

# Ginnastica agli attrezzi: Garantire la sicurezza degli allievi

Aiutare e sorvegliare sono azioni importanti nella ginnastica agli attrezzi. Rappresentano infatti una delle principali attività dell'insegnante in palestra per garantire la sicurezza dei suoi allievi.



Le due nozioni superano l'idea semplicistica che consiste nell'afferrare un capo d'abbigliamento dell'allievo per evitare che questi cada per terra. L'aiuto e la sorveglianza hanno un'implicazione ben più ampia. Ogni volta che un insegnante assicura un allievo durante un esercizio, fra l'uno e l'altro viene trasmesso un messaggio attraverso il contatto fisico.

L'importante è far passare il messaggio giusto, affinché l'allievo abbia fiducia, non risenta nulla di negativo e si senta al sicuro. L'atteggiamento dell'insegnante assume un ruolo importante dal punto di vista della qualità della prestazione. La competenza tecnica e le conoscenze dei movimenti ginnici devono essere impeccabili. Se così non fosse, potrebbe far correre dei rischi ai suoi allievi.

L'aiuto e la sorveglianza possono essere presentati in diversi modi, che gli insegnanti possono sfruttare a seconda dell'obiettivo fissato per ogni lezione. Una cosa però è certa: la lezione non s'impromvisa e deve essere preparata a dovere, ad esempio, con dei piccoli giochi basati sulla collaborazione. Gli allievi possono tenersi a vicenda e l'insegnante ricorrere a diversi attrezzi o accessori. L'aiuto ha una componente sociale per il ginnasta e rappresenta un obiettivo da raggiungere.

## Articoli e aiuti

- [Définition de l'aide et de la surveillance](#)
- [Principes de base pour l'aide et la surveillance](#)
- [Les formes d'aide](#)
- [Les différentes prises](#)
- [Fiches techniques d'aide et de surveillance](#)

## Tema del mese

- [Tema del mese 10/2013: Partner e attrezzi come aiuti](#)

### Vicinanza e distanza – un impegno contro le molestie sessuali

Il corpo è al centro dell'attività sportiva e un allenamento efficace presuppone una forte relazione di fiducia tra i monitori e gli sportivi. In questo contesto i contatti fisici possono avvenire in varie forme e la loro importanza e funzione sono diverse a seconda della disciplina sportiva praticata. La quantità e l'intensità di questi contatti sono differenti per ogni persona e dipendono anche dalla reazione del compagno. È importante attenersi sempre al principio dei confini personali sia emotivi che fisici senza violarne i limiti. Le violazioni di tali limiti avvengono spesso per distrazione e possono essere involontarie.

Le «molestie sessuali» iniziano dove i limiti del prossimo vengono superati deliberatamente e i segnali di difesa non vengono presi sul serio. Non è quindi decisivo se il contatto fisico a scopo di aiuto avviene nella zona dei genitali o sul corpo nudo. Quello che conta invece sono le intenzioni che si nascondono dietro a tali gesti. Se lo scopo non è il bene del prossimo ma la soddisfazione dei propri bisogni a spese dell'altro, la situazione diventa problematica.

#### Gioventù+Sport

- [Molestie sessuali](#)
- [Promemoria «Agire per prevenire: vicinanza e distanza – un impegno contro le molestie sessuali»](#) (pdf)

#### Swiss Olympic

- [No agli abusi sessuali](#)
- [Vicinanza – Distanza – Limiti. Abusi sessuali nello sport](#) (pdf)

---

Fonte: Cédric Bovey, esperto G+S Ginnastica agli attrezzi



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO