

# Skateboard: Dalla strada alla scuola

Gli skateboard sono diventati così popolari, che dalla strada sono approdati in televisione e nei salotti delle famiglie. Questo sport è da tempo un'attività interessante anche per le scuole. Grazie a esercizi adeguati, tutti possono avvicinarsi allo skateboard.



Skateboard – Uno sport molto diffuso.

Skateboard e waveboard. Sono due sport dinamici ma, diciamolo, non scevri di rischi. Sarebbe tuttavia un vero peccato se i docenti di educazione fisica rinunciassero all'insegnamento di queste nuove discipline sportive poiché imbrigliati dal freno inibitore – peraltro giustificabile – dall'ansia e dall'apprensione. Se da un lato è infatti una verità malcelata che questi sport presentano una componente di pericolosità, dall'altra il rischio di incidente è contenuto se il docente rispetta alcune semplici norme di sicurezza: innanzitutto lo svolgimento della lezione dovrebbe riflettere una metodologia d'insegnamento strutturata, secondariamente è imperativo che gli allievi indossino il casco e che siano muniti delle protezioni alle ginocchia, ai gomiti e ai polsi.

## Due tavole a ruota

Da prototipo pionieristico a sport popolare. È questa l'evoluzione che ha portato lo skateboard ad essere una delle discipline sportive maggiormente praticate al mondo. Non solo. Altrettanto alto è pure l'interesse mediatico nei confronti di questo sport; basti pensare che nei soli Stati Uniti sei milioni di spettatori rimangono incollati al piccolo schermo durante gli «X-Games» – una sorta di campionato del mondo di skateboard non ufficializzato.

Meno noto al grande pubblico e considerato dai tanti il «fratello minore» dello skateboard è invece il waveboard. Il waveboard è stato inventato nel 2005 negli Stati Uniti. Si tratta di un attrezzo in cui si fondono tre sport da tavola: il surf, lo skate e lo snowboard. La sua particolare costruzione permette al boarder di avanzare effettuando dei movimenti rotatori del corpo in alternativa alla spinta con il piede, che è invece una caratteristica nello skateboard. Le peculiarità tecniche del waveboard permettono inoltre di effettuare delle curve a corto raggio e di superare con facilità alcuni ostacoli, come ad esempio salire su uno scalino, ecc. Con in programma scolastico «Surf at School» si intende avvicinare il maggior numero di bambini e di giovani alla pratica di questo sport. Le scuole interessate possono ordinare e utilizzare gratuitamente il materiale di waveboard per una settimana e richiedere la presenza a scuola di un istruttore specializzato.

[Altri contenuti sul tema skateboard](#)

## Discipline scolastiche

Nelle lezioni di educazione fisica si consiglia di insegnare sia lo skateboard che il waveboard. Una volta vinta la paura, gli allievi solitamente compiono dei celeri progressi, sviluppando nel contempo le cinque capacità coordinative, in particolare l'equilibrio.

Qualche consiglio

mobilesport.ch propone consigli e elementi importanti sotto forma di aiuti composti di sequenze di immagini e di spiegazioni:

**skateboard:**

- [«La partenza»](#)
- [«Kick Turn»](#)
- [«Wheelie»](#)
- [«Ollie»](#)
- [«Kickflip»](#)
- [«Noseslide»](#)

**waveboard:**

- [«La partenza»](#)
- [«Frenare e scendere»](#)
- [«Accelerare e mantenere al velocità»](#)

Inoltre, il seguente link una lezione da scaricare:

- [Una lezione esemplare](#)

---

Fonte: Inserito pratico «mobile» 41/2008, Marc Kobel, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**