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: 23 (1966)

Heft: 5-6

Artikel: L'insegnamento funzionale dello sci

Autor: Weiss, Wolfgang

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001053

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: 09.08.2025

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

L'insegnamento funzionale dello sci

Wolfgang Weiss
Traduzione e adattamento italiani: Franco Cattaneo, Massagno

1. Introduzione

Se è vero, come la sociologia pretende, che, rivolto verso il mondo esterno, l'uomo moderno vive nel campo delle alte tensioni dell'« influenza personale e dell'influenza ambiente » sviluppandovi enormi capacità appropriate, lo sport dello sci conviene perfettamente sia a lui, che al suo carattere sociale. Non si discorre qui della moda dell'abbigliamento, nè dell'equipaggiamento, tantomeno della preferenza accordata a questa o quella stazione, benchè il fatto abbia una importanza sociologica. E nemmeno il nostro scopo volge all'analisi delle più recenti tecniche e metodi di sci, oppure al vanto dei prodotti dell'insegnamento di tale o tal'altra scuola o nazione.

No, considereremo una caratteristica invariabile dello sci: la correlazione esistente tra lo sciatore e le **condizioni ambientali,** quali il terreno, la neve e la velocità. (Lasciamo provvisoriamente da parte, in quanto « condizione ambiente », le numerose persone che solcano la pista: esse turbano la calma propizia a queste riflessioni).

Non esistono altri sport oltre allo sci, per i quali l'uomo si trova alle prese con un succedersi di circostanze tanto rapidamente mutevoli. In effetti, ad ogni frazione di secondo, lo sciatore deve conformare il suo atteggiamento alle condizioni date. Situazione che illustra chiaramente la vera gioia di sciare, quella di giocare col terreno. Lo sciatore si slancia dal pendio con il minor pregiudizio possibile. Il suo volere e il suo agire nascono ad ogni istante dalla moltitudine di possibilità che la natura offre alla «scelta» della sua fantasia. Quanto più vicino alla perfezione sono l'adattamento e la padronanza dello sciatore, tanto più grande saranno il suo piacere e la sua fierezza. Il gioco è completo se l'intenzione dello sciatore, la seduzione del terreno e la realizzazione tecnica si fondono in un tutto. In tal senso, un percorso non può esser che unico, poichè, la seconda volta, la libertà di decidere non esiste più. Abbiamo fatto allusione alla sociologia; ciò è avvenuto pensando appunto al rapporto esistente tra l'uomo e il terreno che deve da lui essere dominato.

Si potrebbe chiamare lo sci « arte dell'adattarsi ». Ciò perchè siamo persuasi che, tra lo sciatore medio ed un vincitore olimpionico, astrazion fatta delle differenze inerenti a fattori puramente corporali (condizione fisica, coordinazione, mobilità), la differenza determinante è questa: ad ogni frazione di secondo, lo sciatore compìto è capace di reagire esattamente come occorre, adattando perfettamente la sua condotta allo stato della neve, del terreno, alla velocità ch'egli si è imposta, allorchè l'esordiente non soltanto apprezza male la situazione, ma non padroneggia ancora i meccanismi d'adattamento che dovrebbero intervenire.

Una esperienza generalmente nota permette di dimostrare a che punto la ricezione dei dati ottici e la loro trasformazione in reazioni appropriate è determinante: la goffaggine, il malessere con il quale per luce diffusa, nella nebbia o ancora nella notte, ci si muove su una pista pur familiare. Nelle pagine seguenti, tenteremo di analizzare alla bell'e meglio il principio dell'adattamento. Considereremo essenzialmente la voltata a valle sci paralleli. Si è tentati volontieri di approfondire queste riflessioni, di studiarle scientificamente. Ma poichè ciò non è possibile per delle ragioni facilmente comprensibili, ci si permetta di presentare un seguito di idee espresse in forma incompleta, abbozzata così di primo acchito. Speriamo che il lettore critico, pur corrugando la fronte, se ne ricorderà con indulgenza.

2. Quali problemi si presentano allo sciatore allorchè egli desidera eseguire delle voltate verso valle con gli sci paralleli?

Lo sciatore deve valutare diversi dati di fatto:

Variabili

- le condizioni d'innevamento: ghiaccio, pista, neve tenera, neve gelata, ecc.;
- il terreno: ripido o pianeggiante, unito o accidentato, cresta o conca, ecc.;
- la velocità: al passo sino a velocità ben superiori ai 100 km. orari.

Questi dati influenzano il comportamento dello sciatore durante il cambiamento di direzione: una grande resistenza della neve esige una posizione ben diversa da quella dettata per il ghiaccio; a grande velocità, i problemi sono altri che a velocità ridotta; inoltre il rilievo del terreno semplifica o complica l'azione. La realizzazione di una voltata precisa è quindi nettamente funzione di una esatta valutazione della situazione.

Costanti

Altri dati, quali il peso ed i rapporti di leva dello sciatore, la sua forza ed il materiale, devono ugualmente esser considerati. Essi sono tuttavia più o meno invariabili e costituiscono quindi un fattore costante della situazione d'assieme.

Lo sciatore deve scegliere il tracciato

Ecco le principali possibilità di scelta a sua disposizione:

- curve a piccolo o a grande raggio;
- grande o piccolo cambiamento di direzione;
- frenata brutale o leggera;
- accentuazione dell'inizio o della fine.

Ma i desideri dello sciatore sono limitati dai dati variabili e da quelli costanti. Gli necessita stabilire se deve scegliere la linea più semplice oppure se può affrontare esigenze tecniche e fisiche elevate.

Per ciò che riguarda la scelta del tracciato, una decisione preliminare può intervenire, segnatamente allorchè il terreno è conosciuto. Ma la scelta decisiva interviene all'ultimo momento. È solamente alla fine della voltata precedente che la situazione esatta e quindi lo stato del terreno, la velocità e le condizioni d'innevamento appaiono in dettaglio.

Lo sciatore deve adottare i movimenti appropriati e dosarli convenientemente

Una voltata verso valle con gli sci paralleli si scompone in molti frammenti di movimento. Ecco un elenco di questi

differenti elementi, astrazion fatta del loro carattere «giusto» o «sbagliato».
La freccia non indica un'alternativa, bensì una transizione progressiva.

- Condotta degli sci: piatti ——> sullo spigolo interno
- posizione degli sci: aperta ——> chiusa
- perno degli sci in rapporto alla direzione di discesa: piccolo ——> grande
- peso sugli sci: sci interno ——> sui due sci ——> sci esterno
- ripartizione della pressione: la coda degli sci ——> l'intera superficie ——> le spatole
- posizione spaccata: nulla ——> sci interno avanzato
- appoggio della totalità del peso sul lato interno dell'arco descritto: debole ——> grande
- posizione del peso totale per rapporto al suolo: a monte ——> a valle
- flessione dell'articolazione dell'anca in avanti: debole ——> grande
- flessione dell'articolazione del ginocchio: debole ——> grande
- flessione delle articolazioni del piede: debole ——> grande
- movimento verticale: alto ——> nullo ——> basso
- rotazione: nulla ——> grande
- contravvitamento: nullo ——> grande
- torsione busto-anca in rapporto a piedi-sci: fianco esterno in avanti ——> normale ——> fianco interno dell'arco in avanti
- spostamento delle anche: verso l'interno ——> nullo ——> verso l'esterno
- intervento dei bastoni: nullo o per appoggio ——> per resistenza
- spinta dei bastoni: esterna, interna o doppia
- posizione delle braccia: staccate ——> vicino al corpo.

Nessuno di questi elementi è giusto in maniera fissa e invariabile. Tutti sono variabili e combinabili liberamente l'un l'altro. Occorre inoltre considerare che, a parte il movimento di rotazione e la messa in azione dei bastoni, come uniche azioni durante lo svolgimento della curva, tutti gli altri elementi possono variare.
Da una curva all'altra, si presentano altri problemi che giustificano:

- un cambiamento della «presa» degli spigoli;
- un cambiamento della direzione della voltata, della rotazione degli sci;
- un cambiamento dell'appoggio (basculla);
- un cambiamento del peso;
- un cambiamento della posizione;
- un cambiamento nello spostamento delle anche.

Ognuno di questi elementi interviene, individualmente o come frammento del tutto, in ogni situazione. E ciò in relazione di dati variabili, di dati costanti ed al tracciato da eseguire. Lo sciatore deve quindi scegliere e dosare i suoi

movimenti in conformità dell'apprezzamento delle condizioni ambiente e della meta ch'egli ricerca.

Lo sciatore deve correggere i disturbi che sopravvengono durante la voltata

Sciare è un esercizio d'equilibrio. Sci chiusi, lo sciatore si trova in equilibrio instabile. Quest'ultimo è rotto ad ogni istante dalla diversità del terreno, dallo stato della neve e dalla modificazione della velocità. Lo sciatore è quindi obbligato a ristabilire continuamente questo equilibrio se vuole evitare la caduta.
È così ch'egli è portato ad osservare i disturbi che sopravvengono durante la curva ed a reagire in modo da poter seguire il tracciato originale.

Esempi:

- slittamento (scivolata di fianco) eccessivo: premere maggiormente sugli spigoli (accentuare lo spostamento delle anche);
- raggio troppo ampio: far perno maggiormente sugli sci (contro-movimento), premere maggiormente sulle spatole, sugli spigoli, ecc.

Un buon sciatore nota già lievi perturbazioni dell'equilibrio e le correggerà convenientemente. Al contrario, un principiante dovrà sovente subire, impotente, e fino alla caduta, le forze che agiscono su di lui.

Riassunto

Lo sciatore deve quindi:

- valutare correttamente le condizioni ambiente;
- scegliere il tracciato conforme alle sue possibilità;
- far intervenire in questa situazione degli elementi di movimento appropriati, correttamente dosati;
- correggere i disturbi che sopravvengono nel corso della voltata.

Generalmente, tutto ciò deve svolgersi in qualche frazione di secondo.
Non è il caso di riflettere, di decidere e di comportarsi consciamente; la reazione dello sciatore è automatica. Un fatto (ghiaccio, slittamento imprevisto) fa scattare immediatamente le reazioni convenienti (per esempio spostamento delle anche, presa degli spigoli, avanzamento delle ginocchia, pressione delle spatole, ecc.).

Tema ricapitolativo:

Lo sforzo determinante dello sciatore consiste nell'adattare al massimo i suoi movimenti alla situazione data.

3. Come si impara e si insegna a curvare?

Come abbiamo visto, sciare costituisce una attività estremamente complicata. D'altra parte, la forma di movimento che implica lo sci — lasciarsi scivolare eretti lungo il pendio — è totalmente estranea alle condizioni normali. Per fortuna, l'allievo non è obbligato a comprender gran che di tutti questi problemi meccanici.

Si impara con l'esperienza

I piccoli montanari, che si chiamano «talenti naturali», imparano a sciare molto bene senza conoscenze veramente coscienti. Essi imitano ed esperimentano. Successi ed insuccessi fan loro assimilare lo svolgersi dei movimenti. E la somma delle esperienze accumulate permette loro — infine — di valutare la situazione con una precisione vieppiù grande, valutazione che origina le reazioni appropriate. Questo tirocinio è sempre uguale. Non si potrebbe imparare a sciare «a secco». Ma esistono metodi migliori di quello descritto sopra. L'insegnamento è destinato ad accelerare il processo d'iniziazione, a far evitare errori ed esperienze sgradevoli, con tutte le loro incresciose conseguenze. In determinate situazioni, una comprensione ottenuta con la spiegazione può ugualmente aiutare a meglio afferrare il problema. Ma tuttavia, solamente l'esperienza deve lasciare una profonda impronta, propria ad originare delle reazioni automatiche.
Allorchè un allievo impara a scivolare di fianco sul pendìo d'allenamento, ogni modificazione del terreno, della neve, della velocità o dello svolgersi dell'esercizio necessita prove e riprove, fino a che l'esperienza così accumulata ab-

bia aperto la strada allo svolgersi corretto dei movimenti. Quindi, non si impara una volta per tutte a scivolar di fianco, ma si impara a scivolar di fianco in una situazione data. Guai se l'allievo non comprende che gli elementi dell'atteggiamento fisico e del movimento racchiusi in questa attività (lato a monte avanzato, spostamento delle anche, sci a valle caricato, ecc.), devono rimanere variabili: ogni modificazione dei dati di fatto provocherà la sua caduta.
Ognuno può imparare in meno di un'ora le attitudini ed i movimenti che compongono la tecnica dello sci. Ma per esser nella possibilità di adattarli correttamente alle condizioni variabili, occorrono giorni, settimane, anni d'esperienza.

L'insegnamento funzionale dello sci

Le considerazioni che precedono permettono di formulare gli scopi obiettivi dell'insegnamento dello sci.

Scopi

- L'allievo deve imparare le posizioni ed i movimenti che egli utilizza sugli sci (spostamento delle anche, elevazione, azione di perno, ecc.).
- L'allievo deve scoprire che queste posizioni e movimenti hanno un senso solo in funzione di dati determinati (spostamento delle anche: accentuato su neve dura, debole o nullo su neve tenera, ecc.).
- L'allievo deve imparare a valutare tale fattore e — con il numero più grande possibile di ripetizioni in circostanze diverse — assimilare le reazioni di movimento e di posizione (cambiamento del terreno, della neve, della velocità).
- Questo bagaglio di esperienze dell'allievo deve esser costantemente arricchito, in modo ch'egli impari a conoscere ed utilizzare un'infinità di possibilità diverse (scelta del tracciato, del terreno).

È chiaro tuttavia che, avuto riguardo alla varietà delle condizioni d'innevamento e di terreno, sussistono certe esigenze da rispettare. L'ospite di una scuola di sci, che ha scelto un soggiorno di una settimana in Svizzera, desidera nel limite del possibile affrontare le condizioni più semplici. Al giovane sciatore, invece, occorre accordare la più vasta possibilità d'azione.

I mezzi d'insegnamento del maestro di sci

La **dimostrazione** è il mezzo ausiliario determinante per l'insegnamento. Ma affinchè la stessa diventi giudiziosamente efficace, il maestro di sci deve adottare egli stesso una maniera di sciare ben adattata (e non dimostri quindi con una forma-cliché fissa) e la sua dimostrazione deve mettere in evidenza tale adattamento funzionale.

La **spiegazione** è particolarmente indicata allorchè la relazione tra un movimento richiesto ed il suo effetto corrispondente ai dati di fatto non appare evidente.

L'attribuzione dei compiti è il mezzo principale d'insegnamento del maestro.
Il compito si baserà avantutto su situazioni determinate: scelta del terreno, problemi del terreno, cambiamento di neve, cambiamento di velocità. L'allievo deve avere la possibilità di fare le proprie esperienze. Soltanto in seguito il maestro gli indicherà le soluzioni da dare ai problemi, per quanto concerne il movimento. Una giudiziosa attribuzione dei compiti permette all'allievo di fare le esperienze necessarie al suo livello d'evoluzione:

- assimilare nuovi elementi di movimento (introduzione);
- fare esperienze in condizioni variabili (applicazione);
- perfezionamento del preciso dosaggio (allenamento).

La **correzione** deve evitare l'abitudine ai movimenti sbagliati.
È il metodo più rapido per condurre l'allievo ad una posizione giusta. È comunque determinante che gli errori formali non siano semplicemente corretti, ma che la possizione ed i movimenti siano applicati in funzione di una determinata situazione (per esempio: si slitta troppo di fianco; premere maggiormente sugli spigoli, ecc.). Fintanto ciò sia possibile, si ricorrerà sempre ad esercizi di correzione che permettano di far risaltare al massimo le correlazioni (in merito all'esempio sopraccennato: neve più dura, curva sopra un dosso, ecc.).

Infine, **l'organizzazione** della lezione deve garantire la più grande intensità d'esercizio possibile.

Il procedimento metodico

L'analisi ha dimostrato la quantità di frammenti di movimento che compongono un cambiamento di direzione a curva. Nel nuoto e nell'atletica leggera, gli aspetti parziali di un movimento costituiscono finalmente una forma globale fissa, che può essere applicata ed esercitata invariabilmente. Lo sci si trova all'altra estremità. Non esiste qui forma globale fissa. Ogni parte di movimento deve rimanere valida in sè. Ogni voltata o curva e una forma nuova, emersa da una nuova situazione.
In ciò che concerne la curva in parallelo, la struttura della metodologia dello sci è un processo d'insegnamento analitico. I differenti movimenti sono studiati e limati, affinati passo a passo. Eccone le grandi tappe:

- scivolare in avanti
- slittare lateralmente
- girare.

Allorchè ci troviamo finalmente alla soglia dell'introduzione del cristiania parallelo, tutti gli elementi del movimento ch'esso necessita, sono conosciuti ed esercitati nella loro variabilità inerente alla situazione data. Si tratta ora di fare una sintesi.

Quanto a risolvere il problema decisivo del cambiamento di presa di spigoli introdotto con spinta energica dei talloni con elevazione, con brevi angolature (stemm) o sfruttando il terreno, una cosa sola conta:

questa prima curva deve corrispondere alle capacità dell'allievo ed al terreno scelto, ma non si eserciterà per sè stessa questa o quella forma determinata. Il professore di sci deve applicare i movimenti ausiliari ch'egli ritiene utili, per esempio: spinta di rotazione seguita da contravvitamento, alleggerimento per elevazione, spostamento delle anche, piantare il bastone, ecc.

Poichè una iniziazione si svolge il più sovente nelle condizioni elementari, il risultato del primo esperimento corrisponderà in certo qual modo all'immagine del cristiania usuale svizzero: un poco di rotazione, un poco di controavvitamento (spinta della coda degli sci), un poco di alleggerimento (délestage) per elevazione, eventualmente appoggio del bastone (vedi «SKI SUISSE», le christiania-aval; manuale ufficiale dell'Interassociazione svizzera per lo sci — Berna).

Si potrebbe designare questo cristiania usuale come una specie di forma fondamentale cui si affibbiano altri nomi e che si modifica liberamente soltanto in funzione delle condizioni ambienti o come forma di gioco.

In tali condizioni ogni discussione a proposito della « forma della curva generalmente valevole » è senza oggetto. **Esistono unicamente delle curve corrette in rapporto a una determinata situazione.**

Il maestro di sci non applicherà quindi questa forma prestabilita in condizioni nuove, ma al contrario cercherà altri dati di fatto, fisserà nuovi compiti. Così ogni curva apparirà nuovamente come la risposta ad una situazione determinata.

4. Dalla tecnica unificata svizzera all'insegnamento funzionale dello sci

Dalla fondazione dell'Interassociazione per lo sci, nel 1932, la méta, propriamente detta, degli sforzi spiegati in vista dell'unificazione fu la ricerca di un metodo d'insegnamento uniforme.

In tutta la Svizzera si sarebbe dovuto insegnare lo sci secondo i medesimi principi. Si ritenne di poter giungere allo scopo soltanto col determinare ugualmente una tecnica di sci uniforme.

Questo il motivo per cui, alla base della tecnica unificata, stava il desiderio di trovare uno sviluppo di movimento che potesse esser applicato allo stesso modo in qualsiasi situazione: una forma di movimento valida in ogni condizione di neve e di terreno.

La tecnica svizzera unificata venne elaborata, e si inneggiò ai trionfi della metodologia: ovunque si insegnava la stessa forma di curva.

Ma la tecnica sciistica internazionale non si preoccupò affatto d'uniformare, essa evolse.

Corridori austriaci sciavano diversamente ed ottennero vittorie. Il metodo austriaco fissò il proprio svolgersi dei movimenti, trasformandoli in metodo d'insegnamento. Un gruppo austriaco di dimostrazione provocò sorrisi, allorchè un giorno, i suoi componenti, che sciavano molto elegantemente sulla pista, applicarono la loro «tecnica uniforme» in neve profonda... e fallirono (Davos 1953). La loro tecnica non essendo generalmente valida era quindi inutilizzabile!

I corridori badarono ben poco ai dogmi nazionali a proposito della «maniera giusta di sciare». Essi utilizzarono per contro tutto ciò che li aiutava a percorrere più velocemente e con maggior sicurezza un tracciato di slalom o di discesa libera. Le diversità nazionali iniziali si fusero poi in una tecnica internazionale di competizione.

Appena qualcuno scopriva un nuovo elemento efficace, l'anno seguente se ne generalizzava l'impiego.

Il film «Kristiania», prodotto nel 1959, tentava di analizzare i fatti e constatava: « **Gli sciatori si adattano alla situazione...** ». Così anche noi saremmo ritornati alla tesi principale di questo studio. Il perfetto adattamento dello sciatore alla situazione è il problema più importante della tecnica dello sci ed il compito principale dell'insegnamento.

Dal 1954, diversi ambienti hanno rimesso in discussione la tradizionale unificazione.

La pubblicazione del manuale «SKI SUISSE» mostrò finalmente che si ammetteva ufficialmente la molteplicità della tecnica sciistica.

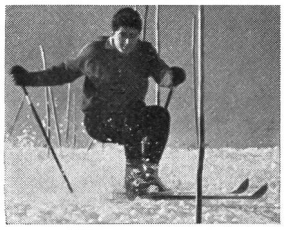
Releghiamo nel solaio, tra le « tappe importanti dell'evoluzione », la tecnica unificata e con questa l'idea di una forma di applicazione generale.

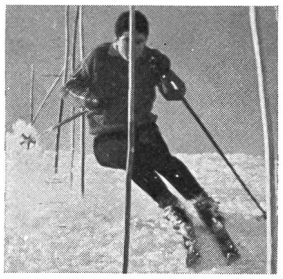
Che ne è invece del **metodo unificato?**

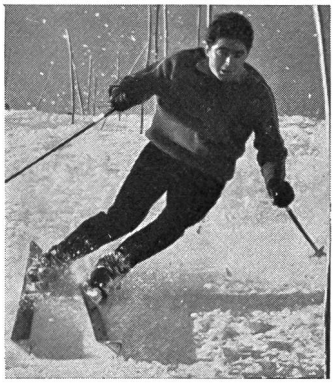
Si continuerà a disputare per stabilire qual è, in una situazione determinata, il migliore adattamento funzionale possibile. Obbedendo ad una necessità assoluta, i corridori troveranno nuovi sviluppi di movimento, che saranno analizzati e catalogati (per esempio il serpeggiare o scodinzolo-serpente).

Si continuerà ugualmente a discutere per sapere, a proposito degli elementi di movimento relativi all'insegnamento impartito ai principianti, quali sono importanti e quali sono secondari. Si preferirà quindi questa o quella via dell'iniziazione metodica.

Poichè esistono allievi (e maestri) diversamente dotati; poichè, malgrado tutte le macchine esistenti, succede che si insegna in condizioni di innevamento difficili; poichè ancora non si conoscono che ben poche relazioni vere tra la tecnica e la meccanica dello sci — a causa della ca-







renza di metodi-test sperimentali —, appare estremamente dubbioso che ci si incammini verso dei metodi uniformi.

Sono necessari programmi d'insegnamento che offrono direttive e mostrano possibilità. Ma essi saranno tanto migliori, quanto più lasceranno libertà, senza peraltro che ne risulti confusione.

Una unità è tuttavia possibile: il principio dell'insegnamento può essere uguale dappertutto. Secondo quanto precede, si potrebbe in certo qual modo formularlo così:

— L'insegnamento dello sci deve permettere all'allievo d'imparare i frammenti di movimento della tecnica sciistica in funzione della neve, del terreno e della velocità, e ad applicarli con la massima diversità possibile.

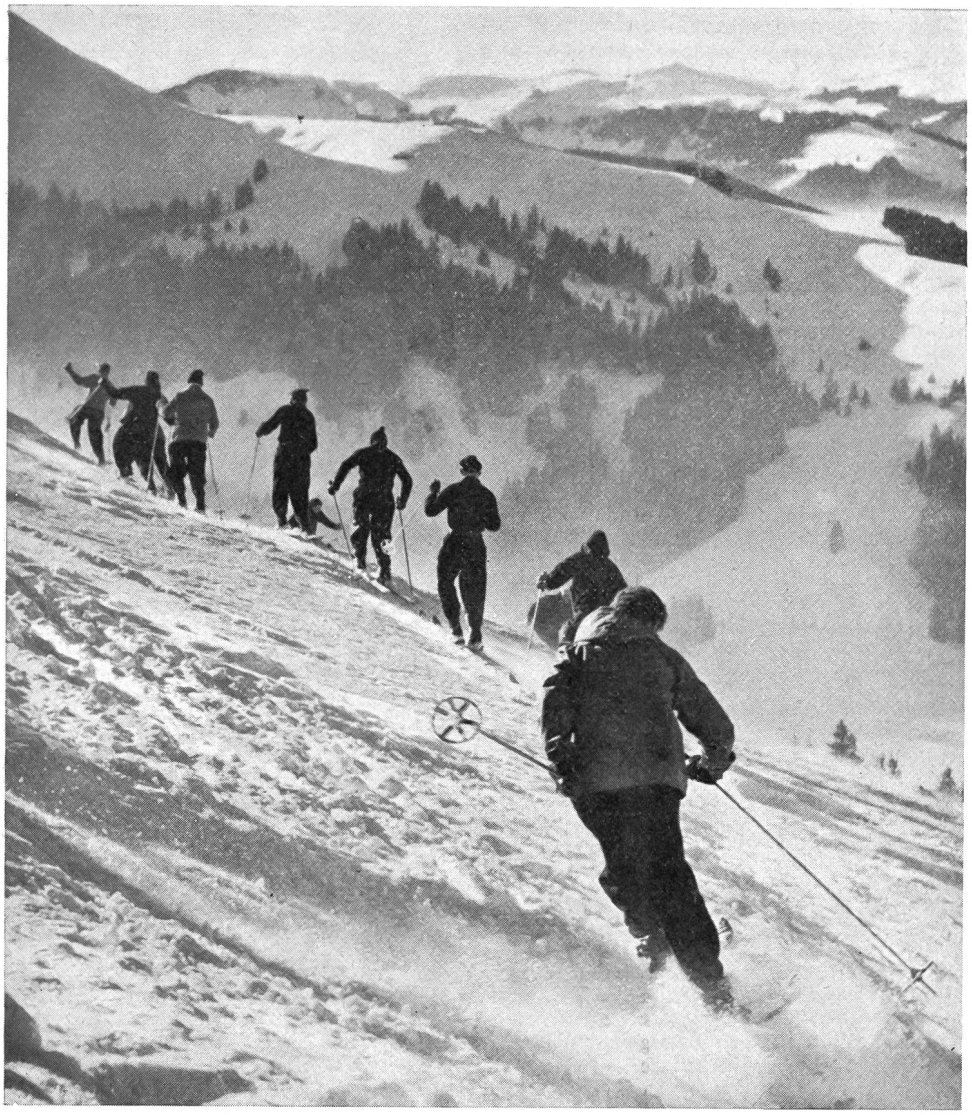
5. Conclusione

Non sarebbe realistico credere che l'industria dell'insegnamento dello sci possa soddisfarsi col principio funzionale. La propaganda a favore dello sci necessita di correnti di moda, dalle quali sia possibile trarre pubblicità a profitto delle scuole nazionali di sci. È per questo motivo che vengono continuamente lanciate sul mercato nuove forme di gioco, quali la **voltata in torsione** o il serpeggiare (scodinzolo-serpente).

Questi modi di curvare hanno il loro valore funzionale in situazioni nettamente definite; essi sono indispensabili per lo sciatore di competizione.

Trasferiti alla semplice pista, essi non sono altro che forme di gioco. Ma il gioco si giustifica quindi in uno sci di svago e le forme mutevoli della moda colorano — nel vero senso della parola — l'immagine che offrono le piste.

Su di un piano locale e nazionale, le scuole di sci hanno bisogno di caratterizzare il loro stile. La posizione delle braccia costituisce a questo proposito un mezzo semplicissimo. Semplice assai perchè reca poche ripercussioni funzionali (ciò non riguarda naturalmente i corridori). A proposito di questa semplicità funzionale, si potrebbe pure esaminare l'idea, assai audace, secondo la quale rotazione e contromovimento ebbero i favori di vigorose discussioni, soltanto per il fatto che tutt'e due significano poca cosa sul piano della meccanica dello sci. Per contro, se uno spostamento delle anche (o nessun spostamento) è promosso caratteristica di uno stile, il fatto sarebbe sconcertante tanto quanto quello di una squadra di calcio di cui tutti i membri giocassero unicamente con l'interno del piede.

Differenti forme di gioco possono, senza cambiare, esser incorporate nella metodologia dello sci, ciò senza recar pregiudizio alla stessa.

Finchè il principio dell'adattamento funzionale, e quindi dell'economia dello sforzo, rimane la base del metodo, esso può resistere a qualsiasi intromissione dogmatica e produrre un insegnamento vivente e variato.