienze fanno spesso ricorso a termini ibridi, multicodici e multisistemi, si comprende che l'articolista senta il bisogno, per facilitare la comprensione del testo, di inserire un glossario che con termini presi alla lingua comune fornisca una definizione chiara.

Ho potuto rilevare tale esigenza in un articolo di allenamento. L'autore della scheda, Aurélien Broussai, propone, in un box a parte, evidenziato in giallo, una definizione di *hypertrophie musculaire*:

[elle] correspond à une augmentation du diamètre et de la surface des fibres musculaires. Elle fait partie des adaptations normales à l'entraînement; e di hyperplasie, ou augmentation du nombre de fibres musculaires [qui] est, quant à elle, loin d'être prouvée. Si elle existe, c'est

¹⁷ «Le monde du muscle et du fitness», 2008, pp. 12-15.

dans des proportions infimes, et pour des disciplines d'endurance musculaire extrême. ¹⁸

Aurélien Broussai, al termine del suo percorso, propone poi una rubrica intitolata *Glossaire* in cui riunisce le seguenti definizioni:

1. Exercice global: Exercice mettant en jeu l'intégralité d'une chaîne musculaire (exemple: chaîne de poussée des membres supérieurs).
2. Exercice analytique: Exercice localisé à une articulation (exemple: flexion de bras "Larry Scott").
3. Stato-dynamique: contraction maximale isométrique précédant une contraction concentrique à vitesse maximale sans élan. ¹⁹

16. CONCLUSIONI

Durante gli ultimi decenni, lo sport, con le altre scienze e discipline ad esso collegate, è diventato una realtà diffusa e consolidata nel mondo contemporaneo e presso tutti gli strati della popolazione. I suoi confini si sono dilatati abbracciando settori fino ad allora marginali per lo sport: penso ad esempio all'importanza assunta dalla rieducazione postoperatoria per certi traumi. Un dizionario dello sport come quello proposto da Georges Petiot nel 1982, con ben 5250 vocaboli appartenenti ad una cinquantina di discipline sportive, risulta oggi, senza nulla togliere alla sua validità, uno strumento limitato rispetto alle accresciute esigenze terminologiche degli utenti del settore, che essi siano o no praticanti sportivi.

La lingua delle scienze sportive non può essere ristretta al solo campo di applicazione degli sport. Le diversificazioni delle pratiche sportive e le loro applicazioni in ambiti che non siano squisitamente sportivi, necessitano un'apertura consistente del lessico alla terminologia medica, all'anatomia, alla biologia, alla biomeccanica, alle scienze della nutrizione per esempio. Assistiamo ad un continuo scambio tra le lingue di specialità, ivi compresa quella dello sport ben inteso, e la lingua corrente. E non è un caso se quest'ultima, soprattutto nell'uso figurato, il quale sfugge massicciamente al capo definitorio ed esemplificativo dei dizionari, è entrata prepotentemente nel campo sportivo. Il dinamismo metaforico gioca un ruolo non marginale in virtù della sua vivacità, che ben si sposa con l'idea di vitalità e modernità che lo sport ha acquisito agli occhi dei praticanti.

¹⁸ Ivi, p. 66.

¹⁹ Ivi, p. 68.

BIBLIOGRAFIA

Fonti

Libri

Cometti, Gilles, *Méthodes modernes de musculation*, Dijon, Université de Bourgogne UFR STAPS Dijon, 2002, 2 voll.

Roberts, Olivier, *Initiation et pratique de la musculation*, Paris, Editions Vigots, 2004.

Thill, Edgar - Thomas, Raymond - Caja, José (sous la direction de), *Manuel destiné aux Educateurs sportifs et aux candidats préparant le Brevet d'État d'Éducateur sportif - Formation commune*, Paris, Vigot, 1986⁷.

Riviste

«Body Fitness Revue d'Exercice et Nutrition», n° 99, 2008.

«Flex édition française», Febbraio-Marzo 2008.

«Le monde du muscle et du Fitness», n° 284, febbraio 2008.

«Muscle & Fitness», gennaio 2008.

Dizjonari monolingui francesi

Rey-Debove, Josette - Rey, Alain, *Le Nouveau Petit Robert. Dictionnaire de la langue française*, Paris, Dictionnaires Le Robert, 1993.

Trésor de la langue française informatisé, Paris, INALF CNRS, 2004.

Le Petit Larousse illustré, Paris, Larousse, 2006.

Office québécois de la langue française, *Grand dictionnaire terminologique*, <http://www.granddictionnaire.com> [20/04/2008].

Petiot, Georges, *Dictionnaire de la langue des sports. Le Robert des Sports*, Paris, Le Robert, 1982.

Dizjonari bilingue francesi - italiani, italiani - francesi

Dif. Dizionario italiano-francese, Torino, Paravia - Bruno Mondadori, 2003.

I Grandi Dizjonari Garzanti. Francese. Nuova edizione, Novara, De Agostini, 2006.

Il Boch. Quinta edizione a cura di Carla Salvioni Boch, Bologna, Zanichelli, 2007.

Il Larousse francese, dizionario italiano-francese, Milano, Rizzoli Larousse, 2007.

Le Robert Signorelli. Dictionnaire français-italien et italien-français. Dizionario francese-italiano, italiano-francese, Paris-Milan, Carlo Signorelli Editore - Dictionnaires Le Robert, 2000.

Studi

Gotti, Maurizio, *I linguaggi specialistici*, Firenze, La Nuova Italia, 1991.

Lerat, Pierre, *Les langues spécialisées*, Paris, Nathan, 1995.

Delignières, Didier - Duret, Pascal, *Lexique thématique en sciences et techniques des activités physiques et sportives*, Paris, Vigot, 1995.

- Petit, Gérard, *Approche lexicale et sémantique du vocabulaire familier*, «Cahier de lexicologie» 76, 1998-1, pp. 5-40.
- Delaplace, Denis, *Notes pour l'étude linguistique du vocabulaire dit "familier"*, «Cahier de lexicologie» 76, 2000-1, pp. 111-131.
- Antoine, Fabrice, *Les apocopes en [o] dans le français actuel: éléments de réflexion*, «Le Français Moderne» 61, 1993-1 pp. 28-36.
- Tetet, Christiane, *Notes de lexicographie sportive. Sport et ses dérivés dans la lexicographie française des XIX^e et XX^e s.*, «Cahier de lexicologie» 77, 2000-2, pp. 189-200.
- Gardes Tamine, Joëlle, *Les métaphores lexicalisées dans la langue et dans les langues de spécialité: un obstacle à la compréhension*, «Synergies Italie» 3, 2007, pp. 13-19.