

**Zeitschrift:** Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Herausgeber:** Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Band:** 30 (1973)

**Heft:** 3

**Rubrik:** Gioventù + Sport

### **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**

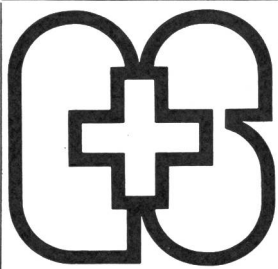
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 27.04.2026

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



GIOVENTÙ + SPORT

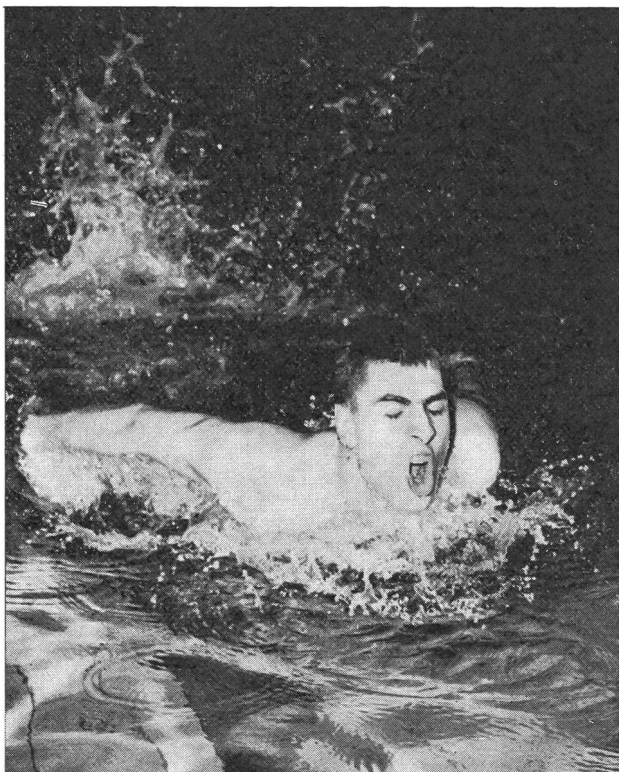
Le diverse discipline:

## Il nuoto

Testo originale: Yves Jeannotat

Testo italiano: Oris Rossi

Il nuoto è uno sport molto completo, si potrebbe anzi dire che è lo sport più completo che esista. Come l'aria, l'acqua è un elemento naturale indispensabile alla vita, per cui l'uomo non incontra alcuna difficoltà di assuefazione. In certi ambienti purtroppo si spaventano i giovani affermando che il contatto con l'acqua è spesso pericoloso; il pericolo effettivamente è reale, ma soltanto per chi non sa nuotare oppure affronta l'elemento in condizioni del tutto contrarie alle esigenze vitali; due ragioni di più quindi per seguire un corso specialistico di nuoto organizzato nel quadro di Gioventù + Sport, dove l'istruzione appunto non è basata esclusivamente sulla competitività agonistica, ma verte soprattutto sulle nozioni fondamentali per evitare i pericoli che una pratica errata della disciplina potrebbero presentare.

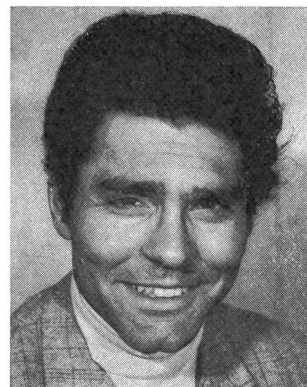


L'uomo ha sempre praticato il nuoto da tempi antichissimi ed anche se questa disciplina non faceva parte dei primi Giochi Olimpici, i Greci avevano introdotto il nuoto già nei loro altrettanto famosi Giochi del Mediterraneo. È in Giappone, nel 1603, che per la prima volta il nuoto entra nella scuola come materia obbligatoria imposta da un editto imperiale. In Europa le prime gare di nuoto vennero organizzate nel 1837 a Londra, ripetute poi ufficialmente nel 1889 nei campionati europei che si svolsero a Vienna;

nella prima edizione dei Giochi Olimpici moderni, che si tennero ad Atene nel 1896, il nuoto venne programmato su tre gare di 100, 500 e 1200 metri. Oggi esso è in grandissimo sviluppo, su distanze multiple, con confronti riguardanti anche i quattro stili classici, ossia il crawl, il libero, il delfino ed il dorso, oltre ai tuffi che fanno parte a se stante.

### Il capo della disciplina sportiva

Hans Altorfer è nato a Meilen nel 1935 e qui ha frequentato le scuole primarie, per passare poi alla scuola magistrale di Küssnacht ed infine alla magistrale superiore di Zurigo. Dopo alcuni anni d'insegnamento si iscrisse all'università di Zurigo, dove ottenne il diploma di maestro di sport. Alla Scuola federale di ginnastica e sport di Macolin venne assunto come insegnante nel 1961. Ottenuto un congedo professionale, dal 1963 al 1965 Hans Altorfer va in America per perfezionarsi nella lingua inglese e sui sistemi oltreatlantici di istruzione sportiva; frequentò a tal proposito dei corsi formativi presso il «Northwestern State College of Louisiana» e presso la «University of Michigan». Rientrato in Svizzera, riprende il suo lavoro alla Scuola federale di Macolin dove gli viene affidato il compito di capo responsabile della disciplina sportiva «nuoto» in seno al movimento G+S; egli è inoltre pure responsabile dei corsi universitari organizzati dalla SFGS, corsi obbligatori per i futuri maestri di ginnastica e di sport, della durata di 5 settimane, per tutti coloro che intendono entrare nei ranghi dell'insegnamento sportivo presso le nostre università o scuole superiori.



### Il manuale del monitore

Il capo della disciplina sportiva Hans Altorfer ed i signori R. Goltzsche e J. Ulrich hanno elaborato il manuale del monitore per la disciplina sportiva «nuoto» che contiene, oltre a tutti i documenti generali riguardanti il movimento Gioventù e Sport, anche il programma d'insegnamento, gli esami di disciplina, la parte teorica, i test per l'efficienza fisica, le condizioni per gli esami di prestazione, la parte amministrativa G+S, ecc. Un capitolo speciale riguarda la documentazione statistica sul nuoto, con la presentazione del «test svizzero di preparazione», un esempio di lezione pratica, un sunto per l'allenamento all'efficienza fisica, nonché la valutazione tecnica del nuoto svizzero.

#### Tre indirizzi utili da rammentare

- Nicolas Wildhaber, pres. FSN  
1211 Genève 24, cas. postale  
tel. (022) 71 15 42
- J. Naegeli-Baur, segr. FSN  
2502 Biènn, Haldenstrasse 55  
tel. (032) 41 03 14
- Hans Altorfer, capo disciplina nuoto/G+S  
SFGS - 2532 Macolin  
tel. (032) 2 78 71

## Attività estiva G + S

Con la bella stagione e l'imminente periodo delle vacanze è offerta la possibilità ai monitori e alle monitorici G+S di esplicitare su vasta scala l'attività estiva prevista dal programma G+S con i loro giovani e nelle discipline tipiche all'aria aperta come corsi di esercizi sul terreno, alpinismo, escursionismo, atletica, nuoto, corsa di orientamento, efficienza fisica, ecc., con i relativi esami di prestazione. Marcia e escursionismo devono essere maggiormente praticati dal popolo perchè utilissimi per la «forma» e per l'efficienza della muscolatura e degli organi vitali che soffrono per la eccessiva sedentarietà. Vita all'aperto, a contatto con la natura, nella pratica dei programmi G+S (è data la possibilità, per esempio, il 24 giugno p.v., di effettuare l'esame di escursione a piedi di un giorno con la «Traversata del Tamaro»), per i quali l'Ufficio cantonale di «Gioventù e Sport» (Via Nocca 18 - tel. 092/24 17 12, 6501 Bellinzona), è a completa disposizione per tutto quanto necessitatesse per istruzioni, direttive, informazioni. (a.s.)

## Le visite mediche in G + S

Oltre alle numerose prestazioni dell'Assicurazione militare federale i monitori e i giovani che partecipano a «Gioventù e Sport» possono beneficiare di una visita medica gratuita ogni anno (art. 92 dell'ordinanza 28.6.72 per G+S).

La visita deve aver luogo *prima o all'inizio* dei corsi di disciplina sportiva, ma in ogni caso prima degli esami di disciplina sportiva, del test di condizione fisica, degli esami di condizione fisica della disciplina sportiva e degli esami delle attitudini fisiche.

La scelta del medico è libera. I genitori devono essere informati della visita medica.

I monitori/trici devono chiedere l'apposito formulario all'Ufficio cantonale G+S che deve essere ritornato, debitamente riempito, entro i termini prescritti all'Ufficio stesso il quale accorda l'autorizzazione.

I medici vengono indennizzati conformemente all'art. 51 dell'ordinanza citata e a eventuali modifiche emanate dalla SFGS di Macolin. Mentre nei loro atti conserveranno il foglio individuale di anamnesi, essi dovranno però ritornare all'Ufficio che ha concesso l'autorizzazione il formulario-fattura unitamente ai libretti delle attitudini fisiche nei quali avranno iscritto le risultanze della visita stessa. Per i monitori le iscrizioni dovranno essere effettuate nella apposita tessera personale degli interessati. La mancata produzione dei precitati documenti o la non avvenuta iscrizione dei risultati della visita comporteranno l'automatico stralcio dell'importo della visita dalla nota di onorario. Le note e i documenti devono essere inviati all'Ufficio entro brevissimo termine dal-

l'effettuazione della visita (massimo un mese). Non potranno essere riconosciute note per visite non autorizzate dall'Ufficio cantonale.

Ufficio cantonale G+S

## «G + S» per la protezione della natura

L'Ufficio cantonale ticinese di «Gioventù + Sport» ha accettato di collaborare con la Lega svizzera per la protezione della natura, diffondendo presso gli interessati (tutti possono richiederlo all'Ufficio stesso in Bellinzona) il libretto verde dell'escursionista, che contiene le seguenti dieci regole d'oro per tutti coloro che fanno delle escursioni:

1. Non danneggiate nè alberi nè cespugli;
2. Ammirate i fiori selvatici ma non coglieteli;
3. Lasciate in pace gli animali;
4. Non causate incendi al bosco;
5. Non spargete ovunque i vostri rifiuti;
6. Non turbate la tranquillità della natura;
7. Parcheggiate le vetture correttamente nelle aree previste;
8. Non fate la «grande pulizia» della vettura nella campagna;
9. Osservate le istruzioni e i regolamenti locali;
10. Comportatevi da esseri coscienti e civili.

Regole importantissime all'inizio della bella stagione.

v.r.

## Lo sport degli apprendisti

La legge federale sull'incoraggiamento della ginnastica e dello sport nelle scuole prevede al suo art. 2/2 che questo insegnamento dovrà essere obbligatorio anche nelle scuole professionali per tutti gli apprendisti, di ambo i sessi. Onde realizzare questo principio legale è stata creata un'apposita commissione federale che ha chiamato alla sua presidenza il capo del movimento «Gioventù + Sport» della SFGS di Macolin, Willy Raetz, ha designato quale vicepresidente il signor Dellsperger, dell'Ufficio federale delle arti e mestieri (BIGA) e quale direttore tecnico il maestro di sport Viktor Jenny. Numerose organizzazioni o associazioni direttamente interessate al problema sono rappresentate nella commissione che ha pubblicato l'esito di una sua inchiesta presso le scuole professionali svizzere e dalla quale risulta che già oggi la ginnastica e lo sport vengono insegnate in ben 275 scuole (160 scuole professionali, 104 corsi commerciali e 11 scuole di apprendisti) sulla base di lezioni settimanali di almeno una ora e mezza. Questo orario dovrà essere portato in futuro a tre ore settimanali.

Va rilevato che molte scuole professionali e di apprendisti di grandi aziende industriali o commerciali del nostro paese organizzano regolarmente, dopo l'IP oramai scomparsa, dei corsi di «Gioventù + Sport» per il loro personale giovane avvalendosi anche delle facilitazioni loro accordate sia dalla SFGS di Macolin che dal Centro sportivo di Tenero.

v.r.