VERDENERO

Rivista mensile del Centro Giovanile Card. Schuster

n. 9 - 10
settembre - ottobre
1972

Programmi delle scuole sportive 1972 - 73

PALESTRA CENTRO SCHUSTER

	Lunedí	Mercoledí	Martedí	Venerdí	Giovedí	Sabato
	Palestra	Palestrina	Palestra	Palestrina	Palestra	Palestrina
14.30	Avv. 1°	Pulcini 1	C. Olimpia Polisport. 1	Pulcini 3	NAGC cal.	Avv. F
15.30	Avv. 2°	Pulcini 2	C. Olimpia Polisport. 2	Pulcini 4	NAGC cal.	Avv. F
16.30	Pallac. F 1	Avviam. 3	Pallac. M 1	Atletica M	Rugby 1°	Ginnast. F
17.30	Pallac. F 2	Ginn. F	Pallac. M 2	Atletica M	Calcio - All.	Ginnast. F
18.30	Pallac. F 3	Ginn. F	Pall. Allievi	Ginn. M	Ju-under 21	Ginnast. F
19.30	Pallavolo	Ginn. F	Pall. Cad.	Ginn. M	Arbitri	Ginnast. F
20.30	Partite	Ginn. M	Pallac. Iu.	Ginn. papà	Partite	
22	Partite	Ginn. M	1ª Div.	Ginn. papà	Partite	

Poiché le attrezzature devono essere al servizio di tutti è veramente necessario:

1) essere fedeli agli orari e lasciare il campo all'ora stabilita;
2) non disturbare l'attività in corso;
3) nessuno può essere ammesso nelle palestre senza il dovuto permesso.

CENTRO OLIMPIA

1° **Pulcini:** bambini e bambine: 6-7 anni
lunedí, martedí, mercoledí, venerdí

2° **Avviamento: 8-9 anni**
ragazzi: lunedí e mercoledí
ragazze: giovedí e sabato

3° **Polisportiva: 10-13 anni**
ragazzi: martedí e venerdí
ragazze: lunedí e mercoledí

CENTRI C. O. N. I.

Pallacanestro: maschile:
corso minibasket (10-11 anni) - ragazzi (12-13 anni) - allievi (14 anni)
femminile:
corso minibasket (10-11 anni) - ragazze (12-13 anni) - allieve (14 anni)

Rugby: 10-15 anni: giovedí e sabato

SCUOLA DI ATLETICA E GINNASTICA
Gruppo B: (anni 10 e 11)
Gruppo A: (anni 12 e 13)

SCUOLA DI CALCIO - N.A.G.C.
Corso pulcini: (10-11 anni)
Corso giovanissimi (12-13 anni)

SCUOLA DI PALLAVOLO
Corso mini volley: (10-11 anni) - (12-13 anni)

SCUOLA DI TENNIS
1° corso (10-11 anni)
2° corso (12-13 anni)
3° corso (14-15 anni)

SCUOLA DI PING-PONG

Centro Giovanile Card. SCHUSTER
20134 - MILANO
Parco Lambro - Via Feltre, 100 - Tel. 218924

SCUOLE SPORTIVE

Data .....

Il sottoscritto .....

figlio di ..... e di .....

nato a ..... il .....

domiciliato a .....

via ..... N. ..... c.a.p. .....

tel. .....

che frequenta la Scuola .....

desidera partecipare alla SCUOLA SPORTIVA "SCHUSTER":

- ☐ pulcini
- ☐ avviamento sportivo
- ☐ Centro Olimpia
- ☐ atletica
- ☐ calcio (N.A.G.C.)
- ☐ pallacanestro (C.O.N.I.)
- ☐ pallavolo
- ☐ rugby
- ☐ tennis

Dopo aver preso visione dello Statuto del Centro Schuster, che intende rispettare lealmente, s'impegna:

a frequentare le lezioni (giustificando OGNI assenza);

a procurarsi personalmente l'equipaggiamento;

a versare la quota d'iscrizione annuale ed il contribuito mensile (impegnandosi per TUTTO l'anno).

IMPEGNO: ☐ a partecipare alla CONSULTA GENITORI
DOCUMENTI: ☐ atto di nascita ☐ attestato del Medico

Firma (leggibile) ..... Firma del Genitore .....

VANTAGGI DEGLI ISCRITTI ALLE SCUOLE SPORTIVE: 1) ingresso al Centro Schuster; 2) partecipazione all'attività culturale e ricreativa; 3) assicurazione durante l'attività interna.

Credito Artigiano

Società per azioni - Capitale e riserve L. 2.670.000.000

Sede Sociale e Direzione centrale: MILANO - PIAZZA S. FEDELE, 4

PROVINCIA DI MILANO

Milano:

- **SEDE** - P.zza San Fedele, 4 - 20121 MILANO
  tel. 896.343/4/5 - 867.051/2/3/4/5
  telex CREDITAR 32051
  Borsa: tel. 876.756 e centralino Borsa
- **AGENZIA N. 1** - Via Larga, 7 - 20122 MILANO
  tel. 802.474 - 865.784
- **AGENZIA N. 2** - Viale Brenta, 3 - 20139 MILANO
  tel. 560.434 - 538.572
- **AGENZIA N. 3** - Via Cenisio, 23 - 20154 MILANO
  tel. 342.550 - 344.935

Monza:

- **SUCCURSALE** - Via Zucchi, 16 - 20052 MONZA
  tel. 82.561/2/3
- **AGENZIA N. 1** - Via Cavallotti, 100 - 20052 MONZA - tel. 83.964

Agrate Brianza:

- **AGENZIA** - Via M. d'Agrate, 59 - 20041 AGRATE BRIANZA - tel. 65.249

Biassono:

- **AGENZIA** - Piazza Italia - 20046 BIASSONO
  tel. 91.257

Bresso:

- **SUCCURSALE** - Via Patellani, 2 - 20091 BRESSO
  tel. 9200877 - 9201313

Cologno Monzese:

- **SUCCURSALE** - Piazza XI Febbraio - 20093 COLOGNO MONZESE - tel. 9122005 - 9123000

Segrate (Milano S. Felice):

- **AGENZIA** - Centro Civico - tel. 753.0215

Vignate:

- **AGENZIA** - Via Roma - 20060 VIGNATE
  tel. 956.134

Vimodrone:

- **AGENZIA** - Strada Padana, 97 - 20090 VIMODRONE - tel. 250.0133 - 250.1323

PROVINCIA DI FIRENZE

Firenze:

- **SUCCURSALE** - Via de' Boni, 1 (ang. Piazza S. Maria Maggiore) - 50123 FIRENZE - tel. 282.344/5

PROVINCIA DI BERGAMO

Capriate S. Gervasio:

- **AGENZIA** - Via Roma, 2 - 24042 CAPRIATE S. G.
  tel. 9090259

ROMA

- **UFFICIO DI RAPPRESENTANZA** - Via della Conciliazione, 19 - 00198 ROMA - telefoni 65.72.31 - 65.94.51

BANCO AMBROSIANO

SEDE SOCIALE E DIREZIONE CENTRALE IN MILANO

CAPITALE INTERAMENTE VERSATO L. 5.000.000.000 - RISERVA ORDINARIA L. 8.250.000.000

ANNO DI FONDAZIONE 1896

BOLOGNA - FIRENZE - GENOVA - MILANO - ROMA - TORINO - VENEZIA

ABBIATEGRASSO - ALESSANDRIA - BERGAMO - BESANA - CASTEGGIO - COMO - CONCOREZZO
ERBA - FINO MORNASCO - LECCO - LUINO - MARGHERA - MONZA - PAVIA - PIACENZA
SEREGNO - SEVESO - VARESE - VIGEVANO

PRESSO LA SEDE DI MILANO

— **Impianto segnaletico elettronico delle quotazioni dei titoli in tempo reale**

— **Sportello per automobilisti "drive-in"** con ingresso da Via S. Dalmazio

— **Parcheggio auto gratuito** — a disposizione della Spett. Clientela — con ingresso da Piazza Paolo Ferrari.

PRATICHE DI FINANZIAMENTO
QUALE BANCA PARTECIPANTE PRESSO L'INTERBANCA

(BANCA PER FINANZIAMENTI A MEDIO TERMINE)

TUTTI I SERVIZI DI BANCA - BORSA - CAMBIO

IMPIANTI ELETTRICI
CIVILI - INDUSTRIALI

ELETTROTECNICA CARINI

20132 milano - via tolmezzo, 3 - tel. 2827572

VERDE NERO

rivista mensile di formazione e di informazione del

CENTRO SCHUSTER

ANNO XVI - 1972 - n. 9-10

SETTEMBRE-OTTOBRE

DIREZIONE - REDAZIONE
AMMINISTRAZIONE
Via Feltre, 100 - MILANO
Telefono 21.89.24
Conto Corrente postale
numero 3-26037

ABBONAMENTO
Italia annuale L. 1.000.

Direttore Responsabile
P. Lodovico Morell S. J.
Aut. Tribunale di Milano
N. 4073 in data 2-7-1956

Associato all'U.S.P.I.
Unione Stampa
Periodica Italiana

Scuola di Arti Grafiche:
Via Pusiano. 52 - Milano

Un uomo senza coscienza morale è come nave che manchi di guida. Manca della scienza dei veri valori della vita e della scienza dei suoi fini.

La coscienza rende l'uomo padrone dei suoi atti, lo libera dalla passività interiore.

Questo ritorno ad una propria coscienza morale è oggi tanto piú auspicabile quanto piú l'educazione moderna abilita l'uomo all'esercizio del pensiero e alla scelta autonoma delle proprie decisioni; ed anche quanto piú la nostra psicologia è pervasa, spesso quasi senza che se ne avveda, da stimoli e da impressioni esteriori: l'ambiente, l'opinione pubblica, la moda, gli incentivi passionali, gli interessi economici.

Le innumerevoli distrazioni impediscono, in pratica, il ricorso alla propria coscienza; l'azione originale, personale è soverchiata da influssi d'ogni genere, per cui l'uomo vive alla cieca, quasi condizionato e guidato dal fenomenismo delle cose che lo circondano e dal meccanismo obbligante e convenzionale che lo travolge.

Com'è, in fondo, difficile, all'uomo moderno dire: io; io a se stesso, nel foro intimo della propria personalità; e quanto è facile per lui essere un insignificante numero nella massa anonima.

E' nell'espressione della coscienza morale che l'uomo si affranca dalle tentazioni causate dal peccato originale; egli riacquista, se non altro, il concetto e il desiderio della propria perfezione.

E' da questa coscienza morale che sono superati gli interessi corruttori della sua dignità, sono vinti i timori che rendono l'animo vile ed inetto, sono nutriti i sentimenti che generano il galantuomo, l'onesto, anzi il forte.

La liturgia, all'inizio della S. Messa ci fa recitare il "Confiteor" e vi aggiunge una pausa di riflessione. E' l'esame di coscienza. Pratica spirituale ed ascetica di somma importanza, che faremo bene tutti a tenere in onore: la coscienza è la lampada che illumina il nostro cammino, se vogliamo che questo sia percorso con dirittura e con energia, verso il vero e ultimo fine della nostra vita ch'è Dio.

Ma qui è da rilevare in ordine alla coscienza; LA SUA INSUFFICIENZA. Da sola la coscienza non basta. Anche se essa porta in se stessa i precetti fondamentali della legge naturale (cfr. Rom. 2, 2-16). Oc-

corre appunto la legge. Chi pensa di emanciparsi dalla legge e dall'autorità legittime avrebbe un senso morale muto sopra molti precetti incomodi e principali e, per un cristiano, fondamentali come la carità e il sacrificio; e finirebbe per perdere un esatto giudizio morale, e per concedere a se stesso quella moralità elastica e permissiva che oggi purtroppo sembra prevalere.

GRUPPI FAMILIARI

Fondamento e Finalità

1) Il Centro Schuster per assicurare la partecipazione dei Genitori all'attività sportiva dei propri figli (Statuto art. 1) e sviluppare un ambiente favorevole allo sforzo formativo per i giovani, sostiene l'iniziativa di CLUBS RICREATIVI per i Genitori iscritti al Centro Schuster. I diversi Clubs servono a sviluppare nei Genitori i valori umani fondamentali (libertà, autonomia, responsabilità, impegno personale) e ad aggiornare la loro cultura religiosa.
   I programmi sociali sono studiati ed organizzati con la collaborazione del Consiglio Direttivo.
2) Possono partecipare ai Clubs unicamente i Genitori dei giovani sportivi iscritti al Centro Schuster, i Benefattori e gli Amici dell'opera, essendo gli impianti sportivi a disposizione dell'attività giovanile, scopo fondamentale del Centro Schuster.
3) I Genitori iscritti al Centro Schuster sono invitati a collaborare all'attività sportiva dei loro figli, costituendo la **"Consulta Genitori"** della **Scuola** e della **Sezione.**
   La quota d'iscrizione del Gruppo Familiare è a beneficio dell'attività sportiva e culturale della Sezione alla quale è iscritto il figlio.
4) I Clubs Ricreativi per avere diritto di operare nel Centro Schuster ed usare le attrezzature sportive, accettano le proposte statutarie del Centro Schuster ed aderiscono alle iniziative formative programmate dal Consiglio Direttivo.
   Tutti i Presidenti dei Clubs partecipano al Consiglio Direttivo del Centro Schuster.
   Gli animatori dei Clubs Ricreativi in collaborazione con la Direzione del Centro Schuster avranno cura della formazione dei Genitori per scoprire Dirigenti capaci di sostenere l'attività giovanile.

E' un dovere l'INCONTRO FORMATIVO ogni primo venerdí del mese, ore 21

E' un consiglio l'INCONTRO CULTURALE ogni terzo mercoledí del mese

E' una proposta l'INCONTRO SOCIALE ogni secondo lunedí del mese.

CONSIGLIO DIRETTIVO
competente delle Sezioni Sportive

ANNO SPORTIVO 1971-1972 - COMPONENTI CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente: ROSSI GUIDO - Via Plezzo 78 - 20131 MILANO - Tel. 28 29 217

SEZIONE ATLETICA

Presidente: BIGOTTO ADRIANO - Via Eustachi 19 - 20129 MILANO - Tel. 26 19 60
Consiglieri: FONDRINI FRANCO - Via Grandi 40 - 20090 SEGRATE - Tel. 21 31 954
ANZANI GIUSEPPE - Via Feltre 76 - 20134 MILANO - Tel. 21 05 25

SEZIONE CALCIO

Presidente: LAGORI FRANCESCO - Via Morone 3 - 20121 MILANO - Tel. 80 28 76
Consiglieri: AUGELLO GIUSEPPE - Via Ronchi 34 - 20134 MILANO - Tel. 23 35 66
BOSSI ERNESTO - Via Madre Picco - 20132 MILANO - Tel. 25 65 766
GATTI BERNARDINO - Via Valtorta 7 - 20127 MILANO -
MAZZA GIULIANO - Via Ronchi 34 - 20134 MILANO - Tel. 23 67 004
SARTI ANGELO - Via Ressi 34 A - 20125 MILANO - Tel. 68 88 557
TOSI MARINO - Via Porpora 187 - 20131 MILANO - Tel. 23 35 51

SEZIONE PALLACANESTRO

Presidente: BOSSI CARLO - Via Passo Rolle 43 - 20134 MILANO - Tel. 21 02 24
Consiglieri: COZZI ADOLFO - Piazza Colletta 65 - 20139 MILANO - Tel. 55 53 96
GUALA FRANCESCO - Via Pordenone 1 - 20132 MILANO - Tel. 21 51 589
MARIANI CARLO - Via Faccio 20 - 20161 MILANO - 64 57 335
PIRINOLI GUIDO - Via Goldoni 12 - 20129 MILANO - Tel. 70 76 13
RAGAZZI ENZO - Via Feltre 64 - 20134 MILANO - 21 81 96

SEZIONE SCI

Presidente: VECCHIO ANGELO - Via Feltre 74 - 20134 MILANO - Tel. 21 04 26
Consiglieri: MARINI EUGENIO - Via Pordenone 13 - 20132 MILANO - Tel. 21 70 28
CICERI ALESSANDRO - Residenza Portici, MI-2 - 20090 SEGRATE

SEZIONE TENNIS

Presidente: SIMONTACCHI RUGGERO - Viale Campania 31 - 20133 MILANO - Tel. 71 37 43
Consiglieri: CERESA SERGIO - Via Venini, 38/2 - 20127 MILANO - Tel. 28 25 775
BONA ROMANO - Via M. Gioia, 141 - 20125 MILANO - Tel. 69 24 55
DE PONTI ENRICO - Via Mamiani 7 - 20127 MILANO - Tel. 28 53 171
RUGGERI ANDREA - Via Ronchi 24 - 20134 MILANO

GRUPPO GENITORI

Consiglieri: AGOSTI SERGIO - Via Carpi 20 - 20131 MILANO - Tel. 23 66 063
GRIPPA SANDRO - Via Frescobaldi 19 - 20131 MILANO - Tel. 23 61 226

GRUPPO PROMOTORI

BALLERINI UGO - Via Caprilli 23 - 20148 MILANO - Tel. 40 40 293
BERTOLDIN CARLO - Viale Abruzzi, 38 - 20131 MILANO - Tel. 22 16 53
FADINI GIULIO - Via Baldissera 9 - 20129 MILANO - Tel. 20 40 223
TRABATTONI PIO - Via Groane, 12 - 20024 GARBAGNATE - Tel. 99 55 012
SINERI GUGLIELMO - Corso Buenos Ayres, 59 - 20124 MILANO - Tel. 26 41 94

SEGRETARIA

ROSSI PINUCCIA - Via Eustachi 48 - 20129 MILANO - Tel. 26 96 83

Nel mese di ottobre ogni squadra sportiva farà le proprie elezioni interne per nominare i due giovani Consiglieri e per proporre il Vice Presidente che per Regolamento dev'essere un giovane sportivo.

LETTERA APERTA AL CONSIGLIO DIRETTIVO

Al Consiglio dell'8 settembre, mi sono seduto accanto a padre Morell per guidare il dibattito, in base al nuovo incarico affidatomi. Confesso, sinceramente, di essermi vergognato di prendere quel posto perché in quel momento ho sentito, piú che mai, il peso di una carica di cui non so se sono all'altezza di assolvere bene il compito.

Temevo, inoltre, di perdere quella cordiale amicizia che avevo con tutti; questo sarebbe per me un vero dolore.

Ma io sono e resto un amico per tutti, pronto ad aiutarvi nel vostro lavoro al Centro e nei rapporti tra le altre sezioni sportive.

Il nuovo indirizzo organizzativo, cioè l'autonomia delle sezioni, presenterà forse, come ogni cosa nuova, delle difficoltà di avviamento; spero di esservi utile nel superarle.

Prego vivamente i Segretari di tenermi informato sulla vita della sezione, perché se non domando informazioni, non è per disinteresse, ma per timore di sembrare invadente.

Si inizia un nuovo anno di attività agonistica che impegna molto la quasi totalità delle forze operanti in ogni singola sezione. Non dimentichiamoci, però, che il Centro oltre a far giocare i ragazzi ed aiutarli a crescere sani, vuol farne dei veri cristiani. Per questo non solo dobbiamo dare l'esempio, ma anche aiutare e collaborare con la Direzione per assolvere questo compito.

Occorrerà cercare nuove forze in seno alla Sezione, coinvolgendo un maggior numero di genitori, non solo perché ci aiutino, ma anche perché la loro presenza è importante per la formazione dei ragazzi.

Qualche idea c'è, discutiamone, vagliamo le varie proposte e chissà che non si riesca a fare qualcosa di buono.

Guido Rossi

RIUNIONI:

1° Venerdí del mese - ore 21 - Riunione formativa

3° Venerdí del mese - ore 21 - Riunione organizzativa

Ogni Giovedí incontri con i Sigg. Presidenti.

IIIª domenica del mese: ore 16,30
GRUPPI FAMILIARI

SALUTO INIZIALE - RITO PENITENZIALE

Signore, aiutaci ad amarci di piú.

- *Signore, perdona chi si illude di amare piú degli altri.*

Signore, aiutaci ad amarci di piú.

- *Signore, perdona, chi giudica gli altri in nome tuo.*
- *Signore, aiuta chi non ti sa ascoltare e chi finge di non sentirti.*
- *Signore, aiuta chi non ti sa pregare, e perdona chi lo fa solo nei momenti difficili.*
- *Signore, aiuta chi non crede in te e perdona chi crede in te con troppa facilità.*
- *Signore, aiuta chi ti cerca dove tu non sei, e perdona chi non ha il coraggio di seguirti ovunque.*

Perdonaci o Signore il male che abbiamo fatto agli altri a causa del nostro egoismo e aiutaci a compiere il bene che non abbiamo fatto. Te lo chiediamo in nome di Gesú Cristo tuo figlio e nostro fratello.

Amen.

LITURGIA DELLA PAROLA

I lettura: Ezechiele 36, 25-28

« Spargerò su di voi acque pure. Vi darò un cuore nuovo, porrò in voi uno spirito nuovo e, tolto dal vostro corpo il cuore di sasso, ve ne darò uno di carne. Porrò in voi il mio spirito di amore e farò sí che seguiate le mie leggi, custodiate i miei decreti e li mettiate in pratica. Cosí abiterete nel paese che ho promesso ai vostri padri: sarete il mio popolo e io sarò il vostro Dio ».

SALMO RESPONSORIALE: Salmo 146

Anima mia loda il Signore.

Loda anima mia il Signore! Loderò il Signore finché vivo, inneggerò al mio Dio finché sono.

Non vogliate confidare nei potenti e nell'uomo per il quale non c'è salvezza.

Il suo spirito esce e torna alla sua terra: in quel momento tramontano i suoi piani.

Anima mia loda il Signore.

Felice colui che Dio ama e che pone la sua speranza nel Signore.

Egli ha creato i cieli e la terra, il mare e quanto c'è in esso.

Anima mia loda il Signore.

Egli custodisce la verità in eterno, fa giustizia agli oppressi. Dà il pane agli affamati e libera i prigionieri.

Apre gli occhi ai ciechi e raddrizza gli storpi.

Anima mia loda il Signore.

Egli protegge lo straniero, conforta l'orfano e i derelitti. Ama i giusti, ma sovverte la via degli empi.

Egli regna in eterno.

II LETTURA: I Gv. 4, 7-12

« Carissimi, amiamoci l'un l'altro, perché l'amore è da Dio e ognuno che ama è generato da Dio e conosce Dio. Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore. L'amore di Dio ci è stato manifestato cosí: Dio inviò il Figlio suo, l'Unigenito, nel mondo, affinché noi vivessimo per mezzo di lui. In questo consiste l'amore: che noi non abbiamo amato Iddio, ma egli ha amato noi, e ha inviato il Figlio suo a espiare per i nostri peccati. Carissimi, se cosí Dio ci ha amati, noi pure dobbiamo amarci scambievolmente. Dio nessuno l'ha mai contemplato; se ci amiamo scambievolmente, Dio dimora in noi e il suo amore in noi è giunto a perfezione ».

ALLELLUIA! *Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io vi ho amato! Alleluia, alleluia!*

VANGELO: Mt. 6, 19-24

« Non ammassate tesori sulla terra, dove tarlo e ruggine distruggono, e dove i ladri sfondano e rubano; ammassatevi invece tesori in cielo, dove né tarlo né ruggine distruggono, e dove i ladri non sfondano né rubano. Perché dov'è il tuo tesoro, ivi sarà anche il tuo cuore.

La lucerna del tuo corpo è l'occhio. Se, dunque, il tuo occhio è sano, tutto intero il tuo corpo sarà illuminato. Ma se il tuo occhio è malato, tutto intero il tuo corpo sarà tenebroso. Nessuno può servire a due padroni: o, infatti, odierà l'uno e amerà l'altro, o si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro. Non potete servire a Dio e al denaro ».

PREGHIERA DEI FEDELI

Fa', o Signore, che la nostra vita sia un cammino fatto sempre insieme.

Ascoltaci, Signore!

Ti preghiamo per tutti gli sposi qui presenti, affinché questa S. Messa che stiamo ora celebrando riaccenda in loro l'impegno ad una donazione reciproca.

Ascoltaci, Signore!

Accogli, Signore, queste nostre preghiere e tutte quelle che sono racchiuse nei nostri cuori, e fa' che non ci stanchiamo mai di esprimere a te e agli altri il ringraziamento per quello che riceviamo e le necessità che sempre ci angustiano, perché il nostro amore si manifesti nell'aiuto reciproco. In Cristo, Nostro Signore.

Amen!

A CHE COSA SERVE LAVORARE AL CENTRO SCHUSTER

Ho scoperto il perché della mia stanchezza, della voglia di "piantare lì" tutto e di cercare una mia amicizia.

Alcuni sono soddisfatti perché ci guadagnano, ma io non sono venuto al Centro Schuster per cercare un mio interesse.

Alcuni ci stanno perché hanno trovato da accontentare la loro ambizione sportiva, ma per me questo non ripaga tutta la mia vita.

Non si può chiedere ad un uomo di venire al Centro Schuster per fare l'autista od il "battista"', non si può rinunciare alle gioie della propria Famiglia per concludere niente.

Tutto questo è deludente, mi riempie di amarezza, rende la mia vita vuota.

Io sono venuto al Centro Schuster per un dovere profondo, per fare del bene ai giovani. Ho bisogno di ritrovare il vero perché son venuto e sento che questa è la condizione indispensabile per ritrovare la mia fedeltà a Dio.

Il Centro Schuster ha veramente uno scopo apostolico ed il mio posto serve veramente a salvare i giovani?

Tra i Responsabili circola veramente questa preoccupazione di rivelare ai giovani l'amore di Dio?

Queste esigenze sono di capitale importanza perché io esca da una insicurezza dolorosa che mi colpisce nella mia fiducia nell'opera del Centro Schuster.

Scoprire che servo a salvare i giovani è trovare la "molla" della mia vita.

Certi miei stati di abbattimento, di desolazione, di atonia apostolica non potranno essere superati che con questa speranza di fondo.

Ho bisogno di capire che il mio ufficio, il mio posto serve, e questa gioia mi stimolerà a sopportare qualsiasi sacrificio, anche a fare a meno di un'amicizia umana.

Riunioni formative

OGNI SABATO

CREIAMO ASSIEME UNA COMUNITA'

Ore 16: Gruppo "Ragazzi nuovi". Partecipano ragazzi e ragazze della scuola media.

Ore 17,30: S. Messa comunitaria.

Ore 18: Comunità di vita cristiana per i giovani, per una presenza viva nelle sezioni sportive, per essere animatori sportivi.

6-7 anni: PULCINI:

Lunedí 2 ottobre il Centro Olimpia Pulcini riapre ufficialmente i suoi battenti.

Mi è caro innanzitutto porgere il mio piú vivo e sincero saluto alle famiglie e ai piccoli "atleti" con cui avrò il piacere di trascorrere il nuovo anno.

La sezione Pulcini raggruppa i bimbi di 6-7 anni, di entrambi i sessi, in considerazione del fatto che non vi è alcuna differenziazione fisiologica sino agli 8-9 anni.

E' l'età della seconda infanzia, nota anche come età scolare; fase di transizione e quindi molto delicata, in cui il fanciullo si presenta con notevoli carenze.

Sul piano morfologico e funzionale, poiché si è in piena "pro ceritas", il piccolo subisce una diminuzione dello strato adiposo; aumento di statura, limitata capacità cardio-respiratoria data la struttura del torace, arti non adeguatamente sorretti da una valida muscolatura, che impedisce sforzi prolungati; la insufficienza di un buon sostegno muscolare si riscontra anche nell'errata positura che il bimbo spesso assume e che viene evidenziata proprio in questo stadio per l'inizio della scuola.

Dal punto di vista psico-motorio è questa la "età della grazia" poiché l'attività motoria è spontanea e naturale.

Notevole l'instabilità del fanciullo, che si manifesta non soltanto nella vivacità, ma anche sul piano dell'attenzione e su quello affettivo.

Infine è caratteristica dell'età la fantasia, libera espansione del bambino, e l'identificazione con gli adulti, modello costante da imitare.

Sul piano psico-sociologico il piccolo è traumatizzato dalla esperienza scolastica che lo porta ad avere un rapporto completamente nuovo, al di fuori della famiglia, con i compagni e con gli adulti.

Sulla base di queste considerazioni, utilissime ed imprescindibili ad ogni educatore, s'imposta tutto il metodo di lavoro. Nostro fine non sarà dunque soltanto una buona preparazione fisico-motoria, ma anche il buon inserimento del singolo nell'ambito del gruppo e un'attività che non ne soffochi la spontaneità.

All'inizio del corso faremo eseguire ai nostri allievi dei tests fisici atti a mostrare il grado di capacità motoria di ogni soggetto.

I medesimi tests verranno ripetuti a metà anno e al termine permettendoci di constatare il progressivo miglioramento di ognuno e del livello medio.

Questi dati verranno elaborati statisticamente ed esposti nelle bacheche del Centro, dove le famiglie potranno prenderne diretta visione.

Per quanto riguarda il programma di attività, che verrà svolto all'aperto o in palestra, secondo le condizioni atmosferiche, è ripartito in due quadrimestri (separati dalla seconda applicazione dei tests).

Il primo periodo (da ottobre a metà febbraio) sarà dedicato prevalentemente ad un vero e proprio lavoro formativo, nel senso che si darà largo spazio ad esercizi rivolti:

— alla mobilizzazione della colonna vertebrale e delle articolazioni
— all'irrobustimento muscolare, che è meglio qualificare tonificazione muscolare, poiché non dobbiamo dimenticare che siamo in età di sviluppo, e l'irrobustimento vero e proprio è piú un danno che un beneficio
— all'educazione alla esatta postura
— all'educazione generale della funzione respiratoria, non solo come allenamento alla padronanza dell'atto respiratorio, ma anche alla condotta del medesimo durante l'esecuzione di esercizi
— all'educazione generale alla coordinazione e al ritmo, di notevole valore dal punto di vista psico-motorio e che prepara i piccoli ad adattarsi piú facilmente non solo ai ritmi sportivi, ma anche ai ritmi dei movimenti della vita corrente.

Nell'attuazione di quanto esposto ci serviremo di una notevole gamma di esercitazioni, imperniata su esercizi analitici, esercizi funzionali o naturali, esercizi ai piccoli e ai grandi attrezzi (sempre con le dovute cautele), che verranno impartiti in forma giocosa, ad imitazione della natura (es.: flessione laterale del busto: il pino che si flette sotto l'infuriare del vento). Da sottolineare l'importanza della cura alla varietà e alla relativa brevità di ogni esercizio, data l'instabilità dell'attenzione.

Largo spazio infine sarà riservato, in ogni lezione, al gioco, libera espressione ed espansione del fanciullo; fase indelebile, di notevole valore in relazione alla possibilità d'inserimento sociale del singolo. Inoltre, il gioco, per noi educatori, se sfruttato adeguatamente, è un valido mezzo di educazione motoria ed è per questo che i giochi che proporremo, oltre ad avere una funzione ricreativa, saranno rivolti all'educazione e allo sviluppo della capacità sensoriale, dell'attenzione, dell'equilibrio, della coordinazione, dell'orientamento e alla preparazione agli sports collettivi.

Nel secondo periodo (metà febbraio-giugno), sperando nella clemenza del tempo, l'attività sarà prevalentemente svolta all'aperto.

Ciò permetterà di allargare notevolmente la base di esercitazione, creando nuovi stimoli al bambino e permettendo agli istruttori di rivolgere la propria opera ad una attività piú specifica, intendendo con questo non l'insegnamento di tecniche sportive (premature per quest'età), bensí il miglioramento della preparazione fisica e psico-motoria, in relazione anche ai risultati dei test applicati al termine della prima fase del corso.

Si evidenzieranno maggiormente gli insegnamenti, a livello conoscitivo, delle principali specialità sportive, soprattutto l'atletica leggera.

La possibilità di sfruttare gli ampi spazi del nostro Centro, permetterà inoltre d'indirizzare i nostri giovani "atleti" verso nuove forme ricreative.

Il corso si chiuderà a fine maggio con l'ultima applicazione dei tests fisici e con una manifestazione finale. Infine è utile informare che ci preoccuperemo personalmente di curare, in ogni lezione, il vestiario di ogni piccolo, onde impedire eccessive sudorazioni o, diversamente, sensazioni di freddo.

Sergio Dugnani

CENTRO OLIMPIA POLISPORTIVO

FINALITA' E PROGRAMMI

a cura del Prof. Fadda

Il Centro Olimpia Polisportivo si prefigge di facilitare all'allievo la ricerca dello sport per lui piú congeniale attraverso la pratica di attività sportive plurime.

La possibilità di acquisire esperienze nelle piú varie specialità, consente una maggior conoscenza di se stessi e delle proprie capacità. Inoltre, una maggiore facilità di inserimento nel gruppo rende il ragazzo compartecipe ed artefice di ogni azione di gioco, ne agevola una appropriata valorizzazione e gli fornisce piú solide basi per una globale e completa educazione sportiva e sociale.

Gli sport praticati sono: Atletica leggera e le sue specialità, Calcio, Ginnastica, Pallacanestro, Pallavolo, ed in modo facoltativo: Rugby, Sci, Tennis da tavolo, Turismo.

L'insegnamento dei fondamentali relativi a ciascuno sport è limitato all'indispensabile. Nessuna ripetizione monotona ed esasperata di momenti tecnici, ma loro apprendimento e graduale approfondimento con esercitazioni di gruppo e, particolarmente, attraverso giuochi, gare ed incontri fra squadre diverse.

L'organizzazione di tornei fra squadre di uno stesso corso o corsi diversi si succede senza soluzione di continuità interessando tutti gli sport previsti dal programma. La costante sollecitazione alle gare serve da stimolo per migliorare l'impegno degli allievi ed evidenziarne le doti. La formazione delle squadre — ginnastica ed atletica comprese — è variata per ogni sport e ciò per impedire, specie in uno stesso corso, la costituzione di piccoli gruppi di élite o di emarginati, non comunicanti fra loro. L'insegnamento delle regole fondamentali di ogni sport — regolamenti tecnici — permette ad ogni allievo la funzione di giudice, di arbitro, di cronometrista ecc. ecc. Tale funzione viene esercitata, a turno, da ciascuno, inizialmente con la collaborazione degli istruttori, successivamente in modo indipendente e inappellabile.

La frequenza alle lezioni viene sollecitata al massimo. L'assenza antecedente al torneo porta alla esclusione dalla formazione delle squadre.

Il polisportivismo, già da noi positivamente sperimentato nei Centri di Avviamento, vuole evitare ogni forma di campionismo senza per questo livellare negativamente le capacità degli allievi, si ripromette di limitare i danni di una specializzazione precoce e l'insorgere di illusioni irrealizzabili, causa prima del successivo abbandono di ogni forma di attività sportiva.

PROGRAMMA ANNUALE DEL CENTRO POLISPORTIVO

Le attività previste dal Centro Olimpia Polisportivo, tenendo conto della disponibilità degli impianti e dell'andamento metereologico stagionale, si attueranno secondo il seguente programma:

Autunno (mesi ottobre e novembre): atletica, calcio (pallacanestro, ginnastica).

Inverno (mesi dicembre, gennaio, febbraio, marzo): atletica, pallacanestro, ginnastica (calcio).

Primavera (mesi aprile, maggio): atletica, calcio, pallavolo (pallacanestro, ginnastica).

In caso di cattivo tempo l'attività sportiva si effettuerà in palestra.

L'attività agonistica si realizzerà seguendo il logico e progressivo sviluppo del programma.

All'inizio i corsi verranno suddivisi in gruppi seguendo il criterio alfabetico. La formazione delle squadre per i singoli tornei verrà fatta secondo il criterio di valutazione tecnica, in modo che le varie squadre siano il piú possibile omogenee. Tale formazione è di competenza degli istruttori dei corsi.

PUNTEGGI INDIVIDUALI

In ogni gara effettuata nell'ambito del torneo:

al 1° class. punti 20
al 2° class. punti 15
al 3° class. punti 10

PUNTEGGI DI MERITO INDIVIDUALI

Frequenza (nessuna assenza nel mese) punti 20

Comportamento (voto mensile) punti 20

PUNTEGGI DEMERITO

Assenze ingiustificate da 1 a 2 punti 30

Assenze ingiustificate da 5 a 4 punti 60

Assenze ingiustificate da 5 in poi allontanamento dal Corso.

Schema d'incontro fra squadre di atletica leggera

ELENCO DELLE GARE

Primo gruppo (10-11 anni)

1) corsa campestre - m 1000 circa
2) corsa piana m 50
3) corsa ostacoli m 50 (1)
4) salto in alto
5) getto del peso kg 2
6) salto in lungo
7) staffetta 6 × 50

Secondo gruppo (12-13-14 anni)

m 1500 circa
corsa piana m 60
corsa ostacoli m 60 (2)
salto in alto
getto del peso kg 3
salto in lungo
staffetta 6 × 60

(1) 4 hs da cm 61 - distanze m 12,50 - 8,50 × × 3 - 12.
(2) 5 hs da cm 76 - distanze m 12,50 - 8,50 × × 4 - 13,50.

Composizione della squadra: 12 allievi

2 partecipanti al salto in alto

2 partecipanti al salto in lungo

2 partecipanti al getto del peso

2 partecipanti alla corsa ostacoli

4 partecipanti alla corsa piana.

Tutti gli allievi devono prendere parte alla campestre ed alla staffetta (formazione A e B).

Ogni allievo può partecipare ad una sola gara oltre alle due obbligatorie.

Comportamento indisciplinato (mens.) punti 20

I punteggi individuali verranno assegnati di volta in volta ed esposti mensilmente.

Alla chiusura dell'anno gli allievi che avranno ottenuto i migliori punteggi verranno premiati.

ASSEGNAZIONE PUNTEGGI GARE A SQUADRE E INDIVIDUALI

Punteggi squadre: Calcio, Pallacanestro, Pallavolo, Atletica, Ginnastica.

ai componenti la squadra
1ª class. punti 50
2ª class. punti 40
3ª class. punti 30
4ª class. punti 20
5ª class. punti 10

SCUOLA DI ATLETICA LEGGERA

Programma della Sezione Maschile

L'attività quest'anno verrà impostata per portare il ragazzo attraverso un condizionamento generale, ad un miglioramento della resistenza organica, e successivamente ad un incremento organico e muscolare, approfondendo, nello stesso tempo, la tecnica delle specialità basilari di questo sport.

Le lezioni comprenderanno quindi una fase teorica ed una pratica nella quale saranno anche analizzati, correggendoli direttamente sugli allievi, tutti i possibili errori di impostazione.

Le specialità, che nel corso dell'anno saranno affrontate, sono le seguenti:

SETTORE CORSE

Corsa piana m 80 e mezzofondo m 2000

Spiegazione tecnica - gli stili- differenza della corsa nelle varie distanze.

Preparazione: esercizi di scioltezza con flessioni, circonduzioni, slanci, affondi tendenti alla massima ampiezza articolare degli arti inferiori; esercizi di potenziamento delle caviglie con estensioni, adduzioni, abduzioni, circonduzioni dei piedi; esercizi ai gradini; esercizi di potenziamento degli arti inferiori con piegamenti, andature a saltelli, corsa a balzi con forzate flessioni; esercizi a terra.

Partenza in piedi e dai blocchi: esercizi specifici.

Corsa con ostacoli m 60

Preparazione: esercizi di mobilità articolare delle anche, di allungamento muscolare, di agilità, di flessibilità e specifici degli ostacoli. Azione della gamba di attacco e di stacco, passi intermedi.

Corsa campestre m 3000

SETTORE SALTI

Salto in alto

Spiegazione tecnica - gli stili - le fasi del salto.

Preparazione: esercizi tendenti ad un incremento muscolare degli arti inferiori e alla massima mobilità e flessibilità della colonna vertebrale; esercizi per la gamba di slancio e quella di svincolo; esercizi con azione globale eseguiti singolarmente o con assistenza.

Salto in lungo

Spiegazione sulle fasi del salto.

Preparazione: esercizi atti a ricercare progressioni di corsa veloce; esercizi specifici preparatori dello stacco; rafforzamento degli arti inferiori e delle fasce muscolari addominali e lombari; esercizi di estensione ad elevazione.

SETTORE LANCI

Lancio del peso

Impugnatura - fasi del lancio - le quattro azioni di spinta.

Preparazione: esercizi per creare una base di resistenza e di efficienza degli arti inferiori; esercizi di velocità, di scatto, di salto con spinte alternate o pari degli arti inferiori; rafforzamento delle mani, delle braccia, del tronco e soprattutto dei muscoli addominali e lombo-dorsali. Alcuni di questi esercizi possono essere eseguiti direttamente coi pesi. Esercizi preliminari al lancio.

Lancio del pallone medicinale

IMPORTANTE:

Ogni allievo riceverà un programma di lavoro personale che dovrà compiere metodicamente secondo orari e secondo le proprie possibilità.

SCUOLA DI CALCIO
N.A.G.C. CENTRO SCHUSTER

Programma Atletico

a cura dell'Istruttore Sergio Panzera

GIOVANISSIMI

Primo periodo

Per quanto riguarda le esercitazioni ginnastiche si cercherà di ampliare e completare il programma precedente iniziando brevi e semplici progressioni riguardanti movimenti combinati degli arti superiori ed inferiori.

Durante le esercitazioni di marcia si adottino alcune varianti specifiche, come:

— Marcia con oscillazione ampia delle braccia e passo allungato (accennare un leggero affondo).
— Marcia con oscillazione delle braccia ad angolo retto (posizione della corsa) e passo relativamente breve.
— Marcia con rullaggio del piede.

GINNASTICA GENERALE

— Molleggi sulle gambe con oscillazione parallela delle braccia.
— Bilanciamenti del busto con oscillazione parallela delle braccia.
— Oscillazioni alternate delle braccia.
— Molleggi sulle gambe seguiti da una circonduzione delle braccia per alto.
— Molleggi sulle gambe alternate e bilanciamenti elastici del busto in avanti.
— Da gambe divaricate: inclinazioni elastiche e molleggiamenti del busto avanti con mani alla nuca e con braccia avanti fuori palme rivolte in avanti.
— Da gambe divaricate e mani ai fianchi: torsione del busto.
— Da gambe divaricate e mani ai fianchi: flessioni laterali del busto.
— Da gambe divaricate e mani ai fianchi: piegamenti alternati sulle gambe.
— Da mani alla nuca: estensioni del busto.
— Sollevare una gamba in avanti, in dietro, in fuori (da mani ai fianchi, mani alla nuca, braccia in alto).
— Sollevare una gamba in fuori, piegarsi sull'altra gamba e ritorno (da mani ai fianchi, mani alla nuca, braccia in alto).
— Movimenti del capo: flessioni avanti e dietro, rotazione sinistra e destra.
— Esercizi da seduti sul terreno, mani appoggiate dietro:
  a) flettere alternativamente le ginocchia sul petto;
  b) sollevare alternativamente le gambe;
  c) flettere le ginocchia unite al petto;
  d) sollevare le gambe unite.
— Esercizi di decubito supino, mani alla nuca, gomiti rivolti in fuori:
  a) flettere alternativamente le ginocchia sul petto;
  b) flettere le ginocchia unite sul petto;
  c) sollevare le gambe unite a squadra.

ATTREZZI

Oltre a quelli precedenti:

— Scala orizzontale: traslocazione in sospensione con i piedi interni.

PIANO DI LEZIONE

marcia
corsa
andatura

esercizi decubito
a corpo libero

salti sul posto
salti da fermo

Giochi

GIOVANISSIMI

Secondo periodo

Durante questo periodo verrà iniziata gradualmente l'esecuzione di esercizi ginnastici coordinati con la marcia e con la corsa leggera, capriole a terra, saltelli sul posto e spostamenti semplici e con atteggiamento in volo.

Per quanto riguarda le esercitazioni atletiche vere e proprie (corsa e scatti) sarà curata dal-

l'Istruttore una prima impostazione stilistica onde correggere fin dall'inizio gli errori piú grossolani. Sarà effettuata inoltre una breve preparazione al conseguimento del brevetto atletico che dovrà essere conseguito da tutti gli Allievi al termine del Corso N.A.G.C.

GINNASTICA

— Flessioni molleggiate del busto, avanti (da gambe unite e da gambe divaricate).
— Flessioni molleggianti del busto avanti alternate a flessioni del busto dietro.
— Flessioni e torsioni del busto a sinistra e a destra.
— Circonduzioni del busto (da mani ai fianchi, alla nuca, braccia ad arco sopra la testa).
— Esercizi di decubito:
  a) con caviglie bloccate, sollevare ed adagiare il busto;
  b) con caviglie bloccate a gambe leggermente divaricate, sollevare il busto e flettere avanti con torsione (mano sinistra al piede destro e viceversa).
— Esercizi in affondo (avanti e lateralmente), molleggi del busto sulla gamba piegata con accompagnamento dell'oscillazione parallela delle braccia.
— Slanci delle gambe nelle varie direzioni con accompagnamento dello slancio coordinato delle braccia.
— Andatura ad affondi successivi con torsione del busto dal lato della gamba piegata.
— Da gambe divaricate: piegamenti molleggiati su di una gamba accompagnati dalla torsione e flessione del busto dal lato della gamba distesa (le mani ai fianchi, le mani alla nuca, braccia in alto).
— Da gambe divaricate, braccia avanti: piegamenti molleggiati su di una gamba accompagnati dalla flessione e torsione del busto dal lato della gamba distesa (le mani unite vanno a toccare la caviglia destra se è piegata la gamba sinistra e viceversa).

ATTREZZI

Ripetizione del programma svolto nei periodi precedenti.

CORSA VELOCE

Partire all'impiedi ed all'americana (curare che l'azione di corsa si sviluppi fin dal primo passo), esecuzione di corsa veloce, sia a normali batterie sia sottoforma di gioco: staffetta ecc.

SALTO

In alto frontale con rincorsa libera.

PIANO DI LEZIONE

marcia corsa	andatura	esercizi a corpo libero
esercizi preatletici e atletici	Giochi ricreativi	

N. B.: Gli esercizi e le esercitazioni elencate in ogni singolo periodo presuppongono automaticamente la ripetizione ed il perfezionamento del programma svolto nei periodi precedenti.

Durante il secondo biennio la preparazione fisica degli allievi dovrà essere indirizzata soprattutto al perfezionamento dei movimenti naturali (marcia, corsa, salti) che hanno piú attinenza con il gioco del calcio, senza però tralasciare i movimenti piú importanti di ginnastica educativa e di piú elastica morbidezza riguardanti il tronco ed il cingolo scapolare superiore.

Gli elementi fondamentali di questa attività saranno:
a) marcia
b) corsa in souplesse
c) corsa in allungo
d) scatti da fermo ed in movimento
e) salto in alto con stacco ad un piede (con rincorsa) ed a due piedi
f) capriola a terra (da fermi ed in movimento)
g) corsa di fianco a piccolo galoppo
h) corsa con ostacoli bassi (cm. 70)
i) corsa all'indietro
l) salto misto.

Gli esercizi a corpo libero saranno basati prevalentemente su:
a) slanci e circonduzioni varie delle braccia
b) molleggi sulle gambe
c) torsioni e circonduzioni elastiche del busto
d) esercizi a terra per i muscoli addominali.

Pertanto durante l'ultimo corso dei giovanissimi la lezione di educazione fisica dovrà avere una durata che può variare dai dieci ai venti minuti con questo programma base:
— esercizi di ordine - messa in azione (marcia e corsa leggera)
— preatletica generale sul posto ed in movimento
— esercizi atletici - corsa, salti - ritorno con calma - esercizi di respirazione.

CENTRO C. O. N. I. - FEDERALE

PALLACANESTRO

a cura dell'Istruttore Prof. Max Signorotto

Primo corso

Nel programma del corso verranno curati in modo particolare i fondamentali individuali di difesa e di attacco, e verranno anche insegnati alcuni principi dei principali fondamentali d'attacco di squadra.

Parte I: FONDAMENTALI INDIVIDUALI IN DIFESA

a) Spostamenti difensivi, cambi di guardia, posizione difensiva sul campo.
b) Difesa d'anticipo e difesa pressing.
c) Difesa sul portatore di palla.
d) Difesa uomo contro uomo a tutto campo.
e) Tagliafuori sul rimbalzo.

Dato il carattere agonistico e selettivo del corso, ampio spazio verrà dato al tentativo di inculcare ai partecipanti una forte mentalità difensiva.

Parte II:

FONDAMENTALI INDIVIDUALI IN ATTACCO

a) Tiri da fermo e tiri in corsa
b) Palleggio e passaggio
c) Smarcamento individuale
d) Posizioni sul campo
e) Giochi a due: il "dai e vai".

Parte III:

FONDAMENTALI DI SQUADRA IN ATTACCO

a) Contropiede
b) Uno schema d'attacco fondamentale: « 5 fuori dai e vai.

Sempre in armonia con gli intendimenti del corso si cercherà di insegnare ai partecipanti ad agire sul campo in base ad una mentalità agonistica, nel rispetto della tattica e della tecnica del gioco della pallacanestro. Gli esercizi effettuati ed elencati nel programma inoltre, non saranno delle semplici esecuzioni tecniche e scolastiche di movimenti, ma verranno effettuati, per la maggior parte del tempo di lezione in clima di partita, in modo tale da permettere ai partecipanti al corso di acquisire una mentalità agonistica e di essere in grado di effettuare i movimenti del gioco non a velocità di saggio dimostrativo, ma alla velocità ben piú sostenuta che si richiede per un incontro agonistico.

Secondo corso

Parte I:

FONDAMENTALI INDIVIDUALI IN DIFESA

a) Spostamenti difensivi, cambi di guardia, posizione difensiva sul campo
b) Difesa d'anticipo e difesa pressing
c) Difesa sul portatore di palla
d) Tagliafuori sul rimbalzo
e) Difesa ad "L" sul contropiede.

Parte II:

FONDAMENTALI INDIVIDUALI IN ATTACCO

a) Tiri, palleggio, passaggi
b) Smarcamento individuale
c) Giochi a due: « dai e vai » « dai e segui » « dai e cambia »
d) Rimbalzo offensivo.

Parte III:

FONDAMENTALI DI SQUADRA IN DIFESA

a) Alcuni principi di "aiuto" ai compagni
b) Raddoppio di marcamento
c) Difesa pressing a tutto campo
d) Difesa "help".

Parte IV:

FONDAMENTALI DI SQUADRA IN ATTACCO

a) Contropiede
b) Schema d'attacco « 5 fuori dai e vai »
c) Schema d'attacco basato su una successione di giochi a due appresi durante l'anno.

Anche per il secondo corso vale quanto detto prima a proposito dei metodi di insegnamento.

PALLAVOLO

Fiocco rosa al Centro Schuster con la nascita della scuola sportiva di Pallavolo.

E' questa una specialità sportiva che piú appassiona e che si dimostra completa sotto ogni aspetto: sia educativo (basti pensare alla separazione delle squadre che non permette durezze o fallosità negli altrui confronti) sia psico-motorio (richiede una buona coordinazione, un notevole controllo e i riflessi pronti) sia ginnastico (nel gioco si realizza l'intera gamma dei movimenti ginnastici) sia psico-sociologico (come ogni sport di squadra pone i presupposti per l'inserimento sociale di ogni individuo).

Il programma di attività pertanto, non sarà rivolto soltanto all'apprendimento delle tecniche di gioco, ma anche alla preparazione fisica e psico-fisica, al fine di permettere al giovane di giocare sí la Pallavolo, ma di giocarla bene.

Per quel che concerne la metodologia, nei riguardi della preparazione fisica, il lavoro verterà su una notevole serie di esercitazioni inerenti alla specialità (ad esempio si curerà il potenziamento dell'elevazione), proposte, in ogni lezione, in forma di gioco, facendo svolgere piccole gare fra gli allievi con o senza-palla, formando gruppi di lavoro, circuiti di esercizi e via discorrendo.

Ciò al fine di far conseguire al ragazzo una buona preparazione celandola sotto un falso velo di giochi vari e divertenti.

Stessa metodologia verrà adottata nell'insegnamento delle tecniche di gioco.

Si eviterà di limitare la libera espansione del giovane, semmai la si incanalerà secondo forme piú appropriate che se da un lato serviranno allo scopo prefissato di far apprendere quella determinata pratica sportiva, dall'altro appariranno all'allievo né piú né meno che un gioco divertente.

Pertanto dopo l'esatta spiegazione del fondamentale, il ragazzo verrà impegnato in una serie di esercitazioni al fine d'impadronirsi progressivamente dell'elemento, esercizi che si concluderanno, ogni lezione, in una breve partita.

Ritengo che attraverso questa forma ricreativa si possa riuscire nel duplice intento di divertire ed insegnare.

Passando ora al programma di attività vero e proprio occorre subito dire che è suddiviso in due parti:

— studio della tecnica individuale (fondamentali individuali)

— studio della tecnica di squadra (fondamentali di squadra.

La prima ripartizione è la piattaforma di base del gioco; è infatti lo studio del movimento personale, l'apprendimento degli elementi essenziali ed imprescindibili della Pallavolo, bagaglio insostituibile a qualsiasi praticante di questa disciplina sportiva.

I fondamentali individuali sono:

— il palleggio in tutte le sue forme

— le riprese basse in tutte le forme

— le battute in tutte le forme

— le schiacciate o bruciate in tutte le forme

— il muro in tutte le forme.

E' chiaro che nell'atto vivo dell'insegnamento non si potrà seguire questa suddivisione in modo categorico; non è possibile dedicare due mesi, ad esempio, solo al palleggio e due solo alle battute, gli elementi pertanto coesisteranno in ogni lezione pur con la priorità di uno sugli altri.

Per studio della tecnica di squadra, s'intende l'apprendimento delle azioni collettive di gioco sia in attacco, sia in difesa.

Penso sia superfluo mostrare l'importanza di questa fase, nella quale si forma la squadra, si crea un modo di giocare che si disgiunge dagli altri proprio per la diversità di capacità e di preparazione dei giocatori e per il loro affiatamento.

Sarà mio vivo interesse il far svolgere, durante l'anno, alcune partite dimostrative con rappresentative esterne, ciò al fine non solo di saggiare lo stadio di preparazione degli allievi, ma anche di permettere loro di acquisire una certa esperienza di gioco, indispensabile alla formazione di un buon pallavolista.

Prima del termine del corso la nostra sezione si esibirà in una manifestazione dimostrativa finale.

Sergio Dugnani

Centro
C.O.N.I.
Federale

RUGBY

F. I. R.
Centro
Schuster

1° Corso

riservato ai ragazzi di 10-11 anni

2° Corso

riservato ai ragazzi di 12-13 anni

Molti pensano che il rugby sia uno sport violento e, proprio per questo, mantengono tante prevenzioni.

Invece contrariamente all'opinione della maggioranza, **nel rugby piú che la forza contano l'intelligenza, la destrezza e lo spirito di squadra.**

SCUOLA DI TENNIS DA TAVOLO

Istruttore: MONTI Rag. GIUSEPPE

PERIODO DI IMPOSTAZIONE DELLE LEZIONI E DEI CORSI nei giorni di mercoledí e venerdí

1° Corso: ore 17,30

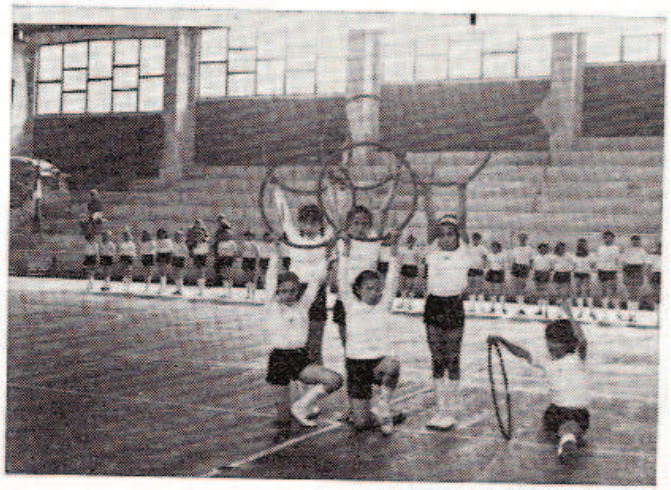
2° Corso: ore 18,30

3° Corso: ore 19,30

CENTRO ADDESTRAMENTO TENNIS

Quest'anno, per la prima volta, la nostra Scuola di Tennis partecipa al Campionato Nazionale « Ragazzi » COPPA PORRO LAMBERTENGHI.

Nell'ultima settimana del mese di maggio, sui nostri campi, si sono svolti gli incontri della Prima Fase. Tre le Batterie organizzate e quindi saranno tre i ragazzi della nostra scuola che nel mese di agosto parteciperanno alla seconda fase che sarà a carattere regionale.



Avviamento Sportivo Femminile

BANCO AMBROSIANO

SEDE SOCIALE E DIREZIONE CENTRALE: MILANO UFFICIO DI RAPPRESENTANZA: ROMA

59 SPORTELLI IN ITALIA NELLE SEGUENTI CITTA'

BOLOGNA - FIRENZE - GENOVA - MILANO - ROMA - TORINO - VENEZIA
ABBIATEGRASSO - ALESSANDRIA - BERGAMO - BESANA - CASTEGGIO - COMO - CONCOREZZO - ERBA - FINO MORNASCO - LECCO - LUINO - MARGHERA - MONZA - PAVIA - PIACENZA - PONTE CHIASSO - SEREGNO - SEVESO - VARESE - VIGEVANO

AFFILIATE E COLLEGATE IN ITALIA E ALL'ESTERO

BANCA DEL GOTTARDO - LUGANO
COMPEDIUM S.A. HOLDING - LUSSEMBURGO
LA CENTRALE FINANZIARIA GENERALE S.p.A. - MILANO
CISALPINE OVERSEAS BANK LIMITED - NASSAU (BAHAMAS)
ULTRAFIN A.G. - ZURIGO
ULTRAFIRN INTERNATIONAL CORPORATION - NEW YORK

SEDE DI MILANO - VIA CLERICI, 2 - TELEFONO 8837

Agenzie di città: n. 1 - Via A. Costa, 1/A (Piazzale Loreto) — **n. 2** - Piazza XXIV Maggio, 12 — **n. 3** - Corso Vercelli, 38 — **n. 4** - Via Statuto, 18 — **n. 5** - Viale Regina Giovanna, 3 — **n. 6** - Via Lazzaro Papi, 2 — **n. 7** - Corso Magenta, 32 — **n. 8** - Via Marco Greppi, 1 (Viale Umbria) — **n. 9** - Viale Pacini, 76 — **n. 10** - Via Valparaiso, 18 — **n. 11** - Corso Porta Vittoria, 7 — **n. 12** - Via Cappellari, 3 — **n. 13** - Corso Monforte, 2 (Piazza S. Babila) — **n. 14** - Via Brera, 21 — **n. 15** - Piazza della Repubblica, 32 — **n. 16** - Via Mulino delle Armi, 23 — **n. 18** - Via Oldofredi, 2 — **n. 19** - Via Lorenteggio, 70 (Piazza Frattini) — **n. 20** - Corso Sempione, 50 — **n. 21** - Viale Beatrice d'Este, 18/A — **n. 22** - Piazzale Maciachini, 24 — **n. 23** - Via G. Gianella, 26.

PRESSO LA SEDE DI MILANO

- **IMPIANTO SEGNALETICO ELETTRONICO DELLE QUOTAZIONI DEI TITOLI**
- **SPORTELLO PER AUTOMOBILISTI** con ingresso da Via San Dalmazio
- **PARCHEGGIO AUTO GRATUITO** a disposizione della Clientela con ingresso da Piazza Paolo Ferrari

PRATICHE DI FINANZIAMENTO A MEDIO TERMINE QUALE BANCA PARTECIPANTE AD INTERBANCA

TUTTI I SERVIZI DI BANCA BORSA CAMBIO

VERDE NERO

rivista mensile di formazione e di informazione del

CENTRO SCHUSTER

Anno XVII - 1972
Spedizione in abbonamento postale - gruppo 3
Aut. Tribunale Milano 4037, del 2-7-1956
Direzione in MILANO
Via Feltre, 100 - 20134
Telefono 21 89 24

n. 9-10
settembre - ottobre
1972