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: 21 (1964)

Heft: 3

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: 11.08.2025

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

315 per un pallone

Clemente Gilardi

Eran partiti per un giorno o per un'ora di gaudio; non importa...
Contavano di potersi immaginare, per 90 minuti, negli abiti dei campioni del cuore; volevano esaltarsi nelle loro imprese, sentirsi migliori nella loro vittoria e considerarsi migliori anche se per caso « ingiustamente » battuti.
C'era aria di festa, per le strade di Lima: c'era folclore di colore, di grida, di canti, di danze, di gioia. Il gioco divenne vita vissuta, per i mille e mille nello stadio. E poi fu la tragedia, banalissima cosa tra le cose banali.
Altre furono le grida a riempire l'aria, e le sirene delle ambulanze la lacerarono. Il pallone, perso nell'immenso quadrato e dimenticato, stava a guardare: ridivenuto cosa e soltanto cosa, fu il primo a morire. Per esso, ormai morto, 315 furon vittime di inutile sacrificio.
Lo sport ha sempre richiesto vite umane; ma il vero sport non è mai stato un moloc.
Il sacrificio attivo nel segno dell'imponderabile «altius, citius, fortius» è e rimane sublimazione: chi così scompare ha diritto al paradiso degli eroi.
Quel che è accaduto a Lima sente però troppo di mattatoio. Anche se il mondo attuale ci ha reso la morte familiare, neppure questa familiarità ci può aiutare a comprendere. O forse non c'è assolutamente nulla da comprendere: lo sport ha perso qui anche il nome ed è divenuto aberrazione totale.
Un povero pallone, per una certa qual bestialità sempre latente nell'uomo, ha potuto creare panico, distruzione, terrore e morte.
Non mi si venga però a dire che questo è accaduto nel segno dello sport; chè quello «vero» qui proprio non ha nulla a che fare. Pur inchinandosi davanti ai 315 di Lima con il rispetto dovuto alla morte, può avere la coscienza tranquilla e partirsene a testa alta.

315 per un pallone...

Il 24 maggio 1964 si è avuta un'involontaria ma ugualmente indecente ripetizione del sacrificio umano che accompagnava i giochi di palla delle antiche civilizzazioni sudamericane.
Ma nel mondo moderno è cosa indegna che 315, o anche uno solo, muoiano per un pallone.

25 maggio 1964.

★

Il perchè di certe grida

Sappiamo tutti che spesso i lanciatori di disco, martello o giavellotto, come pure i pesisti, lanciano un grido al momento di abbandonare l'attrezzo. Negli ultimi tempi sono state iniziate delle ricerche per scoprire la ragione del fenomeno. Esperimenti condotti in America hanno per esempio dimostrato che, al momento di una subitanea prestazione di forza, chi lancia un grido esplica più forza di chi tace. E' interessante costatare in merito che, in un libro su «Lavoro e ritmo» apparso intorno agli anni venti,* già si scriveva: «...Chi ha una volta osservato coloro che praticano un lavoro pesante — per esempio i boscaiuoli nello spaccare un ceppo — ha senza dubbio costatato che ogni movimento legato ad un grande impiego di forza vien sempre preceduto da un breve grido. Abbiamo pure sentito dire che i montanari indù dichiarano di non poter lavorare senza il loro «hau, hau!».
Queste grida lanciate nel momento della più alta contrazione muscolare sono fisiologicamente condizionate. L'uomo dal lavoro pesante compie, nel culminare della contrazione muscolare, una pausa nell' inspirazione, impedendo, mediante occlusione muscolare dell'apertura vocale, l'uscita dell'aria che si trova nei polmoni. In seguito all'affaticamento dei muscoli messi a contribuzione, la glottide viene in generale forzata mediante una spinta espiratrice, e si giunge, per il vibrare delle corde vocali, ad una cosiddetta espirazione sonora. Siccome appunto questi suoni formano all'origine la base fondamentale dei canti di lavoro, è presto fatta la supposizione per cui questi ultimi sono da considerarsi soltanto come una figurazione dei suoni naturali intimamente legati al lavoro».
Con questo si stabilisce anche una ulteriore possibilità di spiegare la provenienza dei canti di lavoro, sorgente dei canti popolari.

W.W.

* K. Bucher, Arbeit und Rhythmus, Lipsia, 1919.

Lo sport, segreto della felicità

Uomo, vivi una sola volta, vivi nella luce!
La Natura ti invita a scoprire l'armonia del mondo nell'accordo del tuo spirito e dei tuoi muscoli con i ritmi semplici della terra e del cielo.
La felicità è alla portata delle tue mani. Sii giovane e respira!
Lo sport ha gli occhi chiari dell'aurora.
Lo si impara a Macolin.

Maurice Zermatten

Mosaico elvetico

In cinque anni, gli Svizzeri sono cresciuti in media di un centimetro

Basandosi sulle indicazioni fornite dagli esami di reclutamento in tutto il paese dal 1957 al 1962, la SFGS di Macolin ha pubblicato un'interessante statistica sulla statura dei coscritti. Essa permette di costatare che, in cinque anni, i giovani svizzeri ammessi nell'esercito sono cresciuti di un centimetro, la statura media passando da cm. 172,2 a cm. 173,1. L'aumento è stato costatato in tutti i Cantoni; il più forte è stato registrato nei cantoni di Nidwaldo e di Zugo, con 2,3 cm., mentre il più debole è stato quello di Basilea-Città (0,1 cm.) e di Ginevra (0,3 cm.). Questi due cantoni detengono tuttavia, con Vaud, la media più alta, ossia cm. 173,9. I coscritti più piccoli sono quelli di Appenzello Interno, con cm. 169,9, malgrado un aumento di 1,4 cm in cinque anni. Per il Ticino si è passati da cm. 171,1 a cm. 171,8, con una differenza quindi di cm. 0,7.
I coscritti provenienti dall'estero, che, nel 1957, erano i più alti, con la media di cm. 174,6, sono i soli a registrare una diminuzione di statura, con una media, nel 1962, di cm. 172,9.
In generale, l'aumento è stato più forte in campagna che nelle città. Ecco le cifre per le 5 massime città svizzere (la prima si riferisce sempre al 1957 e la seconda sempre al 1962):
Zurigo 174,2 e 174,4; Basilea 173,8 e 173,9; Ginevra 173,5 e 173,9; Berna 174,0 e 174,7; Losanna 174,1 e 174,6.

Fr. 861.300.— per gli sportivi nel preventivo della Città di Losanna!

La Città di Losanna prevede la costruzione di nuove istallazioni per la pratica dell'atletica leggera, che non saranno però per le grandi competizioni, bensì per offrire alla gioventù maggiori possibilità di allenamento. Lo Stadio olimpico dovrà essere impiegato più razionalmente per l'esecuzione di incontri internazionali. Si calcola inoltre, nel prossimo autunno, di aprire al pubblico una seconda pista artificiale del ghiaccio. Su di essa non verranno svolte grandi partite, ma soltanto incontri di club di minore importanza e «match» di allenamento. Si prevede pure l'ingrandimento dell'Ostello della gioventù di Bellerive (260 posti).
La capitale vodese ha poi l'intenzione di creare una piscina decentralizzata a La Chablière-Boisy; sono state pianificate altre piscine al Reservoir du Chemin de la Fauvette e sull'area del vecchio stand di tiro. Per il tiro al piccolo calibro sono previste istallazioni moderne a Vernand. Verrà pure ingrandito il «Boulodrome» di Bellevaux e dei terreni da gioco sorgeranno a La Sallaz.
Oltre all'ammortamento annuale di diverse istallazioni sportive, Losanna ha nel suo preventivo per il 1964 una somma di Fr. 861.300 per lo sport e gli sportivi. Il che dimostra il chiaro interesse della città vodese per lo sport e i suoi bisogni.

Mancano palestre e campi sportivi

Di quasi 10.000 studenti iscritti alle due Università zurighesi negli anni 1962/63, 2250 (=25,4%), durante il semestre invernale, e 1830 (=20,5%), durante quello estivo, hanno preso parte alle esercitazioni dell'Associazione sportiva accademica. Quanto sopra ci vien comunicato dal rapporto annuale della associazione citata, rapporto specificante inoltre che la partecipazione percentuale allo sport universitario è restata alla stessa altezza malgrado l'aumento del numero degli studenti. Ciò significa un aumento dei soci attivi dell'Associazione accademica, ma rappresenta ad ogni modo in un certo senso della marcia sul posto.
Un maggiore aumento è però impedito dall'acuta mancanza di posto, in quanto il numero delle palestre e dei campi a disposizione è rimasto uguale da anni ormai. La costruzione del centro sportivo universitario di Fluntern diventa di anno in anno più urgente.
La mancanza di posto, nel corso dei due semestri citati, è stata tale, che spesso le porte delle palestre hanno dovuto essere chiuse e gli studenti, assetati di sport, hanno dovuto essere rinviati ad altre lezioni o ad altre ore.
Per la ragione di cui sopra diventano urgentissime disposizioni fondamentali, limitanti lo sport individuale. Una possibilità, per «scaricare» le palestre, è rappresentata dallo «stadio natura». Per la prima volta, per esempio, si sono iscritti alla corsa campestre ben 153 studenti.
L'introduzione di nuovi esercizi (allenamento generale, circuit-training) ha avuto come conseguenza una diminuzione delle ore dedicate ai giochi collettivi. Tra questi, il calcio e la palla al cesto hanno marcato un aumento dei partecipanti, mentre pallacanestro (palestra senza docce), pallamano e pallavolo una diminuzione. Tutte le altre discipline praticate in seno all'associazione, sola eccezione il nuoto (motivi: orari non appropriati, distanza della piscina coperta), hanno avuto nettamente un maggior numero di partecipanti. Una più forte frequenza è stata quella delle studentesse, presso le quali, durante l'estate, era stata fatta un'azione di propaganda. La nomina di una maestra di sport finlandese ha avuto grande successo.
Il rapporto specifica che la capacità generale di prestazione, misurata nei circuit-training, è soddisfacente, e che, nel corso dell'anno, non si sono verificati incidenti gravi, il che torna a lode della direzione e dell'organizzazione.