

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 44 (1987)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Canoa : e perché non a scuola?  
**Autor:** Schläppi, Reto  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1000069>

### **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:** 29.04.2026

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

# Canoa - e perché non a scuola?

di Reto Schläppi, esperto G + S di canoa

*A torto molti considerano lo sport della canoa ancora come un passatempo per un piccolo gruppo di intrepidi che si sfogano con battelli traballanti su laghi e fiumi. La canoa è invece una delle discipline sportive più multilaterali. L'arco delle attività possibili è larghissimo. Comprende sia lo scivolare silenzioso su un lago tranquillo, sia la discesa impegnativa e difficile su un torrente dove si raggiunge i limiti dell'immaginabile e del realizzabile. Nelle escursioni di più lunga durata — soprattutto quando si trasporta nell'imbarcazione anche l'equipaggiamento per il campeggio — il canoista deve disporre di molta forza e tenacia. Il fascino speciale di gite su acque vive sta nella scoperta di una nuova prospettiva di paesaggi conosciuti.*

*E perché non si dovrebbe utilizzare anche nella scuola le possibilità che offre la canoa e lasciare il quadro abituale dell'insegnamento?*

*Quanto segue vuole essere inteso come un tentativo di diminuire le paure che esistono per introdurre lo sport della canoa nell'insegnamento scolastico e di fornire agli interessati informazioni su possibili applicazioni.*



## Manifestazioni che durano da alcuni giorni a una settimana

### 1. La canoa come tema principale

#### a) Escursioni in canoa

Esempio: discesa sull'Aar da Thun fino a Olten nella canadese da gita e nel kayak. In Svizzera le discese turistiche rappresentano delle esperienze magnifiche, nonostante il gran numero di sbarramenti sui nostri fiumi. Il trasporto di tende e alimenti da un luogo di tappa all'altro può essere effettuato con le

stesse imbarcazioni o con un veicolo d'accompagnamento. Questo tipo d'escursione apre agli allievi nuovi orizzonti, mostrando loro sotto una nuova luce paesaggi che conoscevano solo per averli visti dalla terra ferma.

A seconda della corrente e dell'esperienza dei partecipanti, si possono calcolare delle tappe giornaliere in barca di 15-40 chilometri.

Prima dell'inizio di una tale escursione, un'introduzione alla tecnica di canoa sembra indispensabile. Altrimenti la gita potrebbe essere condannata all'insuccesso fin dall'inizio.

#### b) Escursioni in canoa su torrenti facili

##### Esempio

2 giornate d'introduzione alla tecnica di navigazione in canoa su acque calme.

2 giornate di formazione tecnica e di esercizi su acque con una debole corrente (vecchio Aar tra Aarberg e Büren, Thun-Berna).

2 giornate d'apprendimento della tecnica della canoa su torrenti facili (p. es. Doubs presso Goumois).

Questa è una forma molto interessante che permette di raggiungere presto il settore della discesa su torrenti. L'allievo impara a conoscere i suoi limiti e ad aumentare il suo repertorio motorio. Questo tipo di formazione lascia inoltre una forte impressione e rappresenta un'esperienza indimenticabile.

L'organizzazione di una tale escursione è invece possibile soltanto a condizione che si disponga di monitori ben formati conoscono perfettamente i torrenti. Inoltre, il materiale deve essere idoneo per le attività su acque vive. Naturalmente questo tipo d'escursione presenta anche certe difficoltà: si deve essere in grado di mettere a disposizione di ogni allievo un'equipaggiamento completo per torrenti (battello, pagaia, giubbotto di salvataggio, casco, cuscini d'aria per l'imbarcazione). I battelli per torrenti vengono inoltre spesso danneggiati da pietre o dalla pressione dell'acqua, il che pone spesso dei problemi, visto che i battelli per queste attività vengono spesso presi in prestito.

#### c) Costruire la propria canoa

Esempio: costruzione di canoe (kayak o canadese) con l'aiuto di forme prese in prestito e apprendimento della tecnica di base su piani d'acqua.

Anche questa forma d'insegnamento presenta diversi vantaggi e svantaggi di cui bisogna tener conto. Costruire una canoa da soli presenta grandi vantaggi educativi. Il piacere che l'allievo sente nel costruire la propria canoa aumenta i suoi legami con l'imbarcazione. Impara a conoscere i materiali che si utilizzano nella costruzione in materia sintetica e il costo è molto più basso che in negozio (Fr. 250.— a 400.—)

D'altra parte una canoa di propria costruzione non sarà mai perfetta e non può essere paragonata con una canoa comperata. Per il trattamento delle materie plastiche bisogna essere esperti (si deve ricorrere a uno specialista). Battelli in polyester fabbricati da soli servono solo per acque calme e non si può scegliere liberamente la forma. Nonostante certi svantaggi, la costru-

zione della propria canoa è, per ogni giovane, un'esperienza indimenticabile. Il monitore ha il dovere di spiegare bene le difficoltà che possono sorgere durante i lavori. In parte gli stampi possono essere affittati direttamente presso club di canoisti.

## 2. La canoa combinata con altre discipline sportive

### a) Canoa e windsurf

Esempio: 3-4 giornate di formazione di base di canoa e di windsurf; poi 2-3 giornate d'escursione in canoa su un fiume.

Queste due discipline si combinano facilmente, perchè l'iniziazione può essere organizzata nello stesso luogo. In poco tempo l'allievo impara la tecnica di base di due nuove discipline sportive e può mettere in pratica la tecnica della canoa nella discesa di fine corso sul fiume.

La combinazione di canoa e di windsurf richiede dal monitore un grande lavoro organizzativo. Deve disporre di un posto in canoa per ogni partecipante (kayak o canadese) e per almeno la metà dei partecipanti di una tavola di windsurf. Altrimenti il buon svolgimento della settimana viene messo in forse. Inoltre si presentano problemi di trasporto che bisogna risolvere.

L'esperienza ha dimostrato che questo tipo di settimana di canoa e windsurf è molto apprezzato e può essere realizzato bene malgrado l'ampiezza organizzativa.

### b) La canoa nel quadro di una settimana di sport nautici

- canoa
- immersione sportiva
- windsurf
- vela
- tuffi
- (o: canotaggio, nuoto, nuoto sincronizzato, pallanuoto, sci nautico, ecc.)

Con questo tipo di settimana sportiva nautica, ci si occupa ogni giorno di una disciplina sportiva diversa, in teoria e pratica. In questo modo l'allievo scopre nuove discipline sportive e può migliorare le sue capacità motorie. Anche la settimana di sport nautici richiede un grande lavoro organizzativo durante la fase di preparazione, poichè per ogni disciplina si deve consultare lo specialista.

## 3. La canoa combinata con un'altra materia

Presentiamo qui brevemente alcuni esempi di combinazioni e temi possibili, ben coscienti di poter fornire solo un campionario ristretto.



### a) Canoa e biologia

- processi di biologia sportiva nel corpo umano, principi d'allenamento
- problemi ambientali: inquinamento delle acque, cicli delle materie dannose, ecc.
- acqua e spazio vitale

### b) Canoa e storia

- la storia della navigazione sui fiumi sull'esempio del trasporto di vino da Bienne a Soletta

### c) Canoa e geografia

- la correzione delle acque giurassiane dell'Aar nel Seeland e a Soletta

### d) Canoa e fisica

- centro di gravità, tecnica della corrente ecc.

### e) Canoa e chimica

- chimica dell'acqua
- inquinamento dell'ambiente, problemi che risultano dai fosfati.

Non esistono limiti nella possibilità di combinazione delle singole discipline. La canoa offre la possibilità di trasferire in pratica le conoscenze acquisite in teoria. Si riesce così ad approfondire quanto è stato imparato.

## 4. La canoa come programma complementare

Molte scuole organizzano settimane o campi scolastici al di fuori dell'ambiente scolastico e offrono varie attività sportive. La canoa sarebbe senz'altro una delle discipline sportive possibili durante un tale campo. Con relativamente poco lavoro organizzativo e relativamente poco materiale (introdu-





cendo per esempio ogni giorno un altro gruppo alla canoa), si potrebbe far conoscere agli allievi una nuova disciplina sportiva interessante che offre esperienze indimenticabili.

Il CST Tenero, nel quale vengono organizzati ogni anno numerosi campi scolastici e settimane di studio, offre la possibilità di utilizzare le sue canoe (ca. 20 imbarcazioni), a condizione che un monitore G + S sia responsabile dell'insegnamento della canoa.

## Manifestazioni singole

### 1. Escursioni e gite scolastiche

– Partire da Büren a. A. con le canadesi d'escursione aperte e con kayak per arrivare a Soletta.

Per tali progetti è raccomandata la collaborazione con un club di canoisti. Può servire a procurare i battelli e a trovare un canoista in grado di accompagnare il gruppo durante il viaggio e di aiutare in caso di difficoltà e rovesciamenti (di preferenza un monitore G + S di canoa).

### 2. Insegnamento pluridisciplinare

Per questa forma d'insegnamento della canoa nella scuola esistono le possibilità già spiegate nel capitolo sulla ca-

noa e un'altra materia, con la differenza che la manifestazione non dura più di una mezza giornata o una giornata al massimo.

## Come manifestazione regolare

### 1. Sport scolastico facoltativo

Molte città e molti comuni che hanno introdotto lo sport scolastico facoltativo o che stanno per introdurlo, offrono anche corsi di canoa, disciplina che può contare su un grande interesse e una buona partecipazione.

Chi si interessa a includere la canoa nello sport scolastico facoltativo, prende preferibilmente contatto con il club di canoisti che potrà indicare la persona più adatta come monitore e sa come procurare il materiale.

### 2. Materia opzionale

Molte scuole, soprattutto licee e scuole normali, hanno introdotto materie opzionali. L'allievo sceglie da una serie di materie quella che preferisce. Segue poi corsi in questa materia durante un periodo preciso, per esempio al ritmo di due ore la settimana per un trimestre. La canoa si presta pure benissimo per questo tipo d'insegnamento.

## Conclusioni

La descrizione delle diverse forme d'insegnamento è stata molto breve. Non volevo presentare delle ricette pronte, ma lasciare all'insegnante alcune idee che nella realizzazione concreta può sempre adattare alla situazione speciale della sua scuola e dei suoi allievi.

Esistono nondimeno alcuni punti comuni a tutti i tipi di progetti citati che non bisogna assolutamente dimenticare:

- la canoa è uno sport che presenta certi rischi (corrente, ostacoli, ecc.). Questi fattori devono essere studiati già nella fase di pianificazione per ridurre il pericolo a un minimo. Il porto obbligatorio del giubbotto di salvataggio (anche in acque calme), la direzione dell'insegnamento di un canoista qualificato (di preferenza monitore G + S), l'inserimento nei battelli di cuscini d'aria, l'equipaggiamento adattato all'attività e un progetto adeguato agli allievi, sono alcuni dei punti.
- guide e carte nautiche, come la «Carta nautica della Svizzera» della Federazione svizzera di canoa (ottenibile presso ogni libreria) servono già nella fase di pianificazione. Forniscono informazioni utili sul grado di difficoltà, sul dislivello e su ostacoli come sbarramenti ecc. Vi si trovano inoltre indicazioni su passaggi difficili che non sono navigabili o solo in certi periodi dell'anno. Sono di grande aiuto nella scelta di un tratto di fiume ideale per l'insegnamento, ma ognuno deve decidere sul posto se le condizioni corrispondono alle sue aspettative. Un altro sussidio utile per preparare una manifestazione di canoa è il manuale del monitore G + S di canoa, nel quale si trova tutto quello che può interessare nell'ambito di questo sport. Il manuale può esser ordinato presso la SFGS di Macolin.
- si raccomanda inoltre di discutere il progetto con uno specialista (monitore o esperto G + S) per verificare la sua realizzabilità e per potersi preparare alle difficoltà prevedibili.
- la Federazione svizzera di canoa conta molto al buon comportamento dei canoisti. Questi dividono le acque con altri utenti, come pescatori, nuotatori, surfisti, velisti ecc., che hanno diritto al loro spazio libero. Un contatto amichevole e reciproco rispetto servono più che un comportamento provocatorio e testardo. Anche la protezione dell'ambiente non dovrebbe limitarsi a una parola. Siccome dipende da una natura intatta, deve fornire il suo contributo:
  - evitare zone protette
  - non lasciare resti del picnic
  - ecc.