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: 4 (1948)

Heft: 3

Artikel: Considerazioni e riflessioni sulle prestazioni dello sport ticinese

Autor: Eusebio, Ottavio

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999056

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: 08.08.2025

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

CONSIDERAZIONI E RIFLESSIONI
SULLE PRESTAZIONI DELLO SPORT TICINESE

Un grande maestro di sport diceva:

«La propria esperienza di competizione è determinante per un buon insegnamento, per una critica. I fattori principali di un esercizio fisico si imparano, si conoscono solamente nella pratica, nella lotta».

Questa grande verità sportiva dovevo sentirmela ripetere più volte e sempre più ne compresi la giustezza e l'importanza.

La fortuna mi fu benigna e così mi fu possibile di assistere a svariate dimostrazioni sportive, di partecipare a campi di allenamento. Entrai nella più larga cerchia sportiva della nostra patria, conobbi l'ambiente della Svizzera tedesca e di quella francese. Ebbi la gioia di parlare, di discutere, di trattare con esponenti di primo piano, con allenatori che vanno per la maggiore dello sport nazionale. Vidi atleti da una panchina della tribuna, fui tra loro prima e dopo una competizione. Mi allenai e mi allineai con loro alla partenza, vissi l'atmosfera tesa, fremente di forza e di gioia delle competizioni.

Facevo la mia esperienza sportiva, controllavo, studiavo l'ambiente, i dirigenti, gli atleti e anche il pubblico. Il mio entusiasmo era grande, la volontà di imparare, di migliorare, pure.

Ma oltre a tutto ciò che mi interessava più davvicino, stava un punto da mettere in chiaro. Spesso mi trovai a discorrere con amici sportivi e con gente interessata allo sport, sui risultati dello sport ticinese, e dai nostri discorsi, dai nostri confronti risultava chiaro che lo sport ticinese, in generale, è al disotto di quello d'oltre San Gottardo. Perchè?

Ecco il punto da chiarire: «La nostra inferiorità».

Questa inferiorità mi ha lasciato più volte a disagio. Mi sembra infatti che sia anche un po' questione di onore o almeno di giusto orgoglio, essere se non di più almeno alla pari degli altri, anche nel campo sportivo.

Vi sono infatti alcuni dati generali da cui dipende sempre l'attitudine allo sport: tipo del fisico, grado di sviluppo, capacità di adattamento, eredità, forma di vita che creano l'attitudine. Vedevo la nostra razza, la nostra gente: fisico gagliardo, robusto, temprato duro, capace di lavorare. Spesso mi dissi: «Ma nel nostro Ticino ci sono tanti giovani che sono più attrezzati, che possiedono una struttura migliore dei nostri camerati d'oltre San Gottardo: perchè non realizzano di più?»

Ma a aggravare la nostra posizione si aggiunge un altro dato. Vi sono delle qualità le quali valgono un tesoro per l'atleta e che il latino porta con sè fin dalla nascita: sono cioè eredità in lui e si chiamano: mobilità, intuito, nervosismo, rapidità di reazione.

Mi trovavo quindi alla partenza con una buona dose di materiale positivo: dove naufragava?

A poco a poco trovai le risposte che sono svariate, senza dubbio, e penetrano tutto il problema dell'educazione e della vita, ma si possono ridurre a due o tre di ordine morale, psicologico e tecnico.

La prima riguarda la «POSIZIONE SPORTIVA», la mentalità sportiva. Cosa intendiamo per posizione sportiva lo spiegherà un esempio. Mettiamo un artigiano davanti a del materiale greggio: egli ha una reazione: tra di lui e il materiale greggio si crea un contatto. Prima di iniziare l'opera egli fa un esame, prende contatto spirituale con il lavoro, si prepara, **si mette, spiritualmente, nel lavoro**. Da questo primo contatto risulterà la forma, la qualità del lavoro. L'artigiano si trova dunque in una particolare posizione di partenza rispetto al suo futuro lavoro. Il nostro artigiano ora è diventato lo sportivo, la sua particolare posizione di partenza è la «**posizione sportiva**».

Da questa posizione dipenderà la sua condotta futura. È l'abito morale dell'atleta, dello sportivo, è la base su cui poggia l'edificio dello sportivo e come tale deve essere solida, chiara.

Formano una buona posizione sportiva:

a) la consapevolezza di uno scopo, di una mèta da raggiungere;
b) la serietà, la volontà, la tenacia;
c) lo spirito di sacrificio, la modestia;
d) l'entusiasmo, la serenità, la gioia;
e) l'idealismo.

Ora questa posizione sportiva nei ticinesi (forse non solo in noi) è segnata da alcune e notevoli lacune. Voglio accennare alle più vistose e tralasciare le altre. Ognuno potrà vedere ciò che gli manca.

Ammesso che lo scopo, la mèta siano chiari, nitidi, la serietà, la volontà di condurre i propri sforzi verso la mèta troppo spesso si affievoliscono a metà strada, si esauriscono quando il cammino si fa più irto di ostacoli. Qui sarebbe appunto il primo istante di mostrare la propria personalità sportiva.

Lo spirito di sacrificio, la gioia, la serenità sono finezze dello spirito e hanno sullo stato fisico dello sportivo un influsso non trascurabile. Ma l'entusiasmo non deve essere un fuoco di paglia, bella fiammata sì, ma troppo breve. No, il nostro entusiasmo deve essere piuttosto come quei fuochi che brillano fino a tardi nella notte del primo agosto, sulla montagna. Con serenità, con gioia anche quando il tempo non è favorevole, non è bello, bisogna lavorare. Lo porta lui lo spirito il sereno, l'azzurro. Il ticinese spesso manca in questi punti !

E l'ideale anche conta molto. Ma in questo campo anche nel Ticino in alcuni sport abbiamo degli esempi luminosi. È l'ideale del dilettante che fa le cose più grandi.

Chi è chiaro, forte nella sua posizione sportiva, farà la sua strada, troverà sul suo cammino le gioie pure, soddisfazioni dello sport. Quando il fisico comincia a cedere tra due sportivi riesce vincitore quello che possiede la posizione sportiva più chiara, più sana.

E chi ha questa posizione sportiva — che con il tempo sarà la sua mentalità, il suo carattere sportivo — sa che, anche se è ultimo in una competizione, è sem-

pre migliore di colui che resta lontano, o peggio ancora, critica lo sport.

Un altro punto debole è l'**allenamento.**

Training è sinonimo di disciplina, di regola.

Chi non sa sottoporsi a una vita regolata — che non vuol dire astinenza o ascetismo — non è uno sportivo, non può aspirare a grandi risultati. Chi vuol fare strada nell'ambiente sportivo (ma ciò vale anche in ogni campo della vita) deve, necessariamente, imporsi piccole rinunce.

Allenamento è scuola di disciplina — ma non disciplina di numeri di inquadratura, di parata, bensì interna, intima, morale —, di carattere e non solo esercizio di muscoli.

La preparazione costa tempo, rinunce, cioè sacrificio, ma è in essa che si ottengono i dati per un risultato e, ciò che più conta, i buoni effetti morali e educativi che valorizzano lo sport.

L'allenamento proficuo è marcato da tre punti:

a) sta in un piano generale;
b) è sistematico;
c) è duro.

Ora se noi guardiamo un po' attorno ci troviamo di fronte, troppo spesso, a ben altre constatazioni.

Mi sembra che un training non sia da prendere come uno slogan, un mezzo per farsi notare dalla gente. Oltre far male a se stessi — il che sarebbe ancora poco — questo agire può generare con il tempo, una uguale, leggera mentalità negli altri, specialmente nei giovani. Manca poi di solito un piano generale e così si perdono molte energie. Conseguenza pure di ciò è anche la cattiva abitudine per cui quando il tempo non è favorevole o non si ha voglia, non si tiene o non si va alle sedute di allenamento. Grave è soprattutto il secondo caso perchè la vita comoda è la via della rovina. Se noi non sappiamo vincere questa pigrizia, come potremo il giorno di una gara avere la forza, il carattere di andare a attingere alle ultime riserve? Se noi andiamo ad allenarci solo quando ci sentiamo, abbiamo piacere da parte nostra, non c'è sacrificio, educazione della volontà, del carattere. Così il nostro corpo, la volontà, non vengono abituati a reagire, a vincere l'«**io**» poltrone. Forse che le gare, le competizioni, vengono distribuite nell'annata nei giorni in cui noi ci sentiamo? Non credo e anche voi sarete d'accordo con me. Quindi meglio prevenire che guarire.

Ma per potere nel giorno di una competizione attingere alle ultime riserve bisogna possedere una forza, una energia violenta che si acquista solo con l'allenamento. Inoltre nell'allenamento bisogna rendersi coscienti delle forze che riposano in noi. Il difficile, il momento critico non sta nell'attingere, ma nel decidersi, nell'afferrare la decisione di dare a fondo alle ultime energie. È un momento di natura morale, spirituale, non fisico. E quando il fiato stringe alla gola si è più propensi a cedere il ritmo che ad aumentarlo ancora. È questo vincersi, superare se stessi che è difficile. Ha però un grande valore. Qui abbiamo molto da imparare.

Queste le cause prime, secondo il mio punto di vista e la mia esperienza, dell'inferiorità dei risultati dello sport ticinese in confronto di quello d'oltre San Gottardo.

Ottavio Eusebio

Il nuovo affisso dell' I. P.

La Commissione speciale del Servizio romando di informazioni (S. R. I.), alla quale erano stati aggiunti i rappresentanti della S. F. G. S. e alcuni esperti in materia, in due sedute tenute a Losanna ha esaminato i progetti sottoposti da alcuni artisti (fra cui alcuni ticinesi) che erano stati invitati a presentarli per un affisso dell' I. P. La scelta, a voto unanime, dopo le necessarie eliminazioni, è caduta sul lavoro presentato dall'artista neocastellano André Rosselet che è stato adottato per l'esecuzione e che è quello che siamo lieti di presentare.

Questo bell'affisso è ormai diventato famigliare a tutti i ticinesi in quanto, recentemente, dalla Sezione cantonale dell' I. P., è stato fatto esporre agli albi di tutti i comuni del cantone, nelle scuole superiori, nelle stazioni e nei ristoranti F. F. mentre già alcuni giornali quotidiani e sportivi hanno riprodotto le simpatiche sembianze di quei due giovani svizzeri che corrono, fiduciosi in se stessi, lo sguardo fisso in avanti, il sorriso sulle labbra, verso la conquista dell'ideale del vero sportivo.

Tutti i giovani ticinesi dovrebbero imitare questi due giovanotti inscrivendosi ai corsi dell' I. P. che si tengono un po' ovunque nel nostro cantone: con la pratica della ginnastica e degli sport essi ne trarranno grandi vantaggi, quelli che si compendiano nelle tre parole dell'affisso: FORZA, GIOIA, SALUTE.