Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

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

Band: 8 (2006)

Heft: 6

Buchbesprechung: Novità // In libreria

Autor: Santinelli, Lietta / Bogiani, Davide / Löhrer, Doriano

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: 02.07.2025

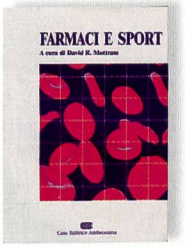
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Trapani, G.
Quale sport per mio figlio?
A ogni bambino il proprio sport per crescere sano e socializzare.
Milano, edizioni Red, 2006.

▶ In un periodo in cui la società prende coscienza dei rischi legati alla sedentarietà e all'obesità infantile, questo libro affronta l'importanza di fare attività sportiva durante l'età evolutiva a scuola, nelle associazioni sportive, ma soprattutto in famiglia.

Al di là dei benefici dell'attività fisica sulla salute e sul benessere presente (crescita armoniosa e sviluppo psicomotorio globale) e futuro (prevenzione dell'ipertensione, obesità e malattie metaboliche), l'attività fisica sotto forma di gioco prima e di sport poi, rappresenta un momento privilegiato di dialogo tra figli e genitori che consente di vivere insieme esperienze nuove, entusiasmanti e formative. Gianfranco Trapani, pediatra sensibile all'alimentazione e al movimento, si chiede quale sport svolgere in famiglia e quale consigliare ai bambini di ogni età. Affronta la questione dello sport per il bambino che ha problemi di salute, per il bambino in soprappeso, per accrescere le difese immunitarie, per l'adolescente. Ed infine, analizza le attività sportive individuali e di squadra, le loro caratteristiche, le indicazioni e le controindicazioni di ogni sport.

Questo libro, semplice e di lettura scorrevole, può essere utilizzato non solo dal genitore, ma anche dall'insegnante di educazione fisica, dal pediatra o dall'operatore sociosanitario, per consigliare al bambino lo sport migliore da praticare in funzione della sua età, dei suoi interessi e delle sue potenzialità. *Lietta Santinelli*

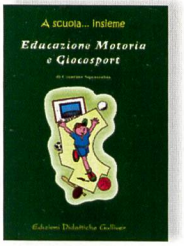


Mottram, D. R.
Farmaci e Sport.
Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2005.

▶ «Drugs in Sport» è uno dei manuali più completi ed esaurienti sul rapporto, talvolta increscioso, fra la farmacologia e lo sport. La corsa al successo sportivo ha modificato l'innesto della medicina sullo sportivo. Il farmaco non è più usato unicamente come intervento patologico per preservare la salute dell'atleta, ma spesso diventa una componente illecita per migliorare la prestazione sportiva o l'aspetto fisico.

Il curatore della versione in lingua italiana, Domenico E. Pellegrini-Giampietro, sostiene «lo scopo di questo libro è quello di illustrare il meccanismo d'azione, gli effetti desiderati e gli effetti collaterali delle principali classi farmacologiche che vengono utilizzate a scopi terapeutici o dopanti nel mondo dello sport». L'argomento è trattato sotto tutti i punti di vista e prende in considerazione anche gli aspetti storici legati all'evoluzione del doping, quelli legali nonché le strategie a cui fa capo chi si impegna nella lotta al doping. Rispetto alla versione anglofona, il manuale in lingua italiana presenta un adattamento alla realtà italiana con riferimenti a farmaci in vendita sulla penisola, alle sue leggi e ai suoi costumi. Questa edizione contiene inoltre una versione più aggiornata della Lista delle Sostanze e dei Metodi Proibiti del CIO/WADA (edizione 2004).

Un libro che si rivolge principalmente agli studenti di Scienze Motorie ma che riesce pure ad interessare, grazie alla sua schiettezza, tutti gli attori legati al processo sportivo (dirigenti, allenatori, preparatori atletici). *Doriano Löhrer*



Squassabia, C.
Educazione motoria e giocosport.
Edizioni didattiche Gulliver, Vasto, 2002.

▶ Da anni è la regola: più i bambini sono piccoli, meno preparazione e titoli si richiedono ai loro docenti. Si potrebbe dunque asserire che è più facile insegnare, per esempio, ai bambini di 7–8 anni che ai ragazzi di 12–13 anni? Sono forse richieste meno competenze e conoscenze ai docenti delle scuole materne rispetto e quelli della scuola elementare e a questi ultimi rispetto a quelli della scuola media? Sono queste alcune delle tante domande a cui l'autore del libro ha cercato una risposta. Squassabia resta assolutamente convinto che «l'educazione motoria deve letteralmente aggrapparsi alla scuola elementare, nel cui arco di tempo il bambino è particolarmente sensibile allo sviluppo motorio». Impotente di fronte alla retrograda macchina organizzativa e politica che, stando a lui, non ha mai ben capito quando e come inserire l'educazione fisica nel contesto scolastico, egli ha voluto creare uno strumento didattico per migliorare la qualità dell'insegnamento dell'educazione fisica nelle scuole elementari. Suddiviso in primo e secondo ciclo, il manuale presenta innanzitutto le tematiche delle capacità senso percettive, degli schemi motori statici, posturali e dinamici. Nelle pagine successive vengono descritte in modo esaustivo le capacità motorie, condizionali e coordinative. Il tutto corredato da esempi pratici e descrizioni di giochi facilmente applicabili alla realtà dell'insegnamento. Il lettore si troverà fra le mani non soltanto un libro di piacevole lettura, ma anche uno strumento di lavoro. *Davide Bogiani*

Bernasconi, M.
I fiumi dell'anima. In canoa alla scoperta di se stessi.
Arnoldo Mondadori Editore, Milano, 2005.

▶ Il fiume è il percorso sul quale scorrono le pagine di questo libro. Un fiume esplorato e vissuto da Maurizio Bernasconi, noto canoista italiano e profondo conoscitore degli aspetti naturalistici, sportivi e culturali legati ai corsi d'acqua. Illustrando alcune sue escursioni, Bernasconi non offre spunti sulle astuzie tecniche delle discese in kayak, bensì un approccio metaforico collegando il viaggio sul fiume al viaggio della conoscenza. «Se lo risaliamo torniamo all'origine, se lo discendiamo ci porta in vista di un mare nel quale tutti i fenomeni sono destinati a confluire.»

All'inizio degli anni Ottanta, Bernasconi trascorse circa due anni fra Nepal e India allo scopo di affrontare con la sua canoa fiumi tumultuosi. Questo viaggio gli permise di conoscere l'Oriente, di incontrare maestri, di visitare monasteri. Una raccolta di esperienze che gli consentirono di crescere come canoista ma soprattutto come uomo.

Compongono il testo svariati racconti che descrivono alcune delle discese dell'autore. Lo stile scelto non è pura narrazione, l'autore infatti include molti riferimenti ad altri autori e a maestri. Pagina dopo pagina, paragrafo dopo paragrafo, riga dopo riga, il lettore scivola piacevolmente sulle onde della disciplina sportiva, della storia, del mito e della spiritualità orientale. Se vi interessa affrontare uno dei viaggi più complessi, all'interno del vostro io, non ci resta che augurarvi... buona lettura! *Doriano Löhrer*