

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: 20 (1963)
Heft: [4]

Artikel: Corsi facoltativi I.P : esercizi sul terreno
Autor: Weiss, Wolfgang / Burgherr, Hansruedi / Gilardi, Clemente
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001080>

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: 18.01.2026

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



Corsi facoltativi I. P.

Esercizi sul terreno

Wolfgang Weiss e Hansruedi Burgherr, Macolin

Testo italiano: Clemente Gilardi, Macolin

Foto: Hugo Lörtscher, Macolin

Cosa sono gli esercizi sul terreno?

Il concetto «esercizi sul terreno» sa forse un po' di militare, e può in conseguenza condurre a false rappresentazioni: certamente anche in questo genere di attività facoltativa si pratica in parte dell'educazione fisica in vista della preparazione al servizio militare, ma, come in ogni altra disciplina IP, anche in essa non si applicano e non si usano per niente delle forme militari. Anche se in un gioco sul terreno si mette forse alla prova lo spirito e la volontà di combattere, negli esercizi in questione non si tratta certo in prima linea di competizione sportiva tra uomini, ma piuttosto di lotta con la natura. È una sportiva «lotta per l'esistenza» che vien svolta contro le «forze della natura»: con le intemperie, il freddo, il calore, la pioggia, la notte, la mancanza di sentieri, il problema di procurarsi il cibo, gli animali selvaggi — le formiche! — e altre difficoltà che si presentano alla comunità in accampamento.

Con questo abbiamo praticamente detto che la base di un corso d'esercizi su terreno è data dal campo. Non si intende certo qualcosa del genere «camping»: passare le proprie vacanze a buon mercato sotto una tenda può certo avere senso e ragione di essere, ma, per quanto ci concerne, si tratta di qualcosa d'altro. La «posta in gioco» aumenta con la diminuzione del materiale prefabbricato di cui ci si vuol servire. Si lascia a casa il più gran numero possibile di oggetti della civilizzazione, e, abbandonandosi alla fantasia e all'abilità, si cerca di creare e di improvvisare tutto quanto è necessario. Il fornello a benzina resta quindi nell'armadio, come del resto le sedie pieghevoli, e in cambio si prendono con sé attrezzi da falegname e corde.

Perché si va in un campo?

La domanda è forse superflua. Chi ha già vissuto tale esperienza non ha bisogno di essere persuaso. Egli conosce il piacere del lavoro manuale, le gioie della ri-

cerca, la soddisfazione di aver superato con successo le incognite di una situazione di esame continuo scelta di volontà propria, conosce l'indicibile fascino di un fuoco notturno e sa quanto fa bene una vera e stretta camerateria.

Chi non ha mai vissuto la vita da campo, faccia una prova, ma soltanto se ne ha veramente voglia. Pensi che la vita da campo non è soltanto una faccenda di 2 o 3 ore, ma di 24 ore al giorno. Se si decide, ci vada allora con tutto se stesso. Lamenti e fare per obbligo non sono al posto giusto. Se ha paura delle difficoltà, resti a casa: gli conviene!

La situazione

6000 giovani in età IP frequentano annualmente un corso di esercizi sul terreno. Per contro, nel nostro corso federale annuale per la formazione di monitori si giunge in media soltanto alla partecipazione di 15 monitori. Lo squilibrio tra le due cifre si spiega con il fatto che anche chi ha frequentato un corso di base ha il diritto di organizzare un corso facoltativo. Ci consola la constatazione che molti degli organizzatori sono degli esploratori: essi sanno di che si tratta. Ma, e gli altri? Per questi abbiamo cercato di descrivere quel che un campo può offrire. La maggior parte di quanto vien realizzato dipende dal monitore, dalla sua personalità, dalla sua volontà e dalle sue conoscenze, fattori decisivi per una riuscita.

Per le molte voci spiacevoli che ci son giunte all'orecchio, a proposito di corsi rumorosi e di materiale distrutto, ogni tanto anche una lettera: «È stato fantastico!». Soltanto chi è sicuro di sé può ben dirigere un corso. La sicurezza si deve però basare sulle conoscenze, e queste possono essere migliorate grazie alla partecipazione ad uno dei nostri corsi per monitori. Sullo svolgimento di uno di tali corsi le pagine seguenti a mo' d'illustrazione.

Formazione dei monitori

Ogni anno ha luogo un corso federale per la formazione di monitori per gli esercizi sul terreno. Tutti i cantoni e tutte le regioni linguistiche hanno diritto di partecipazione. Il corso dura 6 giorni e ha svolgimento ogni volta in una diversa regione del Paese, come campo «lacustre», «fluviale» o «montano». Per parteciparvi non occorre avere nessuna conoscenza specializzata; quel che conta è lo spirito e la capacità di adattamento. Il programma prevede conferenze, discussioni e lavoro pratico con i temi seguenti: organizzazione di campeggi, costruzione dell'accampamento e degli attrezzi necessari, orientamento sul terreno e corsa d'orientamento, giochi sul terreno e da campo, primi soccorsi, ricerche di vario genere, attività artistica, fuoco da campo.



L'**orientamento** sul terreno è uno dei temi principali del corso. Si rifà conoscenza con la carta e la bussola, si approfondiscono tali conoscenze e le si applica praticamente con la posa di un percorso per la corsa d'orientamento. Ogni gruppo studia sulla carta una corsa, fissa i posti, fa compiere ai camerati degli altri gruppi il suo percorso e compie poi a sua volta quello degli altri. Con un percorso notturno si può eventualmente ancora dare la prova che ci si sa muovere e orientare sul terreno anche di notte.



Il **gruppo d'abitazione** dorme, cucina e mangia per conto suo. Esso è composto di 6-7 partecipanti e costruisce la propria tenda d'abitazione e la propria cucina. Le più svariate forme di costruzione possono qui essere studiate e applicate. Il materiale greggio messo a disposizione dalla natura viene impiegato per la fabbricazione di materassi, cucine, tavoli, panche, ecc.

I «compiti casalinghi» del gruppo vengono svolti a turno da ognuno, cosicchè ogni membro del gruppo stesso ha, per esempio, la possibilità di mostrare la sua abilità culinaria.

Fanno parte delle installazioni comuni dell'accampamento una tenda per il materiale, una latrina, la piazza del villaggio e, secondo il terreno, altre costruzioni, come scale, zattere, ponti (ponti levatoi) ed eventuali altri necessari miglioramenti «stradali».

L'accampamento e le sue installazioni forniscono il punto di partenza per tutta l'ulteriore attività del corso.

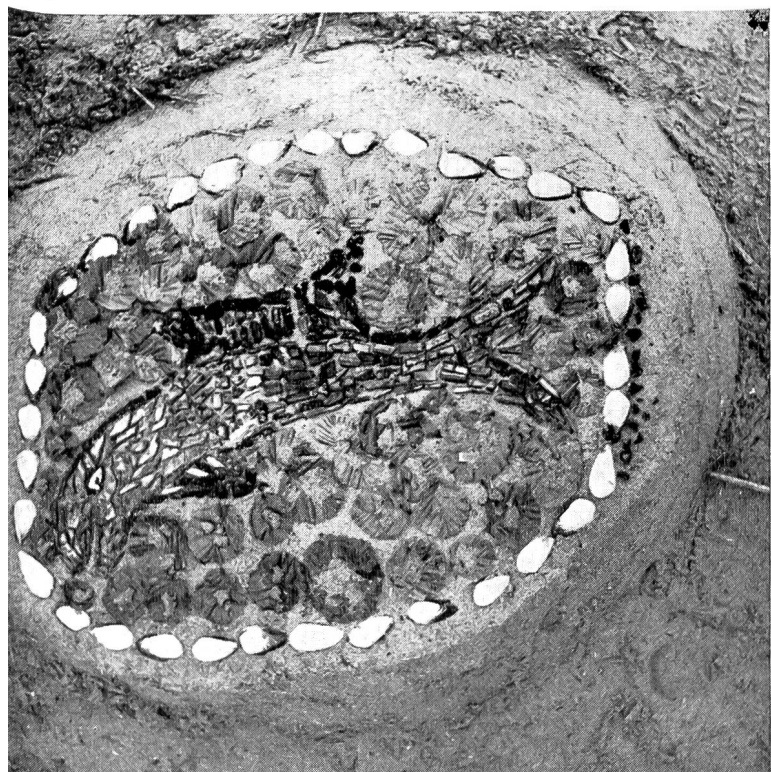




Lo svolgimento e l'organizzazione di **giochi adatti al terreno** a disposizione — come ad esempio, in riva a un lago, la realizzazione di una storia lacustre —, e di altri caratteristici della «piazza del villaggio» sono assolutamente necessari. Una piccola **spedizione di soccorso** offre l'occasione di applicare praticamente quanto si sa sui **primi soccorsi** in caso d'incidente. Il trasporto di feriti è una faccenda che può creare sorprendenti e interessanti problemi e mettere a dura prova la capacità di improvvisazione.

Nell'**esplorazione** e nello **studio** della regione e nell'esplicazione di un'**attività artistica** risiedono fonti di straordinarie scoperte personali, che spesso meravigliano e stupiscono gli autori stessi sulla vastità delle loro capacità.

È cosa logicamente impossibile, durante una breve settimana, «fare tutto» quel che si vorrebbe. Del resto non si tratta, in primo luogo, di «imparare» una forma specifica di costruzione o una particolare possibilità di fuoco da campo. Si tratta piuttosto di «suggerire» mediante esempi pratici e di «stabilire», sulla base di discussioni comuni, alcuni principi che permettano poi, in continuazione e a catena, ulteriori partenze verso nuove imprese. D'altra parte...



... ogni campo è diverso da tutti i precedenti; secondo i partecipanti, gli accenti si trasferiscono altrove. E soltanto chi è stato una volta presente, può dire come sia effettivamente. I fuochi notturni continuano a bruciare nell'anima di chi si è seduto attorno ad essi. E nutrono la nostalgia e il desiderio costanti del ritorno a questa «vita semplice».

Prescrizioni principali e direttive per i corsi facoltativi di esercizi sul terreno

Materia

Costruzione del bivacco e del campo: preparazione delle tende e delle cucine, installazioni necessarie.

Servizio da campo: stringere conoscenza con le diverse attività inerenti il campo.

Studio della carta e della bussola: miglioramento della lettura della carta. Conoscenza riguardo alle diverse maniere di rappresentare il terreno sulla carta stessa; applicazione e uso della bussola.

Orientamento sul terreno: con la bussola, la carta, il sole e l'orologio; formazione alla corsa d'orientamento.

Schizzi: allestimento di schizzi topografici e di marcia.

Giochi sul terreno: giochi di combattimento, collegati con l'orientamento e lo spostamento sul terreno.

Esplorazione e studio: degli animali e delle piante della regione, dello sviluppo storico e attuale, delle specialità.

Attività artistica: allestimento di totem, di portali, di oggetti d'ornamento.

Primi soccorsi: conoscenze teoriche e applicazione pratica, trasporto di feriti.

Partecipanti

Ogni giovane in età IP ha diritto di partecipazione. I partecipanti sono assicurati contro gli incidenti, che li dovessero colpire durante il lavoro IP, presso l'assicurazione militare.

I partecipanti possono ottenere dei biglietti a mezza tariffa per le trasferte in treno o in automobile postale. L'indennità versata è di franchi 14.— per ogni partecipante.

Campo

Ad un corso devono prendere parte almeno 5 giovani aventi diritto al sussidio. La durata minima del campeggio comporta 5 giorni di lavoro susseguentisi (compreso il viaggio). Il corso può anche venir svolto in due parti (per es. 2 x 3 giorni). In questo caso deve essere prolungato al minimo a 6 giorni. È pure possibile la combinazione con un altro corso facoltativo; la durata, in questo caso, si eleva a 10 giorni. La materia dei due corsi può essere combinata a piacere. Il campo deve svolgersi all'interno dei confini nazionali.

Il corso deve essere annunciato per scritto all'Ufficio cantonale dell'IP. Devono essere menzionati: direttore del corso, direttore tecnico e maestri di classe, durata, luogo di svolgimento e alloggio, numero dei partecipanti. È necessario allegare un programma di dettaglio. Se possibile, devono essere formati dei gruppi di 12 partecipanti. Come alloggio servono, in linea di principio, tende. In casi speciali si possono usare baracche militari e caserme, sempre che queste non siano occupate dalla truppa. Per tale uso viene richiesta una tassa. Articoli di sussistenza possono venire ordinati presso il Commissariato centrale di guerra.

I film della SFGS sono messi gratuitamente a disposizione. Essi devono essere ordinati almeno 14 giorni prima della data prevista per la proiezione presso la SFGS a Macolin.

Direzione

La direzione generale di un corso deve essere affidata a un monitore che possa provare di disporre della formazione seguente:

- a) partecipazione a un corso federale per monitori di esercizi sul terreno, oppure
- b) partecipazione a un corso federale per monitori di base.

Chi non dispone di sufficienti conoscenze speciali deve assicurarsi la collaborazione di un direttore tecnico.

Materiale

La Confederazione mette a disposizione il materiale seguente:

Materiale da bivacco e di cucina: unità di tenda, coperte, padliercici, gavette, caldaie di 12 litri, fiaschette, scuri, picchi, pale, lampadine tascabili, corde;

Carte: 1:50.000 NCN (1 esemplare ogni 2 partecipanti); 1:100.000 Dufour (1 esemplare ogni 2 partecipanti);

Bussole: Recta (1 esemplare ogni 3 partecipanti);

Materiale sanitario: tasche di medicazione, scatole di fasciature, barette mod. Weber, stecche mod. Kramer;

Diversi: sopravvesti.

Il materiale deve essere comandato almeno 20 giorni prima della data prevista per l'inizio del corso. Non si concede nessuna garanzia di fornitura per materiale ordinato in ritardo.

