

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 2 (2000)

Heft: 3

Artikel: Alla salute dello sport!

Autor: Firmin, Ferdy / Golowin, Erik

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001392>

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: 11.02.2026

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

Alla salute dello sport!

Il nostro benessere attuale viene determinato da vari aspetti che sono di natura fisica, psichica, sociale od ecologica. La salute è un processo permanente di collegamento ed armonizzazione di tutti i campi del vivere umano che dura tutta la vita. Una concezione olistica della salute è il presupposto di una cultura adeguata del movimento e dello sport.

Ferdy Firmin, Erik Golowin

La scuola, insieme alla famiglia ed alle istituzioni della vita pubblica che la sostengono (ad esempio, le società sportive) dovrebbe avere il compito di vigilare che, nel campo della salute, venga offerta la possibilità di una formazione con contenuti adeguati alle varie età. Nel campo della formazione e dell'educazione alla salute, la trasmissione delle conoscenze che la riguardano dovrebbe essere diretta allo sviluppo dell'autonomia e dell'autoresponsabilità. Infatti nessuno può attribuire al proprio medico la responsabilità del suo stile di vita. Al centro dei nostri sforzi vi deve essere la scoperta e lo sviluppo di tutto il nostro potenziale umano. Quali sono le risorse delle quali dispone in generale l'uomo? Come le può utilizzare per porle al servizio dello sviluppo della sua personalità? Ed all'interno di questo processo, quali sono le funzioni ed i compiti che deve svolgere l'insegnamento dell'educazione fisica?

Riscoprire una nuova immagine dell'uomo

In un'epoca di cambiamento dei valori come la nostra si deve ripensare di nuovo la definizione di salute. Fino a non molto tempo fa l'uomo moderno, intriso di razionalità, aveva la tendenza a definire la salute come «assenza di malattie». Alla luce delle nostre conoscenze attuali la «globalità» è diventata un principio pedagogico fondamentale, e sempre più si rivolge una attenzione maggiore a cosa si de-

ve intendere per corpo e mente nella nostra cultura.

Capacità quali autorganizzazione, competenza sociale od intelligenza emotiva sono aspetti della personalità che conducono a valori che oggi caratterizzano la nostra immagine dell'uomo. Da questo punto di vista abbiamo riscoperto la salute: con essa si intendono un corpo, una mente sana ed una posizione soddisfacente in un sistema sociale. Ma in questo modello manca l'ispirazione dell'uomo, il suo confronto culturale con il suo sviluppo ed il suo ambiente.

Attualmente siamo sempre più soggetti all'influenza di molte culture, e fenomeni come la globalizzazione non sono esenti dal lasciare tracce sulle nostre abitudini di vita e sul nostro modo di pensare.

Perciò dobbiamo trovare continuamente nuove strade per integrare nel nostro sistema educativo una formazione sensata della coscienza.

«Vogliamo promuovere un ambiente sano nella scuola e nell'insegnamento dell'educazione fisica e creare sinergie salutari.»

ci dobbiamo sempre più interessare dei contenuti che sono al centro della nostra esistenza. Di essi fanno parte interrogativi fondamentali su una immagine dell'uomo che ci aiuti a sviluppare la comprensione e la tolleranza, ed a confrontarci in modo umano con noi stessi, con i nostri simili ed il nostro ambiente. Nella nostra società moderna viene riconosciuto che una salute veramente completa ha bisogno di determinati presupposti etici, economici od ecologici. Però, in parte, le opinioni sul problema di quanto l'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport possa, e debba, sostenere questo processo di formazione della coscienza, sono molto diverse.

È necessario cambiare modo di pensare

Ancora oggi, come «educazione alla salute» vengono impartite nozioni, rilevanti per la salute stessa, che sono di natura normativa e sono indirizzate soprattutto ad evitare o ad impedire che essa venga messa in pericolo. Spesso questa forma di educazione viene accompagnata da una pedagogia intimidatoria, basata sulle minacce (che cioè pone l'accento sui pericoli per la salute), che non soltanto si dimostra poco efficace nel cambiare i comportamenti, ma spesso fa anche sentire in colpa coloro che ne sono oggetto (provoca anche una coscienza sporca). Ma l'insicurezza, la paura e le pressioni psicologiche sono qualcosa di diametralmente opposto ad uno sviluppo globale che migliori la salute. Ciò che vogliamo non è attizzare angosce (paure) verso i rischi che provocano malattie (ciò che può provocare malattie), ma educare i giovani in modo tale che essi pongano le loro esperienze, le loro conoscenze e le loro capacità al servizio di un miglioramento globale della loro salute. Una stabilità interna, libera da angosce è un presupposto favorevole per strategie adatte alla «sopravvivenza» nelle nostre strutture economiche e sociali che tendono a produrre malessere.

Sviluppare le risorse umane

È auspicabile che si sviluppi una concezione di una cultura del movimento, che, al di là dello sport, promuova la visione globale della salute. Occorre trovare un numero maggiore di strade che ci permettano di fare capire ai nostri giovani che la realtà non è caratterizzata da idee statiche, ma piuttosto corrisponde al processo di un continuo gioco reciproco tra aspetti spirituali, mentali e fisici. Questo continuo «scorrere» della qualità della vita non avviene nel nulla, indipendentemente dall'ambiente sociale, culturale e naturale, ma avviene come parte del tutto. Ci si offrono numerosi campi di lavoro nei quali potere svolgere i compiti impegnativi, legati

all'insegnamento dell'educazione fisica: la creazione di presupposti ecologici che siano più adatti ad un ambiente sano di vita nella scuola e nell'insegnamento dell'educazione fisica e la promozione della salute fisica, psichica e sociale sono campi nei quali occorre impegnarci maggiormente, moltiplicando i nostri sforzi, e che debbono essere meglio collegati tra loro. Se il nostro intendimento è di tenere conto, quanto più possibile, di tutti gli aspetti della salute, dobbiamo sperimentare e sviluppare tutte le nostre risorse umane.

Corrispondere ai bisogni

Sul piano applicativo si tratta di realizzare i concetti ideali che abbiamo sviluppato precedentemente in modo quanto più possibile globale. Per farlo occorrono sforzi costanti in due direzione:

Un aggiornamento personale permanente

Chi insegna agli esseri umani si deve aggiornare continuamente. Ciò esige che vi siano proposte corrette di aggiornamento e che esse vengano adeguatamente sfruttate. Purtroppo molte di queste proposte nel loro insieme sono ancora troppo poco dirette a promuovere una concezione globale (olistica) dell'insegnamento. Qui troviamo un evidente bisogno di intervento di chi ha la responsabilità della formazione nelle varie istituzioni.

Un'impostazione dell'insegnamento a dimensione umana

Un clima sano e favorevole all'apprendimento è il presupposto per una creatività priva di timori che stimoli lo sviluppo di un individuo che sta crescendo. Rapporti sociali leali, strutture di apprendimento o impostazione delle pause adeguate sono altrettante possibilità e settori diversi nei quali si possono porre continuamente accenti pedagogicamente efficaci ed aiutare il processo di sviluppo dell'uomo.

m

Un impegno finalizzato per la promozione della salute

In questo numero vengono trattati tre aspetti sul tema della promozione della salute nell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport. Essi dovrebbero sensibilizzare lettori e lettrici verso importanti aspetti che riguardano il settore dello sviluppo biologico (v. pagg. 8–13), la salute psicosociale (v. pagg. 14–17) ed idee di politica dell'educazione (v. pagg. 18–20). Vengono così indicate risorse, importanti per l'insegnamento dell'educazione fisica, delle quali occorrerebbe tenere conto adeguatamente.

Se si vuole rispondere alle esigenze di una promozione completa della salute che parta da una sua concezione di tipo globale (olistico), sia nella formazione degli adulti come anche nell'età infantile e nell'adolescenza si deve porre con maggiore forza l'accento sulla formazione di una coscienza. Tale formazione comporta notevoli implicazioni pedagogiche, che investono importanti tematiche che verranno ulteriormente discusse in ogni numero. L'intento è quello di stimolare lettori e lettrici a creare un clima d'apprendimento «sano», a costruire un rapporto «sano» tra loro ed i loro allievi ed a sviluppare, insieme ad essi strategie moderne di soluzione di quei problemi che nascono quando si vuole determinare un comportamento sociale «sano».