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: 22 (1965)

Heft: 1

Vorwort: Retrospettiva e prospettiva

Autor: Hirt, E.

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

Retrospettiva e prospettiva

E. Hirt, Direttore della Scuola federale di ginnastica e sport

Sport di punta

L'anno trascorso ha scosso lo sport svizzero nella sua corsa tranquilla sui binari della tradizione e dell'abitudine. Nessuno dei rappresentanti del nostro paese ai Giochi olimpici invernali di Innsbruck è riuscito nell'intento di conquistare una delle tanto desiderate medaglie. La critica della stampa e del pubblico si fece subito sentire, talvolta in modo più che soltanto amaro. E si cercò poi di scovare e di mettere in luce tutte le cause possibili e pensabili di questa « Marignano dello sport svizzero ». Non soltanto vennero richieste misure atte a migliorare la formazione dei giovani e degli sportivi di « élite », ma vennero anche formulate innumerevoli proposte per guarire lo sport svizzero dei mali causati dalla civilizzazione moderna. La discussione sulla perdita del nostro prestigio nel consesso delle nazioni sembrava non voler giungere a nessuna conclusione fino ... al giorno X, penultimo dei Giochi olimpici di Tokio. Oro e argento per i cavalieri svizzeri venivano ad aggiungersi alla medaglia d'argento dell'unico judoka svizzero in gara, e bastavano a «dimostrare» che l'ammalato di cui sopra già si trovava in via di guarigione. Soltanto qualche mese fa si calcolava di poter presto assistere ad una « trasfusione di sangue», ad un rinnovamento, ad un cambiamento strutturale. Ma già negli ultimi giorni dell'anno passato si è dovuto accettare l'eventualità che — malgrado le dodici commissioni dell'ANEF che studiano proposte di riforma —, una volta le onde ritornate tranquille, niente avrebbe cambiato nello sport svizzero. La stampa, l'uomo della strada e con loro tutta la popolazione domandano naturalmente che la nostra sia una nazione sportiva, con buoni piazzamenti ai Giochi. Gli stessi però, che richiedono l'impossibile, hanno dimenticato che siamo ancora tuttaltro che un popolo di sportivi. Ecco alcuni esempi a sostegno di questa affermazione:

- Non siamo ancora giunti a far sì che l'educazione fisica venga considerata, nelle nostre scuole, come una materia altrettanto degna di quelle che contribuiscono alla formazione intellettuale. L'educazione fisica, al contrario, figura nel complesso della formazione scolastica come la parente povera e vien continuamente relegata all'ultimo rango da genitori e insegnanti. Nel paese di Pestalozzi, agli apprendisti, che si trovano nella fase più importante del loro sviluppo, non vengono nemmeno, in serto al programma di formazione, concesse ore regolari e obbligatorie di sport. E lo sport studentesco, presso la maggior parte delle nostre università, non fa altro che vegetare in un modo o nell'altro.
- Il denaro ci sembra più prezioso che non la salute morale e fisica, che non il senso di benessere nato dall'attività sportiva. Forse per questo, nell'ottobre 1964, proprio nell'ultimo giorno dei Giochi, i delegati della maggiore federazione svizzera di ginnastica e sport hanno discusso per un'ora e mezzo in merito all'aumento di 20 centesimi della quota annuale di ogni singolo membro. Ciò in pieno periodo di alta congiuntura.
- Il parlamento stesso, che aveva reclamato in marzo misure urgenti proprie a migliorare le prestazioni della nostra « élite » sportiva, approvava, nella sessione d'aprile, il progetto di limitazione di costruire, elaborato nel quadro delle misure per frenare la congiuntura economica. Questo progetto prevede lo stesso trattamento per i campi ginnici, sportivi e di gioco, per le palestre, per le piscine, come per i musei, i « dancing » e i locali di divertimento.
- Nello stesso ordine di idee va posta la decisione, presa dalla conferenza dei capi dei Dipartimenti cantonali della pubblica educazione; questa decisione si oppone ad un importante approfondimento nella formazione dei maestri di ginnastica e sport, e ciò semplicemente perchè, oltre alla creazione di nuove possibilità presso le università, era prevista anche la collaborazione della Scuola federale di ginnastica e sport di Macolin.

Ecco, nel complesso, una quantità di fatti senz'altro non troppo incoraggianti!

Espansione = condizione basilare

I rappresentanti delle nostre autorità hanno a ragione sempre accentuato, in tutte le discussioni in merito allo sport di punta, che sostenere finanziariamente le aspirazioni olimpiche non è compito della collettività. Lo Stato ha piuttosto il dovere di promuovere l'attività sportiva della massa della popolazione.

Mettersi al servizio dello sport popolare e sostenerlo con tutti i mezzi è pure il primo e più importante dovere della nostra Scuola federale di ginnastica e sport. Alla fine di novembre 1964, la Sezione delle ricerche scientifiche della SFGS ha trattato, in un simposio, il tema « Ginnastica e sport per la gioventù femminile ». Volevamo sapere se la situazione particolare, per noi incomprensibile, nella quale si trova nel nostro paese l'educazione fisica femminile, è giustificata. Perchè ci sembra che, da noi, sotto questo punto di vista, la gioventù femminile venga completamente trascurata.

Si trattava soprattutto, con il contributo di sociologhi, pedagoghi, biologhi e di una dottoressa in medicina sportiva, di stabilire il ritratto della ragazza tra i 14 e i 20 anni, e questo alla luce delle conoscenze scientifiche e pratiche. Tutto questo mantenendo l'obiettivo anche sulle relazioni in merito alla ricerca della prestazione e alla competizione nel campo della ginnastica e dello sport.

I partecipanti al simposio rappresentavano tutte le tendenze, dalla pratica morigerata della ginnastica all'acqua di rose, passando attraverso un'applicazione fresca e variata di un'attività sportiva, fino allo sport di competizione sfrenato e unilaterale, praticato senza alcuna considerazione per la struttura particolare della donna.

La data della manifestazione era stata scelta con mano felice, in quanto ancora regnava chiara l'im-

pressione lasciata dai Giochi Olimpici. Tutti avevano presenti i sensazionali primati realizzati nel nuoto dalle quattordicenni, quindicenni e sedicenni provenienti dal Giappone, dall'Australia, dall'Olanda e, soprattutto, dalla California. E la questione, se si tratta di prestazioni fenomenali, ottenute grazie ad un « allevamento » speciale, di adolescenti, nelle quali si contrariano le caratteristiche e la costituzione femminili proprio nell'età dello sviluppo, fluttuava nell'aria, anche senza giungere mai ad essere direttamente pronunciata.

Costatazioni

« L'uomo soldato e cacciatore, e quindi in lotta e in sudore, la donna madre e casalinga, e quindi educatrice e guardiana del focolare domestico » sono immagini il cui valore è ormai da tempo scaduto. « La democratizzazione ha trasformato la posizione sociale della donna. Le funzioni professionali della donna all'infuori del focolare domestico, con responsabilità definite e quindi non più soltanto come ausiliare dell'uomo, sono in continuo aumento. In Svizzera, in Germania e negli Stati Uniti le donne rappresentano circa un terzo di tutti i salariati. In Germania, per esempio, si tratta di ben 12 milioni di uomini e di 6 milioni di donne ».

« Il campo dell'autonomia individuale diventa maggiore, e questo in materia tutta speciale per quelle parti della popolazione finora sottomesse ad una stretta autorità, ossia le donne e i giovani ». La donna della società attuale ottiene « sempre maggiore libertà di movimento e di giudizio e deve però anche assumere maggiori responsabilità ». Dal punto di vista pedagogico, si costata che la coscienza del proprio corpo è specialmente intensa nella ragazza dai 12 ai 16 anni. Oggi, per la ragazza, la crescita è, a 16 anni, praticamente conclusa. A partire dal diciassettesimo anno, la pronunciata coscienza di cui sopra tende a diminuire. Un'inchiesta svolta presso allieve diciassettenni di una Scuola normale ha dimostrato che circa la metà accorda la preferenza alla competizione sportiva individuale e in gruppi, mentre, per le allieve diciannovenni, la percentuale discende al 20 o 30 %; il resto preferisce un'attività fisica di carattere ginnico-ritmico.

D'altra parte, secondo le inchieste d'ordine fisiologico, la ragazza raggiunge la massima capacità fisica di prestazione prima che il processo della crescita sia terminato. Ciò concerne specialmente *la forza muscolare,* che si sviluppa al massimo tra il quattordicesimo e il sedicesimo anno per poi arrestarsi, mentre per il giovane continua a crescere anche dopo il ventesimo anno di età. La *facoltà d'allenamento* (capacità d'adattamento) della muscolatura delle membra raggiunge il punto culminante tra i 14 e i 16 anni. Per quel che concerne la muscolatura del tronco, la facoltà d'adattamento si trova, per la donna, a 16 anni allo stesso livello di quella dell'uomo adulto. Anche la *capacità vitale dei polmoni* della ragazza ha raggiunto il massimo a 16 anni. L'abilità e il senso d'equilibrio della ragazza di 14-16 anni sono superiori che non quelli dei ragazzi della stessa età ed hanno ancora la possibilità di aumentare (ginnastica, danza, pattinaggio, sci - slalom).

Il fatto che ragazze californiane di 14-16 anni realizzino delle prodezze straordinarie nel nuoto, dove la forza muscolare, la facoltà d'allenamento della muscolatura del tronco e delle membra, le prestazioni dell'apparato circolatorio e respiratorio, l'abilità e una forma corporale idrodinamica adatta hanno una parte di primo piano, sembra essere la conseguenza logica delle costatazioni a cui abbiamo accennato, la giusta valorizzazione pedagogica degli attributi fisici e psichici a disposizione.

Conclusioni

Nel nostro paese si deve pure accordare alla donna una posizione sociale corrispondente a quella dell'uomo. Naturalmente allora ella avrà il diritto di pretendere alla stessa formazione. Oggi una formazione senza educazione fisica non è più concepibile. Per questa ragione è urgente che, alla ragazza trovantesi nella fase più importante del suo sviluppo, vengano comunicati tutti gli impulsi funzionali necessari per giungere al perfetto sviluppo del suo corpo.

Questi stimoli funzionali della crescita, in seguito all'attuale forma di vita del nostro popolo, possono essere comunicati soltanto grazie ad un insegnamento sistematico della ginnastica e dello sport. Quel che sotto questo aspetto vien tralasciato prima dei sedici anni, non può più essere ricuperato, contrariamente a quanto invece accade per l'uomo, che dispone di una costituzione fisiologica diversa. Quanto sopra si presenta sotto un aspetto rivoluzionario, in quanto è diametralmente opposto ai principi attualmente valevoli nel nostro paese, secondo i quali la ragazza tra i 14 e i 16 anni deve essere in primo luogo formata mediante ginnastica di indirizzo ritmico-estetico e con esercizi che escludano nel limite del possibile ogni impiego di forza. Gli sforzi, la prestazione, la competizione dovrebbero, secondo tali principi, essere lasciati da parte, in considerazione della costituzione della giovane, falsamente ritenuta fragile. Tutti coloro che hanno seguito attentamente le spiegazioni e le discussioni degli scienziati e dei pedagoghi partecipanti al simposio, non hanno avuto bisogno di lunga riflessione per rendersi conto del perchè le ragazze situate tra i 12 e i 16 anni presentano un maggior numero di difetti di crescita e di tenuta che non i ragazzi della stessa età.

Misure organizzative

Se dunque la giovane sedicenne si trova, sul piano dello sviluppo della prestazione fisica, allo stesso livello del suo compagno dell'altro sesso quando questo ha raggiunto l'età adulta, occorre la messa in opera di provvedimenti adatti a favore dell'educazione fisica femminile durante il periodo della crescita e quello immediatamente seguente.

Uno dei compiti primi dello Stato, è quello di vegliare affinchè il nostro popolo non s'ammollisca e degeneri fisicamente. Il sesso femminile, nella sua qualità di sostegno genetico della nostra specie, esercita un influsso determinante sulla salute della popolazione e sulla trasmissione della specie. Si tratta quindi di riparare al più presto agli inconcepibili errori accumulati finora.

Per questo lo Stato, sulla base della necessità di salvaguardare la salute pubblica, deve creare le basi legali necessarie affinchè:

— in tutti i cantoni del nostro paese l'educazione

fisica femminile diventi obbligatoria;
- in tutti i cantoni venga introdotto un minimo di tre ore obbligatorie di ginnastica;
- alle giovani liberate dall'obbligo scolastico venga offerta l'occasione, fino al raggiungimento del ventesimo anno d'età, di praticare, con l'aiuto della Confederazione, un'attività ginnica e sportiva volontaria regolare.

Ciò facendo, si potrebbe dar seguito ad un imperativo urgente dei tempi, ossia a quello di procurare al sesso femminile, almeno in questo campo, la stessa situazione della quale gode il sesso maschile. La nostra Scuola considera essere uno dei suoi compiti maggiori e più belli, quello di tirare, durante l'anno in corso, le conseguenze logiche del memorabile citato simposio, e, in collaborazione con tutte le organizzazioni e le istituzioni interessate, di mettere in opera tutto il possibile affinchè giustizia venga resa, in questo settore, alla gioventù femminile del nostro paese.

ISTRUZIONE PREPARATORIA GINNICA E SPORTIVA

Istruzioni per l'organizzazione di un corso di base IP

Il monitore I.P. che intende organizzare un corso di base nella sua località deve inoltrare regolare domanda all'Ufficio cantonale dell'I.P. corredandola dei seguenti dati indispensabili perchè l'autorizzazione possa essere concessa:

1. generalità del capo e dell'eventuale sostituto;
2. la denominazione che il corso assume;
3. la data in cui si intende tenere il primo allenamento;
4. la località (eventualmente la palestra, il piazzale, ecc.), il giorno (o i giorni) e le ore in cui gli allenamenti hanno luogo;
5. l'elenco con le generalità complete dei giovani che hanno dato la loro adesione a partecipare al corso: suddividere gli allievi secondo le classi di età. Modifiche di effettivo (e di programma) dovranno essere notificate man mano che si verificano;
6. l'elenco del materiale necessario agli allenamenti.

Note importanti

a) Tutti i dati richiesti devono essere in possesso dell'Ufficio cantonale del'I.P. almeno *10 giorni prima della tenuta del primo allenamento.*

b) Chi intende ottenere i sussidi deve dimostrare di aver tenuto un minimo di 40 ore di allenamento. Le ore di allenamento e le presenze devono essere inscritte nell'apposito libretto di controllo C 2 che viene inviato unitamente all'autorizzazione a tenere il corso: detto libretto deve essere tenuto a giorno e sempre a disposizione per eventuali ispezioni. *Nei libretti di controllo le ore di presenza agli allenamenti dei monitori e degli allievi devono essere indicate con numeri e non con lineette o crocette.*

c) Il materiale (del quale deve essere accusata immediata ricevuta non appena in possesso) deve essere ritornato all'Ufficio I.P. (servendosi del buono di trasporto gratuito che deve essere richiesto, da chi ne fosse sprovvisto, all'Ufficio I.P.) subito dopo la tenuta degli esami: deve essere notificato il materiale rotto o mancante.

d) L'assicurazione *non risponde* degli infortuni che dovessero accadere in corsi non ancora autorizzati.

e) I monitori I.P., nella loro corrispondenza con l'Ufficio I.P., godono della franchigia di porto.

f) Quando un monitore ritiene di aver preparato i suoi giovani per gli esami egli deve fissare il giorno in cui intende che gli stessi abbiano a svolgersi e comunicare tale data *almeno otto giorni prima,* all'Ufficio I.P. perchè questo possa provvedere alla designazione dell'ispettore e dei periti e all'invio dei fogli. Il capo preparerà, scritti a macchina, i fogli di esame per tutti i suoi allievi facendo attenzione di non usare fogli di una età per giovani di un'altra. Il fabbisogno mancante può essere chiesto all'Ufficio cantonale dell' I.P. Inoltre il monitore dovrà preparare il piazzale con i posti d'esercizio segnati.

g) Non potranno essere concesse autorizzazioni a seguito di *notifica telefonica.*

Il numero del telefono dell'Ufficio cantonale I.P. è il seguente: 092 / 4 56 96.

Soltanto seguendo scrupolosamente queste direttive restano assicurati il buon andamento dei corsi e la loro riuscita.

Le visite medico-sportive dell'IP nel 1965

Anche nel 1965 *i giovani che praticano l'I.P.* possono chiedere di essere sottoposti a una visita medica. I monitori invieranno, a tale scopo, domanda all'Ufficio cantonale, nella quale sarà indicato il medico di fiducia e sarà allegato — *in duplo* — l'elenco dei