

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin
Band: 47 (1990)
Heft: 1

Artikel: Nella formazione universitaria
Autor: Schucan-Kaiser, Ruth
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999888>

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: 08.01.2026

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

Nella formazione universitaria

di Ruth Schucan-Kaiser

Negli ultimi tempi, sempre più spesso, nella formazione d'insegnanti d'educazione fisica ha fatto capolino lo sport per anziani. Le forme, i contenuti, necessità e possibilità di questa «nuova materia» variano molto da un istituto all'altro. Presentiamo brevemente le situazioni a Zurigo, Berna e Basilea.

Politecnico federale di Zurigo

Settimana di studio «sport per anziani»

«So che invecchiando il corpo cambia, ma proprio così... (seguito da un profondo sospiro)».

«La giornata sugli sci di fondo con gli anziani, guidati da Carl Schneider, mi ha impressionato. Le cattive condizioni della neve hanno disturbato solo noi studenti, meglio hanno fatto gli anziani, psichicamente e in fatto di tecnica di scioglimento. Nessuno s'è lamentato». Due citazioni di partecipanti alla prima settimana di studio «sport per anziani», nel febbraio 1989, svolta nell'ambito della formazione d'insegnanti d'educazione fisica del Politecnico di Zurigo. La settimana ha registrato un buon successo, grazie anche alla collaborazione della Pro Senectute e alla disponibilità di Carl Schneider.

Questi i contenuti:

- capacità di prestazione e d'allenamento in età
- aspetti psicosociali con la diminuzione della prestazione, depressione
- confronto con il proprio invecchiamento
- partecipazione all'attività degli anziani (nuoto, ginnastica, danza e sci di fondo).

Questi sguardi nella pratica hanno impressionato favorevolmente gli studenti, alcuni dei quali avrebbero volentieri provato questo particolare insegnamento, mentre altri avrebbero desiderato più approfondite discussioni con gli anziani in un ambiente rilassato. Anche quest'anno la settimana verrà ripetuta con contenuti analoghi. In seguito si discuterà se mantenere lo «sport per anziani» quale settore parziale dello «sport con gruppi particolari» oppure inserirlo, almeno in parte, nella disciplina «Fitness». D'altronde non c'è nulla di più quotidiano che invecchiare.

Uni Berna

Corsi pratici

L'Istituto di sport e scienza dello sport dell'Università di Berna ha in programma, nel quadro della materia «Pedagogia dello sport» un blocco informativo su sport per anziani, per invalidi e quale complemento terapeutico. È previsto, alternato ogni 2-3 anni, un corso di base sulla tematica dello sport con anziani.

Nel quadro dell'università per anziani vengono offerti relazioni, esercizi di rilassamento e ginnastica. Questi corsi hanno incontrato i favori degli anziani e gli studenti di educazione fisica vi possono partecipare volontariamente.



Uni Basilea

Materia obbligatoria

L'Istituto per lo sport dell'Università di Basilea introdurrà quest'anno lo sport per anziani quale materia obbligatoria

Ruth Schucan-Kaiser è docente nella materia «sport con gruppi speciali» al Politecnico di Zurigo e all'Università di Basilea. È stata parecchi anni responsabile della formazione dei monitori/trici dello sport per invalidi.

nell'8° semestre (2 ore settimanali). S'intende così risvegliare l'interesse e la comprensione degli studenti sulla tematica generale dell'invecchiamento e sulla necessità e possibilità di movimento dell'anziano. Verranno trattati gli aspetti medico, psicosociale e metodologico dello sport nella terza età e conoscere in pratica l'ampio programma di attività sportive specifiche.

Contenuti:

- età e sport: organizzazione e struttura delle diverse federazioni
- aspetti medico e fisioterapeutico per reumatismi, disturbi cardiocircolatori, osteoporosi
- capacità di prestazioni, diminuzione della prestazione, aspetti psicosociali
- metodologia: insegnamento agli adulti, stile d'insegnamento collaborativo.

Un terzo dell'insegnamento sarà pratico e si svolgerà sotto forma di udizioni e prove d'insegnamento.

Maggiore coordinazione e collaborazione

Viste queste nuove possibilità, risulta oltremodo sensato l'invito rivolto agli istituti d'informarsi vicendevolmente sulle esperienze fatte, d'allargare la discussione alle federazioni ed esaminare le possibilità di collaborazione. Sono risultati oltremodo incoraggianti i contatti avuti finora con Pro Senectute.

Se in futuro gli studenti d'educazione fisica saranno maggiormente confrontati con l'importanza e lo scopo dello sport con anziani, sarà un bene per tutti: i partecipanti e organizzatori di corsi di sport per anziani da un canto, gli stessi studenti dall'altro.

L'ingaggio di insegnanti d'educazione fisica nello sport per anziani è sensato soprattutto nei seguenti settori:

- piuttosto con persone ben prestanti che non in case di cura
- in discipline sportive che richiedono una buona formazione di base sportiva e tecnica, per esempio tennis
- nella formazione di monitori di sport per anziani, comunque dopo una sufficiente pratica; in previsione di ciò risulterebbe opportuno discutere sull'eventuale consegna di un brevetto.

DOSSIER