Zeitschrift: Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 19 (1962)

Heft: [2]

Artikel: Educazione fisica postscolastica

Autor: Schönholzer, G.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001085

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Educazione fisica postscolastica

Prof. Dr. med. G. Schönholzer, SFGS Macolin.

Ci troviamo attualmente davanti ad alcuni fenomeni nuovi, che si manifestano per la prima volta, e ai quali necessita accordare la più grande attenzione.

Gli influssi della civilizzazione hanno assunto proporzioni tali da agire sempre più attivamente sull'individuo. Questi diviene ogni giorno di più il manipolatore di macchine superperfezionate, sia nelle fabbriche che sulla strada, sia nella sua economia domestica che in guerra. L'attività fisica passa, nei cosiddetti paesi evoluti, in secondo piano. Perfino i piaceri e l'occupazione del tempo libero seguono lo stesso cammino; specialmente gli sport invernali, per i quali migliaia di mezzi meccanici di trasporto stanno a disposizione, annullando, o per lo meno riducendo, lo sforzo personale. La vita notturna sobilla quella diurna, il nutrimento è funzione della propaganda o degli interessi di associazioni, e l'idolo della produzione e del profitto conduce, sotto il motto: « La pubblicità rende la vita più bella », ad una concezione anormale dell'esistenza.

L'arte medica è giunta a prolungare la vita dell'uomo, in media, oltre i 70 anni. Per i Greci antichi la media era di 25 anni. Il nostro corpo deve oggi conservare le sue facoltà durante un periodo di tutt'altra lunghezza, l'uomo non deve correre il pericolo, vivendo più a lungo, di dover subire un più lungo periodo di malattie della vecchiaia — arteriosclerosi, reumatismi, artrite, diabete, ecc. — Sussiste il pericolo che egli non viva più a lungo, ma vegeti più a lungo. Oggi l'uomo si sviluppa, specialmente nei paesi civilizzati, durante la gioventù, in modo specifico. La crescita in altezza domina, la forza diminuisce, la maturità spirituale è ritardata, quella sessuale più precoce. Le conseguenze psichiche e fisiche di questo fenomeno, detto « accelerazione », sono conosciute e descritte nel presente numero della nostra rivista. Le conseguenze fisiche — cattiva tenuta, mancanza di capacità fisica di prestazione e di resistenza, predisposizione alle malattie — sono nettamente visibili. L'attuale aumento della longevità non è certamente dovuto ad una più grande capacità di resistenza, ma piuttosto al progresso delle pratiche igieniche (lotta contro le epidemie, vaccinazioni, ecc.) e ad una quantità di possibilità di trattamenti medici e di medicamenti, di cui una buona parte è, e bisogna riconoscerlo, moda che passa e prodotto dell'alta congiuntura.

Che rapporto esiste tra tutto questo e la gioventù? Conviene rendersi ben conto del fatto che, sotto molti aspetti, il processo di invecchiamento inizia già con la nascita. Dobbiamo inoltre riconoscere che l'uomo, malgrado molti paralleli possibili, non è una macchina. Contrariamente

a quanto accade per la macchina, la capacità di prestazione dell'uomo aumenta e si sviluppa in proporzione all'intensità delle esigenze della prestazione stessa, e si mantiene soltanto grazie alla carica cui è sottoposta. L'aumento della capacità di prestazione tramite l'allenamento deve esser parte normale dello sviluppo del giovane. Questo sviluppo deve effettuarsi armoniosamente e non estendersi soltanto alle facoltà intellettuali e al carattere, ma anche alla forza (muscolatura, scheletro, tenuta), alla resistenza (sistema circolatorio, organi interni), alla velocità (forza e rapidità di reazione) e alla forza generale di resistenza (tempra).

Non dobbiamo prendere in considerazione soltanto lo sviluppo armonico, ma anche il mantenimento di uno stato di capacità di prestazione fisica sufficiente durante tutta la vita, senza le conosciute interruzioni del periodo di apprendistato e dei 40 anni, le quali trascinano con sè purtroppo spesso l'abbandono definitivo di ogni serio allenamento.

Come deve essere considerata la situazione attuale?

Durante il periodo dell'obbligo scolastico, l'educazione fisica è più o meno regolata. Se le prescrizioni esistenti fossero dappertutto convenientemente osservate, essa lo sarebbe ancor meglio! La situazione sarà soddisfacente soltanto quando l'orario quotidiano di ogni scuola prevederà un posto per l'educazione fisica, e ciò sia per i maschi che per le femmine — condizione che, con il tempo, dovrà divenire cosa normale.

Nell'età postscolastica, possiamo costatare lacune pericolose, che si presentano in maniera diversa a seconda della diversa impostazione della formazione professionale.

Per gli allievi delle scuole secondarie (licei, scuole private, ecc.), la questione dell'educazione fisica è relativamente abbastanza ben regolata, sebbene che, anche qui, come durante l'obbligo scolastico, si possano esprimere gli stessi desideri di maggior intensità generale e di maggior considerazione del sesso femminile.

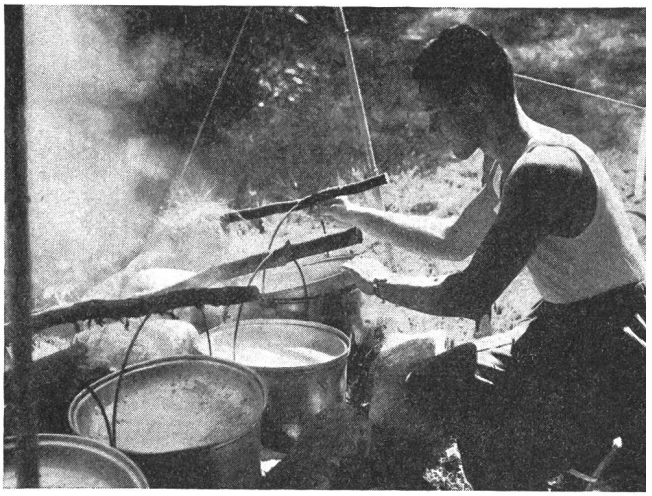
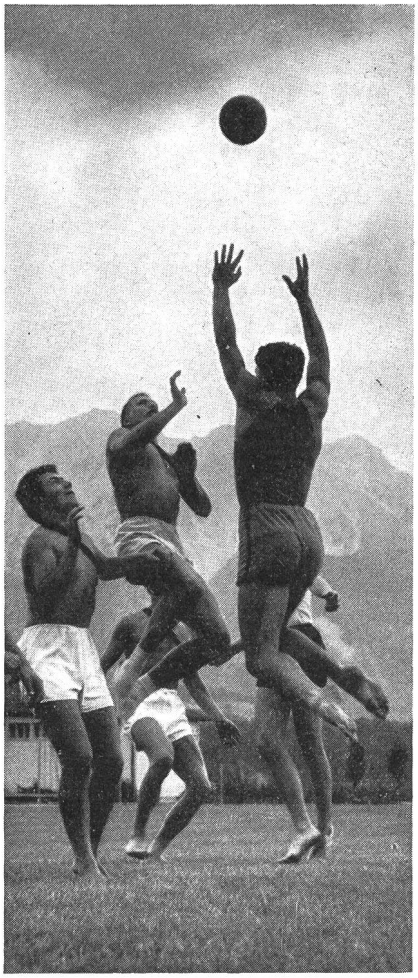
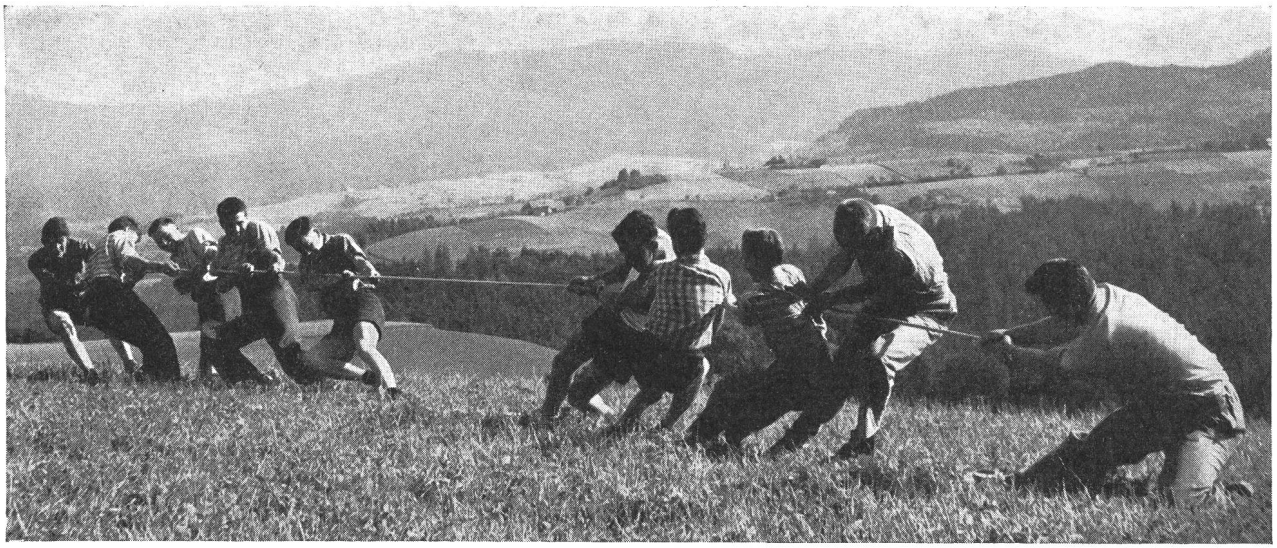
Gli apprendisti (scuole professionali) si trovano in condizioni variabilissime, giustificate, in parte, da difficoltà di ordine tecnico (apprendisti in piccole imprese, di commercio, di campagna; assenza o insufficienza di istallazioni sportive, mancanza di tempo, ecc.). Quasi dappertutto si riconosce la necessità d'intensificare l'educazione fisica degli apprendisti e delle apprendiste. Le scuole professionali e molte industrie procedono in questo senso. Il problema non è ad ogni modo ancora risolto ed abbisogna di grandi sforzi. Il traguardo al quale dobbiamo arrivare è senza dubbio l'istituzione di un'obbligatorietà, come è il caso da lungo tempo nelle scuole. Non vediamo per quale ragione, una volta sormontate le difficoltà esistenti, questa obbligatorietà non possa essere realizzata ad un'età in cui le esigenze biologiche sono ancora maggiori che non durante l'obbligo scolastico.

Si potrebbe pensare che gli studenti utilizzino totalmente le possibilità esistenti — sport universitario, maestri di sport, istallazioni. Ciò non è il caso. Presto o tardi, l'educazione fisica obbligatoria dovrà essere introdotta nelle università, come già accade in molti paesi, ormai da decenni.

Colui di cui però più ci si dimentica è il giovane operaio non specializzato, della cui educazione fisica nessuno si occupa specialmente.

Conviene mettere qui in rilievo il grande lavoro delle società e delle associazioni sportive, le quali, con le loro differenti possibilità e categorie di membri, sono a disposizione di tutti i giovani di cui sopra. Purtroppo accade che appunto coloro che ne avrebbero più bisogno, non approfittano di queste possibilità. E spesso, soprattutto a questa età, non si tiene conto del tempo e del sovraccarico di lavoro.

L'appartenere ad una società in qualità di membro non è cosa di tutti. L'educazione fisica è, in linea di principio cosa naturale come bere e mangiare, attività che si vogliono e si possono praticare anche senza appartenere ad una società. Il campo sportivo dal libero accesso, lo stadio dalla porta aperta, questa palestra nella



quale ognuno può entrare, sono un traguardo per la realizzazione del quale anche lo Stato si deve mettere all'opera.
Intenzionalmente ho menzionato tutte le categorie di giovani. Tutti hanno la possibilità, purchè siano sani fisicamente e lo desiderino, di partecipare all'attività dell'istruzione preparatoria ginnica e sportiva. Ci si può facilmente rendere conto che questa ha apportato e apporta sempre di più un notevole contributo al colmarsi de'le grandi lacune ancora esistenti. Purtroppo, questa istituzione ha in se stessa due lacune: non si occupa del sesso femminile e il volontariato che la caratterizza pregiudica il successo nell'assieme della comunità, perchè appunto coloro che ne avrebbero maggiormente bisogno si tengono invece in disparte.
Bisogna sperare che, con il tempo, anche queste due lacune pospossano venir colmate, soprattutto quella concernente le giovani. Senza dubbio giungerà anche il momento in cui la questione dell'obbligatorietà dell'istruzione preparatoria ginnica e sportiva dovrà essere riposta in discussione. Il fatto non contestabile che il giovane sano, e quindi capace di buone prestazioni, costituisce uno dei fondamenti essenziali di un popolo, e in conseguenza anche del suo esercito, ci obbligherà a dedicare ancora miglior attenzione all'educazione fisica dei giovani in età postscolastica. E quanto più presto sarà il caso, sarà meglio per tutti.