

In libreria

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

Objekttyp: **BookReview**

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

Band (Jahr): **11 (2009)**

Heft 6

PDF erstellt am: **01.09.2024**

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.

Esiste una cultura dello sport?

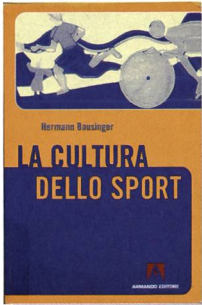
Forse la domanda non stuzzica la curiosità di ogni sportivo, ma è meno triviale di quanto si possa pensare. Solo per il ruolo centrale o costitutivo – per riprendere un termine caro all'autore – che lo sport svolge nelle istituzioni, nelle interazioni sociali e nella vita di ciascuno, non possiamo far altro che rispondere affermativamente a questa domanda. Il libro di Hermann Bausinger, il più autorevole esponente della Volkskunde tedesca, ce ne fornisce le ragioni. Il punto di partenza è l'analisi del vissuto quotidiano e delle motivazioni che muovono gli individui ad agire, per poi giungere alla funzione che lo sport svolge nel creare e rafforzare le condizioni delle identità sociali più varie, dalle appartenenze locali, alle associazioni culturali, alle organizzazioni politiche.

In questa prospettiva lo sport non è solo uno strumento manipolatorio delle masse, ma è un elemento portante su cui poggia ogni rapporto sociale: dai processi di immaginazione delle nazioni, al mercato dei beni di consumo, alla produzione economica, all'arte, alla letteratura, al gioco, alla moda, alle pratiche del corpo, al ciclo della vita e così di seguito.

Il volume è suddiviso in tre parti e segue un percorso il cui obiettivo è di perorare la coniugazione fra sport ed emancipazione umana attraverso una disanima delle dinamiche storico-sociali che hanno contraddistinto

lo sviluppo dello sport nella modernità. Il messaggio principale racchiuso in questa pubblicazione è assolutamente positivo: nonostante le devianze o le patologie che la cronaca rileva, lo sport mostra di possedere gli antidoti per continuare a fornire risorse di senso di vita e di aggregazione sociale, cioè cultura, anche e soprattutto in tempi di globalizzazione. *Nicola Bignasca*

Bausinger, H.: *La cultura dello sport*. Roma: Armando Editore 2008.



Il successo è a portata di mano

«...oggi l'aspetto psicologico incide per un buon 80% sui risultati che otteniamo nella vita e di conseguenza anche nello sport, eppure quasi sempre dedichiamo maggiore attenzione a migliorare l'aspetto meccanico, cioè il gesto atletico e tecnico, che rappresenta una piccola percentuale del risultato.» Con questa chiara e semplice frase il lettore è spinto a riflettere sulle condizioni quadro che regnano nella società attuale. Oggi non è più il talento, perché ormai gli sport sono portati all'estremo della fisicità, bensì la capacità di gestire le risorse mentali e psicologiche a fare la differenza fra successo e fallimento, fra dolore e piacere. Il libro presenta tecniche, strategie, esercizi, aneddoti e storie vere in grado di aiutare una persona ad esprimere al meglio le sue reali capacità. L'autore vuole insegnare a motivare sé stessi e le persone del proprio entourage, a capire i segreti dell'atteggiamento mentale per il successo duraturo, a formulare degli obiettivi precisi e a condizionare adeguatamente il sistema nervoso per realizzare i propri sogni. In pratica, si tratta di un manuale di istruzione per il corretto uso delle risorse personali. Sgarbi consiglia di leggere attentamente ogni pagina, con l'atteggiamento mentale

identico a quello di un bambino che scarta un regalo di Natale consapevole di trovarvi ciò che più desidera. È infatti la sensazione di anticipazione che permette a tutti, grandi e piccini, di vivere con entusiasmo e motivazione eccezionali i giorni precedenti al Natale. Non resta che provare ma «se vuoi che questo libro ti appassioni metti passione nel leggerlo».

Sgarbi, L.: *Istruzioni per vincere. Come ottenere il massimo nella vita, nel lavoro e nello sport*. Milano: Sperling & Kupfer Editori S.p.A. 2003.



In mediateca

Attività motoria

Sdringola, F.: *Auxologia e attività motoria nell'età evolutiva: esperienza e ricerca nella scuola primaria*. Ferriera di Torgiano, Calzetti-Mariucci, 2008. 87 pagine

Equitazione

Tomassi, F.: *Equitazione: un nuovo manuale di avviamento*. Ponte San Giovanni, Calzetti-Mariucci, 2005. 93 pagine

Pallavolo

Mencarelli, M.; Paolini, M.: *I ruoli nella pallavolo maschile e femminile: tecnica e didattica specifica del libero*. Ferriera di Torgiano, Calzetti-Mariucci, 2009. DVD (56 min.)

Potenziamento muscolare

Goldenberg, L.; Twist, P.: *Strength ball training: 142 esercizi di potenziamento muscolare con la swiss ball e la palla medica*. Ferriera di Torgiano, Calzetti-Mariucci, 2009. 246 pagine

Respizzi, S.; Cavallin, R.; Ferrari, V.: *L'esercizio a resistenza elastica: manuale di esercizi di riabilitazione ortopedica*. Milano, Elsevier, 2009. 88 pagine

Psicomotricità

Bellotti, G.G. (ed.): *Il corpo in cammino: l'intervento psicomotorio con la persona anziana: manuale ad uso di psicologi, medici, psicomotricisti, educatori, fisioterapisti e dottori in scienze motorie*. Milano, Ed. Unicopli, 2009. 168 pagine

Riabilitazione

Ylinen, J.: *Lo stretching: fondamenti e tecniche terapeutiche*. Milano, Elsevier, 2009. 286 pagine

Sci alpino

Pifiot, R.: *Sciare è un gioco*. Udine, Forum, 2008. 126 pagine

Stretching

Frederick, A.; Frederick, C.: *Stretch to win: allenare la flessibilità per migliorare velocità, potenza e agilità*. Ferriera di Torgiano, Calzetti-Mariucci, 2008. 231 pagine

Teamwork

Fedel, N.; Varriale, A.; Fedel, A.: *La guida del Sole 24 ore al teamwork: creare e sviluppare intelligenza collettiva*. Milano, Il sole 24 ore, 2009. 176 pagine

Triathlon

Dallam, G.M.; Steven, J.: *Triathlon da campioni: allenamento avanzato per la massima performance*. Milano, Libreria dello sport, 2009. 353 pagine

Vela

Davison, T.: *Il laser: manuale completo dalle prime uscite alle tattiche di gara*. Milano, Ulrico Hoepli ed., 2009. 119 pagine

Per saperne di più:

www.mediateca-sport.ch

www.libreriadello sport.it

Coraggio, partecipate!



**42. ENGADIN
SKIMARATHON**

Data: 14 marzo 2010
Tracciato: Maloja – Zuoz / S-chanf
Distanza: 42 km

ENGADIN SKIMARATHON

3. Halbmarathon

Data: 14 marzo 2010
Tracciato: Maloja – Pontresina
Distanza: 21 km

I nati nel 1994 / 1995 possono
partecipare gratuitamente!

ENGADIN SKIMARATHON

11. Frauenlauf

Data: 7 marzo 2010
Tracciato: Samedan – S-chanf
Distanza: 17 km

Convinci due amiche a partecipare
e tu partecipi gratuitamente!

Informazioni & registrazione:
www.engadin-skimarathon.ch, Tel. +41 (0)81 850 55 55



KURS für Sportlerbetreuung

Basisausbildung für kompetente Sportlerbetreuung

THEMEN:

- Sportmassage
- Stretching
- Doping
- Taping
- Sportverletzungen
- Sporternährung

Leitung: Jack Eugster, Masseur
des Schweizer Eishockey -
verbandes mit seinem Team

Kursort: Sport- und Fitnesscenter
Schumacher in Dübendorf

Kosten: Fr. 390.--inkl.
Mittagessen (Sie erhalten Material
im Wert von Fr. 200.--)

Dauer: 2 Tage jeweils Sa/So

Anmeldungen: Jack Eugster
Postfach 2176
8600 Dübendorf 2

oder E-Mail: jack@medcoach.ch

oder Natel: 079 211 61 18

INTERNET www.medcoach.ch

KURSDATEN 2010

- 23./24. Jan. 10
- 17./18. April 10
- 12./13. Juni 10



● ● ● ●
Scuola Universitaria Professionale Bernese
**Scuola universitaria federale
dello sport di Macolin SUFSM**

Corso di master in Sport di punta 2010-2012



La SUFSM lancia nel settembre del 2010 il secondo corso «Master of Science SUFSM in Sports con approfondimenti nello sport di punta» – un'offerta formativa unica in Svizzera. La formazione – interdisciplinare e basata sulla pratica – apre interessanti prospettive professionali nel campo dello sport di punta o in settori affini.

Condizioni d'ammissione

- Titolo di bachelor in sport o scienze motorie.
- La pratica sportiva ad alto livello costituisce titolo preferenziale.
- L'insegnamento è previsto in tedesco ed in francese.

Scadenza per le iscrizioni

31 marzo 2010

Inizio del ciclo di studi

20 settembre 2010

Durata

- 3 semestri a tempo pieno.
- Possibilità di suddividere la frequenza in periodi più lunghi.

Informazioni ed iscrizioni

Ufficio federale
dello sport UFSP
Scuola universitaria federale
dello sport di Macolin SUFSM
Segreteria cicli di studio
2532 Macolin
tel. +41 (0)32 327 64 70
office.ehsm@baspo.admin.ch

www.sufsm.ch

UFSP
2532 Macolin



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP