Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 10 (2008)

Heft: 1

Buchbesprechung: Novità // In libreria

Autor: Bignasca, Nicola / Leonardi Salcino, Lorenza

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

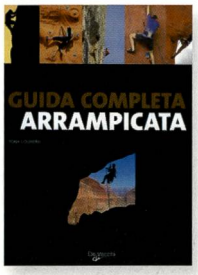
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Una partita a scacchi in verticale

▶ Che sensazione muoversi armoniosamente e leggeri sopra le rocce, con le dita che si infilano abilmente in una fenditura mentre si fa leva su appigli sicuri, risolvendo i passaggi man mano che si procede. Questo libro si propone come una guida completa a tutti i settori dell'arrampicata: classica, sportiva, su falesia, su cascate di ghiaccio, oppure in palestra, il bouldering e le competizioni. Illustra abilità e tecniche fondamentali, esaminando l'equipaggiamento necessario per la pratica di ogni disciplina, e affronta le tematiche relative alla conduzione di una cordata in montagna, con un'analisi degli aspetti fisici e psicologici, all'allenamento avanzato, alla prevenzione delle lesioni causate dalle ripetute sollecitazioni di muscoli, tendini e articolazioni, nonché alle procedure di emergenza, particolarmente utili in caso di difficoltà. L'autore, Tony Lourens, si occupa di arrampicata e alpinismo da 30 anni e ha scalato diverse vette in Sud Africa, Namibia, Kenya, Italia e Thailandia. Ha intrapreso numerosi viaggi in tutto il mondo alla ricerca di nuove zone d'arrampicata, rendendo accessibili vie sino ad allora inesplorate.



Lorenza Leonardi Sacino

› *Lourens T.:* ***Guida completa all'arrampicata.*** *Milano: De Vecchi. 2007.*

Verso un'alfabetizzazione motoria

▶ È il tema del momento e lo sarà ancora per alcuni anni: le competenze nelle scienze motorie e sportive. La raccolta di saggi a cura di Luca Eid ha il grande pregio di porre le domande giuste al momento giusto e di aver coinvolto in questa riflessione tutti gli addetti ai lavori: professori universitari, ricercatori e docenti di educazione fisica. Tutti concordano nell'evidenziare l'assoluta priorità di questo tema e il ritardo accumulato rispetto alle altre discipline scolastiche. E la questione, in effetti, è obiettivamente importante, in quanto, in ultima analisi, bisogna saper rendere conto alla società dell'utilità di una disciplina come l'educazione fisica. Quali competenze deve raggiungere un allievo al termine della scolarità e come procedere per valutarle? Il libro a cura di Eid è in grado di darci alcune dritte interessanti. E ci riferiamo, ad esempio, alla definizione data da Maurizio Bertollo a pag. 23: «si potrà definire una persona fisicamente educata chi è in grado di praticare un'attività motoria in maniera continuativa, di dosare gli sforzi, di pianificare lo sviluppo personale, di utilizzare i feedback interni ed esterni e di adattarsi a questi. La competenza investe quindi tutte le aree di sviluppo della persona: fisico-motoria, sociale, cognitiva, affettivo-emotiva, morale.» Il transfer nella pratica di questa «definizione programmatica» è affidato a tre colleghi – Giuliana Pento, Francesco Casolo e Marisa Vicini –, che illustrano in modo pragmatico e preciso le implicazioni delle competenze nei singoli livelli di insegnamento, dalla scuola dell'infanzia fino alle scuole secondarie.

Le acque si stanno muovendo, molto lentamente ma nella giusta direzione. L'Associazione di educazione fisica europea sta concludendo una ricerca volta a stabilire il profilo dello studente fisicamente educato. Nei singoli paesi vi sono iniziative simili. Questa pubblicazione è sicuramente un passo importante verso un'alfabetizzazione (literacy) motoria europea. Torneremo certamente sull'argomento. Nicola Bignasca

› *Eid, L. (a cura di):* ***Le competenze nelle scienze motorie e sportive. Verso una Literacy motoria europea.*** *Milano: FrancoAngeli, 2007.*

In mediateca

Allenamento mentale

▶ *Il mental training nello sport:* ***vincere la tensione, aumentare la concentrazione e la performance agonistica*** */ M. P. Brugnoli. Milano, Ed. red!, 2005. 159 pagine*

Aquagym

▶ *Aquagym:* ***la ginnastica in acqua*** */ R. Salina (ed.). Milano, Finson, 2004. DVD (60 min.)*

Calcio

▶ *Calcio:* ***360 esercizi e giochi per tutti: dai primi calci agli adulti*** */ C. Vanlerberghe. Ferriera di Torgiano, Calzetti-Mariucci, 2007. 215 pagine*

▶ *Storia del calcio italiano:* ***dalle origini ai giorni nostri: campioni, imprese, segreti, retroscena, misfatti*** */ G. Bacci. Milano, Armenia, 2006. 383 pagine*

Ciclismo

▶ *Ciclismo:* ***la passione della bicicletta: corsa, mountain bike, city bike, allenamento*** */ A. Bietolini. Nuova ed. Firenze, Giunti Demetra, 2007. 95 pagine*

Corsa

▶ *Il piacere della corsa:* ***manuale completo per tenersi in forma: alimentazione, abbigliamento, tecniche, allenamento. Nuova ed.*** */ C. Porciatti, G. Paoli. Firenze, Giunti Demetra, 2007. 95 pagine*

Doping

▶ ***Il doping nello sport*** */ P. P. Mennea. Grottaminarda, Delta 3, 2007. 188 pagine*

Ginnastica

▶ *Gym dolce:* ***la ginnastica per la terza età*** */ G. Marongiu. Cesena, Elika, 2007. 190 pagine*

Golf

▶ *Golf mentale:* ***tecniche, esercizi e allenamento per vincere*** */ M. Antinolo. Roma, Gremese, 2007. 142 pagine*

Judo

▶ *I fondamenti del judo:* ***il corpo e lo spazio per il grande artista del Novecento*** */ Y. Klein. Milano, Isbn, 2007. 225 pagine*

Medicina dello sport

▶ *Traumatologia dello sport:* ***clinica e terapia*** */ A. Ferrario (ed.). Milano, Ermes, 2005. 461 pagine*

Sci di fondo

▶ *L'allenamento del fondista:* ***preparazione atletica e programmi di allenamento con cenni di fisiologia e alimentazione*** */ M. Scaperrotta (ed.). Ivrea, Mulatero, 2006. 159 pagine*

Stretching

▶ *Manuale di stretching posturale:* ***test muscolari-articolari, programma motorio personalizzato*** */ G. Amigoni. Lecco, Stefanoni, 2007. 119 pagine*

Tennis

▶ *Tennis:* ***il tuo personal trainer in DVD*** */ R. Flichtbeil. Milano, Mondadori, 2007. 160 pagine*

Per saperne di più: www.mediateca-sport.ch, www.libreriadellosport.it

› *Per saperne di più:*
www.mediateca-sport.ch,
www.libreriadellosport.it

Ordinazioni / abbonamento

▸ DVD // Calcio – Fondamenti tattici

☐ membri mobileclub Fr. 22.50 (IVA inclusa) + Fr. 8.– di spese di spedizione
☐ non membri Fr. 30.– (IVA inclusa) + Fr. 8.– di spese di spedizione
L'offerta è valida sino al 29 febbraio 2008.

▸ VISTAWELL // Giocolare

Set di giocoleria per bambini dai 6 ai 9 anni:
☐ membri mobileclub Fr. 154.–, invece di Fr. 203.40 (IVA inclusa) + Fr. 9.50 di spese di spedizione
☐ non membri Fr. 169.40 (IVA inclusa) + Fr. 9.50 di spese di spedizione

Set di giocoleria per bambini dai 9 ai 12 anni:
☐ membri mobileclub Fr. 189.–, invece di Fr. 237.– (IVA inclusa) + Fr. 9.50 di spese di spedizione
☐ non membri Fr. 207.90 (IVA inclusa) + Fr. 9.50 di spese di spedizione

Fumetto «Metodo» di Mister Babache:
☐ membri e non membri del mobileclub Fr. 28.50 (IVA inclusa) + Fr. 9.50 di spese di spedizione

▸ Corso // Racchette da neve

☐ membri mobileclub Fr. 140.–
☐ non membri Fr. 170.–

▸ Abbonamento «mobile»

☐ Desidero sottoscrivere un abbonamento annuale a «mobile» e aderire al mobileclub (Svizzera: Fr. 57.– / Estero: € 46.–)
☐ Desidero sottoscrivere un abbonamento annuale a «mobile» (Svizzera: Fr. 42.– / Estero: € 36.–)
☐ Desidero un abbonamento di prova (3 numeri per Fr. 15.– / € 14.–)
☐ Sono già abbonato alla rivista «mobile» e desidero diventare membro del mobileclub (Fr. 15.– all'anno).

Cognome, Nome .....

Indirizzo .....

CAP/Località .....

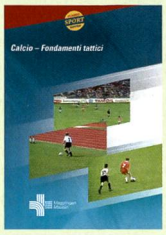
Telefono .....

E-mail .....

Data e firma .....

Da inviare per posta o per fax a:
Redazione «mobile», UFSPO, CH-2532 Macolin
Fax: +41(0)323276478
www.mobile-sport.ch

DVD // Calcio – Fondamenti tattici



▸ Un DVD, privo di commento audio, in cui sono presentati degli esempi per allenare tattiche come «lo smarcamento» e «il marcamento» nel calcio. Si tratta di uno strumento di lavoro utilissimo che consente di approfondire molti aspetti della disciplina: le tecniche e la costruzione del gioco, la ripartizione nello spazio, le situazioni di sovrannumero e di sottonumero. Tratto dalla collezione «Classic Sport Movies», questo DVD è una copia della versione originale disponibile su cassetta VHS prodotta nel 1995.
Ordinazioni: tramite il tagliando qui accanto.

VISTAWELL // Giocolare

▸ Giocolare fa bene ed è divertente. Leggete l'articolo alle pagine 26 e 27.
■ **Set di giocoleria per bambini dai 6 ai 9 anni:** 12 palline per giocolare di 110 g, 2 piatti per giocolare con bastoni, 2 Diabolo Millenium con bastoncini e fune, 6 foulard di giocoleria di colore diverso, 2 opuscoli (di 24 pagine ognuno) sui temi «palline» e «Diabolo», 1 contenitore (sacco).
■ **Set di giocolera per bambini dai 9 ai 12 anni:** 12 palline per giocolare di 130 g, 2 Diabolo Millenium con bastoncini e fune, 1 Devil Stick con bastoncini, 3 clavette SAS, 4 opuscoli (di 24 pagine ognuno) sui temi «palline», «Diabolo», «Devil Stick» e «clavette», 1 contenitore (sacco).
■ **Fumetto sulla giocoleria «La scoperta e il piacere della giocoleria – Metodo», di Mister Babache.** 80 pagine (solo in lingua francese).
Ordinazione: inviare il tagliando qui sotto alla direzione del mobileclub. Della fornitura e della fatturazione si occupa la ditta VISTAWELL SA, 2014 Bôle, tel. 032 841 42 52, fax 032 841 42 87, e-mail: office@vistawell.ch

Corso // Racchette da neve

▸ Durante questo corso verranno approfonditi e vissuti di persona i contenuti presentati nell'inserto pratico pubblicato in questo numero. Acquisirete inoltre nozioni importanti sulla tecnica e sul materiale necessario per affrontare escursioni di ogni tipo.
Data: 23 febbraio 2008
Luogo: nei dintorni di Bulle (FR)
Responsabili: Etienne Languetin, Didier Castella, Gina Kienle
Costi: per i membri del mobileclub Fr. 140.–, per i non membri Fr. 170.– (vitto e alloggio compresi). I costi supplementari (ad es. noleggio di materiale, ...) saranno fatturati a parte.
Se siete interessati: rivolgetevi al responsabile del mobileclub, Bernhard Rentsch, Alleestrasse 1, 2572 Sutz, telefono 032 342 20 60, fax 032 342 20 88, e-mail info@rebi-promotion.ch.
Una volta comunicato il vostro interesse riceverete informazioni più dettagliate. Questa prima iscrizione non vale quale iscrizione definitiva. Il numero di posti a disposizione è limitato, le iscrizioni saranno perciò prese in considerazione per ordine di arrivo.