Alti accenti nello sci!

Autor(en): **Kolb, Christof**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **45 (1988)**

Heft 11

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1000021

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Altri accenti nello sci!

di Christof Kolb

Dal 4 al 10 aprile 1988 ho partecipato a un seminario internazionale di sci del gruppo di lavoro «lo sci nelle scuole» dell'ICHPER (International Council on Health, Physical Education and Recreation) a Saalbach-Hinterglemm in Austria. I 60 partecipanti provenienti dal paese organizzatore, dalla Repubblica federale tedesca, dall'Italia, dall'Olanda e dalla Svizzera (Arturo Hotz, Urs Illi, Pius Disler della FSS) hanno discusso sul tema «l'aspetto integrativo dello sci». In questo tema è racchiuso un problema più vasto che tocca i seguenti punti:

- la concezione teorica dell'apprendimento (nuove forme dell'apprendimento)
- l'aspetto sociale (l'integrazione degli handicappati o individui con problemi di coordinazione)
- l'aspetto culturale (lo sci come esperienza di vita).

Dei presenti conoscevo alcuni nomi per averli ritrovati come autori di libri o di articoli sull'argomento. È stata per me una grande soddisfazione conoscere queste persone, tralasciando ogni conveniale e dandogli del tu. La musica e il ballo hanno facilitato l'allacciamento di contatti e amicizie. Discussioni a coppie, presentazione su poster delle aspettative e delle proprie idee contribuirono a rendere più interessante il seminario. Nella sala da pranzo v'erano dei tabelloni dove ognuno di noi poteva indicare le proprie idee che desiderava introdurre nella teoria e nella pratica. Questo modo per creare un buon ambiente di lavoro in questo genere di manifestazione mi ha impressionato favorevolmente e dovrebbe essere applicato in ogni corso di sci.

L'attività giornaliera era strutturata nel modo seguente:

Dalle 8.45 alle 10.45, sci a grupppi con la prerogativa di mostrare ai partecipanti buona parte dei 300 km di piste battute di Saalbach-Hinterglemm così da avere spunti a sufficienza sulle sensazioni provate da commentare nei dibattiti pomeridiani.

Dalle 11.00 alle 12.15 introduzione nel tema del giorno nel pendio di dimostrazione.

Alla fine della lezione seguiva il pranzo.

Dalle 14.00 alle 16.00 le conferenze.

Dalle 16.30 alle 18.30 lavoro a gruppi, rapporto

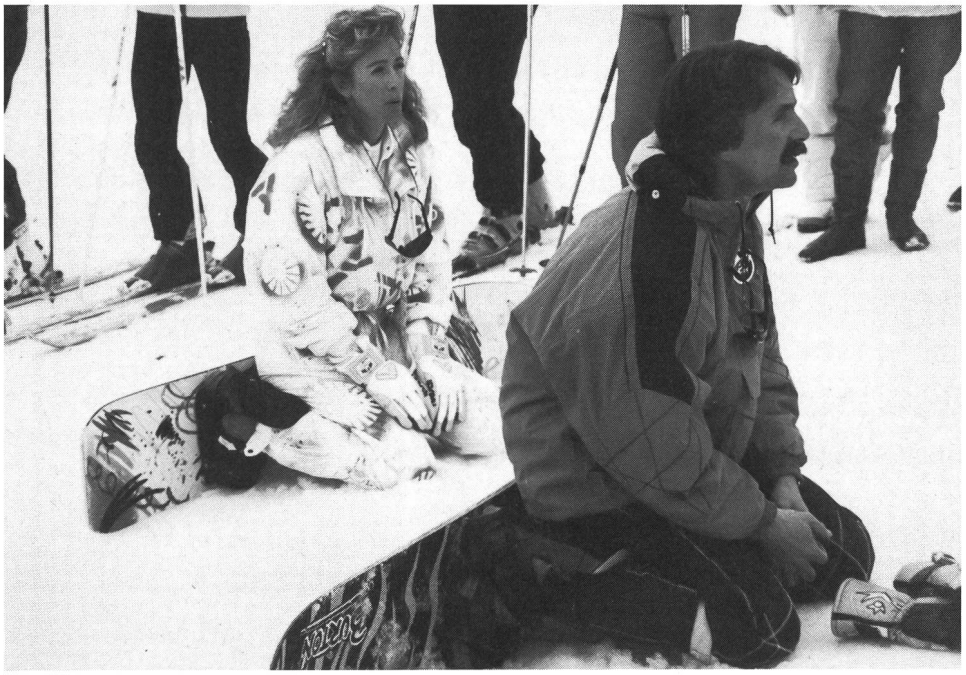
Dalle 20.00 alle ..... pallavolo, sauna, ballo.

Tema del giorno di martedì 5 aprile

Percepire-sentire-pensare

Seguendo questo piano, i partecipanti si confrontarono con compiti del tipo:

- compiti di osservazione di tipo tecnico: percepire — (cosa fai?)
- percezione interna (cosa ho provato in questo esercizio): *sentire*
- quali piccoli cambiamenti sono possibili nell'esecuzione del movimento e quali conseguenze possono avere? *pensare*



In sintonia con la teoria contenuta nel libro di Hotz/Weineck «Optimales Bewegungslernen», si è voluto sottolineare l'importanza del paragone fra la situazione reale e l'obiettivo da conseguire dopo la fase della realizzazione del cambiamento.

In una conferenza A. Hotz ha presentato il toma N. 8 del manuale di sci tedesco: l'insegnamento dello sci.

Hotz si è espresso in termini favorevoli affermando ironicamente: «È davvero peccato che questo libro sia già stato scritto», «Chi ha sempre operato nell'insegnamento, non riuscirà, solamente per questo motivo, a ignorare il metodo di Walter Kuchler (l'autore di questo manuale)».

Seguendo queste indicazioni, le copie di questo libro vennero vendute rapidamente e quando il contenuto venne messo in pratica dai lettori, gli allievi di sci andarono incontro a tempi migliori.

Questo vale per gli sciatori tedeschi, austriaci, italiani, olandesi o svizzeri, visto che il manuale non conosce confini nazionali. Alla base di questo troviamo l'allievo con le sue sensazioni: il suo obiettivo è quello di dispensare gioia dando l'immagine ideale della personalità dello sciatore il quale si esprime in questo modo:

- scia come è nella tua natura!
- scegli il tuo percorso e cura il tuo stile preferito!
- scegli le curve preferite!
- scia con iniziativa e creatività — *diventa uno sciatore libero!*

Tema del giorno di giovedì 6 aprile

Sci con handicappati fisici e mentali.

Con una dimostrazione, esperti hanno mostrato come, grazie a mezzi appropriati, handicappati possono praticare attività sportive invernali. In questa occasione, abbiamo avuto la possibilità di vedere applicati i metodi più indicati, dalla corda che collega l'assistente all'handicappato fino al parallelogramma meccanico.

Il programma del pomeriggio continuò sulla stesa linea approfondendo il problma «lo sci». Al termine, le discussioni toccarono il tema della partecipazione da parte di handicappati a una settimana di sci di una scuola elementare. In questa occasione, abbiamo potuto constatare come le opinioni divergono; ecco perché tralascio questo punto spinoso.

Al contrario, è mia intenzione presentare i punti essenziali delle dimostrazioni, i quali possono essere integrati nell'insegnamento con «i non handicappati»: osservare più attentamente gli

allievi, analizzare e tenere conto delle loro reazioni.
Giovedì, la dimostrazione era dedicata al tema «la diminuzione della paura nello sci». Purtroppo questa non ebbe lo sviluppo previsto, in quanto la discussione si limitò alla dipendenza dal maestro e non tenne conto dei nostri desideri di vedere una forma indipendente e libera dello sci.
Venerdì, i partecipanti hanno avuto la possibilità di aumentare il loro bagaglio di esperienze motorie grazie allo snowboard, lo sci-bob e il Telemark.
La sequenza delle attività possibili è arbitraria e non ha niente a che vedere con l'età dei partecipanti.
Il sottoscritto ha preferito lo snowboard poiché migliora la capacità di equilibrio e la sensazione motoria e permette uno spostamento ottimale del peso nelle curve.
Il Telemark mi era già noto, visto che l'avevo praticato durante la formazione per diventare istruttore; lo praticai contro voglia e lo stimolo verso la novità non poté fungere da forza trainante. Purtroppo il tempo a disposizione non è bastato per poter praticare lo sci-bob. Ho avuto comunque la possibilità di conoscere il signor Bretner, il più conosciuto costruttore di questi attrezzi.
Con l'elaborazione di questi attrezzi alternativi si possono acquisire abilità che possono essere utili in ogni ambito dello sci.
Nel pomeriggio seguì una visita alla città di Salisburgo, con un concerto serale del quartetto Rosenkranz nel castello Mirabell.

Sabato 9 aprile

Le sensazioni dell'ambiente e della natura.
La pioggia spinse i più mattinieri a far ritorno nei loro letti. Volevano fare un'escursione con gli sci tenendo conto delle misure di sicurezza e la mancata presenza di una di queste provocò la rinuncia: il pericolo di valanghe!
Un altro gruppo effettuò una passeggiata con gli sci con compiti di orientamento, nella quale vennero impiegati anche apparecchi LVS e pale per la neve.
Io mi inserii nel terzo gruppo che voleva approfondire il tema «la passeggiata con gli sci e esperienze particolari. Questo nostro esperimento poteva essere altresì definito come allenamento di sopravvivenza!
Dopo un piccolo percorso in salita giungemmo in una pianura con molta neve. Completamente fradici e esposti al vento, ognuno ricevette il compito di costruirsi un iglù e di restarvi durante un'ora.
(Solamente un'ora,... in caso di pericolo potrebbero essere giorni)
Ognuno si inoltrò in uno stato di meditazione e dopo la conclusione dell'ora tutti si ritrovarono nello stesso iglù per commentare l'esperienza vissuta. Sono convinto che questo stesso esperimento, effettuato con allievi a grupppi di tre, può apportare nuove sensazioni migliorando l'aspetto integrativo dello sci. □

...l'INSAI e l'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni (upi) hanno pubblicato un foglio informativo «Sciare in sicurezza» che vuole essere un contributo alla prevenzione degli infortuni sugli sci? Potete ordinare degli esemplari, finché disponibili, presso la Divisione di stato maggiore Sicurezza sul lavoro, INSAI, Sezione informazioni, casella postale, 6002 Lucerna oppure presso l'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni (upi) Laupenstrasse 9, casella postale 2273, 3001 Berna.