

# Lecture

Autor(en): **Bignasca, Nicola**

Objekttyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 9

PDF erstellt am: **11.08.2024**

## **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.

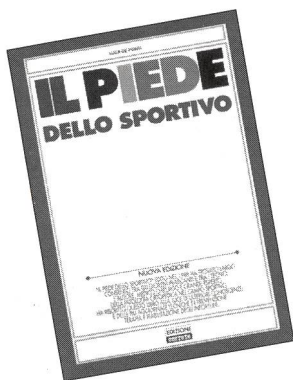
## Letture

di Nicola Bignasca

**In questa rubrica vi presentiamo le nuove acquisizioni della Biblioteca della SFSM. Ci limitiamo ai libri editi in italiano ed ottenibili in prestito gratuito per un mese.**

**Vi invitiamo ad inoltrare le richieste con l'indicazione del numero di codice della pubblicazione all'indirizzo seguente: SFSM, Mediateca, 2532 Macolin (tel. 032 276 308).**

### Il piede dello sportivo



Quanto più frequentemente si pratica un'attività sportiva, tanto più ci si accorge dell'importanza dei piedi. Che lo siano dal punto di vista tecnico, lo si sa da tempo. I piedi dello sportivo devono essere esplosivi, morbidi, sensibili e abili. Luca De Ponti ha dedicato a questa complessa «macchina», che fa da tramite tra il corpo umano e il suolo, un interessante libro nel quale descrive le caratteristiche anatomiche e funzionali del piede: la sua architettura perfetta, composta dagli archi interno, esterno ed anteriore; il suo funzionamento e, in particolare, il rapporto tra il piede e il ginocchio, tra il muscolo e il tendine, tra il piede e il rachide; le sue patologie traumatiche e non. Nella seconda parte, egli si sofferma sulle caratteristiche delle scarpe da calzare quotidianamente e durante l'attività sportiva per poi terminare con un'analisi del ruolo e della funzione del piede nella pratica delle varie discipline sportive. Consigliamo la lettura di questo libro a tutti gli sportivi.

*De Ponti L.: Il piede dello sportivo, Milano, Edizioni Correre 1994 (ESSM 06.2296)*

### Le scienze motorie

Questa pubblicazione riassume gli studi che nell'ultimo mezzo secolo hanno esaminato tutte le problematiche connesse con la psicomotricità umana. Da una loro considerazione critica, e andando oltre questi studi, l'autore perviene alla proposta di un campo specifico di ricerche: le scienze del movimento umano. Esse sono il frutto di un assemblaggio di varie discipline scientifiche che si riallacciano alla neurologia ed alla psicologia. La caratteristica fondamentale di questo approccio epistemologico è dato dal considerare il movimento umano partendo dai vissuti per spiegare le vicende corporee e dagli eventi del corpo per capire le vicende della vita soggettiva dell'individuo. Questa tematica ha un elevato valore pratico sia nella riabilitazione e nella rieducazione di soggetti con difficoltà posturali e motorie sia nella didattica dell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport.

*Mosca A.: Il ruolo delle scienze nello sviluppo degli studi sul movimento umano, Roma, Società di Stampa Sportiva 1996 (ESSM 01.1047)*

### La medicina dello sport

La medicina dello sport è una materia affascinante che studia le modificazioni del corpo umano indotte dall'esercizio fisico, dalla più semplice attività di movimento all'agonismo vero e proprio. Questa pubblicazione porta il lettore a comprendere a fondo i meccanismi dell'esercizio fisico, ad approfondire le ragioni dell'utilità del movimento svolto secondo certe regole e a capire l'importanza di un'impostazione corretta nell'avvia-



mento all'attività ludico-motoria. Questo manuale affronta sia dei temi di base della medicina sportiva come la biologia e la fisiologia che delle problematiche più inerenti all'attività sportiva vera e propria come p. es. il tema del doping, dello sport nella terza età, dello sport per disabili, ecc. Il libro è rivolto agli studenti, ai docenti di educazione fisica e a tutti coloro che praticano uno sport e desiderano conoscere meglio il proprio corpo in movimento.

*Vizzardi M.: Medicina dello sport, Milano, Raffaello Cortina Editore 1994 (ESSM 06.2281)*

### Musica e movimento

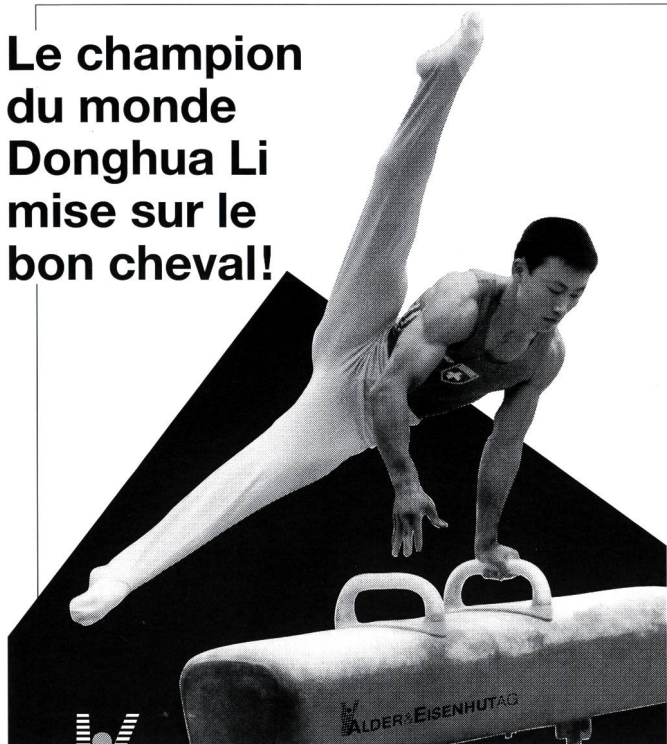
I monitori e docenti che utilizzano frequentemente la musica nelle loro lezioni di educazione fisica e sport sanno qual è l'importanza di una scelta appropriata del pezzo musicale per l'apprendimento dei movimenti.

Spesso però la scelta della musica si fa difficile anche perché richiede un investimento di tempo non indifferente. Fred Greder, uno specialista nel campo dell'impiego della musica nello sport, ha prodotto recentemente tre nuovi Compact Disk (CD) in collaborazione con la SFSM.

Il primo CD introduce in modo semplice e con esempi pratici i criteri d'accompagnamento musicale del movimento come p.es. la melodia, il metro, la battuta e il ritmo. Il secondo CD propone dei brani musicali adatti per svolgere dei giochi nei quali vengono messi in pratica i parametri musicali appresi precedentemente. Il terzo CD, infine, racchiude brani musicali caratteristici e d'atmosfera adatti per svolgere compiti di creazione e d'improvvisazione. Chi desidera acquistare uno o più CD, può riempire il tagliando di ordinazione pubblicato sulla terza pagina di copertina. ■



**Le champion  
du monde  
Donghua Li  
mise sur le  
bon cheval!**



**ALDER & EISENHUTAG**

Nous fabriquons  
pour vous:  
par ex. des engins  
de gymnastique

Fabrique d'engins  
de gymnastique et de sport

Succursale romande  
1196 Gland  
Tél. 022/364 79 40  
Fax 022/364 79 44

### **Sconto speciale per i viaggi in gruppo di Gioventù+Sport**

In treno, bus o battello ... 65% di riduzione sui prezzi normali.

Chiedete il prospetto  
presso il vostro Ufficio G+S.



### **4° corso di perfezionamento (n. 483/96 e 484/96)**

(in complemento alle giornate di Macolin)

La Scuola federale dello sport di Macolin  
organizza nuovamente  
due seminari di perfezionamento  
**dal 6 all'8 novembre 1996 in tedesco**  
**e dal 20 al 22 novembre 1996 in francese**  
(ultimo termine d'iscrizione 15 ottobre,  
rispettivamente 25 ottobre)  
destinato ai collaboratori/collaboratrici  
delle istituzioni stazionarie  
di tutta la Svizzera  
interessati al tema

### **movimento, gioco e sport**

come terapia, riabilitazione  
e organizzazione del tempo libero.

Per iscrizione e informazioni:  
Scuola federale dello sport  
2532 Macolin  
Tel. 032 27 61 11



### **Tagliando d'ordinazione**

- ... CD **Musica e movimento 1:**  
Criteri musicali per l'accompagnamento  
del movimento
- ... CD **Musica e movimento 2:**  
Giochi di movimento in musica
- ... CD **Musica e movimento 3:**  
Creazione e improvvisazione in musica

Prezzo per CD: Fr. 25.-, inclusa IVA

Nome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

NAP/Località \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Da spedire a: SFSM, Mediateca, 2532 Macolin

