

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:	35 (1978)
Heft:	9
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: 14.01.2026

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



I corsi polisportivi G+S hanno il loro posto al sole!

Mario Giovannacci

Quando nel 1977 si è tentato l'esperimento di organizzare il corso polisportivo al Centro di Tenero, i responsabili dell'Ufficio cantonale Gioventù+Sport, consci delle insidie che procura sempre una nuova impresa o una nuova esperienza, forse non pensavano che una manifestazione del genere fosse destinata ad accappararsi un posto al sole nell'ambito dell'attività G+S. Infatti se lo scorso anno, malgrado le disavventure causate dal maltempo dei primi tre giorni ha ugualmente registrato un lusinghiero successo, la seconda edizione, quella di quest'anno, ha ottenuto un esito meraviglioso, sia per la grossa partecipazione, sia anche per l'ottima atmosfera che ha contrassegnato i corsi e per l'entusiasmo profuso dai giovani che vi hanno preso parte. Si può quindi tranquillamente dedurre che il corso polisportivo ha il suo futuro assicurato. Forte degli insegnamenti tratti nel 1977 l'Ufficio cantonale ha apportato alcune novità a quelli di quest'anno. Innanzitutto, invece di uno, il corso è stato suddiviso in due ben distinti; il primo in programma dal 21 al 25 agosto e il secondo dal 28 agosto al 1.º settembre 1978. E, si badi bene, non si è trattato di una ripetizione ma di due corsi polisportivi con discipline diverse. Nel primo la ginnastica artistica e agli attrezzi, la ginnastica ritmica e danza, lo judo, la pallamano e la pallavolo, con disciplina complementare (cioè facoltativa) la canoa; nel secondo il ciclismo, la canoa, il canottaggio, l'atletica leggera e il tennis da tavolo: disciplina complementare la corsa di orientamento.

Come si può constatare sono tutte discipline (salvo qualcuna) che necessitano, nel quadro G+S specialmente, di essere ulteriormente incrementate e sviluppate. La pallamano poi costituisce una novità assoluta per il Ticino in quanto è totalmente sconosciuta dalle nostre parti. E ben si può affermare che proprio la pallamano ha registrato un promettente successo; e ciò grazie anche alla presenza, in qualità di istruttore, del capo disciplina della Scuola federale di Macolin, Heinz Sutter. Per la prima volta si è pure voluto immettere tra gli sport in programma lo judo e il tennis da tavolo; due discipline ancora in fase sperimentale nel quadro G+S ma che saranno definitivamente riconosciute nel 1979.

Dicevamo poc'anzi di una grossa partecipazione. Ebbene se lo scorso anno erano in 132 quest'anno ci si è avvicinati alla soglia dei 200: una cifra eloquente che concretizza la validità di questi corsi e la simpatia che gli stessi nutrono presso i giovani e le giovani dai 14 ai 20 anni.

Dal lato prettamente tecnico si può affermare che tutti i partecipanti hanno potuto migliorare il proprio bagaglio tecnico approfittando anche della presenza di istruttori capaci e molto qualifi-

cati. Lo spirito comunitario e di camerateria, che sono cardini su cui poggiano i corsi G+S, non sono mai mancati a Tenero, anzi sono stati la caratteristica principale, assieme al bel tempo ovviamente, che ha determinato il positivo successo finale.

Sempre grazie alle esperienze acquisite nella prima edizione, particolare rilievo si è voluto giustamente dare al lavoro degli animatori, i quali avevano il compito di occupare il tempo libero, dopo la «giornata lavorativa». Questi animatori, due per corso, si sono fatti artefici di parecchie iniziative tendenti appunto a completare la giornata appaiando l'utile al dilettevole. Si sono previste dimostrazioni dei paracadutisti, costruzioni per i campeggi, attività accessorie quali il disegno, l'incisione, tornei sportivi nei quali non era disgiunta la parte comica, visite alla Galleria d'arte Matasci, alla chiesetta della Fraccia, l'organizzazione di una biblioteca da campo, proiezioni di pellicole sportive, conferenze ed altro ancora. Insomma tutta una serie di manifestazioni collaterali che, anche dal lato socio-culturale, hanno vivamente interessato ed appassionato i giovani. Non si sono neppure dimenticate le azioni in favore degli alluvionati e in ossequio anche agli inviti rivolti dalle Autorità, si è provveduto alla pulizia della spiaggia ormai ricolma di legname.

Escursione a Rasa

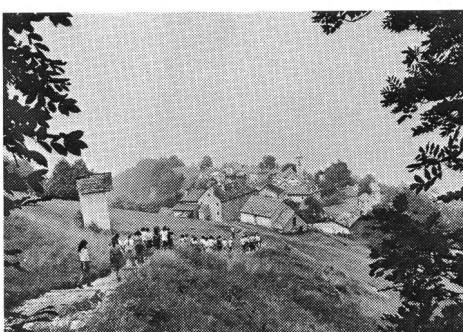
Gli organizzatori hanno pensato quest'anno di indire, durante una giornata nei due corsi, una escursione che potesse offrire ai partecipanti, oltre che le meraviglie del paesaggio, la possibilità di conoscere altre regioni ai più sconosciute e ammirare le bellezze naturali in essa insite. La scelta è caduta su Rasa, ex Comune ed ora frazione di Intragna, accessibile solo con una piccola funivia oppure attraverso tre sentieri. I giovani dei corsi polisportivi sono stati trasportati sino alla Porera (sopra Ronco s/Ascona) per poi dirigersi a piedi fino a Rasa, passando quindi da un paesaggio prettamente lacustre quale quello del lago Verbano alla caratteristica valle a V delle Centovalli. Peccato che in tutte e due le giornate la foschia abbia impedito di gustare una vista che sarebbe stata stupenda.

Arrivati a Rasa un gruppo di volenterosi del paese ha preparato un gustosissimo risotto con luganiche, molto apprezzato dai giovani. Va rilevato che per l'annunciato arrivo dei giovani di G+S erano perfino esposte delle bandiere come a significare che per Rasa era un piacere ospitare una schiera così folta di giovani di G+S. Dopo il pranzo e la relativa siesta e dopo una interessante chiacchierata sulla situazione geografica della regione e la storia del villaggio centovallino,

si è rientrati passando da Bordei e Palagnedra (per il primo corso), dove sono ancora evidenti i danni causati dalle alluvioni alla diga, e per Corcapolo (per il secondo corso) dove si è avuto l'occasione di ammirare il nuovo ponte sulla Melezza, inaugurato lo scorso maggio, che costituisce una delle bellezze delle Centovalli. Il ritorno a Tenero è avvenuto con il treno delle Centovalli fino a S. Antonio e con il torpedone fino al Centro sportivo.



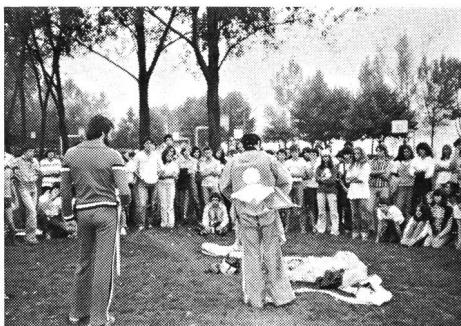
La lunga marcia...



verso Rasa...



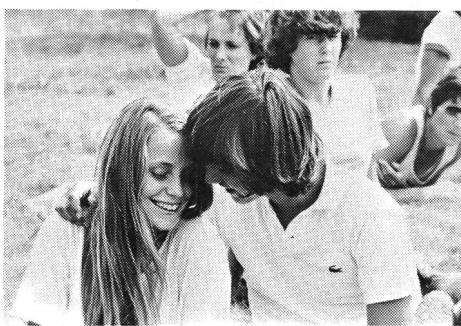
civettuolo villaggio centovallino.



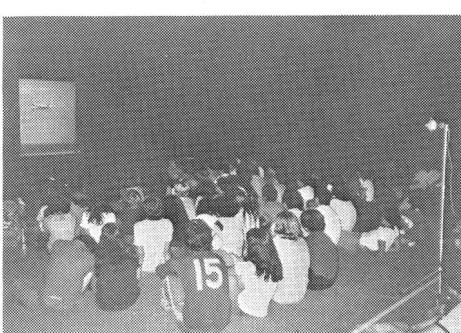
Una serata al lago con i paracadutisti...



e la grigliata della «sciora» Dolores.



Il tempo per un amoruccio di fine-estate...



e cinema all'aperto.

L'organizzazione in generale

Per mettere in cantiere corsi polisportivi del genere occorre naturalmente una organizzazione approfondita e molto dettagliata, che risulta in definitiva assai impegnativa. Basti pensare che necessita una cucina propria, materiale il cui valore si aggira su alcuna centinaia di migliaia di franchi (una decina di autoveicoli, una trentina di canoe, una quindicina di imbarcazioni per il canottaggio, tavoli per il tennis, attrezzi vari per le discipline sportive, apparecchi di proiezioni, video-recorder, per foto, registratori, ecc. Insomma un parco materiale veramente costoso. Per quanto riguarda l'alloggio i giovani hanno pernottato nelle accoglienti tende Universal, del Centro di Tenero.

Tutta l'organizzazione è stata curata dall'Ufficio cantonale Gioventù+Sport e per esso da Damiano Malaguerra per la parte tecnica, da Adriano Veronelli per quella amministrativa e da Mario Giovannacci per il settore delle pubbliche relazioni e della stampa e propaganda.

Conferenza stampa

Una parte importante per questi corsi polisportivi spetta alla stampa, radio e televisione, le quali sono state molto comprensive nei nostri confronti così da permetterci di fare una propaganda adeguata e profittevole.

Nella mattinata di giovedì 31 agosto i rappresentanti dei mass-media sono stati invitati a Tenero dove hanno ricevuto tutte le informazioni inerenti lo svolgimento dei corsi. Dopo la conferenza sono stati invitati a visitare i gruppi al lavoro; dapprima l'atletica a Tenero, il tennis da tavolo a Gordola e il ciclismo e la canoa a Cresciano. Una favorevole impressione hanno sollevato i canoisti che hanno effettuato la discesa lungo il fiume Ticino, da Bodio fino alla foce. Era davvero uno spettacolo assistere alle prodezze di questi giovani neofiti della canoa (erano stati istruiti da appena 3 giorni) impegnati in una impresa sportiva di rilievo per loro!

I corsi polisportivi hanno il loro futuro

Durante la conferenza stampa ai giornalisti è già stata preannunciata la prossima edizione dei corsi polisportivi nel 1979. Non mancheranno anche in quella occasione le novità per cui sarà lecito attendersi una adesione sempre più massiccia dei giovani ticinesi.

Auspichiamo pertanto fervidamente che queste manifestazioni G+S, seguite con largo favore anche dalla Scuola federale di ginnastica e sport di Macolin, abbiano a suscitare ognora l'interesse nella gioventù del nostro Cantone alla quale sono riservati questi corsi polisportivi.

G+S all'ora dei poster

Prima serie:

- allenamento d'efficienza fisica
- atletica leggera
- corsa d'orientamento
- nuoto
- pallacanestro

La SFGS di Macolin, e in particolare la sua commissione di propaganda per G+S, ha varato un programma pubblicitario a favore del movimento sportivo giovanile nazionale. Dopo gli adesivi – andati letteralmente a ruba in pochissimo tempo – è stata stampata ora la prima serie di prospetti pieghevoli che illustrano le varie discipline sportive. La prima serie comprende pallacanestro, allenamento d'efficienza fisica, atletica leggera, corsa d'orientamento e nuoto. Particolare di questo prospetto è il fatto che completamente spiegato diventa un poster (le fotografie sono di Hugo Lörtscher) con sul retro la descrizione della disciplina in questione e informazioni generali su G+S. La realizzazione grafica del prospetto-poster è di Peter Beck di Walchwil. Il nuovo mezzo propagandistico s'indirizza soprattutto ai giovani, in modo particolare a quelli che ancora non conoscono G+S e il suo ricco ventaglio di attività sportive. I testi sono nelle quattro lingue nazionali. La consegna del prospetto è gratuita.

I nuovi prospetti G+S sono pure ottenibili non piegati (quindi come poster in bianco e nero del formato di 42×63 cm) al prezzo di Fr.10.— la serie di cinque. Queste le possibilità di ordinazione:

Variante 1: 5 poster della stessa disciplina

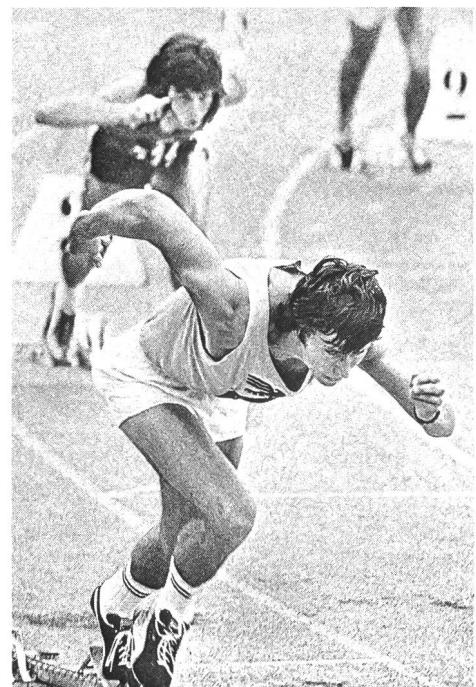
Variante 2: 1 poster di ogni disciplina della prima serie e delle seguenti.

Ordinazioni

- a) *Prospetto pieghevole*, gratis: presso l'Ufficio Gioventù+Sport del cantone di domicilio
- b) *Poster*, a pagamento: Ufficio centrale federale degli stampati e del materiale, 3003 Berna.

Pregherà d'indicare la variante desiderata. La spedizione avviene con allegata la fattura.

Nel corso del prossimo autunno apparirà la seconda serie (ginnastica agli attrezzi ragazze, ginnastica e danza, pallamano, sci di fondo e sci-escurzionismo). L'anno prossimo sarà il turno di altre due serie per complessive altre 10 discipline del programma G+S.



Allenamento d'efficienza fisica

In questa disciplina non esistono Campionati mondiali e nemmeno europei; non è neppure in programma ai Giochi olimpici. È però alla base di qualsiasi attività sportiva. Essere fisicamente efficienti significa infatti essere in forma! Ed essere in forma vuol dire poter competere e non solo sul filo dei secondi o di altre misure, bensì competere con e a volte contro se stessi! In altre parole si tratta di far qualcosa per sentirsi bene nella propria pelle. La cosiddetta civilizzazione e la relativa motorizzazione hanno generato una moltitudine di sedentari. Per evitare di appartenere a questo gruppo, l'istituzione Gioventù+Sport propone ai giovani l'allenamento d'efficienza fisica, una disciplina dove la specializzazione tecnica è bandita per far posto all'inventiva del monitor e dei partecipanti stessi. Una miscela di ginnastica ed esercizi atletici, di giochi di squadra e di attività all'aperto, di sforzo fisico e di piacere a stare in compagnia. È, se vogliamo, anche una disciplina sportiva sociale dato che non obbliga i partecipanti a «vincere» costi quel che costi; la vittoria è infatti migliorare le proprie attitudini fisiche.

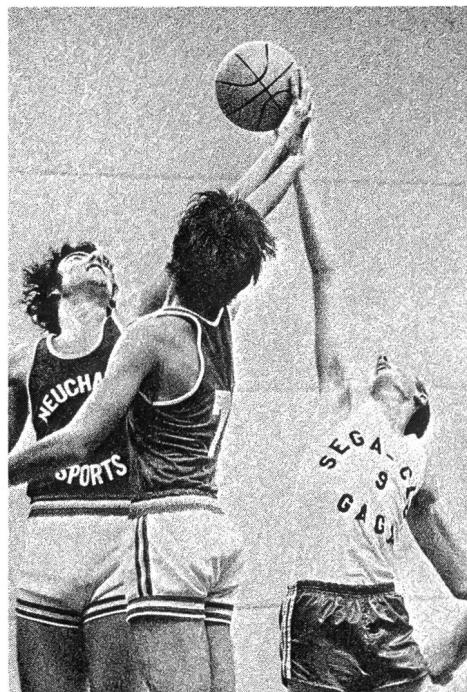
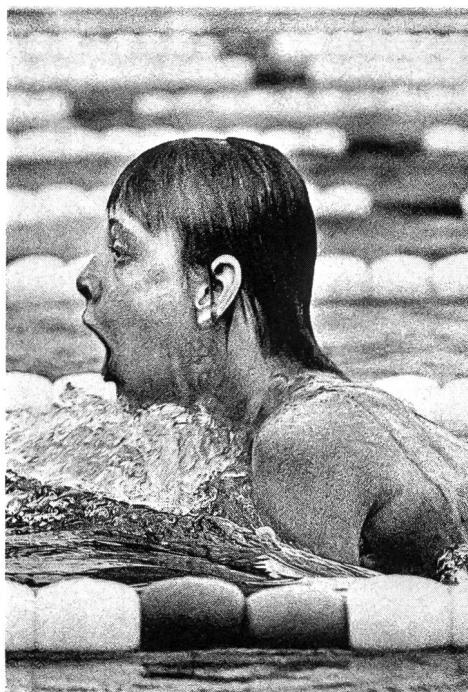
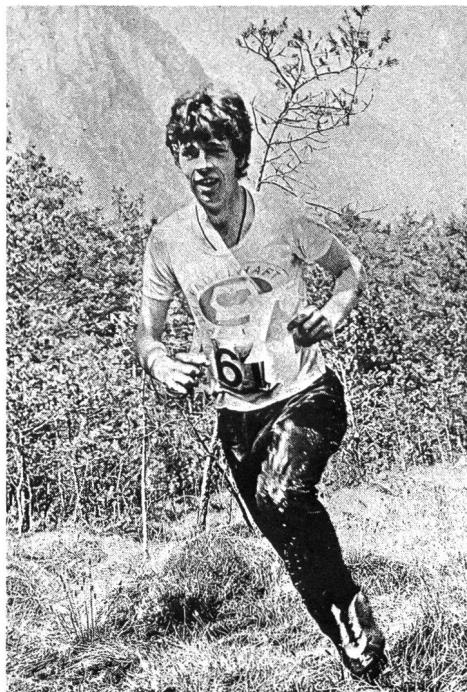
Non per questo, però, viene svalutata dalle società sportive; anzi, è una disciplina che torna utile a molti sport stagionali: supplisce specifiche condizioni d'allenamento,

Atletica leggera

Correre, saltare e lanciare sono le più antiche e le più naturali forme di movimento dell'uomo. Ancor oggi, dopo due millenni e mezzo, l'atletica leggera costituisce la disciplina regina dei Giochi olimpici.

«*Mens sana in corpore sano*» – uno spirito sano in un corpo sano. Nell'atletica, abilità fisica e tecnica trovano la loro completa espressione. Allenamento e competizione possono essere organizzati individualmente e in modo variato come in nessun'altra disciplina sportiva. «*Citius – Altius – Fortius*» – più veloce, più in alto, più forte! I giovani vogliono confrontarsi e misurarsi idealmente in competizione. Nell'atletica, cronometro e nastro di misurazione sono le basi obiettive per valutare la prestazione.

«*Sport per il proprio piacere – Piacere a fare dello sport*». Le molteplici possibilità e il progresso individuale della prestazione conservano il piacere nell'atletica leggera. Con i propri successi ed idee si giunge pure a un'intima soddisfazione. L'atletica leggera è uno sport ideale – permette di raggiungere molto in poco tempo e senza sacrifici finanziari. Grazie alle sue caratteristiche è considerata non solo la disciplina sportiva di base per antonomasia, bensì costituisce pure un'eccellente piattaforma per una vita sportiva e sana.



Corsa d'orientamento

Corsa (C) e orientamento (O) = CO; ecco una formula magica ormai popolare e una filosofia sportiva calata alle nostre latitudini dai paesi scandinavi. Uno sport affascinante che mette a prova facoltà fisiche e intellettuali nello stadio naturale dei boschi e dei pascoli. Correre e orientarsi correndo: trovare insomma nel più breve tempo possibile il punto di controlli — e sono molti — e raggiungere il traguardo, meta non solo ambita per questioni di classifica.

La CO è uno sport aperto a tutti quelli che sanno affrontare le difficoltà della corsa campestre e forestale accomunandole a quelle della ricerca del buon percorso. Ci sono oltre una ventina di categorie, di età e di prestazione, che permettono a tutti di cimentarsi in questa disciplina sportiva. Molto dipende dalle speciali carte che gli organizzatori di CO mettono a disposizione: nelle regioni dove questo sport è popolare ne esistono per principianti e per esperti, con una gradazione di lettura adattata alle diverse categorie dei concorrenti. Per i «cartografi» CO si tratta di fornire un ausilio adeguato alla preparazione e alle possibilità dei partecipanti. In G+S i giovani possono avvicinarsi a questa particolare disciplina sportiva, perfezionarsi in un secondo stadio e, infine, allenarsi a correre e orientarsi competitivamente, ovvero nel minor tempo possibile.

Nuoto

L'uomo e l'acqua sono inseparabili. L'elemento naturale ha da sempre attirato l'essere umano, lo ha affascinato.

Da quando si conosce la storia, si conosce anche la storia del nuoto. Vestigia antichissime illustrano primitivi stili di nuoto; leggende narrano di gare; vecchi scritti rivelano che la padronanza del nuoto, un tempo, apparteneva all'istruzione. Nell'era moderna non solo si è sviluppato in diverse forme di competizione, ma si è pure affermato quale salutare attività fisica per giovani e anziani. I medici lo confermano.

Alcuni si accontentano con il saper semplicemente nuotare. Altri si cimentano in gare di velocità nei diversi stili. Molti sono attratti dalla pallanuoto, un gioco di squadra. Le ragazze cercano ritmo, eleganza, padronanza totale del corpo nel nuoto artistico. L'acqua nasconde però i suoi pericoli: ogni nuotatore dovrebbe quindi essere un salvatore.

Dove si possono imparare tutte queste cose? Innanzitutto nelle scuole, nelle società e club legati all'Interassociazione per il nuoto e alla Federazione svizzera di nuoto, nelle sezioni della Società svizzera di salvataggio e in tante altre organizzazioni giovanili che si occupano di nuoto. G+S fornisce i programmi e cura in gran parte la formazione dei monitori.

Pallacanestro

La pallacanestro è uno degli sport maggiormente praticato nel mondo. Nelle scuole e università è considerato soprattutto quale eccellente metodo educativo; due squadre si affrontano e danno vita a questo affascinante gioco.

La pallacanestro è stata inventata nel 1892 dal dr. Naismith con intenzione di rendere più piacevole lo sport scolastico ed offrire agli atleti e ai calciatori una possibilità di allenamento anche durante la stagione invernale. Nell'idea del suo creatore, questo sport deve porre in evidenza lo spirito collettivo e conciliare la forza e la potenza con la destrezza, l'agilità e l'astuzia. È escluso qualsiasi contatto fra giocatori, ad eccezione dei contatti accidentali. Il giocatore che commette un fallo lo riconosce alzando la mano.

Un incontro di pallacanestro si disputa fra due squadre di cinque giocatori più cinque riserve in due tempi di 20 minuti di gioco effettivo. Obiettivo di ogni squadra è di far entrare il pallone nel canestro avversario e di impedire all'altra compagnie di segnare. Ogni canestro riuscito conta due punti. Un canestro segnato su tiro libero, in seguito a fallo personale, conta un punto. Un giocatore in possesso di pallone può avanzare solo eseguendo dei palleggi con una mano. Negli Stati Uniti e nel Canada esistono squadre di professionisti.