

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Un cartonista in palestra  
**Autor:** Bignasca, Nicola / Kühne, Leo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001225>

#### 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>**



## Un cartonista in palestra

Lo scenario bucolico che fa da cornice alla Scuola cantonale di Glarona è da ventisette anni la sua dimora professionale. Il docente di educazione fisica e di inglese è una figura nota ai nostri lettori. Si tratta infatti dell'apprezzato autore dei disegni che illustrano gli inserti pratici di «mobile».

Nicola Bignasca, foto: Daniel Käsermann

I tocco umoristico che traspare dai suoi schizzi è un tratto inconfondibile che trova uno sbocco anche nel suo modo di insegnare: «cerco di trasmettere la mia passione per il movimento in tutte le sue sfaccettature.» E gli riesce bene. La giornata trascorsa in sua compagnia lo conferma. La sua lezione è un libero adattamento di quanto accade sui campi da sci nei cosiddetti «Snow-Parks»: «sono

molto critico nei confronti di questa formula. Avrete sicuramente già constatato come spesso siano inadeguati al livello degli utenti. Ma il principio è ottimo e oggi ve ne darò la prova.» Leo Kühne ha un modo naturale di porsi agli alunni, senza voler imporsi con forzature. Il contatto è personale, diretto, autentico. La sua autorevolezza traspare dalla facilità e dalla velocità con cui la lezione «corre» a

pieni giri sin dall'inizio senza inutili perdite di tempo. Al termine del riscaldamento, pochi minuti bastano agli allievi per predisporre gli attrezzi alle quattro postazioni, dove eserciteranno le capacità coordinative specifiche agli sport sulla neve come la reazione, la differenziazione e, soprattutto, l'equilibrio. Le sue dimostrazioni sono impeccabili. Sale su un montone rovesciato, si mantiene in equilibrio in quadrupedia, bilanciandosi con vigore per mostrare agli allievi come si può rendere il compito più facile o difficile. Egli li avvisa che gli esercizi richiedono la massima concentrazione. «Dovete imparare a gestire il rischio.»

### Un attento osservatore

Il metodo del circuito a stazioni è caro a Leo Kühne perché gli permette di tradurre in pratica la sua filosofia d'insegnamento. «Se prima ero un allenatore-giocatore ora ho assunto i panni del coach. Mi piace osservare e dare consigli.» Per ogni postazione, ha realizzato una scheda su cui l'esercizio è spiegato in poche parole ed è visualizzato con un disegno che, naturalmente, porta la sua firma. Gli allievi lavorano a coppie per un minuto; nei sessanta secondi successivi assolvono, a ritmo sostenuto, dei giri attorno alla palestra superando vari ostacoli. Poi vanno alla postazione successiva. Lo sforzo è intenso. Leo Kühne interviene con moderazione. Non dà mai l'impressione di voler porsi al centro dell'attenzione ma non perde mai il controllo della situazione. Un allievo esce momentaneamente dalla palestra per salutare una compagna. Il docente lo richiama e lo redarguisce bonariamente. «Con il tempo sono diventato più severo in fatto di disciplina. Richiedo anche un impegno maggiore dagli allievi.»

Se il rispetto della disciplina è prioritario con gli alunni delle prime classi, l'ottica cambia radicalmente con gli studenti delle superiori. «A loro fa spesso difetto la motivazione. Cerco di venir incontro alle loro esigenze coinvolgendoli maggiormente nella scelta dei contenuti.» Leo Kühne dichiara senza esitazione che l'aumento del numero di allievi per classe ha peggiorato sensibilmente le condizioni d'insegnamento. E quali sono gli ostacoli che incontra più di frequente? «Sono quelle mansioni che esulano dalle competenze nelle quali sono stato formato. Mi riferisco in particolare alla gestione degli allievi che mancano di rispetto, che soffrono di problemi psichici o che sono esposti al rischio di tossicodipendenza.»

### Forte nella tradizione

La fantasia che contraddistingue l'impostazione degli esercizi alle singole postazioni fa pensare che si ispiri alla «rosa dei sensi» inserita nella collana di manuali «Educazione fisica». «Sì, è certamente un valido punto di riferimento che ben inquadra tutte le sfaccettature della nostra materia. Cerco di applicare tutti gli approcci senza favorirne uno in particolare.» L'uso dei disegni a mo' di supporto mediale non è casuale e testimonia l'importanza di questa sua attività accessoria anche ai fini dell'insegnamento. «La passione del disegno mi permette di leggere e di capire alla perfezione gli esercizi che debbo poi illustrare. Ho preparato molte lezioni attingendo a questa fonte.» I suoi colleghi lo confermano: Leo Kühne è un profondo conoscitore delle attività motorie e sportive che compongono il nostro bagaglio tradizionale e classico. In questi ambiti, sa reagire tempestivamente e nel modo più adeguato perché dispone di un vasto repertorio. «Non sono molto dotato nelle attività di danza e di espressione corporea. Qui mi faccio aiutare da allievi molto più bravi di me e questo offre spunti pedagogici interessanti poiché permette di affidare maggiori responsabilità agli allievi.»

### La continuità con l'inglese

Leo Kühne, così come gli altri docenti di educazione fisica della sede, insegna una seconda materia. Nel suo caso si tratta dell'inglese. L'integrazione con il resto del corpo docente ne trae benefici e non vi sono barriere tra le varie materie. «Vi è una grande continuità. Alcuni metodi come gli esercizi a coppie, a postazioni e la messa in moto trovano spazio anche nelle lezioni di inglese. Alcune forme motorie, come alzarsi e cambiare posto, sono molto efficaci per l'app-

*«È importante che gli allievi acquisiscano la capacità di risolvere individualmente compiti anche complessi e che imparino a raggiungere degli obiettivi di gruppo.»*

prendimento. Talvolta, inserisco delle sequenze in inglese nelle lezioni di educazione fisica.» E, infatti, guarda caso, le singole postazioni sono denominate in inglese. Due esempi: «ride the bull» (rimanere in equilibrio sul montone) oppure «keep your balance» (passare la palla al compagno mantenendosi in equilibrio sul palone medicinale).

La lezione entra nella fase finale. Gli allievi hanno l'opportunità di bruciare gli ultimi scampoli di energie con un raffinato gioco di palla. È il momento opportuno per chiedergli come valuta il suo insegnamento. «Io valuto immediatamente. Se la lezione prende una piega inauspicata, rifletto sulle cause. La valutazione è più intensa e sistematica in presenza di allievi tirocinanti che assistono alle mie lezioni. È certamente un momento privilegiato per riflettere sul proprio operato.»

Oltre ad ospitare gli stage degli studenti di educazione fisica e sport, Leo Kühne svolge da anni una docenza al Politecnico federale di Zurigo nell'ambito degli sport sulla neve. Così come l'hobby del disegno anche questo incarico nella formazione degli insegnanti è proficuo per la sua attività presso la Scuola cantonale di Glarona. «Il filo d'Arianna è costituito dall'apprendimento dei movimenti. A scuola il compito si esaurisce con il raggiungimento del risultato e dell'obiettivo. Nella formazione dei docenti si aggiunge la riflessione a livello didattico e metodologico.» Per gli studenti e per Leo Kühne. ■

Contatto: k.lion@gmx.ch

Al sito [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch) trovate altre foto della lezione di Leo Kühne.