

Novità // In libreria

Autor(en): **Löhrer, Dorian / Bogiani, Davide**

Objekttyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Mobile : la rivista di educazione fisica e sport**

Band (Jahr): **9 (2007)**

Heft 1

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

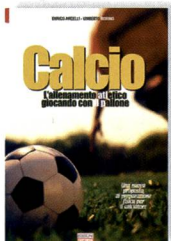
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Squassabia, C./Spiritelli, L.
Il mio sport non è il tuo. Il bambino e un'attività sportiva a propria dimensione.
Calzetti Mariucci Editori, Torgiano, 2006.

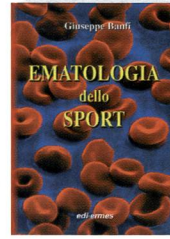
► Al centro di ogni processo d'insegnamento sportivo-educativo c'è un bambino. È il messaggio cardine sul quale poggia il testo elaborato da due docenti di educazione fisica. Cesarino Squassabia e Laura Spiritelli sono convinti che nell'insegnamento il bambino è il punto di partenza per l'organizzazione del percorso motorio da parte dell'operatore sportivo, sia esso docente, allenatore o genitore. Le scelte didattiche si basano sul vissuto corporeo dell'allievo in modo tale da issarlo al centro dell'azione educativa.

In questo manuale di facile lettura sono raccolti gli aspetti didattici, comportamentali ed etici del fanciullo, ciò che permette di avvicinare il lettore al modo di essere del bambino e ai suoi veri bisogni di crescita. In un'ottica collaborativa, il bimbo offre degli spunti interessanti all'operatore sportivo attraverso svariate domande che compongono i vari capitoli: «sai chi sono?», «chi sei tu?», «voglio imparare a...». Si tratta di un libro destinato principalmente all'insegnamento o all'allenamento dei bambini che coprono la fascia di età fra i sei e gli undici anni. I diversi tipi di carattere grafico utilizzati servono a distinguere i vari attori coinvolti: bambino (corsivo grassetto), adulto (corsivo) e tecnico (stampato). Frase dopo frase, paragrafo dopo paragrafo, capitolo dopo capitolo, il lettore inizierà a carpire i messaggi che i bambini a volte non fanno trasparire e, forse, riscoprirà pure il bambino che c'è in lui. *Doriano Löhner*



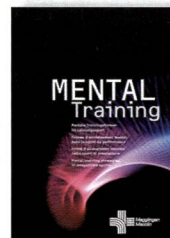
Arcelli, E.; Borino, U.
Calcio. L'allenamento atletico giocando con il pallone.
Edizioni Correre, Milano, 2004.

► Non è altro che un luogo comune, trito e ritrito. Quante volte abbiamo udito frasi del tipo: «per diventare un buon calciatore devi possedere una forma fisica inappuntabile, devi aver memorizzato perfettamente gli schemi di gioco. Un bravo giocatore è capace ad incantare il pubblico per la sua tecnica, ben affinata ed efficace». Parole, nient'altro che parole, e molto, molto pragmatismo. Quello proposto dagli autori, invece, è un approccio cartesiano al gioco del calcio. Nella prima parte, Enrico Arcelli presenta in modo prettamente scientifico e minuzioso le leggi dell'allenamento atletico, descrivendo il modello fisiologico del calciatore come punto di partenza per arrivare poi a scegliere e ad impostare in maniera adeguata le metodiche dell'allenamento. Nella seconda, Umberto Borino trasferisce su un piano concreto quanto esposto nelle pagine precedenti. Il cambio di stile è palese e l'approccio scientifico lascia spazio a schemi e a descrizioni di esercitazioni pratiche di gioco. E se lo scopo della prima parte è quello di fornire un contributo allo sviluppo delle tecniche di allenamento e alla preparazione fisica – cogliendo magari anche l'occasione per riaprire il dibattito molto sentito tra preparatori atletici, fisiologi e allenatori – nella seconda sezione vi è il chiaro intento di ricreare su un piano pratico i collegamenti tra tecnica, tattica, condizione fisica e psiche. *Davide Bogiani*



Banfi, G.
Ematologia dello sport.
Edi. Ermes, Milano, 2004.

► Ne abbiamo sentito parlare molto a partire dagli anni Novanta. Lo si potrebbe definire un compagno di avventura, ma anche un fantasma di noti ciclisti, nuotatori e maratoneti, che hanno conosciuto dapprima la gloria sportiva e poi la disfatta di se stessi. Stiamo parlando del doping e del famigerato ematocrito. Ma se da un lato è facile puntare il dito accusatore sugli sportivi, che altro non sono che vittime, seppur consapevoli, di uno spietato sistema consumistico, dall'altro che cosa ne sappiamo noi comuni mortali, di provette, provettine, ferritina, aptoglobulina e chi più ne ha più ne metta? Le risposte le fornisce l'autore di questo manualetto, Giuseppe Banfi, suddividendo il libro in due grandi capitoli: i fondamenti di ematologia dello sport e l'ematologia dello sport. Nella prima parte Banfi si addentra nella minuziosa spiegazione dei parametri leucocitari, eritrocitari e piastrinici per poi citarne i vari metodi di misurazione, utili in seguito per spiegare la fase analitica. Nella seconda parte, invece, i parametri ematologici vengono contestualizzati in riferimento agli sforzi fisici. Qual è, ad esempio, la relazione fra l'attività fisica, la risposta leucocitaria e le infezioni? Quali sono le modificazioni indotte dall'allenamento e dal soggiorno in altitudine? E ancora: quando e perché si inizia a parlare di doping? A queste e ad altre domande medici dello sport, preparatori atletici, studenti in scienze motorie, così come patologi che vogliono scoprire il mondo della medicina di laboratorio applicata allo sport troveranno una risposta esauriente. *Doriano Löhner*



UFSP
Forme di allenamento mentali nello sport di prestazione.
Macolin, 2005. Per ordinazioni, vedi la pagina di sinistra.

► Ad ogni atleta può succedere che i nervi cedano prima e durante una competizione e di essere afflitto da sintomi come tensione, difficoltà di concentrazione, demotivazione, o disturbi del sonno. Stato pre-gara, competizione, aspettative, obiettivi, fattori di disturbo, colloqui interiori e visualizzazione. Tutti questi elementi fanno parte della psicologia dello sport e sono contenuti in questo DVD, completato da un opuscolo in cui sono presentati degli esercizi di rilassamento. Questi servono per la cosiddetta psicoregolazione (ad esempio per calmarsi in una situazione di stress) e rappresentano un importante presupposto per esercitare programmi d'allenamento mentale allo scopo di ancorarli, col tempo, a livello di inconscio. La ripartizione del materiale nei diversi capitoli si basa sulle svariate esigenze che insorgono nella pratica ed in ogni sezione le nozioni teoriche sono associate alle esperienze personali degli sportivi di punta e ad indicazioni bibliografiche. Il tutto è completato da una serie di informazioni che permettono uno sguardo d'insieme sul mondo della psicologia dello sport. *Lorenza Leonardi Sacino*