

**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:** 10 (1954)

**Heft:** 2

**Rubrik:** Comunicazioni

#### **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:** 13.02.2026

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

tutta l'attività cantonale. Essi dispongono come meglio credono e secondo direttive speciali per le loro ispezioni e per i loro contatti con la Sezione cantonale. Sono alle dipendenze dirette della Scuola di Macolin essendo stati nominati dalla « Commissione federale della ginnastica e dello sport » la quale, a sua volta, è sottoposta direttamente al capo del Dipartimento militare federale.

L'art. 19 dell'Ordinanza 7 gennaio 1947 contempla: « L'istruzione preparatoria è impartita, di regola, nei giorni feriali.

In caso di eccezione si dovranno osservare le prescrizioni relative al riposo festivo. In tal caso si darà ai giovani la possibilità di assistere al servizio divino della loro confessione.

Durante le ore di insegnamento è vietato a tut-

ti i partecipanti di consumare bevande alcoliche e di fumare ».

I monitori e gli ispettori sono pure compresi fra i « partecipanti ». L'esempio, per quel che riguarda il terzo § dell'articolo deve venire dall'alto.

La Scuola di Macolin ha una sua missione precisa. A Macolin si cerca di sviluppare più che si può la ginnastica e gli sport su una vasta base e utilizzare i valori educativi inerenti alla ginnastica e agli sport. La missione di Macolin consiste nell'incoraggiare, nell'aiutare e non nel comandare. Anche se si tratta di una istituzione dello Stato non si vuole introdurre uno sport statizzato: perché lo sport dello Stato uccide ciò che tutti ritengono dei beni preziosi: la libertà e il libero arbitrio.

« Macolin » è diventata un'entità che si è imposta alla coscienza pubblica.

**Aldo Sartori**

---

IL NUOVO FILM A COLORI SULL' I. P. :

## *Oieni con noi!*

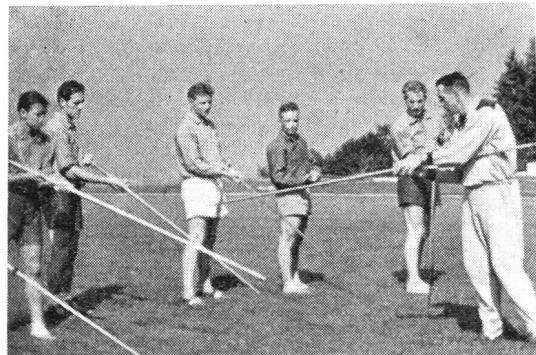
Il nuovo film sull' I. P. dal titolo « Chum mach mit » e in francese « Viens avec nous » voluto dalla direzione della Scuola federale di ginnastica e sport su suggestione degli attivi membri del « Service romand d'information » è ora, dopo lunghi mesi di attesa, realtà.

Questo riuscitosissimo documentario a colori, realizzato con arte e pazienza da un cognito dell'I. P. e da uno specialista della macchina da presa, l'operatore della SFGS Walter Brotschin, presenta al pubblico l'I. P. come è, a partire dalla formazione dei monitori a Macolin, ai vari corsi facoltativi (sci, alpinismo) e a come questa istruzione volontaria post-scolastica viene praticata nel paese.

È forse stata — modestia a parte — l'iniziativa della Sezione ticinese dell'I. P. che ha voluto, per prima, mostrare attraverso brevi documentari accessibili a tutti (quindi niente di tecnico), l'I. P. nelle sue varie manifestazioni (e la collezione di film della nostra Sezione è ora quasi completa) a portare all'egregio signor direttore Kaech l'idea per giungere



Ecco l'operatore della S. F. G. S. Walter Brotschin al quale va il merito primo della realizzazione del nuovo film sull'I. P. « Viens avec nous ».



A Macolin gli istruttori provengono dalle file dei migliori atleti nazionali. Ecco Armin Scheurer mentre istruisce un gruppo di futuri monitori I. P.

a questa realizzazione. In particolare, il cortometraggio « Esami a Rasa » (di cui una trentina di metri sono inclusi in questo « Viens avec nous ») può essere considerato il punto di partenza verso questo importantissimo ed efficacissimo sistema di propaganda.

I film che hanno preceduto « Chum mach mit » non potevano stare alla pari con il tempo e con la nuova regolamentazione della materia: alludiamo ai due film « La gioventù svizzera prepara il suo avvenire » (l'I. P. dal 1941 al 1946) e « Formazione dei monitori per la base »: documentari — ripetiamo — ormai superati.

Si è così giunti a « Viens avec nous » che in origine aveva una durata di quasi due ore e che, svel-



Finito il corso il capo dell'I. P. signor Ernesto Hirt congeda i monitori con una stretta di mano che racchiude un programma, una promessa: lavorare nel paese per il benessere della nostra gioventù

lito, affascina gli spettatori per circa un'ora: e racconta tutto dell'I. P. e dei suoi dirigenti. È un film quasi completo «Viens avec nous»: e accessibile a tutti. Questo di non essere un film tecnico ma divertente quale documentario è un lato importantissimo dello scopo che i realizzatori si sono prefissi: perché il film deve raggiungere tutti i ceti della popolazione, a tutti deve far assimilare questa I. P. tanto utile e necessaria.

Nel Ticino il film è stato ufficialmente presentato ai rappresentanti della stampa e a personalità del mondo scolastico, ginnico-sportivo e artistico nella sala del Consiglio comunale di Bellinzona: in tutti — e gli articoli apparsi lo hanno dimostrato — il film ha suscitato vivissimo entusiasmo, ha invogliato molti a conoscere nei dettagli Macolin «paradiso della gioventù che vuol rinvigorire il fisico e la mente». Nè sono mancate suggestioni quali quelle di far terminare il film con una conclusione, con una apoteosi finale, con il mostrare la metà alla quale si vuol giungere; coloro che hanno delle preferenze per il nuoto vorrebbero che questa parte venga allungata accorciando magari le scene sul giuoco; altri vorrebbero che si veda qualcosa di più di Macolin (qualche presa aerea della regione e delle costruzioni), una visita alle cucine, e agli interni, ecc. Dal lato tecnico si è rilevato che la luce non è sempre uguale, che si deve cercare di renderla uniforme per tutta la durata del film e che il commento musicale deve essere vivace.

Una presentazione che può aver servito a costruire per un raggiungimento completo dello scopo: la diffusione al massimo dell'I. P. nel paese attraverso il film, mezzo efficacissimo di propaganda e persuasione.

Intanto si spera che si possa disporre dei mezzi necessari affinché venga allestita anche un'edizione in italiano. Riteniamo, questa, una necessità: perché se si vuole che il film venga visto e assimilato da tutti i ceti della popolazione (e alludiamo innanzitutto ai giovani che ancora non conoscono le lingue nazionali) è necessario che vi siano almeno le didascalie nella nostra lingua. A meno che non si voglia fare un doppiaggio sonoro-parlato come il film sulla corsa di orientamento a Losone. Chi si sente di offrirlo?

a. s.

## Notazioni macoliniane

### Saper correre bene

La corsa. Tutti sanno correre. Ma chi sa correre bene? Prima di tutto bisogna definire in modo chiaro che cosa si intenda per correre bene (e non parliamo di stile, altrimenti i vari Ladoumègue, Harbig, Tolan, Owens, Oserdamp, Beccali e l'attuale Zatopek ci obbligherebbero a interminabili discussioni).

A Macolin Taio ha saputo darci una pratica lezione in merito al modo di correre. Ci ha lasciato correre liberamente sulla pista, poi, dopo averci permesso di sbizzarrirci in spunti veloci, volatine e furiose sgroppate, ci ha richiamati tutti, correggendo le varie posizioni.

Il ginocchio avanzato si alza molto, mentre la gamba che resta in addietro si tende quando il corpo avanza e l'alternarsi dei due movimenti deve avvenire in modo armonico, l'anca, che funge da fulcro, deve essere il centro ideale di un moto rotatorio. Alternato il movimento delle braccia a quello delle gambe. Il braccio che si piega in addietro avrà moto corto leggermente riflesso.

La corsa se fatta così non stanca. Non si corra però seduti o tanto meno dondolandosi come un mimo o una ballerina.

La parte in alto a destra del corpo si porta in avanti con moto leggermente elevatorio. La gamba sinistra coadiuva il movimento di spinta innanzi mentre la parte alta a sinistra del corpo resterà quasi statica e la gamba destra si tende facendo da propulsore.

Questo procedere sincrono è il ritmo specificamente ideale che dona fluidità al movimento dell'atleta in corsa (mirabile l'esempio dell'inizio del film di propaganda I. P. «Vieni con noi»).

I vari sistemi di corsa in velocità, mezzofondo, fondo, ecc., richiedono il cambiamento di ritmo; ogni specialità deve essere seguita con cura e preparata razionalmente. L'atleta, trovato il ritmo, si preparerà individualmente, allenandosi su piste dal fondo svariato (fantastica la pista in segatura di Macolin).

Ma ritorniamo ai monitori di ginnastica I. P. che non cercano di creare degli specialisti. Taio avverte che il posto ideale per far correre il giovane è il bosco dal terreno accidentato. Ma, prima di entrarvi, egli con accenti decoubertiani, ci intrattiene a lungo, parafrasando il mitico poeta dell'Odissea, trasportandoci in un mondo surreale.

Poi, si corre in lieve salita, si scende, si sormontano ostacoli naturali, con il ritmo ritrovato e lo si fa in modo naturale, elegante; la corsa è gioco e non stanca. La corsa è pure preparazione indispensabile per tante altre discipline: con un solo cambiamento di ritmo si passa a un salto o a un altro esercizio atletico. R. A.