



# Prossim@ Fermat@ Barona

Giornale scolastico dell'Istituto Comprensivo Ilaria Alpi Scuola secondaria di primo grado

Gennaio 2014 anno 4 numero 2 IC Ilaria Alpi Via Salerno 1, 20142 Milano

## Un mondo di sport...

«L'importante non è vincere ma partecipare. La cosa essenziale non è la vittoria ma la certezza di essersi battuti bene » (Pierre de Coubertin)

### Pronti, partenza ... via

Così parte il secondo numero del Giornalino dell'Istituto Comprensivo Ilaria Alpi... come una gara, una competizione... ma non ci saranno né vincitori né vinti ma solo noi, giornalisti sportivi, che in un viaggio immaginario nel mondo dello sport abbiamo raccolto informazioni, notizie curiosità su una delle più importanti manifestazioni sportive, le Olimpiadi. Noi studenti della II G abbiamo deciso di avvicinarci ai Giochi Olimpici Invernali, conoscerli e farli conoscere perché affascinati dall'idea di poter intervistare un atleta olimpico Davide Viscardi, quest'anno presente alle Olimpiadi nella squadra dello short track.



Ma cos'è lo sport? Abbiamo cercato la definizione di sport sul dizionario della lingua italiana...

<sup>1</sup>insieme delle attività, individuali o collettive, che impegnano e sviluppano determinate capacità psicomotorie, svolte anche a fini ricreativi o salutari.

<sup>2</sup> Ogni attività fisica praticata secondo precise regole, spesso in competizione con altri.

Incuriositi dalla parola siamo andati a cercare il **significato etimologico** della stessa e ...

Il termine sport è l'abbreviazione della parola inglese "disport" che significa **divertimento**. La parola "disport" deriva dalla parola antica francese "desport" che ha il medesimo significato. La parola francese antica "desport" deriva dal latino **deportare**, composizione della parola "de", che significa allontanamento, e "portare". Quindi "deportare" significa **portarsi lontano**, e questo portarsi lontano stava a significare uscire fuori porta, dalle mura cittadine per svolgere attività fisiche. Le parole "desport" e "disport" poi divenute "sport", come detto significano **divertimento**, parola che deriva dal verbo latino "divertere" che significa **allontanarsi**.



# Prossim@ Fermat@ Barona

**Giornale scolastico dell'Istituto Comprensivo Ilaria Alpi Scuola secondaria di primo grado**

Gennaio 2014 anno 4 numero 2 IC Ilaria Alpi Via Salerno 1, 20142 Milano

Ci siamo così chiesti cos'è per noi lo sport e tante parole hanno affollato le nostre menti... diverse, simili ...tutte significative:

**Lo sport per me è ... divertimento, passione, concentrazione, coinvolgimento, salute, amicizia, avventura, adrenalina tenacia, vita, stanchezza, entusiasmo, eccitazione, emozione ...**

Abbiamo proseguito il nostro percorso cercando informazioni sulle **Olimpiadi** in particolari su quelle **invernali** in corso durante il nostro anno scolastico e ci siamo appassionati scoprendo tante curiosità e notizie su sport conosciuti e altri poco noti. Il nostro **viaggio nello SPORT** inizia con una presentazione, una **carta d'identità** dei Giochi Olimpici Invernali di **Sochi 2014**. Incuriositi su alcuni aspetti di questa grande e antica manifestazione sportiva abbiamo compiuto un salto nel tempo cercando informazioni su come erano i primi **Giochi antichi**, arrivando fino in Grecia, patria dello sport. Passando attraverso cerimonie di apertura e chiusura ognuno di noi ha scelto una **disciplina sportiva** presente a Sochi 2014 e raccontato brevemente la sua origine, le sue caratteristiche, le attrezzature e l'abbigliamento più adatto per praticarla e abbiamo cercato i nomi degli atleti italiani presenti a Sochi in quello sport.

A questo punto ci siamo preparati all'evento più importante per i giornalisti, la nostra prima **intervista**...così abbiamo preparato le domande analizzando vari aspetti della vita di uno sportivo, la sua vita privata, la vita sportiva, la vita lavorativa e il lato più emotivo che incorona un campione.

Poi il gran giorno è arrivato e abbiamo intervistato **Davide Viscardi** che non è solo un grande atleta di short track, ma anche fratello di uno di noi giornalisti!!!

Abbiamo voluto concludere il nostro giornalino con un percorso sportivo, quello che la nostra **scuola** ci propone durante i tre anni di scuola secondaria di primo grado e così abbiamo raccontato le attività, i giochi, le gare che tutto l'anno ci accompagnano e ci danno la possibilità di vivere attimi di sport. Il nostro campione olimpico ha concluso la sua visita a scuola premiando la squadra vincitrice del torneo di pallavolo misto delle classi terze, noi abbiamo tifato...abbiamo gioito e ci siamo emozionati e speriamo che anche voi...lettori di **Prossima@ Fermat@ Barona** possiate emozionarvi e incuriosirvi leggendo queste pagine.



# Prossim@ Fermat@ Barona

Giornale scolastico dell'Istituto Comprensivo Ilaria Alpi Scuola secondaria di primo grado

Gennaio 2014 anno 4 numero 2 IC Ilaria Alpi Via Salerno 1 , 20142 Milano



## CARTA d'IDENTITA dei XXII GIOCHI OLIMPICI SOCHI 2014

**NOME:** XXII Giochi olimpici invernali

**COGNOME:** SOCHI 2014

**LUOGO:** Sochi, città meridionale della Russia e nella stazione sciistica di Krasnaja Poljana a circa 45 km dalla città olimpica.

**VILLAGGIO OLIMPICO:** cittadina di Adler (28 km da Soči).

**DATA:** dal 7 al 23 di Febbraio 2014

**PAESI PARTECIPANTI:** 88 nazioni

**DISCIPLINE OLIMPICHE:** 15

**CERIMONIA DA APERTURA:** 7 Febbraio 2014

**CERIMONIA DI CHIUSURA:** 23 Febbraio 2014

**MASCOTTE:** Orso bianco, lepre e leopardo delle nevi.

**SEGNI PARTICOLARI:** prima manifestazione olimpica invernale ospitata dalla Russia. Costo della manifestazione 51 miliardi di dollari, la più costosa di sempre.



# Prossim@ Fermat@ Barona

Giornale scolastico dell'Istituto Comprensivo Ilaria Alpi Scuola secondaria di primo grado

Gennaio 2014 anno 4 numero 2 IC Ilaria Alpi Via Salerno 1 , 20142 Milano

## OLIMPIADI DI SOCHI



## CURIOSITA' SUI GIOCHI OLIMPICI SOCHI 2014 di Marika

**LOGO:** formato dalla scritta "Sochi2014.ru" completato dai cinque cerchi olimpici. E' la prima volta che un logo rappresenta anche un sito web ed è il simbolo di come grazie alla tecnologia digitale gli appassionati di sport invernali potranno connettersi e comunicare; il dominio ".ru" è usato per indicare come i Giochi siano organizzati dall'intera nazione russa. Le scritte "Sochi" e "2014", formate con caratteri volutamente speculari, simboleggiano le montagne che si riflettono sul mare, sottolineando la posizione geografica di Soči. Lo slogan del logo è "Gateway to the Future" (accesso verso il futuro) e vuole indicare come queste Olimpiadi debbano essere per la Russia un trampolino di lancio per le future generazioni non unicamente sportivo, ma anche sociale, economico e ambientale.

**MOTTO:** "Hot.Cool.Yours." (Caldo.Freddo.Tuo.)



La parola "hot" indica l'intensità delle gare e la passione degli sportivi, e individua la città di Soči, posta a sud della Russia; "cool" simboleggia i Giochi olimpici invernali e la percezione di "glaciale" come viene comunemente intesa la popolazione russa; con il termine "yours" invece si vuole indicare il coinvolgimento personale di ogni singolo spettatore

**MEDAGLIE:** sulla parte anteriore della medaglia sono presenti gli anelli olimpici, mentre sul rovescio è inciso il nome della competizione in lingua inglese e il logo dei Giochi, sul bordo è invece impresso il nome ufficiale dei Giochi in russo, inglese e francese. Le medaglie d'oro conterranno un pezzo di meteorite, lo stesso che esattamente un anno prima si frantumò sopra l'abitato di Čeljabinsk causando il ferimento di 1491 persone ed ingenti danni alle cose.



**TORCIA:** realizzata in alluminio e materiale plastico e di colore argento e rosso acceso, ha una forma che vuole ricordare la piuma di un uccello, e più specificatamente la leggendaria fenice. L'accensione ha avuto luogo il 29 settembre 2013, con la consueta cerimonia tenutasi a Olimpia. Il primo tedoforo è stato lo sciatore greco Ioannis Antoniou; dopo aver percorso circa 2000 km in Grecia, la fiamma olimpica è giunta in territorio russo il 7 ottobre e partendo da Mosca ha percorso un viaggio lungo oltre 65000 km e che è terminata a Soči il 7 febbraio 2014, giorno in cui si è tenuta la cerimonia di apertura delle Olimpiadi. Nel suo tragitto, la fiamma è approdata per la prima volta al Polo Nord a bordo della 50Let Pobedy, una nave rompighiaccio a propulsione nucleare e sempre per la prima volta, la torcia, che era stata preventivamente spenta per ovvie ragioni di sicurezza, è andata anche nello spazio.



**MASCOTTE** piccoli oggetti che vengono inventati per essere apprezzati tenendo conto dei contesti culturali di appartenenza.



**FONTE DI ISPIRAZIONE:** il mondo animale fonte primaria di ispirazione, anche perchè la fauna è l'elemento distintivo e caratterizzante di un territorio, oltre a piacere molto al pubblico dei bambini.

**FUNZIONE:** molto importanti perchè permettono, con la vendita di vari oggetti a loro legati, grosse somme utilizzate per l'organizzazione dei giochi.

**TIPOLOGIE:** in 12 edizioni su 19 le mascotte sono state animali: due cani (1972-1992), un castoreo (1976), un procione (1980), tre orsetti (1988), un lupo (1984), un aquilotto (1984), una tigre (1988), ben 4 civette (1898), un ornitorinco (2000-2002).

**ORIGINE:** a partire dai X giochi olimpici invernali in Francia.



## CERIMONIA D'APERTURA DELLE OLIMPIADI di Zulekha

La cerimonia di apertura un'Olimpiade comprende diversi elementi. Dopo il Conto alla rovescia all'inizio dell'evento si comincia con:

- 1) **peripezie** preparate dal Paese che ospita le Olimpiadi che prevedono danze, canti e coreografie ispirate al folklore e alla storia del paese ospitante.
- 2) **sfilata** dei paesi partecipanti, con gli atleti che marciano nello stadio divisi per nazione. I paesi sfilano secondo un ordine atletico della lingua del paese ospitante; con due sole eccezioni: la Grecia entra per prima (essendo la patria dei Giochi dell'antichità e avendo ospitato la prima edizione di quelli moderni), mentre il paese ospitante entra per ultimo nello stadio. Ogni nazione viene dopo l'alfiere che tiene in mano la bandiera del paese. Fare il portabandiera della propria nazione alle Olimpiadi è considerato un grande onore, e spesso questo ruolo viene assegnato ad uno degli atleti più rappresentativi.
- 3) **discorsi** del presidente del Comitato Organizzatore dell'edizione dei giochi e del Presidente del Comitato Olimpico Internazionale. Quindi il capo di stato del paese organizzatore apre formalmente l'Olimpiade.
- 4) **inno olimpico** e viene issata la **bandiera olimpica** vicino a quella del Paese ospitante.
- 5) **Giuramento**: tutti i portabandiera si riuniscono attorno ad un podio, dove un rappresentante degli atleti e uno dei giudici di gara (entrambi del paese ospitante) pronunciano il Giuramento Olimpico (reggendo il vessillo dei 5 cerchi), impegnandosi a nome di tutti a

gareggiare e a giudicare secondo le regole che governano i Giochi Olimpici.

- 6) **Accensione della fiaccola**: la torcia con la fiamma olimpica entra nello stadio, portata da un atleta dopo una lunga staffetta da Olimpia alla sede dei Giochi. All'ultimo tedoforo (spesso un atleta famoso o una personalità del paese ospitante) spetta il compito di accendere il braciere, in cui il fuoco olimpico arderà per tutta la durata dei Giochi. Contemporaneamente vengono liberate delle colombe, simbolo di pace.

## CERIMONIA DI CHIUSURA DELLE OLIMPIADI di Zulekha

La cerimonia di chiusura è più semplice e meno formale di quella di apertura.

- 1) Gli **atleti sono nello stadio** mescolati tra loro, senza distinzione per nazione.
- 2) Vengono issate **tre bandiere** coi rispettivi inni: quella del paese ospitante, quella della Grecia, quella del paese futuro ospitante dei giochi.
- 3) **discorsi** del presidente del comitato organizzatore e quello del presidente del CIO, il quale dichiara chiusi i giochi e invita i giovani del mondo a raccolta alla prossima edizione delle Olimpiadi tra quattro anni.
- 4) **bandiera olimpica viene calata**. Una versione speciale di essa è consegnata al sindaco della città che ospiterà la successiva edizione delle Olimpiadi (il quale deve sventolarla 8 volte).
- 5) **parte artistica**, con richiami sia al paese che ha appena ospitato i Giochi, sia alla nazione che li ospiterà tra quattro anni, la quale viene presentata in un segmento di otto minuti.
- 6) Viene **spenta la fiamma olimpica spettacolo pirotecnico** a conclusione della Cerimonia.



## I GIOCHI ANTICHI

di Davide, Liu,  
Stefania, Sara,  
Manuel

I Giochi olimpici antichi furono delle celebrazioni atletiche e religiose, svolte nella città della Grecia antica, Olimpia, storicamente dal 776 a.C. al 393 d.C. Si tennero in tutto 292 edizioni dei Giochi olimpici. Il primo documento scritto che può riferirsi alla nascita delle Olimpiadi parla di una festa con una sola gara: lo **stadion**<sup>1</sup> (gara di corsa). Da quel momento in poi tutti i Giochi divennero sempre più importanti in tutta la Grecia antica. Successivamente altri sport (es. pugilato, lotta e **pentathlon**<sup>2</sup>) si aggiunsero alla corsa e il numero di gare crebbe fino a venti, e aumentarono i giorni dedicati alle gare fino a sette. Le Olimpiadi avevano un'importanza religiosa, in quanto si svolgevano in onore di Zeus, re degli dei. I vincitori delle gare erano ammirati e immortalati. I Giochi si tenevano ogni quattro anni e il periodo tra le due celebrazioni divenne noto come Olimpiade. Per tutta la durata dei giochi (cinque giorni) venivano sospese le guerre in tutta la Grecia: questa tregua era chiamata Tregua Olimpica. La partecipazione era riservata a greci liberi che potessero vantare antenati greci. La necessità di dedicare molto tempo agli allenamenti comportava che solo i membri delle classi più facoltose potessero prendere in considerazione di partecipare. Venivano esclusi dalla partecipazione gli schiavi, i barbari, gli assassini, i sacrileghi e le donne. A differenza dei Giochi olimpici moderni, solamente uomini che parlavano greco potevano partecipare alle celebrazioni. Si consideravano giochi "internazionali" poiché i partecipanti

provenivano dalle varie città stato della Grecia, ed anche dalle colonie. I Giochi persero gradualmente importanza con l'aumentare del potere romano in Grecia: all'inizio furono benvenuti e aperti anche a Romani, Fenici, Galli e altri popoli sottomessi, ma quando il Cristianesimo divenne la religione ufficiale dell'Impero Romano, i Giochi olimpici vennero visti come una festa "pagana" e il loro prestigio diminuì in modo direttamente proporzionale alla corruzione degli atleti, con gare sempre più falsate. Quando nel 393 d.C. accadde la **strage di Tessalonica**<sup>3</sup> nello stadio in cui si svolgevano le gare, l'imperatore Teodosio I (persuaso dal vescovo di Milano Ambrogio, inorridito per la strage) li vietò, ponendo fine a una storia durata più di 1000 anni.

### Glossario

<sup>1</sup>**Stadion** (o stadio): antica gara di corsa. Il nome derivava dall'edificio nel quale si svolgeva, chiamato stadion. Il termine divenne stadium in latino, e stadio in italiano. La pista era larga circa 29 m da contenere venti concorrenti, e la gara consisteva in uno sprint su un rettilineo di 192,28 m. Si correva su sabbia. I corridori partivano in posizione eretta. Attualmente "stadion" è una misura che si corre in atletica leggera, ma sulla distanza di 185 metri.

<sup>2</sup>**Pentathlon** (dal greco pènte, cinque, e àthlon, lotta): gara sportiva articolata su cinque prove e praticata sin dall'antichità in Grecia. Le discipline presenti erano: corsa, salto in lungo; tiro del giavellotto; lancio del disco; lotta. Il pentathlon moderno comprende: equitazione; scherma (spada); tiro a segno (pistola); nuoto (200 m stile libero); corsa (3000 m corsa campestre).

<sup>3</sup>**Strage di Tessalonica**: nel 390 la popolazione di Tessalonica (l'odierna Salonicco) si ribellò e impiccò il governatore della città Buterico, colpevole di non aver permesso i giochi annuali. Teodosio ordinò una rappresaglia; venne organizzata una gara di bighe nel grande circo della città a pochi giorni dai fatti, e, chiusi gli accessi, vennero trucidate circa 7000 persone. Giunta la notizia a Milano, Ambrogio, vescovo di Milano, scrisse a Teodosio una lettera sdegnata e lo spinse, anche grazie alla considerazione che aveva presso di lui, a mesi di penitenza e ad una richiesta pubblica di perdono che venne infine concessa da Sant'Ambrogio.

## DISCIPLINE OLIMPICHE

- Biathlon
- Bob
- Combinata nordica
- Curling
- Freestyle
- Hockey su ghiaccio
- Pattinaggio di figura
- Pattinaggio di velocità
- Salto con gli sci
- Sci alpino
- Sci di fondo
- Short track
- Skeleton
- Slittino
- Snowboard







## BIATHLON di Cristian

**DEFINIZIONE:** è uno sport nella quale i partecipanti competono in due specialità, il tiro a segno con la carabina e lo sci di fondo. Consiste nel percorrere nel minor tempo possibile un percorso prefissato sugli sci da fondo, sostando a un numero variabile di postazioni di tiro.

**ETIMOLOGIA:** la parola biathlon è composta dal prefisso latino bi- [due] e dal greco athlon gara.

**BREVE STORIA:** storicamente, il biathlon rappresenta l'evoluzione in disciplina sportiva di pratiche militari.

**ATTREZZATURA:** sci da fondo con apposite scarpette attaccate allo sci tale da consentire che la parte posteriore della scarpetta possa staccarsi dallo sci durante ogni singolo passo onde consentire una maggiore spinta nel movimento in avanti. Bastoncini che permettono sostegno e spinta in avanti coordinata dal movimento delle gambe per assumere la maggior velocità possibile. Fucili: leggeri a piccolo calibro con ripetizione manuale e distanza di 50 m dal bersaglio sia per la prova a terra che per la posizione in piedi. Munizioni, poligono e bersagli.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Christian De Lorenzi, Lukas Hofer, Daniel Taschler, Dominik Windisch, Markus Windisch, Nicole Gontier, Karin Oberhofer, Michela Ponza, Alexia Runggaldier, Dorothea Wierer.



## BOB di Liyu e Manuel

**DEFINIZIONE:** è uno sport invernale nel quale delle squadre (composte da 2 o 4 persone) eseguono discese cronometrate lungo una pista ghiacciata, stretta e tortuosa, a bordo di un mezzo dotato di pattini sterzanti ("bob", in italiano "guidoslitta"), spinto all'avvio dai membri della squadra e successivamente dalla forza di gravità.

**BREVE STORIA:** lo sport fu inventato negli anni 1880 vicino a NY e poi introdotto in Svizzera. Le prime gare venivano disputate su strade coperte di neve, e le prime competizioni si svolsero a Davos nel 1883 ed a St. Moritz nel 1884. Inizialmente gli equipaggi erano di 5 o 6 persone, poi ridotti a 2 o 4. I bob erano completamente in legno e in seguito vennero introdotti i pattini in acciaio.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** su una pista di 1500 m con almeno 15 curve. Un bob può raggiungere una velocità di 130 km/h.

**ATTREZZATURA:** il bob è composto da leghe in metallo leggero, pattini in acciaio e carrozzerie aerodinamiche, sono lunghi massimo 3,80 metri per il bob a 4 e di 2,70 metri per il bob a 2. In entrambi i casi la larghezza massima è di 0,67 metri. Il peso massimo (con l'equipaggio) è di 630 kg per il bob a 4 e di 390 kg per il bob a 2. Possono essere aggiunte delle zavorre per raggiungere i limiti, in quanto maggiore è il peso, più veloce è il mezzo

**EQUIPAGGIO e GARA:** nel bob a 2 è composto da un pilota e da un frenatore, cui si aggiungono nel bob a 4 due "lateral" che aiutano nella spinta. Ogni discesa inizia con partenza da fermo. L'equipaggio spinge il bob per quindici metri prima di saltare a bordo.

**SPECIALITA':** sono divise in maschili e femminili. Le donne competono solo nel bob a 2, gli uomini nel bob a 2 e nel bob a 4.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Simone Bertazzo, Francesco Costa, Simone Fontana, William Frullani.



## COMBINATA NORDICA di Stefano

**DEFINIZIONE:** è uno sport invernale in cui i concorrenti gareggiano in due distinte discipline dello sci nordico: lo sci di fondo e il salto con gli sci.

**BREVE STORIA:** nacque in Norvegia. Si hanno notizie di gare di sci nordico tra i soldati norvegesi sin dal XVIII secolo. Storicamente la combinata nordica è uno sport unicamente maschile. Dopo il riconoscimento ufficiale nel 1998 da parte della FIS della prima gara femminile di salto con gli sci, sono state organizzate anche competizioni femminili di combinata nordica, ma le donne sono ancora escluse sia dai Giochi olimpici invernali che dai Mondiali di sci nordico.

**SPECIALITA':** quattro tipi di competizioni nella combinata nordica: individuale Gundersen, sprint, partenza in linea, penalty race, gara a squadre. La gara più comune è l'individuale Gundersen, che prevede un salto dal trampolino, seguito da 10 km di fondo. La gara sprint, non più inclusa nel calendario di Coppa del Mondo, seguiva lo stesso meccanismo dell'inseguimento, ma, come suggerisce il nome, ne è una versione ridotta. Nella gara con partenza in linea, si tiene prima la prova di sci di fondo. I partecipanti partono tutti assieme. Nella penalty race nel salto con gli sci non viene più assegnato un punteggio per lo stile, ma si tiene conto esclusivamente della misura del salto. La gara a squadre segue lo stesso meccanismo della Gundersen, e vi partecipano squadre composte da quattro atleti.



## CURLING di Samuel e Stefania

**DEFINIZIONE:** sport di squadra giocato sul ghiaccio con pesanti pietre di granito levigate dette stone (sasso in inglese), dotate di un'impugnatura.

**ETIMOLOGIA:** deriva da curl (ruotare in inglese) perchè il sasso percorre una traiettoria curvilinea.

**BREVE STORIA:** forse inventato nella Scozia medievale intorno al 1541.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** il campo è una superficie ghiacciata piatta e livellata, (146 e 150 piedi di lunghezza e 14,5 piedi di larghezza) con una struttura specifica.

**ABBIGLIAMENTO:** scarpe sono come quelle normali con soles diverse fra loro, lo scivolo è la suola progettata per il piede che appunto scivola, mentre l'altra scarpa ha una suola progettata per non scivolare. Pantaloni elastici per facilitare le posizioni e i movimenti del curling, cronometro collegato ai vestiti o alla scopa utilizzato dagli scopatori per avere un'idea della velocità della stone. Guanti per mantenere le mani calde e/o migliorare la presa sulla scopa.

**ATTREZZATURA:** la scopa viene utilizzata per spazzare la superficie del ghiaccio lungo il percorso della pietra, e come sostegno durante il lancio della stone. Inizialmente erano fatte di saggina ed erano simili alle scope per la casa. I pad sono la parte terminale delle scope e possono essere di stoffa, pelo animale o sintetico o di crine.

**SVOLGIMENTO DALLA GARA:** i giocatori, suddivisi in 2 squadre, fanno scivolare queste pietre su una lastra di ghiaccio verso un'area di destinazione, detta "casa" (home), contrassegnata da tre anelli concentrici. Le due squadre, ognuna di 4 giocatori, lanciano a turno le pietre con un effetto detto curl (roteare). Ogni squadra ha 8 lanci in ogni intervallo di gioco (end) dove ogni giocatore lancia 2 stone.



## FREESTYLE di Davide

**DEFINIZIONE:** Il freestyle, o sci acrobatico, è uno sport invernale praticato con gli sci.

**BREVE STORIA:** nato come elaborazione dello sci alpino attraverso l'introduzione di salti, difficoltà di percorso e varie figure coreografiche. E' disciplina olimpica da Albertville 1992. All'inizio lo sport aveva poche regole ed era non poco rischioso.

**ABBIGLIAMENTO e ATTREZZATURA:** un paio di twin tip, ovvero sci con doppie punte (sia anteriormente che posteriormente). Lo sci deve essere leggero, abbastanza morbido e maneggevole. Scarponi: realizzati per questo sport, devono essere resistenti e ammortizzare al momento dell'atterraggio. I bastoncini non devono avere caratteristiche particolari; l'unica differenza da quelli normali da sci alpino è la lunghezza, che deve essere inferiore. Nei salti, disciplina olimpica, non vengono utilizzati.

**SPECIALITA':** attualmente ci sono due discipline fondamentali, gobbe e salti, ma recentemente è emerso un nuovo ramo della disciplina, chiamato newschool skiing e influenzato anche dallo skiboarding. Gli specialisti delle gobbe scendono su una pista di gobbette compiendo due salti per discesa.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Markus Eder, Giacomo Matiz, Silvia Bertagna, Deborah Scanzio.



## HOCKEY sul GHIACCIO di Cristian e David

**DEFINIZIONE:** è uno sport di squadra disputato sul ghiaccio dove i pattinatori attraverso l'utilizzo di un bastone ricurvo indirizzano il puck (disco) nella porta della squadra avversaria.

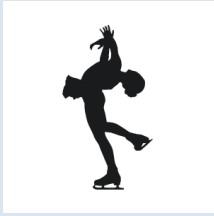
**ETIMOLOGIA:** a partire dal 1785 con etimologia incerta. Forse deriva dall'antico termine francese hoquet (bastone da pastore, gancio) o olandese hokkie, diminutivo di hok (gabbia, ovvero la porta dove segnare).

**BREVE STORIA:** sport popolare nelle nazioni con il clima freddo da permettere la formazione di una copertura naturale di ghiaccio in ambienti esterni (Canada, Repubblica Ceca, Lettonia, paesi nordici, Stati Uniti, Russia, Repubblica Ceca, Slovacchia e Svizzera). Con l'avvento delle piste di ghiaccio artificiali si è potuto iniziare a praticarlo anche nei mesi caldi e soprattutto nei paesi dal clima più caldo.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** la "pista", è una superficie ghiacciata rettangolare (lunga 56 e 61 metri e larga tra i 26 e i 30 m). Attorno alla porta è segnata un'area di porta semicircolare. La pista è attraversata nel senso della larghezza da 5 linee che delimitano specifiche zone del campo. A differenza di molti altri sport, la pista prosegue anche dietro le porte ed è smussata, per permettere lo scorrimento del puck ad alta velocità.

**SVOLGIMENTO del GIOCO:** una squadra è composta da 22 giocatori, 20 di movimento e 2 portieri. Durante una partita possono essere sul ghiaccio al massimo 6 giocatori (5 giocatori di movimento e un portiere). Un incontro di Hockey è diviso in tre tempi di venti minuti effettivi con intervalli di 15 minuti.

**ATTREZZATURA:** equipaggiamento protettivo, pattini da ghiaccio, bastone, casco con visiera, guanti, protezioni per nuca, laringe e bocca, e paradenti.



## **PATTINAGGIO ARTISTICO su GHIACCIO (pattinaggio di figura) di Laura e Anna**

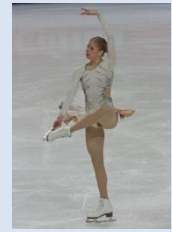
**DESCRIZIONE:** è uno sport invernale individuale, di coppia e di squadra in cui gli atleti, dotati di pattini, eseguono sul ghiaccio esercizi composti da figure, passi, trottole e salti, su una base musicale. Ai giochi olimpici invernali si assegnano tre diversi titoli: individuale maschile, individuale femminile e a coppie.

**STORIA:** forse originario della Svezia oltre dodici secoli fa, ma reperti del 50 a.C. fanno pensare ad origini ancora più remote, presso i Vichinghi, con pattini e lame di osso di bue o renna. I pattini erano un mezzo di trasporto efficace sulle superfici ghiacciate di laghi e fiumi. Pattinare sui canali ghiacciati con pattini di legno divenne un passatempo popolare nel XVII secolo nei Paesi Bassi. Il pattinaggio su ghiaccio divenne uno sport noto nel mondo durante il XVIII secolo.

**ATTREZZATURE:** appositi pattini, che consistono in strette lame (a volte dal profilo parabolico) agganciate ad apposite scarpe.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Paul Bonifacio Parkinson, Carolina Kostner, Valentina Marchei, Stefania Bertone e Ondrej Hotarek, Anna Cappellini e Luca Lanotte, Nicole Della Monica e Matteo Guarise, Charlene Guignard e Marco Fabbri.

## **APPROFONDIMENTO SU.... CAROLINA KOSTNER di Nicole**



Carolina Kostner è nata l'8 febbraio del 1987 ed è una pattinatrice italiana, vincitrice della medaglia di bronzo alle Olimpiadi Invernali di Sochi 2014, campionessa mondiale 2012, medagliata altre cinque volte ai Campionati del mondo, cinque volte campionessa europea, medagliata altre quattro volte ai Campionati europei, e sette volte campionessa italiana.

Ha iniziato a pattinare all'età di 4 anni. In un'intervista ha dichiarato: *"Metà della mia famiglia, dalla parte di mio padre, è nel mondo dello sport, mentre dal lato di mia madre c'è più affinità con le arti. Per me il pattinaggio artistico era un buon mix delle due cose"*. Nonostante il passato della madre, pattinatrice a livello nazionale negli anni settanta, Carolina inizialmente aveva in realtà cominciato a praticare lo sci alpino e a gareggiare nella specialità della discesa libera. In un primo momento aveva iniziato a pattinare *"solo per divertimento"* ed ha praticato sia lo sci sia il pattinaggio fino all'età di 12 anni, quando ha dovuto scegliere fra i due sport. Ha commentato: *"Lo sci mi piaceva più per divertimento e così ho scelto il pattinaggio"* Quando la pista di pattinaggio della sua città (il Palasetil di Ortisei) è stata chiusa nel 1999 a causa dei danni causati da una frana, dal 2001 Carolina ha scelto di lavorare con Michael Huth ad Oberstdorf, in Germania, distante circa quattro ore di macchina dalla sua casa di Ortisei. Dopo otto anni, la Kostner ha però lasciato il suo storico allenatore Michael Huth e si è trasferita ad El Segundo, in California per essere seguita da Frank Carroll e Christa Fassi, ma nel 2010, Carolina decide di tornare ad Oberstdorf per riprendere ad allenarsi con Michael Huth. Ha detto infatti di aver capito, dopo un anno in America, che le condizioni nelle quali si era sempre allenata prima di lasciare l'Europa

erano in realtà le migliori per lei. Ha però anche ammesso di aver sentito molto, durante la sua permanenza in California, la lontananza della propria famiglia, degli amici e dei luoghi nei quali è cresciuta.

Carolina Kostner è mancina e fa quindi parte della minoranza di pattinatrici le quali saltano ed eseguono le trottolo in senso orario. Per quanto riguarda i salti, è in grado di eseguire combinazioni di tipo triplo-triplo-doppio, triplo-doppio-doppio, triplo-triplo, triplo-doppio.

**ALTEZZA:** 1.69 cm

**PESO:** 55 kg

**SQUADRA:** Fiamme Azzurre

**SPECIALITA':** Pattinaggio artistico singolo

**CATEGORIA:** Senior (è una categoria di atleti superiore in livello tecnico o semplicemente in età maggiore)



## **PATTINAGGIO VELOCE** di Roberta

**DEFINIZIONE:** è una forma di pattinaggio su ghiaccio nel quale i concorrenti devono percorrere una determinata distanza sul ghiaccio nel minor tempo possibile.

**BREVE STORIA:** Il pattinaggio di velocità ha le sue origini nei Paesi Bassi. Lo sport è stato rivoluzionato negli anni 1990, con l'introduzione del clap skate, che può ridurre i tempi sul giro di secondi.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** si pratica attualmente su ovali all'aperto o al coperto, spesso con ghiaccio artificiale (400 m). I due rettilinei sono lunghi 111,98 m. Le curve hanno un raggio di 25-26 m sulla corsia interna, e ogni corsia è larga 4-5 m. Il traguardo è posto sempre nella stessa posizione, mentre varia la posizione della linea di partenza in funzione della distanza su cui si svolge la competizione.

**SVOLGIMENTO della GARA:** si affrontano due concorrenti, e quindi vengono usate due corsie. Sul rettilineo opposto al traguardo i pattinatori si scambiano la corsia in modo da coprire la stessa distanza ad ogni giro.

**SPECIALITA':** eventi singoli con distanze di 500 m, 1000 m, 1500 m, 3000 m (solo donne), 5000 m e 10000 m. Oltre alle competizioni singolari, si disputano anche gare a squadre ad inseguimento.

**ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA:** pattini ad incastro a cui la scarpa è unita alla lamina mediante un perno mobile, che permette il sollevamento del tallone nella conduzione della curva e della spinta. La lamina è lunga tra i 42 e i 46 cm ed ha uno spessore di 1 mm. Vengono indossate speciali tute intere, comprensive di cappuccio, al fine di ridurre la resistenza all'aria.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Matteo Anesi, David Bosa, Andrea Giovannini, Mirko Nenzi, Yvonne Daldossi e Francesca Lollobrigida.



## SALTO CON GLI SCI di David

**DEFINIZIONE:** è uno sport in cui gli atleti muniti di sci scendono lungo la rampa di un trampolino da cui spiccano un balzo cercando di atterrare il più lontano possibile. Oltre alla lunghezza del salto, il risultato finale dipende anche dai punti di stile, assegnati dai giudici in una scala da 1 a 20.

**BREVE STORIA:** come molti altri sport invernali, il salto con gli sci nacque in Norvegia. I primi salti avvennero attorno alla metà dell'Ottocento a Morgedal, un piccolo villaggio della regione del Telamark noto come "la culla dello sci".

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** su una rampa lunga che alla fine ti fa prendere un balzo che ti fa spiccare il volo e ti fa andare più lontano possibile.

**ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA** sci, tuta

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Davide Bresadola, Sebastian Colloredo, Roberto Dellasega, Evelyn Insam, Elena Runggaldier. Combinata nordica: Armin Bauer, Samuel Costa, Giuseppe Michielli, Alessandro Pittin, Lukas Runggaldier.



## SCI ALPINO di Alessandro

**DEFINIZIONE:** uno sport invernale che consiste nello scendere a valle lungo un pendio montano scivolando sulla neve grazie a un paio di sci. Generalmente viene effettuato su pendii appositamente attrezzati ("piste") con impianti di risalita e trattamento del manto nevoso.

**BREVE STORIA:** la storia dello sci è plurimillenaria (i più antichi sci rinvenuti risalgono al VII millennio a.C.), ma lo sci alpino in senso moderno iniziò a svilupparsi soltanto a partire da metà del XIX secolo, quando furono introdotti attrezzi in grado di facilitare le curve in discesa

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** le gare si svolgono su rampe o pendii innevati e artificiali.

**ABBIGLIAMENTO:** tuta da sci impermeabile e imbottita per proteggere da vento, umidità e freddo o un giaccone e un paio di pantaloni con le stesse caratteristiche, mentre in ambito agonistico è sempre in uso un pezzo unico e realizzata in modo da risultare il più aderente possibile e, quindi, aerodinamica. È sempre corredata da un paio di guanti. Esistono protezioni per la schiena, ovvero dei "gusci" in plastica e protezioni per le braccia e per le gambe, maschera da sci, casco obbligatorio fino a 14 anni.

**ATTREZZATURA:** Sci come attrezzo è storicamente un oggetto di legno dalla forma allungata e appiattita su cui sono posizionati degli attacchi per i piedi dello sciatore. Con lo svilupparsi della tecnica e delle prime stazioni sciistiche, si cominciarono ad applicare le prime lamine, ovvero delle strisce di metallo affilate assicurate al fondo dello sci con dei chiodi e solette in grafite che permettevano scorrevolezza e quindi velocità. Negli anni novanta furono introdotti gli sci sciancrati e la tecnica carving. Attacchi: inizialmente gli sci venivano collegati al piede dello sciatore



## SCI DI FONDO di Andrea

attraverso semplici legacci di cuoio poi si svilupparono strutture rigide, dette "attacchi sistemi di sgancio rapido, che permettono allo sci di liberare il piede in caso di caduta evitando di sottoporre a pericolose sollecitazioni gambe e ginocchia dello sciatore.

**Scarponi:** per oltre un secolo gli sci da discesa vennero assicurati a normali scarponi da montagna in cuoio. Fu l'evoluzione degli attacchi a rendere necessario un adattamento degli scarponi, fino alla creazione di modelli progettati esclusivamente per la pratica di questo sport.

**Bastoncini:** per migliorare la stabilità, specie in curva, gli sciatori impugnano una coppia di appositi bastoncini dotati di puntale.

**DISCIPLINE:** lo sci alpino moderno si articola in quattro diverse discipline (discesa libera, supergigante, slalom gigante, slalom speciale), cui si aggiungono la combinata, che unisce una prova di discesa e una di slalom, e la supercombinata, che unisce una prima manche di discesa breve o di supergigante e una seconda di slalom.

**SCIATORI ITALIANI A SOCHI:** Luca De Aliprandini, Peter Fill, Stefano Gross, Werner Heel, Christof Innerhofer, Manfred Moelgg, Roberto Nani, Dominik Paris, Giuliano Razzoli, Davide Simoncelli, Patrick Thaler, Federica Brignone, Chiara Costazza, Elena Fanchini, Nadia Fanchini, Denise Karbon, Francesca Marsaglia, Daniela Merighetti, Verena Stuffer.

**DEFINIZIONE:** è uno sport invernale, molto popolare nei Paesi nordici, nelle regioni alpine e nel Canada.

**BREVE STORIA:** lo sci come mezzo di locomozione nacque dall'esigenza dei popoli nordici e asiatici di muoversi in un ambiente coperto dalla neve per molti mesi all'anno per procurarsi il cibo con la caccia e la pesca. Un giorno qualcuno iniziò a mettersi ai piedi cortecce, rami intrecciati in grado di sostenerlo sulla neve, consentendogli così di inseguire gli animali cui dava la caccia o raggiungere fiumi e laghi in cui pescare. Con l'andare del tempo queste rudimentali racchette da neve subirono una lenta ma costante evoluzione che le portò, soprattutto nelle regioni dove il terreno era ondulato, a scivolare in modo da rendere meno faticosa e più veloce la marcia. Nelle regioni scandinave spesso cacciatori con ai piedi lunghe assi ricurve, inseguono cervi e bisonti. Da alcuni reperti ritrovati nelle torbiere della Svezia si ritiene che si utilizzassero uno sci più corto e uno più lungo. Addirittura Senofonte, storico greco vissuto attorno al IV secolo a.C. parla di popoli asiatici che usavano calzature speciali per avanzare agevolmente sulla neve.

**TECNICHE:** nello sci di fondo la tecnica permette di avanzare sulla neve con l'utilizzo coordinato di sci e bastoncini, durante la sua evoluzione si sono create due tecniche distinte: la tecnica classica e la tecnica libera, si differenziano in base al sistema con cui si trasferisce la forza delle gambe al suolo per creare la propulsione, entrambe le tecniche hanno poi una serie di differenti passi per poter coordinare la spinta di braccia con quella di gambe alle diverse velocità.

**ATTREZZATURA:** sci privi di lamine e di una larghezza media di 4,5 centimetri attaccati con scarpette particolari, che si fissano solo in

punta, consentendo al tallone di sollevarsi liberamente. Bastoncini

**SPECIALITÀ:** nove tipologie: con partenza a cronometro, con partenza in linea, gran fondo, Gundersen o pursuit, duathlon o double pursuit, sprint, staffetta, biathlon e ski-arc.

**SCIATORI ITALIANI A SOCHI:** Roland Clara, Francesca De Fabiani, Giorgio Di Centa, David Hofer, Enrico Nizzi, Dietmar Noeckeler, Fabio Pasini, Mattia Pellegrin, Federico Pellegrino, Debora Agreiter, Elisa Brocard, Virginia De Martin Topranin, Ilaria Debortolis, Greta Laurent, Marina Piller, Gaia Vuerich.



## SHORT TRACK di Edoardo

**DEFINIZIONE:** lo short track (letteralmente pista corta) è uno sport di velocità su ghiaccio.

**BREVE STORIA:** dalle gare di pattinaggio di velocità con partenza in massa. Questa forma di pattinaggio era praticata soprattutto negli Stati Uniti e in Canada. Lo short track è uno degli sport del programma dei giochi olimpici invernali dal 1992. e in questo sport quest'anno a Sochi lo short track (femminile) ha fatto medaglie

**CURIOSITÀ:** a differenza del pattinaggio su ghiaccio (oltre alla pista più corta che prevede curve più strette) non esistono le corsie cosa che permette contatti tra gli atleti, ma sempre sotto supervisione dei giudici.

**ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA:** casco, guanti modificati, tuta termica e anti taglio, occhiali, pattini modificati (carbonio)

**SPECIALITÀ:** le gare possono essere di 500 m, 1000m, 1500m,3000m,5000m (staffetta)

**REGOLE:** in questo tipo di gare un certo numero di pattinatori (da 4 a 6) pattinano contemporaneamente su una breve pista al coperto (111,12 m). Per vincere bisogna arrivare primi dopo aver effettuato un numero di metri a seconda della specialità.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Arianna Fontana, Cecilia Maffei, Lucia Peretti, Martina Valcepina, Elena Viviani, Yuri Confortola, Tommaso Dotti, Anthony Lobello, Nicola Rodigari e Davide Viscardi.





## APPROFONDIMENTO SU ARIANNA FONTANA di Nadia

Arianna Fontana è nata a Sondrio, il 14 aprile 1990, è una pattinatrice di short track italiana, vincitrice di un argento e di quattro bronzi olimpici e della Coppa del Mondo di short track 2012, specialità dei 500 m. E' alta 1,64m. Nota per la sua bravura con lo short trak. Ha partecipato alle Olimpiadi di Torino, gareggiando sulle distanze dei 500 e 1000 metri.





## SKELTON di Claudia



## SLITTINO di Claudia

**DEFINIZIONE:** sport invernale e individuale in cui gli atleti scendono su pista ghiacciata su una slitta dotata di pattini, stando sdraiati in posizione prona (a pancia in giù) con la testa in avanti e i piedi indietro. Tale postura caratteristica differenzia lo skeleton dallo slittino, dove gli atleti si sdraiano sulla schiena con la testa dietro e i piedi in avanti.

**ETIMOLOGIA:** dalla parola inglese “skeleton” che significa “scheletro”, con cui si usa indicare la slitta, un semplice telaio dotato di pattini, utilizzata in questo sport.

**BREVE STORIA:** originario di St. Moritz in Svizzera dove nel gennaio 1885 fu costruita la *Cresta run*, una pista in ghiaccio naturale lunga 1214 m tuttora ritenuta la discesa più prestigiosa per questo sport..

**LUOGO di SVOLGIMENTO:** su piste artificiali, le stesse utilizzate per le competizioni di bob e slittino, che devono essere lunghe almeno 1200 metri con una pendenza massima del 12%.

**ATTREZZATURA:** una slitta con l'intelaiatura d'acciaio, con una leggera imbottitura dove poggia l'atleta, munita di due pattini anch'essi d'acciaio. Il peso complessivo dello skeleton non può superare i 43 kg per gli uomini e i 29 kg per le donne.

**SVOLGIMENTO DELLA GARA:** dopo una fase iniziale di spinta, che copre qualche decina di metri, l'atleta si posiziona sullo skeleton e scende lungo la pista guidando il suo mezzo soltanto con il solo movimento del corpo. Le gare si svolgono normalmente in più manche, e vince l'atleta che ha realizzato il minor tempo complessivo.

**ATLETI ITALIANI a SOCHI:** Maurizio Oioli

**DEFINIZIONE:** lo slittino è una piccola slitta per una o due persone, in cui si viaggia in posizione supina con i piedi in avanti. Per curvare si flettono i pattini usando i piedi (premendo sulla parte curva), o si tirano delle cinghie attaccate ai pattini, o si esercita pressione sul sedile con la spalla opposta alla direzione di curva desiderata.

**BREVE STORIA:** ha una storia millenaria, infatti già i Vichinghi nel IX secolo usavano slitte biposto per spostarsi.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO** si utilizza una pista artificiale, con lunghi rettilinei, curve paraboliche. Questi circuiti sono costruiti in muratura e refrigerati artificialmente, ma oggi esistono anche piste artificiali.

**ATTREZZATURA:** slittino di lunghezza e peso variabili, anche a seconda del fatto che siano omologate per un solo atleta o per le discese del doppio ed entro comunque dei limiti ben stabiliti dalla federazione.

**ABBIGLIAMENTO:** tuta da slittino aderente e aerodinamica con un paio di scarpe da slittino. Casco con visiera, guanti con piccoli chiodi (5mm) che servono allo slittinista soprattutto durante la fase di partenza per avere sufficiente presa sul ghiaccio quando l'atleta si spinge nel tratto iniziale del percorso.

**SPECIALITÀ:** singolo con suddivisione tra competizioni per gli uomini e per le donne, si corre normalmente su due manche, eccezion fatta per i Giochi olimpici in cui si gareggia lungo quattro discese. La misura del tracciato non può comunque essere inferiore ai 1000 metri per gli uomini ed agli 800 metri per le donne. La gara del doppio è aperta ad ambo i sessi, ma spesso gareggiano solo gli uomini.

**ATLETI ITALIANI a SOCHI:** Dominik Fischnaller, Patrick Gruber, Christian Oberstolz, Patrick Rastner, Emanuel Rieder, Ludwig Rieder, Armin Zoeggeler, Sandra Gasparini, Sandra Robatscher, Andrea Voetter.



## SNOWBOARD di Joy e Stefania

**DEFINIZIONE:** è uno sport di scivolamento su neve, in cui si utilizza una tavola costruita a partire da un'anima di legno e provvista di lamine e soletta in materiale sintetico.  
**ORIGINE:** lo snowboard è divenuto disciplina olimpica nel 1998.

**ETIMOLOGIA:** lo snowboard deriva da due termini inglesi "snow"=neve e "board"=tavola quindi "tavola da neve".

**BREVE STORIA:** il primo snowboard è lo snurfer costruito dall'ingegnere Sherman Poppen per far divertire i figli. i figli lo "cavalcavano" trasversalmente dando così l'idea di surfisti sulla neve e così l'inventore pensò di adattare un vero surf da onda aggiungendo dei bordi metallici e di brevettare l'attrezzo col nome, appunto, di snurfer.

Durante gli anni settanta e ottanta diversi progettisti rimaneggiarono lo snurfer creando vari modelli con nomi diversi. Alcune migliorie resero gli snurfer più manovrabili, Fondamentale fu l'invenzione di Jeff Grell all'inizio anni ottanta , di uno spoiler posteriore per l'attacco, che permetteva la conduzione della tavola sulla neve ghiacciata, grazie ad un feeling e ad una risposta decisamente migliori.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** in montagna o in posti elevati in inverno perchè c'è bisogno di ghiaccio

**ATTREZZATURA:** la tavola da snowboard, detta anche semplicemente "tavola", viene oggi realizzata con materiali che consentono di modellarne la forma.

**ATLETI ITALIANI A SOCHI:** Mainhard Erlacher, Roland Fischnaller, Tommaso Leoni, Aaron March, Luca Matteotti, Christoph Mick, Emanuel Perathoner, Omar Visintin, Corinna Boccacini, Raffaella Brutto, Michela Moioli, Nadya Ochner.



## INTERVISTA A DAVIDE VISCARDI a cura della II G

Il 7 aprile è stato per la nostra classe un giorno importante. Il fratello del nostro compagno Edoardo, Davide Viscardi, è venuto a trovarci dopo aver partecipato alle Olimpiadi di Sochi. L'abbiamo aspettato con le nostre insegnanti in aula LIM e, appena entrato, l'abbiamo accolto con le immagini della sua gara olimpica.

Edoardo ci ha letto una breve presentazione di Davide:

“Davide Viscardi è nato a Milano il 21 dicembre 1990. Ha frequentato la stessa nostra scuola elementare (in Tre Castelli) con le insegnanti Paola e Patrizia che, attualmente, insegnano in III E.

Grazie a queste insegnanti, in terza elementare, ha iniziato a pattinare sul ghiaccio, dopo aver frequentato un corso con tutta la sua classe al pala ghiaccio “Agorà” di Milano.

Da allora ha sempre pattinato, partecipando a campionati regionali, nazionali ed, infine, accedendo a titolo pieno nel 2009 alla squadra nazionale di short track. Ha cominciato, così, a partecipare a coppe del mondo, mondiali e alle Olimpiadi di Sochi che si sono svolte lo scorso febbraio.

In questi anni ha conquistato titoli come campione italiano assoluto e vinto una medaglia di bronzo con la staffetta maschile 5000 metri in Quebec.

Abbiamo deciso di suddividere le nostre domande in vari aspetti che caratterizzano la vita di un atleta olimpico per cui abbiamo chiesto a Davide di raccontarci qualcosa sullo short track, aspetto della sua vita quotidiana, della vita a Sochi e le emozioni più forti che ha provato alle olimpiadi.

### DAVIDE E LO SHORT TRACK

- Lo short track è uno sport poco noto, tu come lo hai conosciuto?  
In terza elementare ho frequentato un corso all’Agorà con la mia classe e le mie maestre. L’insegnante di pattinaggio ha notato il mio talento, mi riusciva facile, e così ha chiamato i miei genitori per convincerli a farmi continuare.
- Cos’ha in particolare lo short track per appassionarti tanto?  
Da piccolo mi piaceva perché vincevo quasi sempre e mi divertivo a partecipare alle gare.
- Da quanto tempo pratici questo sport?  
Ho iniziato a otto anni, poi ho fatto una pausa di tre anni perché mi ero stufato di vivere da nomade. E’ stato grazie alla mia coach se ho ripreso e adesso insegno anche ai bambini.
- Lo short track è per te solo uno sport o una professione?  
Per me è tutte e due. E’ uno sport perché mi alleno e ci metto passione ma è anche una professione perché occupa la maggior parte del mio tempo.

### LA VITA QUOTIDIANA DI UN ATLETA OLIMPICO:

- Che studi hai fatto dopo la scuola media?  
Dopo aver fatto le medie in via Salerno ho frequentato un istituto professionale per meccanici per due anni. Poi ho cambiato per una scuola di informatica ma non mi piaceva così sono tornato a meccanica e

attualmente sto frequentando la quinta superiore.

- Come si riesce a conciliare studio e sport a livello agonistico?

C'è gente che riesce a stare a dietro sia alla scuola che allo sport ma per me è stato molto difficile.

- Come si svolge la tua giornata quando sei a Milano?

“Se sono in vacanza dormo, esco con gli amici e sto con la mia ragazza. Invece, durante la stagione sportiva, mi alleno”

- Dove ti alleni? Quante ore al giorno dedichi agli allenamenti?

“Complessivamente mi alleno 8 ore al giorno sia quando sono a Milano che quando sono in ritiro in Valle d'Aosta dove ho una casa e mi alleno con la mia squadra.

### ... QUALCHE SACRIFICIO

- Devi seguire una dieta particolare?

“In genere no. Siamo tutti magri. Se vado in palestra preferisco la bistecca di maiale mentre, durante il campionato, gli allenatori ci curano di più, facendoci mangiare carne bianca e tanti carboidrati”.

- E' difficile lasciare spesso la famiglia, gli amici e la ragazza per partecipare alle gare?

“Sì, è difficile, non vedere la ragazza, la famiglia... non sto molto vicino a loro da ben quattro anni. Negli ultimi 10 mesi ho visto la mia ragazza in tutto solo un mese e mezzo. Sia lei che i miei familiari si sono adeguati.

- Quali altri sacrifici hai dovuto affrontare per arrivare alle olimpiadi invernali? Ho sacrificato la scuola, ho 23 anni e devo sostenere

quest'anno l'esame di maturità. Se non hai il diploma non ti prendono da nessuna parte.

### LA VITA A SOCHI

- Come hai reagito quando ti hanno convocato per le Olimpiadi?

“L'ho saputo un po' male. Ci eravamo allenati in sei ma solo cinque potevano partire per Sochi. Prima che gli allenatori potessero comunicarcelo, ho saputo da internet che io sarei andato ed un mio compagno sarebbe rimasto a casa.

Comunque ero molto contento e ho pianto di gioia. I tre mesi successivi sono stati di stress.

- Com'era la tua giornata a Sochi?

“Si iniziava alle 8:00 e si andava a dormire all'una di notte! E' molto stancante. Sei pieno di impegni, sei al centro dell'attenzione e il tempo vola.

Ho dovuto fare tanti controlli e test per via della droga... dovevano verificare se qualche atleta assumesse droga o proteine (nella nostra squadra c'è stato un caso ma hanno cercato di divulgare la notizia il meno possibile)”.

- Com'era organizzato il villaggio olimpico e come si mangiava?

“C'erano 3 villaggi: il 1° e il 2° erano in montagna per gli sciatori e gli alpinisti, il 3° era vicino al mare ed era dedicato allo short track e agli altri sport sul ghiaccio. La mensa era enorme, pensavo che il cibo fosse disgustoso invece potevi trovare di tutto dal cibo asiatico al Mc Donald ed era buonissimo..... non era un albergo ma un villaggio.

I medici ci rincorrevano per non farci mangiare troppo rischiando di stare male”

- Ti è dispiaciuto non avere vicino a te i tuoi familiari a sostenerti?

“Sì, soprattutto nel periodo della gara perché quando ci sono loro corro meglio. In un certo senso, però, è andata bene anche così perché avrei avuto pochissimo tempo per stare con loro.

- Com'è il rapporto con i tuoi compagni di squadra?

“Il rapporto non è facile perché ci sono dei compagni che vanno dai 17 anni ai 33 e io per fortuna sono a metà. Abbiamo stili di vita diversi, tra noi uomini siamo in competizione mentre ci aiutiamo di più con le donne.

Io vivo a Courmayeur con altri due compagni di squadra con i quali, fortunatamente, vado abbastanza d'accordo.

- Ti sei fatto qualche nuovo amico?

Ho conosciuto molta gente nuova. Mi sono affezionato ai dottori che mi hanno fatto capire cosa vuol dire essere un vero professionista. Sono stato molto tempo con gli atleti che hanno vinto i mondiali.

- E' importante sapere la lingua inglese?

Sì, per poter parlare con le altre squadre. Molti atleti parlano correttamente la loro lingua e l'inglese. Io riesco a farmi capire e parlare con altre persone.

### ... EMOZIONI IN GARA

- Ti è spiaciuto non poter partecipare alla prima gara?

Sì, per il fatto che sono andato a Sochi perché ero ben allenato. Il ragazzo che ha gareggiato al posto mio era già stato in gare così importanti per cui l'allenatore ha deciso di far gareggiare lui

- Quando hai gareggiato, come ti sentivi prima di entrare in pista? Cosa hai fatto per concentrarti? 5 min prima che entrassi mi hanno detto che dovevo partecipare alla

gara, fanno sempre così, quando siamo partiti un po' di paura la ho provata poi ...

- A cosa pensavi e che emozioni hai provato mentre gareggiavi? Emozionato prima di partire poi troppo concentrato per provare emozioni e ricordarsele.

- Come si è comportato il pubblico? Pensi che il pubblico possa influenzare un atleta? Il pubblico influenza la performance soprattutto se sai che ci sono le persone che ti vogliono bene

- Ti sei divertito nonostante la fatica? Sì, perché si è trattati da principi per cui è facile divertirsi. C'erano sempre feste, sale giochi e cinema sempre aperti, free bar.

- Qual è l'emozione più grande che hai provato a Sochi? L'apertura quando hanno acceso la fiaccola...l'inizio dei giochi e la fine di un percorso di preparazione estenuante. C'era molta sicurezza e tensioni per paura di attentati.

- Che cosa ti sei portato a casa da questa esperienza? Un po' più di maturità ho visto dei professionisti sia atleti, manager e dottori...mi è servita per la prossima olimpiade che vorrei fare. C'è molta differenza tra olimpiadi e mondiali o altre gare soprattutto per questo sport.

Per concludere l'intervista, Davide Viscardi ci ha mostrato la sua attrezzatura, tuta, pattini, lame, affilatore per le lame, scarpe adattate al piede dell'atleta, guanti, casco. E dopo aver ascoltato questa affascinante testimonianza abbiamo lasciato il nostro atleta con un lungo applauso.



## LO SPORT NELLA NOSTRA SCUOLA

Partendo dalle parole di alcuni studenti di terza della nostra scuola vogliamo concludere il nostro viaggio raccontandovi come la nostra scuola propone lo sport...

*Clara Basso Ricci, III L : “L’attività fisica è fondamentale per lo sviluppo dei valori su cui si basa la società: spirito di gruppo, solidarietà, tolleranza e correttezza delle azioni. Attraverso lo sport si contribuisce al miglioramento quotidiano dell’equilibrio tra corpo e mente migliorando qualità quali la perseveranza e la determinazione”*

*Edoardo Manini, III A: “Lo sport, si sa fa bene alla salute, ma penso non sia l’unica motivazione per cui sia entrato a far parte del monteore scolastico. L’attività sportiva oltre ad aiutare il fisico, rinforza l’attività cerebrale, migliora i riflessi, e anche la logica. Inoltre lo sport unisce e crea un ambiente di serenità che aiuta a formare una classe più unita e rende migliore anche la nostra personalità!”*

*Alice Bisanzon III L: “Lo sport insegna ad essere leali, determinati, competitivi ad avere costanza, è anche gioco di squadra, sostegno morale ed incitamento. Le regole e l’atteggiamento sportivo sono regole di vita”*

Gli studenti della scuola secondaria Ilaria Alpi, preparati e assistiti dalle Prof.sse Beatrice Ambrosi, Barbara Bellinzaghi, Cristina Quadri e Flavia Ghiringhelli partecipano ogni anno a diverse attività sportive che come sottolineato dalle parole dei ragazzi stessi servono per fare acquisire agli alunni la consapevolezza delle proprie capacità e delle proprie caratteristiche fisiche (attitudini o limiti), ad offrire più opportunità possibili agli alunni di partecipare attivamente ad eventi sportivi, consentendo a ciascuno di valorizzare i propri



talenti e di confrontarsi con atleti di altre scuole, ad educare ad affrontare in modo equilibrato sia i successi che le deludenti sconfitte, a motivare al miglioramento delle proprie prestazioni per non “accontentarsi” di ciò che sanno fare, ad educare gli alunni al “Fair Play” nell’ambito, soprattutto dei giochi di squadra, ad educare gli alunni a rispettare le regole comportamentali in ambienti diversi dall’ambito scolastico, a loro più familiare, rendere consapevoli gli alunni dell’importanza dell’attività sportiva per mantenere un buono stato di salute e benessere.

Ecco un elenco delle attività proposte nella nostra scuola:

**Campionati Studenteschi Sud Milano** organizzati da NUOVA ATLETICA 87 comprensivi di gare di TRIATHLON, CORSA CAMPESTRE, STAFFETTA CAMPESTRE e ATLETICA LEGGERA

**Giochi sportivi studenteschi** organizzati da UFFICIO SCOLASTICO PROVINCIALE MILANO comprensivi di corsa campestre, Pallavolo femminile.

“A scuola di tiro con l’arco ” in collaborazione con il Gruppo arcieri polizia Municipale di Milano per le classi terze.

“ Il gioco del Rugby” progetto di attività per le classi seconde in collaborazione con “Rugby Cesano Boscone”.

“Progetto baseball” attività per le classi prime in collaborazione con “Baseball MGDB “

### Torneo di pallavolo misto classi terze

Giochiamo insieme al Parco Teramo una mattina di giochi sportivi tra le quinte e le

prime medie (attività di raccordo con la scuola primaria)

Queste attività si svolgono durante l'intero anno scolastico (da ottobre a maggio).

Inoltre nella nostra scuola è presente un **GRUPPO SPORTIVO SCOLASTICO** rivolto a tutti gli alunni della secondaria di primo grado con attività in preparazione alle varie gare/tornei e di avviamento alla pratica sportiva rivolto agli alunni dei tre plessi.

Ed ecco lo STAFF che gestisce tutte queste splendide attività:

Responsabile area : prof.ssa Flavia Ghiringhelli (Salerno)

Commissione sportiva: prof.ssa Cristina Quadri (Salerno, Tre Castelli, San Colombano)  
prof.ssa Beatrice Ambrosi (Tre Castelli),  
prof.ssa Barbara Bellinzaghi (San Colombano).

### IL TORNEO PALLAVOLO delle CLASSI TERZE

Il torneo di pallavolo delle classi terze dell'anno scolastico 2013/2014 si è giocato tra 9 squadre partecipanti su campo regolamentare di pallavolo, 6 contro 6.

In campo dovevano essere sempre presenti 3 MASCHI E 3 FEMMINE.

Il torneo si è svolto in due fasi:

1<sup>a</sup> fase: 3 gironi di 3 squadre. Ogni squadra ha incontrato le altre due in un set ai 25 pt.

Sono passate le prime squadre classificate di ogni girone e la miglior seconda classificata.

2<sup>a</sup> fase: 4 squadre si incontrano a 2 a 2 (vengono sorteggiate).

Finale 3<sup>o</sup>-4<sup>o</sup> posto tra le due perdenti

Finale 1<sup>o</sup>-2<sup>o</sup> posto tra le due vincenti.

Sono ammesse sostituzioni in ogni incontro (n° libero). E' possibile giocare " a giro" con una sostituzione ogni rotazione. Ogni classe può accordarsi per indossare la maglietta dello stesso colore.

Il giorno 7 Aprile 2014 si sono disputate le due finali e questi i risultati:

**VINCITRICE TORNEO : III D**

**II posto: III B,**

**III posto: III L**

**IV posto: III G**

La squadra prima classificata è stata premiata dall'atleta olimpico **Davide Viscardi** con grande emozione di tutti!!!

**A presto  
La II G**



## REDAZIONE DEL GIORNALE:

Direttore del giornale: Daniela Viganò

Vice-direttore: Maria Rita Amato

Caporedattore: Paola Prato

Corrispondenti: Flavia Ghiringhelli, Cristina Quadri, Beatrice Ambrosi, Barbara Bellinzaghi

Giornalisti tutto fare: la classe II G del tempo prolungato di Tre Castelli

### II G

Aufieri Manuel

Awoscka Humanjoy

Belguendouz Nadia

Deleo Roberta

Devercelli Laura

Di Modica Cristian

Gergis Stefano

Hu Li Yu

Karaoui Sara

Maldonado Claudia

Massimiliano Alessandro

Mion David

Monni Andrea

Munir Zulekha

Pagliuca Stefania

Perolfi Marika

Pizzuto Anna

Sanad Samwaeil

Tei Davide

Vargiu Nicole

Viscardi Edoardo

Con la partecipazione straordinaria di Davide Viscardi