

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

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

Band: 6 (2004)

Heft: 3

Artikel: In 26000 sul libro paga

Autor: Bignasca, Nicola / Ursprung, Lorenz / Zryd, Daniela

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001875>

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>

In 26000 sul libro paga

Diciannove mestieri, 5600 posti a tempo pieno e 15 000 a tempo parziale. Lo sport è un interessante datore di lavoro. Ma quali sono le ultime tendenze? E cosa consigliare ai giovani che intendono intraprendere una carriera professionale in un ambito legato allo sport?

Nicola Bignasca, Lorenz Ursprung e Daniela Zryd

Attualmente la situazione sul mercato del lavoro sport è positiva, con una crescita lenta ma costante. Sarebbe comunque esagerato parlare di boom del settore o anche di situazione eccezionale, dato che anche le professioni nel campo dello sport sono confrontate con opportunità e limiti uguali a quelle degli altri settori.

Per saperne di più

Questo articolo e gli esempi riportati nelle pagine che seguono si basano su un catalogo completo delle professioni nel campo dello sport e del movimento. L'autore, Lorenz Ursprung, descrive i principali campi di attività nello sport e le caratteristiche psicofisiche richieste. Oltre alle indicazioni relative a formazione e perfezionamento professionale si procede ad una valutazione delle opportunità e delle prospettive nelle professioni descritte. Il tutto completato da preziose informazioni pratiche e dagli indirizzi delle singole associazioni professionali.

■ Ursprung, L.: *Arbeitsmarkt Sport Schweiz. Zürich, Gesellschaft zur Förderung der Sportwissenschaften an der ETH Zürich, 2001. ISBN 3-9521633-6-8*

Una formazione sempre più specialistica

Il «valore» di una prestazione di servizio dipende dalla formazione di chi la offre. Anche nel campo dello sport si richiedono formazione e perfezionamento costanti. Come conseguenza della sempre maggiore differenziazione nello sport e nell'attività fisica i cicli di formazione vengono ampliati e strutturati sempre più. Si tratta di una specializzazione importante e le associazioni di categoria intendono regolare l'accesso ad alcune di queste nuove professioni. Quanto prima valeva solo per i docenti di educazione fisica, assume ora importanza anche per allenatori, istruttori di fitness e molti altri che hanno a che fare con lo sport. In tutti i campi si richiedono ormai attestati di capacità che rivalutano l'immagine della professione ed hanno effetti positivi sia per il cliente (cosa posso aspettarmi?) che per l'offerente (cosa posso chiedere per il servizio?).

Novità a livello accademico

Anche le università ed i politecnici federali hanno sviluppato le proprie offerte. Se solo pochi anni fa il loro compito nel campo dello sport consisteva nel formare docenti con diploma federale I o II, ora il programma è molto più variato (come mostra l'articolo a pag. 22). Le nuove possibilità di orientamento professionale nei campi del fitness, della salute, del turismo e dell'economia sono state riprese nei pia-



Foto: Keystone/Andrew Carruth

ni di studio di tali istituzioni, magari non proprio nelle materie di base e principali («Bachelor» e «Master»), ma soprattutto in quelle complementari e a livello di formazione per l'ottenimento di un titolo post-laurea.

L'evoluzione mostra che anche la formazione di livello accademico intende meglio adeguarsi alle richieste del mercato. Il Politecnico federale di Zurigo offre ad esempio un ciclo di studi «Scienze motorie e sport», che si conclude con la qualifica di diploma in scienze naturali con specializzazione in sport.

Condizioni di lavoro non sempre facili

Professioni nei campi del fitness e della ginnastica, attività aquatiche come Aqua Gym, tecniche meditative come Yoga, Tai-Chi e Gi-Gong vivono attualmente un'interessante evoluzione, dato che una parte sempre crescente della popolazione nel tempo libero si dedica ad attività capaci di distendere e ridurre lo stress. D'altra parte queste esigenze si riflettono poi sulle condizioni di lavoro di quanti offrono servizi del genere, chiamati a lavorare quando gli altri hanno libero, durante i fine settimana o alla sera. Le conseguenze del fenomeno non andrebbero sottovalutate: persone obbligate a lavorare ad orari irregolari a volte per più datori di lavoro e per una retribuzione insoddisfacente.

Il fitness batte la scuola

Studi statistici condotti nel 1997 parlano di 5600 impieghi a tempo pieno e 15 000 a tempo parziale (cfr. Ursprung 2001), e le cifre non dovrebbero essere cambiate di molto negli ultimi anni. In altri termini abbiamo circa 10 500 posti a tempo pieno, ri-

partiti fra oltre 26 000 persone. Il gruppo principale è costituito dai docenti attivi nelle scuole; oltre 1300 posti a tempo pieno, poco meno di 1200 posti a tempo parziale e qualche centinaio di impieghi con poche ore soltanto di lezione, per un volume totale pari a circa 1800 posti di lavoro, sono cifre certamente da non sottovalutare. L'andamento demografico negli anni a venire potrebbe però avere influenze negative sul numero di docenti. Per il 2012 l'Ufficio federale di statistica prevede ad esempio circa 100 000 allievi in meno rispetto ad oggi, per cui in futuro il fitness potrebbe divenire il settore lavorativo principale nel campo dello sport. Già nel 1997 la categoria di istruttori di fitness contava un volume di lavoro pari a circa 800 impieghi a tempo pieno, anche se poi effettivamente solo 400 persone lavoravano al 100 %. Se poi si computano anche le diverse professioni collegate al settore del fitness (soprattutto istruttori, gestori di centri ed istruttrici di aerobica) il settore del fitness con un volume complessivo di oltre 1900 impieghi a tempo pieno supera sin d'ora la scuola.

Negli esempi riportati di seguito per semplicità di formulazione utilizziamo la sola forma al femminile o al maschile.

DARTFISH DartTrainer

Il vostro migliore assistente

Pro Suite

Communicare in maniera efficace e trasparente con i vostri atleti, integrando facilmente il video all'allenamento

Analizzare le prestazioni per comprendere, spiegare e migliorare la tecnica

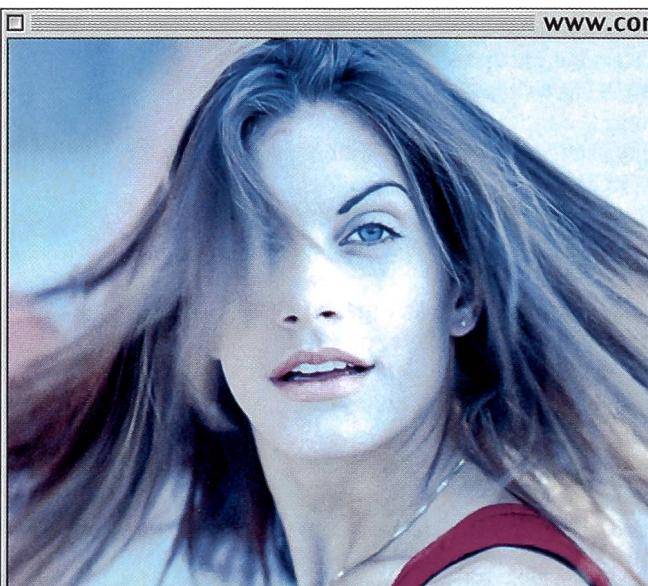
Condividere facilmente le vostre analisi con gli atleti o i colleghi allenatori utilizzando il supporto elettronico



La soluzione, il software DartTrainer *Pro Suite*

Il vostro contatto: Olivier Volery,
Country manager, Switzerland
Tel: 026 425 48 66
Fax: 026 425 48 59
olivier.volery@dartfish.com


DARTFISH
Dartfish, Rte de la Fonderie 6
CP 53 - 1705 Fribourg, Switzerland
Tel: +41 26 425 48 50
info@dartfish.com
www.dartfish.com



Collegatevi su
www.cornercard.ch
E vi ritrovate a un solo clic
dalla vostra carta VISA o
MasterCard.



CORNER
Bank Card Center



Responsabile di centro fitness Comunicazione e marketing

Il gestore di un centro fitness si occupa degli aspetti commerciali e della gestione dell'azienda. Ovvero, oltre a compiti amministrativi come contabilità, bilancio e marketing, è responsabile anche dell'elaborazione e dell'attuazione di un piano d'impresa. Di fondamentale importanza sono le capacità comunicative, dato che si è a contatto con le persone più diverse: collaboratori, clienti, fornitori, banche e autorità. Un centro fitness vive della vendita di abbonamenti, per cui risulta centrale l'equilibrio fra entrate e uscite. Ampie conoscenze di contabilità e gestione risultano pertanto di grande utilità e senza non si può prevedere una gestione a lungo termine. Oltre a ciò, in un settore in costante cambiamento come il fitness, servono una certa apertura verso le novità ed una buona dose di creatività.

Contatti:

- Federazione svizzera dei centri fitness (FSCF), www.sfcv.ch
- Academy for Fitness and Aerobics, www.afa.ch (solo in tedesco)
- Schule für Aerobic und Fitness AG, www.safs.ch

Foto: Keystone/Martin Weissner



Collaboratrice in un centro fitness Entusiasmo e competenza

L'istruttrice di fitness controlla l'andamento della palestra. Parla con i nuovi arrivati per verificarne le esigenze, li introduce nell'allenamento del fitness e illustra loro le varie offerte che il centro mette a disposizione. In un centro fitness si bada soprattutto al benessere tramite e grazie al movimento per cui si richiede una buona dose di entusiasmo e capacità di motivazione; d'altra parte per assistere al meglio i clienti e capirne i bisogni sono necessari anche sensibilità e qualche dote psicologica. In molti centri fra i compiti di un'istruttrice rientrano anche dei lavori amministrativi e la cura della reception o del bar.

Contatti:

- Federazione svizzera dei centri fitness (FSCF), www.sfcv.ch
- Academy for Fitness and Aerobics AFA, www.afa.ch (solo in tedesco)
- Schule für Aerobic und Fitness AG: www.safs.ch (solo in tedesco)

Istruttore

Flessibilità e vicinanza al cliente

Di regola l'istruttore insegna una disciplina precisa; ad esempio come maestro di tennis o di sci, o come docente di surf o di immersione subacquea. In ogni caso l'istruttore offre una prestazione e deve soddisfare i desideri dei clienti ed aiutarli a raggiungere gli obiettivi che si pongono. Deve quindi disporre di una buona dose di sensibilità, per recepire le aspettative del cliente e predisporre un programma ideale per ognuno. Naturalmente gli istruttori devono avere buone maniere, essere affidabili e disposti a lavorare proprio quando gli altri si godono il tempo libero. Gli istruttori di sport devono disporre di notevole competenza nella disciplina insegnata sia a livello teorico che pratico, padroneggiare tutti i movimenti e visto che devono poterli mostrare agli allievi e lavorare con gente di ogni età devono pure trovarsi a proprio agio sia nell'insegnamento tradizionale con i giovani che nel lavoro con gli adulti. Chi si occupa per parecchie ore al giorno di insegnamento nella pratica deve potere contare su

una buona forma fisica, oltre, chiaramente, possedere solide conoscenze degli attrezzi sportivi e del materiale utilizzato.

Contatti:

- Federazione svizzera di volo libero, www.shv-net.ch (in francese e tedesco)
- Schweizerischer Judo- und Jiu-Jitsu-Verband, www.sjv.ch (in francese e tedesco)
- Schweizerischer Karate-Verband, www.karate.ch (solo in tedesco)
- Swiss Snowsports, www.snowsports.ch (in francese e tedesco)
- Federazione svizzera di sport subacquei, www.susv.ch
- Schweizerischer Windsurf-Ausbildungsverband, www.windsurf.ch (solo in tedesco)
- Tennislehrerverband der Schweiz, www.swiss-pro.ch (francese in preparazione)



Società sportiva

Un tuttofare che fa tutto bene

Sono pochi i club privilegiati che dispongono di diversi impiegati; la maggior parte delle società sportive conta infatti su una sola persona impiegata a tempo pieno o anche solo parzialmente. Questi collaboratori, i manager della società, sono spesso chiamati a svolgere contemporaneamente varie funzioni, come veri e propri tuttofare. Chi si occupa da solo della sede sociale deve essere disponibile per ogni genere di problema che si presenta all'affiliato. Dato che il manager della società incontra molta gente dovrebbe possedere buone doti di contatto e di comunicazione. Per riuscire a svolgere in modo efficiente i lavori amministrativi sono necessarie nozioni di amministrazione o di contabilità e, oltre a ciò, gli si chiede di contribuire anche a livello strategico e concezionale. Maggiori sono le esperienze su cui la persona può contare nella pratica sportiva, tanto più facile sarà per lei mettersi nei panni dei membri della società e venire incontro ai loro bisogni.

Contatto:

■ Swiss Olympic, www.swissolympic.ch

Federazione sportiva

Precisione ed impegno

In una federazione sportiva oltre agli impiegati lavorano anche molti funzionari a titolo di volontariato. Il lavoro di una federazione può essere suddiviso a grandi linee in compiti strategici ed operativi. Il primo ambito riguarda il futuro della federazione: si tratta di un lavoro impegnativo ed interessante che presuppone profonde conoscenze dello sport praticato, che servono a trovare le misure adeguate per sostenere questa disciplina. Oltre a questo, esiste anche il lavoro quotidiano, che potremmo definire di livello operativo, che prevede ad esempio l'organizzazione di campionati. La federazione deve poter dare informazioni e prendere decisioni

in merito a tutte le questioni relative allo sport ed ai campionati nazionali. Ognuna di queste funzioni poggia su una buona capacità di comunicazione. Gli impiegati di una federazione sportiva svolgono un lavoro variato, che richiede flessibilità per quel che attiene spostamenti ed orari di lavoro e precisione nei lavori di tipo amministrativo.

Contatto:

■ Swiss Olympic, www.swissolympic.ch



Foto: Keystone/Urs Flüeler

Gestire lo sport

Lo sport come bene comune

L'Ufficio comunale dello sport può essere considerato l'ente responsabile a livello locale per tutte quelle attività sportive che non vengono gestite direttamente dalle società sportive o da partner commerciali. In questo ambito rientrano ad esempio le settimane a tema o le attività per le vacanze, molto diffuse ed apprezzate in numerose città, oppure il noleggio di materiale sportivo. Altro compito di centrale importanza è l'amministrazione degli impianti sportivi, ivi compresa la gestione degli spazi pubblicitari presso le installazioni comunali. Una buona parte del lavoro è poi costituita del contatto permanente con le varie autorità.

L'Ufficio cantonale dello sport si occupa di Gioventù + Sport, di sport per gli anziani, della gestione e della distribuzione dei fondi dello Sport Toto e in molti cantoni anche di sport scolastico facoltativo, della costruzione e manutenzione di impianti sportivi cantonali nonché della pianificazione, organizzazione e dello svolgimento di manifestazioni speciali. Il lavoro con quadri e monitori viene spesso svolto fuori sede e al di fuori degli orari d'ufficio (organizzazione e conduzioni di corsi e di sedute e presenza a riunioni di vario genere). Per riuscire a soddisfare le esigenze dei gruppi d'interesse più diversi sono importanti buone capacità di pianificazione ed abilità organizzative ed amministrative.

Contatti:

- *Arbeitsgemeinschaft schweizerischer Sportärzte (assa), www.sportaemter.ch (tedesco e francese)*
- *Ufficio federale dello sport Macolin, www.baspo.ch*
- *Konferenz der kantonalen Sportbeauftragten, www.ides.ch/kks/kks_start_d.html*

Management dello sport

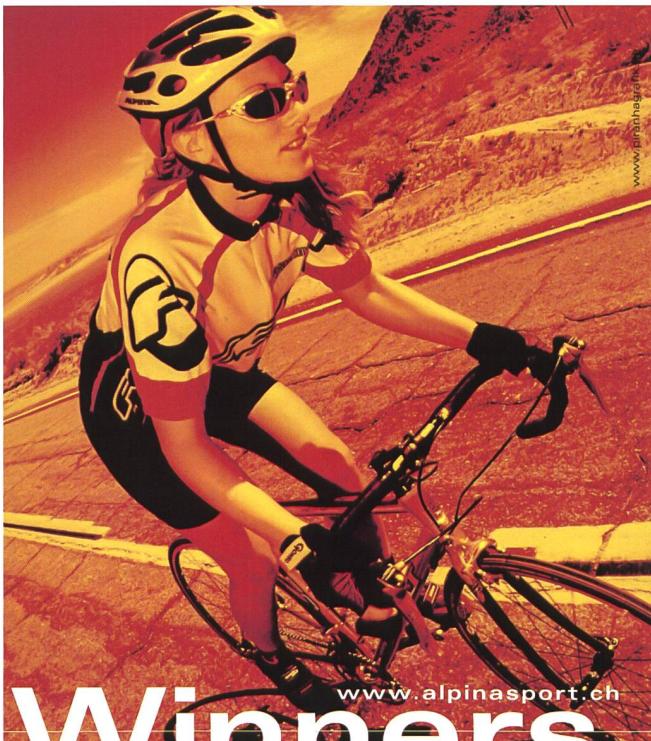
Empatia e amore per i numeri

Un settore importante di questa attività è la gestione di occasioni particolari come gli eventi, o gli events per usare il termine inglese. Si tratta in pratica di pianificare, preparare, organizzare, eseguire e valutare una manifestazione sportiva di ampio respiro. Un altro settore è l'assistenza di atleti, che può spaziare dalla gestione della persona, alla

cura dei contatti, alla pianificazione della carriera, alla consulenza finanziaria e fiscale fino alla stipulazione di contratti pubblicitari o all'organizzazione dei frequenti viaggi. La funzione del manager è un classico lavoro di servizio: la soddisfazione del cliente (spettatori, media o sportivi) è sempre al centro dell'attenzione. Il manager deve essere attivo e pratico, e caratterialmente predisposto a trattare con persone di estrazione diversa e con interessi eterogenei. I presupposti principali sono ottime capacità di comunicazione e profonda conoscenza in campo di risorse umane.

Contatto:

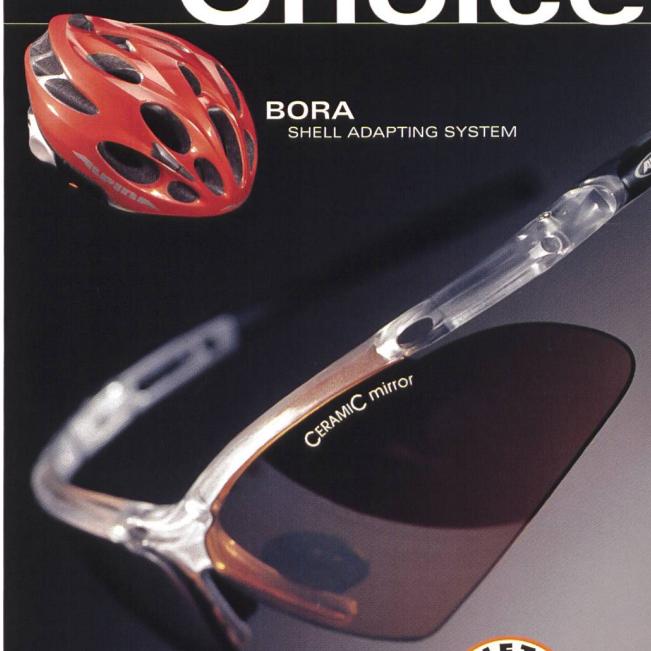
- *www.sportmanagement-schweiz.ch (solo in tedesco)*



Winners Choice

www.alpinasport.ch

BORA
SHELL ADAPTING SYSTEM

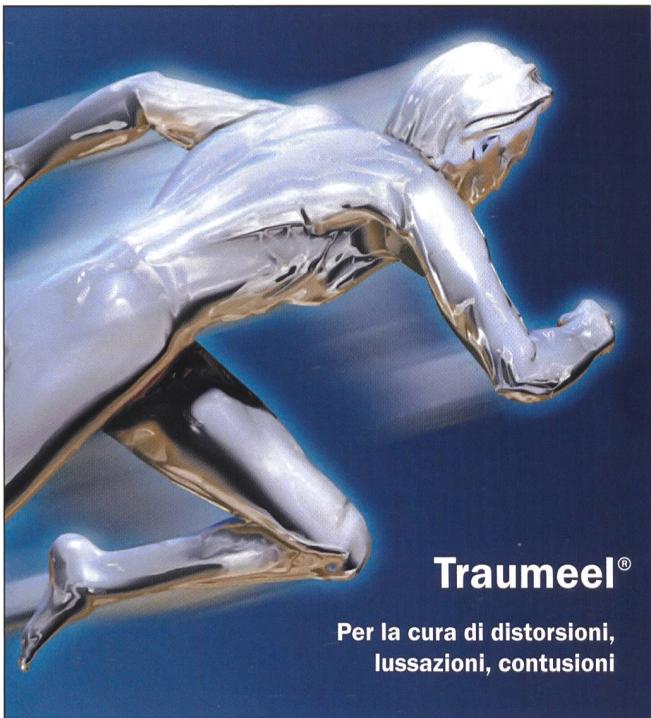


KAUFTIPP
10/03
Mountain BIKE

TRI-GUARD 40
CHANGEABLE LENS SYSTEM

ALPINA
PROFESSIONAL EYEWEAR

ALPINA Optik + Sport AG · CH-8123 Ebmatingen · E-Mail: info@alpinasport.ch



Traumeel®

Per la cura di distorsioni,
lussazioni, contusioni

L'alternativa
omeopatica
moderna.

Nelle farmacie e drogherie.




**Il sole diventa
sempre più forte.
Daylong anche.**

Daylong visage vitaminé

Nuovo

Protezione solare altamente efficace.

 partner della Lega svizzera contro il cancro

In farmacia e in drogheria:

www.sprig.ch





Foto: Daniel Käsemann

Maestra di danza e di ginnastica **Senso del movimento e creatività**

Una scuola di danza di regola offre una vasta gamma di balli. I presupposti fondamentali per chi vuole insegnare in questo ambito sono il senso del movimento e notevoli capacità tecniche. Le esperienze a livello di competizioni o di spettacolo rappresentano inoltre un grande vantaggio, come anche una dose considerevole di entusiasmo personale che aiuta ad infondere giorno dopo giorno alle allieve una nuova carica di motivazione. Per abbattere le barriere, soprattutto con i nuovi arrivati, è pure necessario dar prova di apertura e disponibilità. In un mondo così vasto e soggetto ai cambiamenti di tendenza e di moda – che fanno nascere continuamente nuovi stili – è inoltre fondamentale uno spiccato interesse per le novità e la creatività.

Contatti:

- **Schweiz. Berufsverband für Tanz und Gymnastik, www.tanznetz.ch/vsbt/SBTG_infos/sbtg.htm (solo in tedesco)**
- **Swiss Dance, www.swissdance.ch (in francese e tedesco)**

Personal Trainer

Flessibile e polivalente

Per i suoi clienti il personale trainer, una sorta di preparatore atletico privato, è nel contempo istruttore, consulente per gli aspetti legati alla salute e compagno di allenamento. Il programma di allenamento di base sui bisogni del cliente e può andare da una seduta di stretching, all'allenamento mirato in palestra, passando per il rampichino, la ginnastica o la partita a tennis. Dall'allenatore privato si pretende un'elevata flessibilità, ciò significa che dovrebbe essere sempre disponibile e saper accettare di buon grado l'interruzione o l'annullamento di una seduta. Deve inoltre dimostrare competenza in campi quali l'alimentazione, la lotta allo stress ..., dando sempre prova di creatività e talento organizzativo. Il trainer dovrebbe

avvalersi anche di una buona cultura generale ed essere sempre aggiornato; sono sempre più numerose, infatti, le persone che apprezzano il contatto con allenatori dotati di una vasta esperienza personale e di conoscenze che sconfinano dall'ambito prettamente sportivo.

Contatti:

- **Academy for Fitness and Aerobics, www.afa.ch**
- **Schule für Aerobics & Fitness AG, www.safs.ch**

Allenatore di sport di punta

Alla ricerca del successo

La qualità di un allenatore viene misurata sulla base dei suoi successi, per cui i risultati sono crocevia e punti cruciali nella sua vita. Il suo è un ruolo molto importante anche sotto l'aspetto mentale: quanto meno atleti assiste, tanto più forte si fa il legame che lo unisce al suo pupillo. Fra le qualità più apprezzate figura la capacità di lavorare in modo mirato e, in tal senso, un perfezionamento costante è assolutamente necessario. Si richiedono inoltre doti comunicative superiori alla media, necessarie per trasmettere all'atleta gli obiettivi da raggiungere e il modo in cui potrà ottenerli, per curare i contatti con i giornalisti, per informare i vertici della società e per diventare la persona di riferimento per tifosi e sponsor. Tutte mansioni che spesso vengono svolte in condizioni di stress (ad esempio al termine di una gara). L'allenatore, infine, deve essere in grado di reagire rapidamente a situazioni nuove, che possono verificarsi sia durante le competizioni che nella fase di preparazione o di pianificazione della stagione.

Contatti:

- **Swiss Olympic, www.swissolympic.ch (in francese e tedesco)**
- **Vereinigung Diplomtrainer (VDT), www.trainervereinigung.ch (solo in tedesco)**

Una classe in più



Temi per il 2004

Rapidità
Spirito di squadra
Professione sport
Salti
Integrazione
Talenti

www.mobile-sport.ch



La rivista di educazione fisica e sport



«Allenarsi...
ad ogni passo!»

MBT®

by swiss masai®

MBT® L'allenamento consigliato dalla medicina sportiva



MBT pensa di più a voi. **Garantito!**

- Desidero un corso introduttivo alla tecnologia Masai.
- Desidero un corso introduttivo MBT nella mia scuola/società/ditta.
- Desidero ricevere il prospetto MBT sull'allenamento di resistenza con Olivier Bernhard.

Cognome: _____

Nome: _____

Via: _____

NAP/Località: _____

Telefono: _____

E-mail: _____

Da spedire a:

» Swiss Masai Vertrieb AG » St.Gallerstrasse 72 » CH-9325 Roggwil
» Tel. 071 454 60 70 » info@swissmasai.com » www.swissmasai.com

Turismo e sport **Animare e motivare**

Un lavoro nel campo del turismo sportivo viene spesso associato a vacanze, sport all'aria aperta e molto divertimento. Ma la realtà è ben diversa, perché sono gli ospiti a fare le vacanze, non certo gli operatori. I contatti più diretti con l'ospite sono riservati all'istruttore di sport in albergo o all'animatore nel villaggio vacanze. Se da un lato gli istruttori di sport di regola non hanno altri compiti, gli animatori spesso si occupano di intrattenere l'ospite anche al di fuori dell'attività sportiva. Alcuni enti turistici in località particolarmente frequentate dispongono di una segretaria a tempo pieno per coordinare l'intero programma sportivo. Per entrambi i settori di attività sono richiesti dei requisiti ben precisi: chi lavora nel turismo deve infatti essere consci del fatto di apportare una prestazione, soprattutto nel contatto con il cliente o con l'ospite, per cui non devono mancare apertura, disponibilità e cortesia. Oltre a ciò si chiedono affidabilità, calma e conoscenze linguistiche. Completa il tutto l'elemento essenziale del successo, ovvero un buon fiuto per i bisogni del cliente, spesso molto diversi.

Contatto:

■ Svizzera Turismo, www.myswitzerland.ch

Foto: Keystone/Jürg Müller



Giornalista sportivo **Non solo telecronaca**

In questo ambito è possibile lavorare in uno dei tre grandi settori della carta stampata, della radio e della televisione. Il compito principale del giornalista sportivo resta l'informazione del pubblico, ma oltre a ciò deve anche saper intrattenere, presentare lo sport nelle sue varie sfaccettature e denunciare eventuali fenomeni negativi. Nella maggior parte dei casi i giornalisti lavorano di sera, anche fino a tardi. Da tempo ormai il resoconto di un evento sportivo non si limita più alla cronaca, in quanto le emozioni sono divenute importanti almeno quanto i risultati. La stampa scritta esige quindi «human touch stories» ed è così che il classico servizio radiofonico o televisivo dedicato ad un avvenimento sportivo lascia spazio ad una vera e propria «messa in scena» di manifestazioni sportive. Un giornalista deve inoltre parlare correntemente diverse lingue, essere in grado di lavorare sotto stress, sapersi imporre e non lasciarsi intimidire da eventuali rifiuti.

Contatti:

■ Associazione svizzera giornalisti sportivi (ASGS), www.sportpress.ch

Sport e salute **La forza dell'esempio**

Nell'ampio campo della salute si possono enucleare tre ambiti, anche se i confini fra di loro risultano quasi sempre piuttosto fluidi. Il primo settore comprende tutti gli aspetti legati alla prevenzione e si rivolge quindi a quella fetta di popolazione che non soffre di disturbi fisici. Il secondo ambito comprende l'insieme delle attività terapeutiche, mentre il terzo quelle destinate alla riabilitazione. Chi sceglie di lavorare in questo campo, deve nutrire un profondo interesse per il movimento ed un notevole senso della salute, perché per clienti e pazienti rappresenta un esempio di come vivere in modo sano ed attivo. Per quelle professioni legate all'insegnamento sono necessarie capacità metodologico-didattiche, oltre ad una certa flessibilità e predisposizione ad affrontare una grande mole di lavoro. In ciascuna di queste professioni sono richieste conoscenze basilari di psicologia e medicina. Per riuscire a far fronte ad eventuali emergenze servono infine nozioni approfondite di primo soccorso.

Contatti:

■ Rete Svizzera Salute e Movimento, www.hepa.ch
■ Promozione Salute Svizzera, www.promozionesalute.ch
■ Schweizerischer Verband für Sporttherapie und Gesundheitssport (SVGS), www.svgs.ch (solo in tedesco)

Per la corsa d'orientamento.



PostFinance promuove la corsa d'orientamento svizzera e partecipa al progetto sCOOL insieme alla squadra nazionale.

www.postfinance.ch

Per i vostri soldi.

PostFinance

LA POSTA 



Foto: Daniel Käsermann

Sport per gli anziani **Pazienza e cordialità**

I monitori di sport per gli anziani offrono attività di vario tipo: da un lato tutta una gamma di forme di movimento che si possono svolgere in modo stazionario, ad esempio in una palestra o in una sala per la ginnastica, dall'altro interessanti attività fisiche da vivere all'aperto, come camminare, correre o andare in bici-cletta, cui si aggiungono nei mesi invernali sci di fondo e sci escursionismo. Il monitor di sport per gli anziani prepara il programma e cura le singole attività. L'assistenza inizia spesso prima dell'ora di sport e si protrae anche oltre, dato che per molti anziani il tempo trascorso in compagnia dei monitori dopo l'attività fisica è altrettanto importante. Sono necessarie conoscenze approfondite di sport con gli anziani e sono particolarmente apprezzate doti quali la capacità di motivare e la pazienza. Il monitor deve essere consci del fatto che i gruppi di cui si occupa possono essere molto eterogenei, per cui deve saper soddisfare esigenze e desideri molto diversi, offrendo un programma variato ed adatto a tutti.

Contatti:

- Scuola federale dello sport Macolin, www.seniorensport.ch
- Pro Senectute Svizzera, www.pro-senectute.ch

Docente di educazione fisica scolastica **Educazione e movimento**

Il docente di educazione fisica imparte lezioni in una scuola. L'insegnamento deve rispondere alle esigenze moderne, essere orientato verso il futuro, considerare i diversi presupposti degli allievi e promuovere l'attività fisica sia per i dotati che per i non dotati dal punto di vista motorio. I docenti a volte sono chiamati a lavorare anche durante le loro vacanze visto che hanno a disposizione da 12 fino a 13 settimane di congedo all'anno. Periodi, questi, che vengono però sfruttati per preparare o rielaborare dei progetti, per partecipare a dei campi sportivi e a dei corsi di perfezionamento. Per poter insegnare sono assolutamente necessarie una formazione adeguata ed una buona dose di competenze a livello di pratica sportiva. Il docente di educazione fisica dovrebbe essere una persona aperta, che ha facilità nel contatto con gli altri. Inoltre dovrebbe sempre aggiornarsi in merito all'evoluzione più recente a livello sia pedagogico che pratico, per cui deve assolutamente frequentare corsi di perfezionamento ed aggiornamento professionale.

Contatto:

- Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola, www.svss.ch



www.floortec.ch

**Costruiamo rivestimenti
per ogni esigenza,
indoor e outdoor**

**FLOOR
TEC**

Sport- und Bodenbelagssysteme AG

Bächelmatte 4 • 3127 Mühlethurnen
Tel. 031 809 36 86 • m.wenger@floortec.ch
Christelirain 2 • CH-4663 Aarburg
Tel. 062 791 12 63
Schachenstrasse 15a • CH-6010 Kriens
Tel. 041 329 16 30

*specialisti in rivestimenti per
pavimenti, anche per lo sport*

**PERMANENTE AUSSTELLUNG
IN MÜHLETHURNEN**

www.verlagzkm.ch

**zürcher kantonale
mittelstufenkonferenz**
www.verlagzkm.ch
8353 Elgg
Telefon 052 364 1800

**In unserem Internet
Buchshop können Sie
regelmässig von einer
Aktion profitieren.**



Schachmaterial und
Spielanleitung fin-
den Sie auf unserer
Homepage oder bei
www.schach-shop.ch.



Zu rund 1200 Häusern aus der gan-
zen Schweiz und Liechtenstein finden
sich detaillierte Beschreibungen und
Abbildungen, umfangreiche Ortsin-
formationen und Kontaktadressen.

PANZERI®
veste lo sport

**Le tenute ideali
per la vostra
società**

Offriamo oltre 100
modelli di base di
cui si può scegliere:

- modello e colori
- qualità del tessuto
- l'iscrizione

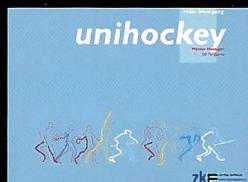
Per informazioni od
ordinazioni di prospetti
rivolgersi a:

Vera Bühler

Grossmatt 16
6440 Brunnen
Tel. 041/820 46 41
(anche di sera)
Fax 041/820 20 85
panzeri-sport@bluewin.ch

PANZERI® veste il vostro club in modo diverso e a prezzi vantaggiosi!

www.verlagzkm.ch



UNIHOCKEY
W. Heiniger

A4 quer
48 Seiten
Fr. 38.–

Mit 20 Portionen «Unihockey» wer-
den Kinder und Jugendliche für einen
dynamischen Mannschaftssport be-
geistert. Die Portionen bieten einen
fortschreitenden Aufbau, der eine
grundlegende Technik und ein tieferes
Spielverständnis fördert.



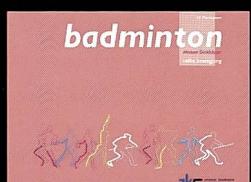
lauftraining

**LAUF-
TRAINING**

Ruedi Bühler

A4 quer
40 Seiten
Fr. 38.–

Mit «20 Portionen Lauftraining»
wird den Kindern auf abwechslungs-
reiche Weise die Freude am Laufen
vermittelt. Eine Fülle von Spielen und
Übungsformen, an denen auch kondi-
tionell Schwächeren ihren Spass haben,
werden aufgezeigt.



badminton

BADMINTON
M. Dickhäuser

A4 quer
40 Seiten
Fr. 38.–

Mit «20 Portionen Lauftraining» wird
den Kindern auf abwechslungsreiche
Weise die Freude am Laufen vermit-
telt. Eine Fülle von Spielen und
Übungsformen, an denen auch kondi-
tionell Schwächeren ihren Spass haben,
werden aufgezeigt.

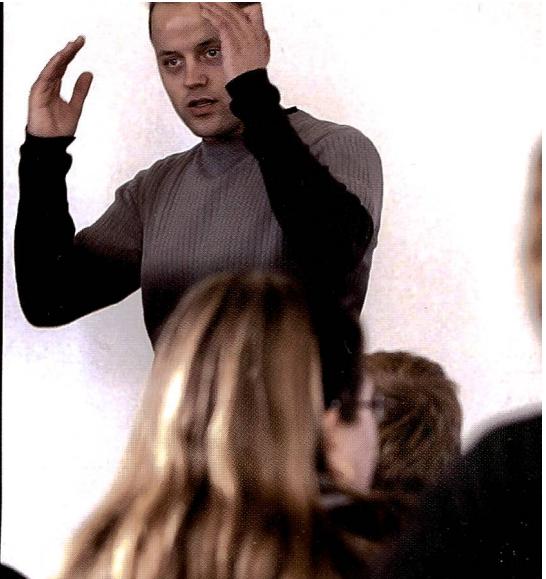
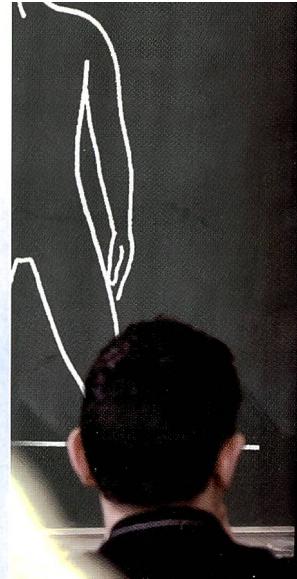
Sport nelle università Organizzazione e pratica

Un docente di sport a livello di università coniuga l'attività sportiva nella pratica con compiti di carattere organizzativo, che costituiscono la parte principale del suo lavoro. In questo ambito rientrano infatti l'assistenza in diverse discipline sportive, l'organizzazione di campi, corsi, viaggi e tornei o la cura degli impianti sportivi. Un docente di sport universitario può lavorare in modo autonomo; se da un lato l'impegno in termini di tempo è molto elevato, dall'altro sussistono libertà e possibilità di realizzare le proprie idee. L'offerta di attività sportive si concentra nell'ora di pranzo e la sera. Oltre al talento organizzativo ed alla competenza di comando, sono richiesti anche un certo piacere ad allacciare contatti umani e la capacità al lavoro di gruppo. Per riuscire a svolgere in modo efficiente la gran mole di lavoro sono necessari una buona tecnica personale ed una gestione appropriata del tempo. Per il docente di sport universitario la vicinanza allo sport serve come base per il proprio lavoro; deve pertanto avere molteplici interessi in questo campo e disporre di un'ampia competenza in materia.

Contatto:

■ *Schweizer Hochschulsport-Verband, www.shsv.ch
(in francese e tedesco)*

Foto:Keystone/Michel Spingler



Formazione di docenti di sport

Impiego fisso o incarico

Presso tutte le università ci sono pochi professori ordinari e molti docenti incaricati. Gli ordinari hanno molteplici compiti e oltre all'insegnamento svolgono attività nel campo dell'organizzazione o della direzione oppure sono attivi a livello di ricerca. Un incaricato di regola ha poche ore di insegnamento per settimana, in cui deve riuscire a trasmettere agli studenti conoscenze e saperi necessari per una preparazione ottimale nella sua materia. Per la maggior parte delle attività nell'ambito della formazione dei docenti di sport un iter simile è di grande vantaggio, per non dire presupposto essenziale, in quanto garantisce quel l'interesse a tutto campo per il settore dello sport, irrinunciabile per chi desidera lavorare a questi livelli. Per meglio insegnare è utile, inoltre, vantare esperienze personali nei campi sia della pratica sportiva che dell'insegnamento.

Contatto:

■ *Conferenza della rete svizzera di studi per l'educazione fisica e lo sport, www.sportstudien.ch
(in francese e tedesco a partire dall'estate 2004)*

Scienza dello sport

Domande e risposte

La maggior parte di coloro che si occupano di scienza dello sport lavorano presso le università e l'Ufficio federale dello sport di Maçolin in settori quali la biologia dello sport, la teoria del movimento, la teoria dell'allenamento, la biomeccanica, la medicina dello sport, la psicologia dello sport o la sociologia dello sport. Per mantenersi aggiornati sulle novità è necessario seguire costantemente l'evoluzione del proprio settore d'attività. Una scienza applicata come quella dello

sport deve essere sempre di una certa utilità pratica, ragion per cui bisogna curare regolarmente i contatti con la pratica sportiva, da cui trarre i quesiti da esplorare a cui fornire eventuali risposte. Chi si occupa di scienza in generale deve essere una persona curiosa e non deve limitarsi a dare risposte a domande formulate da altri, ma anche essere in grado di porsi da solo questioni da sviscerare poi a fondo.

Contatto:

■ *Ufficio federale dello sport, Istituto di scienza dello sport, www.baspo.ch*