

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:	1 (1945)
Heft:	1
Rubrik:	Il nuovo film sull'istruzione preparatoria : gioventù svizzera

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: 14.02.2026

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

suna sconfitta dovrà avere delle ripercussioni sulla tua vita di famiglia. Rifletti su tutto questo: ne ridonderà per te gioia, tranquillità, sicurezza e volontà di riuscire.

LA LEGGE DELL'ALTERNAZIONE. — Le contrazioni muscolari, i battiti del cuore, la respirazione, il giorno e la notte, le stagioni, sono dei fattori di importanza vitale; ne consegue che in seguito alle ore, alle giornate di lavoro, delle ore e delle notti di riposo sono necessarie. Dopo un periodo di sforzi e d'intensa attività, delle settimane e dei mesi di relativo riposo sono indispensabili. Nessuno può mantenersi costantemente in forma. Alcuni mesi di riposo sono una necessità tanto per l'anima quanto per il corpo. Sottometti a questa necessità nell'interesse della tua salute e dello sport che pratichi. Sentirai maggiormente il bisogno di riprendere. È impossibile ottenere costantemente dei brillanti risultati; se tu cercassi di raggiungerli subentrerebbe un afflosciamento del tuo ritmo, senza fare i conti con l'esaurimento e la malattia (disturbi cardiaci, di stomaco, delle articolazioni, usura prematura) che saranno le inevitabili conseguenze.

IL « DOPING ». — Il colpo di scudiscio dato all'organismo per mezzo di eccitanti che, particolarmente, influenzano il cuore e il sistema nervoso, è nefasto. L'uso di eccitanti è in aperto contrasto con il senso dello sport, perchè, invece d'aumentare la capacità, rovina innanzi tempo la salute. Chi ricorre al « doping » per mobilitare le sue ultime forze, le sue ultimissime riserve, in modo artificiale e al di là delle sue possibilità, logora se stesso e inganna i suoi compagni. Lo sportivo che, per la pratica della sua disciplina preferita, ricorresse a questi espedienti, farebbe meglio a ritirarsi dallo sport attivo.

CURE PERSONALI. — Delle cure corporali razionali vengono applicate nell'interesse di un lavoro efficace sia nel campo sportivo sia in quello professionale. L'igiene del corpo e i bagni ti manterranno ben disposto e ti abitueranno a considerare la sporcizia come un pericolo. I massaggi leggeri irrobustiranno la tua epidermide e calmeranno i tuoi muscoli; i bagni di sole sono salutari, ma guardati bene dalle insolazioni.

Dall'« Eco dello Sport », La pagina degli allievi.

Il nuovo film sull'istruzione preparatoria

GIOVENTU' SVIZZERA

L'Ufficio centrale per l'istruzione preparatoria (U. F. I.) del Dipartimento Militare Federale che ha i suoi uffici a Macolin s/Bienna, la magnifica plaga dove sorgerà, per volere del Consiglio Federale, l'istituto nazionale di educazione fisica, continuando nella sua opera di persuasione e propaganda per far sì che tutti i giovani svizzeri abbiano ad approfittare dell'I. P., ha fatto allestire il secondo film offi-

ciale che è stato presentato in aprile nella versione italiana, alle Autorità e personalità del Cantone prima di essere messo a disposizione delle sezioni ed organizzazioni I. P.

« Gioventù svizzera », tale è il titolo che è stato felicemente scelto per questo nuovo lavoro sull'I. P., segue a nemmeno un anno di distanza il primo esperimento, abbastanza ben riuscito e che molto ha servito alla causa, « Giovani forti — Libera Patria », nel quale erano mostrate le nuove possibilità dell'educazione fisica della nostra gioventù, particolarmente nei corsi di istruzione per la formazione dei capi.

« Gioventù svizzera », film diretto da Marcel Meier con la preziosa collaborazione dell'operatore Jakob Burlet, mostra ai giovani svizzeri le molteplici possibilità che sono loro offerte per una sistematica e proficua preparazione fisica nel periodo che va dal proscioglimento dell'obbligo scolastico all'inizio della scuola reclute. La scelta è oltremodo varia e vasta, dagli esami di base del gruppo A (atletici) alle numerose possibilità dei corsi faticativi (sci, volo a vela, calcio, pallacanestro, ginnastica agli attrezzi, nuoto, orientamento sul



Allievi e capi protesi tutti nello sforzo finale. L'istruttore federale I. P. Dr. Spartaco Zeli, « starter » alla partenza per la corsa di velocità (80 metri) in una sessione di esami.

terreno, tiro, pugilato, ciclismo, pioniere, escursione, ecc., per non citare che i principali che possono essere in modo speciale eseguiti nel nostro Cantone) che possono essere tenuti tanto nelle città che nelle campagne in quanto l'I.P. non si prefigge la conquista di primati né abbisogna di stadi con tutte le moderne attrezzature per essere praticata: a contatto diretto con la natura, l'arrampicare viene, ad esempio, fatto sugli alberi, si esercita il salto con ostacoli naturali (ruscelli, fossati, ecc.), si corre attraverso colline e boschi, si lanciano lontano, magari nel lago, i sassi per allenarsi al getto, un sentiero od una strada secondaria servono per le corse di velocità: ed il giovane, che ha in più campo di stringere nuovi legami di amicizia e di camerateria, allegramente e senza sforzi speciali si allena, si prepara ad essere utile a se stesso ed al Paese, a diventare un ottimo cittadino; perchè nei corsi I.P. (che si tengono un po' ovunque anche nel nostro Cantone da parte di capi formati ai corsi indetti ogni anno dall'U.F.I. a Macolin o in qualche altra caratteristica località della Svizzera) oltre all'allena-

mento fisico viene curata anche l'educazione morale del giovane. L'I.P. è quindi un complemento dell'educazione che il giovane riceve nella famiglia e nella scuola e non si sostituisce affatto, con i capi I.P., ai genitori ed ai maestri.

Così si forma il cittadino svizzero, così l'I.P. lavora ed intensifica i suoi sforzi per formare dei «Giovani forti» ed una «Patria libera»: sempre.

È pertanto utile ed interessante che, all'inizio del quarto anno di attività dell'I.P. (voluta, come noto, dal Consiglio Federale con la sua ordinanza del 1º dicembre 1941), questo ramo moderno di educazione della nostra gioventù venga fatto vieppiù conoscere (e «Gioventù svizzera» si presta benissimo e viene a proposito) in particolare ai genitori, agli educatori, ai datori di lavoro che, coscienti delle responsabilità che hanno verso la gioventù, non tralasceranno di incoraggiarla ad inscriversi ai corsi di educazione fisica organizzati dall'I.P., corsi ai quali i giovani sono attratti per istinto e per necessità nel bisogno di avventura e di affermazione di se stessi nel quadro di una sana attività. a.s.

(Dall' *Illustrazione Ticinese*).

Comprensione nell'esercito

Il corso complementare obbligatorio per i giovani della classe 1926 e rimandati del 1925 ha dovuto essere tenuto, nel Cantone Ticino, dal 2 al 14 ottobre 1944, ed alla caserma di Bellinzona. Ogni altra data e località hanno dovuto essere escluse per ragioni indipendenti dalla volontà degli organizzatori (la Sezione I.P. del Dipartimento militare cantonale).

Si trattava quindi di designare gli istruttori per questa epoca: e naturalmente gli stessi devono essere capaci ed avere le cognizioni tecniche e didattiche indispensabili perchè i giovani obbligati al C.C.O. abbiano ad approfittare di questi sforzi che la Confederazione fa per il loro bene. Ma appunto in quell'epoca le truppe di frontiera ticinesi erano mobilitate, tempi incerti gravavano all'orizzonte: con le truppe erano mobilitati anche i capi I.P., i designati a funzionare da istruttori al C.C.O.: solo po-

chi elementi erano disponibili e non erano sufficienti alla bisogna.. Il comandante del 3º C.A., signor colonnello di corpo d'armata Constam, a seguito di regolare domanda del Dipartimento militare cantonale, dava ordine, «malgrado la situazione e riconoscendo la necessità che il C.C.O. dovesse aver luogo, che i militi destinati a funzionare quali istruttori al C.C.O. venissero congedati senza obbligo di recuperare i giorni di servizio non prestati con la unità».

La comprensione dell'alto ufficiale del nostro esercito verso le necessità che derivano dall'istruzione preparatoria merita di essere segnalata ad esempio affinchè serva di lezione a tutti coloro che ostacolano tutto quanto potrebbe tornar utile all'istruzione preparatoria: chè tutto si fa per il bene della Patria e la salute dei suoi cittadini. a.s.

Corsi federali per capi I.P.

Oltre ai corsi già designati al Cantone Ticino è stata concessa la facoltà di inviare i suoi rappresentanti anche al corso N. 20 che si svolgerà a Macolin dal 2 al 7 luglio p. v.

Le Organizzazioni e tutti coloro che avessero interesse a questo corso inviino le iscrizioni alla sezione I.P. del Dipartimento militare cantonale in Bellinzona, al più tardi per il 18 giugno 1945.

In particolare si invitano i capi dei corsi ad inviare l'adesione di eventuali loro sostituti. Se detti rimpiazzanti sono giovani, cioè non hanno ancora frequentato la scuola reclute, essi hanno la facoltà di frequentare il corso N. 26, dal 6 all' 11 agosto 1945. Le istruzioni in merito a quest'ultimo corso sono state emanate dal D.M.C. con apposita circolare.