

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 52 (1995)

Heft: 12

Rubrik: G+S

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: 11.01.2026

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

Tossicomania e G+S

AA.VV.

Gioventù+Sport partecipa attivamente alla campagna di prevenzione «Droghe, o sport?». Infatti, propone periodicamente, a monitrici e monitori, corsi speciali sulla prevenzione di questa piaga giovanile.

Giocare e muoversi, raccogliere sfide, vivere e sperimentare azioni e raggiungere obiettivi costituiscono il senso primario dell'attività sportiva. Alcuni fattori sono comunque determinanti per permettere allo sport di raggiungere questo senso: la definizione degli obiettivi, l'arte e il modo in cui lo sport è capito e insegnato, la situazione personale dello sportivo.

Per diverse ragioni, lo sport appartiene a correnti sociali suscettibili d'assumere un ruolo importante nei campi della prevenzione in materia di tossicomania e di educazione alla salute.

- Più del 50% dei giovani in età dai 10 ai 20 anni praticano regolarmente uno sport in una società o in un club.
- Circa 40 000 monitrici e monitori

seguono ogni anno un corso di formazione e/o di perfezionamento G+S. Circa 90 000 monitrici e monitori insegnano in 37 discipline sportive riconosciute. Quasi un milione di allenamenti sono organizzati da G+S con, in media, 11 giovani sportivi.

- Tramite le sue strutture e le sue offerte d'attività, lo sport permette ai giovani di organizzare il loro tempo libero in modo attivo. Secondo determinati studi svolti, i giovani che praticano un'attività sportiva sono meno inclini a fumare e hanno uno stile di vita più sano di quelli che non praticano sport.

Le esperienze accumulate negli scorsi due anni – tanto è durata la fase sperimentale della campagna «Droghe, o sport? Partecipate di più», organizzata dall'Ufficio fe-

derale della salute pubblica e dalla Scuola federale dello sport di Macolin – possono ora essere trasmesse alle monitrici e ai monitori G+S.

Le parole-chiave che figurano sulla tabella, si riferiscono ai temi ai temi toccati e alle domande poste. Aiutano a capire perché la prevenzione in materia di tossicomania è utile, giudiziosa e benefica alle società sportive, come pure alle monitrici e ai monitori G+S.

La prevenzione primaria

Lo sport è molto di più dello sport. Nel corso della loro carriera, gli sportivi si trovano spesso confrontati con sentimenti totalmente opposti:

Alti e bassi – che fare per non toccare il fondo?

Un buon piazzamento in una competizione può rafforzare il valore in sé, mentre un cattivo piazzamento può suscitare un sentimento d'incapacità, d'inferiorità, persino d'esclusione quand'è associato, per esempio, al passaggio da una selezione all'altra.

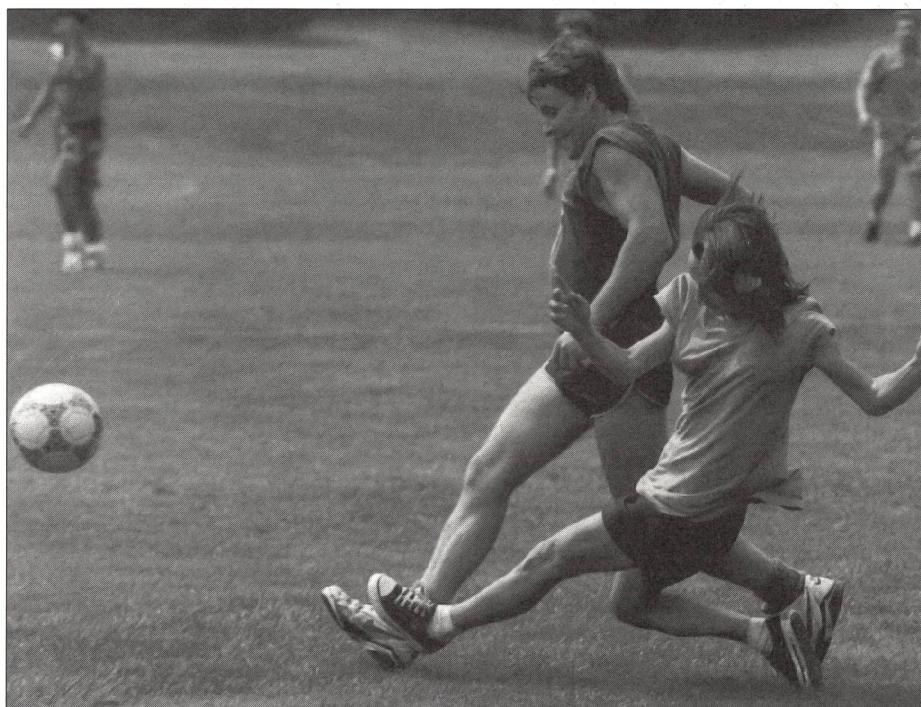
Saper dosare – come trovare la buona misura?

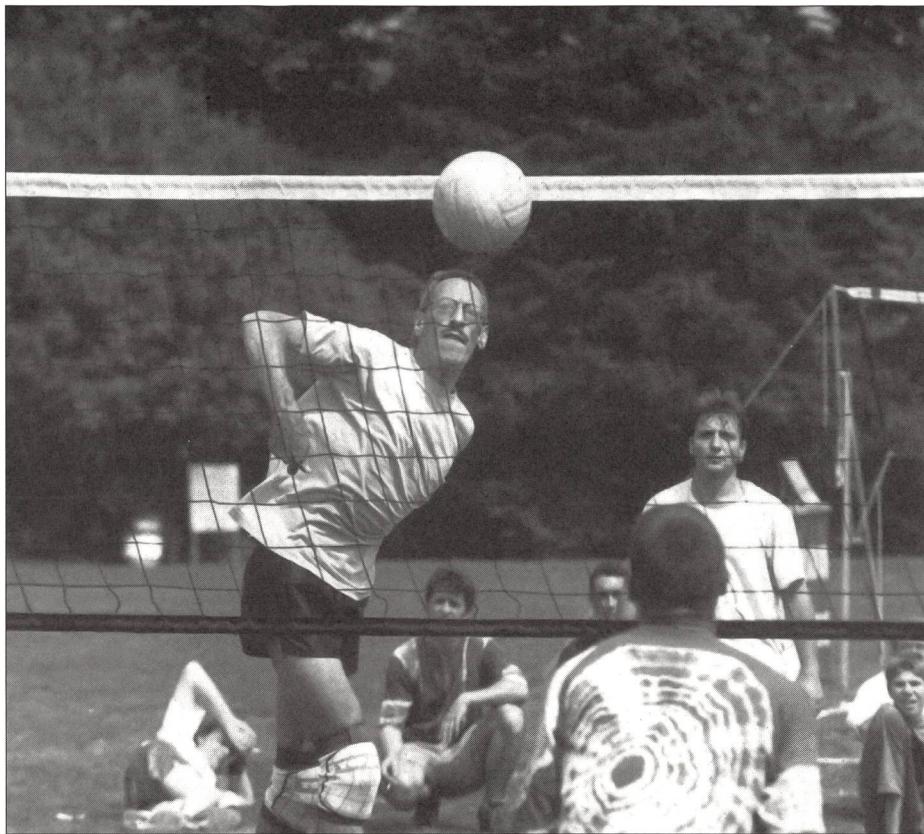
Spingere i limiti della prestazione procura soddisfazione. Vincere la propria paura e mobilitare le proprie forze è fonte d'euforia, d'avventura e d'emozione.

Per contro, quando non si accettano i propri limiti fisici o li si respingono artificialmente, ne risulta spesso un sovraccarico, ferite, anche danni irreversibili.

L'elenco delle domande che segue non è esaustivo e può essere completato:

- Quando «esigere» significa «sovrafficare»? Quando «esigere» significa «stimolare»?
- Quando la stima in sé è realista? Quando c'è sotto- o sovrastima?
- Quando l'aggressività nello sport stimola la capacità d'imporsi? Quando spinge alla sfida? Quando diventa pericolosa, distruttiva, addirittura?
- Quando la selezione è stimolan-





te? Quando è degradante e quando porta all'esclusione?
 - Quando il gruppo è sinonimo di comunità? Quando è sinonimo del contrario?
 - Quando il rituale stimola lo spirito di squadra? Quando diventa abusivo?

Spetta alle monitrici e ai monitori trovare il giusto equilibrio fra questi antagonismi. Evolvono costantemente in questo campo di tensione e non esiste alcuna ricetta miracolosa e nessuna garanzia di riuscita. I corsi – citati all'inizio – offrono la possibilità di scambiare esperienze e di sviluppare strategie pedagogiche.

Concretizzare i potenziali positivi dello sport comporta, infine, a che sempre più giovani continuano a praticare dello sport anche nell'età adulta e che restino in una società dove si sentono a loro agio, dove hanno la loro collocazione e dove danno il loro contributo.

Le istantanee (di Daniel Käsermann) si riferiscono alle Olimpiadi della Aebihs, un centro per la riabilitazione-recupero di ex-tossicodipendenti.

I giovani che si sentono incapaci, inferiori, esclusi, sovraccarichi ecc. cercano d'affermarsi altrove. Non è raro che questi giovani appartengano al gruppo delle persone a rischio.

La prevenzione secondaria

Che fare delle persone a rischio? Allo scopo di poter reagire al minimo segnale di sintomo, si tratta innanzitutto di riconoscerli e percepirla.

Spesso i monitori osservano un cambiamento di comportamento nel giovane ben prima dei genitori o dell'insegnante, poiché li vedono in rapporto ad altri giovani e hanno una relazione diretta tramite l'attività comune. Non tocca però ai monitori risolvere personalmente tutti i problemi che riconoscono.

Scoperti a tempo, è importante depositare i problemi «nel luogo giusto». Ciò concerne non solo le persone in causa (famiglia, scuola, centri di consulenza ecc.), ma ugualmente il gruppo sportivo.

Informazioni

Anton Lehmann, «Droghe, o sport? In avanti», SFSM, 2532 Macolin
 Dr. Roland Maurer, «Partecipate di più», casella postale 206, 3700 Spiez

Autori:

Maja Schaub, Drop-In Biel; Ferdy Firmin, Istituto dello sport e scienze dello sport dell'Università di Berna; Anton Lehmann, SFSM.

Esperienza personale	sentirsi a proprio agio nel movimento (sentimento corporeo, capacità di prestazione, rapporto di presentazione propria) vivere il movimento
Identità	mantenere il proprio corpo in buona salute trovare un'identità nel proprio sport occupare il tempo libero (vacanze sportive, fitness, sauna)
Esperienza di gruppo	fare dello sport con i suoi simili (convivialità, assieme, focolare emotivo) poter gareggiare (rivalità, tensione, avventura)
Sentimento del «noi»	vivere incontri, relazioni con altri giovani, con i monitori (rete sociale, inserimento sociale)

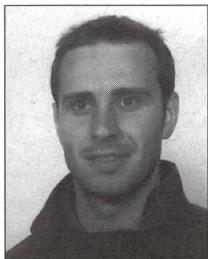
Tabella elaborata dai partecipanti al primo corso di prevenzione della tossicomania di «Partecipate di più!»

Gente che va, gente che viene, gente che rimane

di Barbara Boucherin, capa della sezione formazione G+S alla SFSM

Macolin è un porto di mare – anche se località situata sugli oltre 800 m. d'altitudine. A parte le piscine, non si scorgono corsi d'acqua e il lago di Bienna è giù, ben visibile dall'ampia terrazza della SFSM e anche dagli uffici amministrativi. Comunque sia è un po' la «Casa d'Irene», per dirla con un cantautore italiano degli anni sessanta, dove c'è gente che va e gente che viene. Vediamo i più recenti avvendimenti.

Per la scherma G+S



Il nuovo capodisciplina per la scherma in G+S si chiama Frédéric Lebaune. È stato chiamato dalla sua federazione a sostituire Janos Mohos, ritiratosi per motivi professionali. Proviene da Tolone, ha 26 anni ed è stato membro dei quadri nazionali francesi di scherma, con buone prestazioni a livello internazionale nella spada. Ha d'altronde ottenuto, agli inizi degli anni 90, il titolo di campione universitario e militare in questa specialità. Frédéric Lebaune ha completato la sua formazione quale maestro d'armi nel 1990 e insegna in Svizzera dal 1991. Negli anni successivi ha portato i suoi allievi a considerevoli successi, tanto che la sua federazione lo

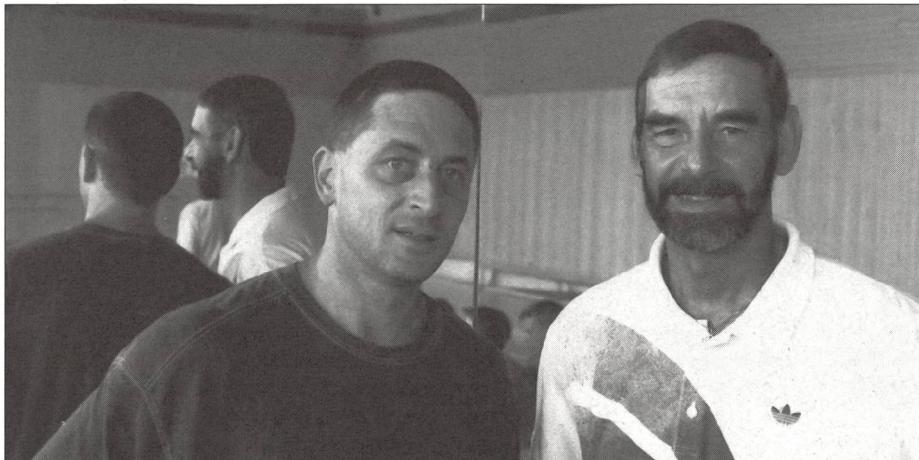
ha promosso membro della commissione tecnica e allenatore nazionale per la spada.

Abbiamo il piacere di accogliere fra di noi questo giovane e dinamico collega, convinti che saprà infondere, nel suo settore, nuovi impulsi grazie alle sue nuove idee e i suoi moderni metodi d'allenamento.

Sport di campo G+S



Pascal Georg alla direzione della disciplina sportiva «Sport di campo».



Patrik Lehner proviene dal movimento scautistico. È stato monitor e poi formatore d'escursionismo e sport nel terreno nella regione basilese. Con alle spalle cinque anni d'insegnamento nelle scuole primarie, come pure preziose esperienze nei campi sportivi scolastici, ne hanno fatto un perfetto «allrounder».

Già da lungo tempo si occupa di sport con i bambini. Il suo cantone l'ha chiamato a dirigere i corsi introduttivi per monitori G+S ed è stato ugualmente attivo nella formazione permanente degli insegnanti. Si inserisce a Macolin in un settore che gli va a pennello.

Auguri di successo nella realizzazione delle sue idee!

Ginnastica artistica e agli attrezzi

Dopo 20 anni d'attività alla direzione dell'orientamento «Ginnastica artistica maschile», Jean-Claude Leuba passa il testimone a Claus Haller, persona nota, se non personaggio, negli ambienti della nostra ginnastica nazionale.

Jean-Claude Leuba ha diretto la ginnastica artistica e agli attrezzi fin dalla nascita di G+S. Poi c'è stata la suddivisione fra ragazzi e ragazze (quest'ultimo settore ripreso da Barbara Boucherin, settore ripreso poi, nel 1989, da Barbara Mägerli).

Jean-Claude Leuba ha dato molto alla ginnastica ma, onestamente, ha dovuto cedere alle esigenze dei suoi nuovi incarichi. Lo ringraziamo.

Claus Haller – lo abbiamo già detto – non è nome sconosciuto negli ambienti ginnici. È stato ginnasta d'alto livello, si è formato maestro di sport alla SFSM e ha ottenuto il diploma d'allenatore del CNSE. Per alcuni anni ha operato quale allenatore dei quadri nazionali e copre, ancor oggi, responsabilità federative nazionali ed europee.

Dal 1985, Claus Haller è membro della Commissione di ginnastica artistica e agli attrezzi G+S. È d'altronde molto impegnato nella produzione di mezzi didattici. Insomma: l'uomo giusto al posto giusto!

Tanti auguri, Claus. Anche da parte della redazione di Macolin, edizione in lingua italiana. ■