

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 53 (1996)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Un approccio rispettoso dell'ambiente : gioco e sport nel bosco  
**Autor:** Georg, Pascal  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-999219>

### **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:** 15.01.2026

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

Un approccio rispettoso dell'ambiente

## Gioco e sport nel bosco

di Pascal Georg,  
capodisciplina G+S Escursionismo e sport nel terreno alla SFSM

**L'autore ha riunito in questo articolo alcune riflessioni e idee di possibili attività per corsi e campi che si svolgono nel bosco. Pone l'accento sul comportamento responsabile e rispettoso da adottare rispetto ad un ambiente sensibile quale il bosco.**



**La cucina, necessaria anche nel bosco.**

«Una solida base può far nascere un senso di responsabilità riguardo l'ambiente è semplicemente l'attaccamento e l'interesse verso la natura, e quindi conoscerla. Questi valori non cascano dal cielo, devono essere imparati. E l'apprendimento è più facile quando è accompagnato dal piacere». (Hans C. Salzmann)

### L'estate, il momento dei campi...

Per il sano sviluppo del bambino, sono particolarmente importanti le esperienze vissute in un ambiente naturale. Queste formano la base della presa di coscienza delle sue responsabilità nei confronti della natura.

Il campo estivo fornisce ai bambini e agli adolescenti un'eccellente occasione per vivere intensamente nella

natura. In numerose organizzazioni giovanili – e sempre più nelle scuole – il campo costituisce il «pezzo forte» del programma dell'anno.

### Gioco e sport nel bosco, perché?

Il bosco, con le sue molteplici funzioni, assume un ruolo inestimabile per l'umanità. In certe regioni, l'essere umano non potrebbe semplicemente vivere senza di lui. Arricchisce anche la nostra vita offrendo distensione, bellezza e diversità.

Ma il bosco è in pericolo poiché subisce le conseguenze dell'attività umana. Le misure adottate dai forestali e dalle autorità non sono sufficienti per proteggerlo a lungo termine. Occorre quindi essere coscienti che il nostro modo di vivere ci rende responsabili del futuro del bosco.

Si rendono quindi necessari impulsi a favore dello sviluppo di un comportamento più conciliante con l'ambiente. Proponiamo diversi modi d'approccio alla natura, in particolare modo sotto l'aspetto sensitivo e ludico. Il bosco è pure un luogo dove si possono trascorrere momenti indimenticabili!

### Gioco e avventura

I seguenti giochi sono in relazione con il bosco.

#### Corsa d'orientamento alla cieca

Un partecipante conduce un corridore «cieco» (cioè con gli occhi bendati) con rapide informazioni, e ciò dal primo all'ultimo punto, su una distanza di 10 - 30 metri. Ad ogni punto, il corridore deve obliterare la sua carta di controllo e cercare di riconoscere, con il tatto, un dato albero o cespuglio, oppure identificare gli odori tipici del bosco: resina, menta, humus ecc. Queste sostanze vengono messe in piccoli contenitori di «cremino», accoppiati e forati.

#### All'inseguimento dell'albero

L'inseguitore grida il nome di un albero, per esempio «Faggio!». Gli altri giocatori devono correre il più velocemente possibile verso l'albero designato. Arrivati a quello sono al sicuro. Per rilanciare la corsa, l'inseguitore grida un altro nome d'albero, che gli altri devono affrettarsi a trovare. E così di seguito...

#### Mimetizzazione

Su un determinato tragitto, nascondere certe cose che s'incontrano abitualmente nel bosco e altre che non hanno nulla a che fare con questo ambiente. Per i partecipanti si tratta di scoprire quanti oggetti sono stati nascosti.

#### A passeggio nel bosco

Scopo del gioco: passeggiare nel bosco senza farsi sentire dal cuculo. Un bambino passeggia, un altro fa il cuculo e i rimanenti giocatori fanno gli alberi. Si allontana il «gitante» in modo che non senta chi assume il ruolo del cuculo. Il cuculo e gli alberi si sparpagliano lungo il tragitto previsto e si bendano gli occhi. Qui

comincia la passeggiata del primo, e ciò facendo il meno possibile di rumore. Il cuculo si manifesta quando sente il gitante spostarsi. Siccome quest'ultimo non sa chi sia il cuculo, sarà obbligato a passare il più furtivamente possibile davanti a tutti i giocatori (alberi e cuculo).

### Caprioli e lupi

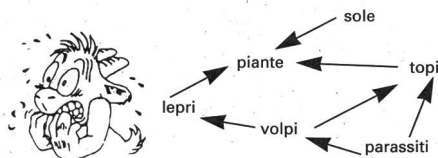
I caprioli dispongono di cinque minuti per esplorare i dintorni del campo. Trascorso il tempo, devono nascondersi. I lupi cacciano in branco e accerchiano i caprioli. Il gioco termina quando tutti i caprioli sono in trappola.

### Gufi e cornacchie

Segnare una linea mediana e due nidi a una distanza di sei metri. Due gruppi della stessa grandezza - gufi e cornacchie - stanno di fronte sulla linea mediana. Il monitore fa un'affermazione. Se questa è vera, i gufi cercano di acchiappare le cornacchie. Nel caso contrario tocca alle cornacchie prendere i gufi. Quelli che riescono a raggiungere il nido sono salvi. I gufi prigionieri si trasformano in cornacchie e viceversa. Le dichiarazioni espresse dal monitore possono, per esempio, spaziare sulle impressioni sensitive, sulle osservazioni, le scoperte e le esperienze vissute durante la giornata.

### La catena alimentare

Questo gioco permette di ricostituire tutta una catena alimentare:



Le frecce indicano chi può mangiare chi. Nella prova che abbiamo svolto avevamo: 1 sole, 8 piante, 3 lepri, 6 topi, 3 volpi e 4 parassiti.

Altre regole da rispettare: il sole può ridar vita alle piante toccandole; i parassiti possono agire sono in coppia; un parassita che non mangia nulla durante un minuto muore; bisogna contare almeno 5 secondi per mangiare.

**Corsa di orientamento alla cieca: non solo la vista, servono altri sensi.**



## Il bosco di notte e all'alba

### Escursione all'alba (partenza notturna)

#### Scopo:

Obiettivo di questa gita è di trovare un luogo al margine del bosco o in una radura dove si può osservare il sorgere del sole.

#### Ora:

D'estate a partire dalle 4 del mattino, circa un'ora prima del sorgere del sole.

#### Forma:

A gruppi

#### Preparazione:

Ricognizione della passeggiata il giorno precedente, annotare le ore del tramonto e dell'alba. Facoltativo: approfondire le nozioni sui due fenomeni.

### Bivacco notturno nel bosco

L'emozione di dormire sotto le stelle: nessuno lo impedisce. Comunque, una tale idea dev'essere discussa con la guardia forestale che potrà indicare i luoghi migliori (tranquillità, animali selvaggi ecc.).

### Pipistrelli e farfalle notturne

Scoprire un luogo relativamente sicuro per poter giocare di notte.

Principio del gioco: i pipistrelli cercano mangime aiutandosi ai suoni che possono percepire. Dare un certo tempo alle farfalle notturne affinché possano nascondersi. Scaduto questo tempo, i pipistrelli cominciano a cercare le farfalle notturne. Ogni 30 secondi hanno il diritto di emettere un segnale al quale le farfalle devono rispondere con un determinato suono. Le farfalle prese da un pipistrello sono «mangiate» e tacciano definitivamente. Quante farfalle restano?

**Variante:** Giocare di giorno e bendare gli occhi dei pipistrelli.

## Alcune regole da rispettare

Ogni bosco ha il suo proprietario. Anche se in Svizzera il bosco è accessibile a tutti, occorre comunque avvisare la guardia forestale e/o invitarlo quando si tratta di un'impresa di una certa portata. Una regola valida anche per un'attività di una giornata. In questo modo si evitano eventuali problemi.

## Giornata nel bosco ed ecologia

Tramite il seguente schema presentiamo una delle numerose possibilità di trascorrere una giornata nel bosco. Preferibile iniziare con un approccio generale all'ambiente forestale prima di occuparsi dei suoi abitanti. Prestare attenzione allo stato di spirito del gruppo allo scopo di determinare il giusto momento per integrare un'attività ludica che permetta di scoprire il bosco. Conoscere il gruppo è molto importante, come pure la durata dell'attività. Molto dipende anche dalle fasce d'età e di conseguenza scaglionarla su parecchi giorni.

