Letture

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

Objekttyp: **BookReview**

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

Band (Jahr): **55 (1998)**

Heft 1

PDF erstellt am: **04.06.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

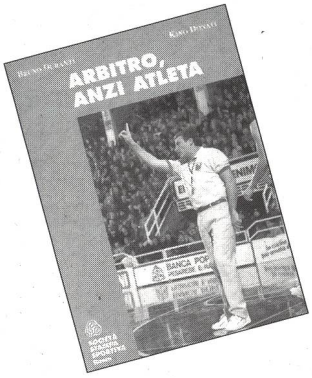
http://www.e-periodica.ch

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. 032 327 63 08).

Arbitro, anzi atleta



L'arbitro assume un ruolo di primo piano nelle attività sportive di tipo agonistico. È pertanto importante che anch'egli si sottoponga ad una preparazione fisica come un atleta di qualsiasi disciplina sportiva. Quest'opera presenta i differenti aspetti della preparazione dell'arbitro: i test principali di valutazione delle capacità motorie, i principi di biomeccanica elementare, le metodiche di allenamento della forza e della resistenza, i concetti generali di teoria dell'allenamento, i principali traumi e i principi di alimentazione. La pubblicazione si rivolge in particolar modo agli arbitri di pallacanestro. Ciò nonostante, anche gli arbitri di altri giochi di squadra (p. es. calcio, hockey) vi trovano interessanti spunti per la loro preparazione atletica.

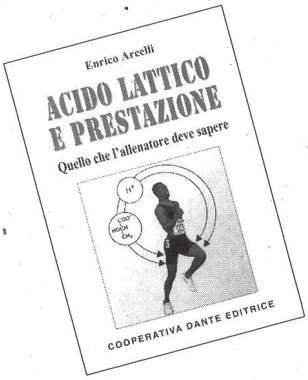
Duranti B., Donati K.: Arbitro, anzi atleta. Società di Stampa Sportiva, Roma 1997 (ESSM 70.3032).

Traumatologia dello sport

La traumatologia dello sport comprende tutte le affezioni causate dalla pratica sportiva, sia che si tratti di traumi dopo un unico incidente (p. es. distorsione, ...) sia di origine microtraumatica, in seguito a sforzi o sollecitazioni inconsuete (p. es. tendinite, ...). Quest'opera descrive in modo sistematico per ognuna delle patologie classificate per regione, i principali segni funzionali, i differenti elementi dell'esame clinico, insistendo sulla ricerca di test ed esami complementari. Le indicazioni e i momenti di impiego dei procedimenti terapeutici vengono richiamati con molta precisione.
Presentato come un atlante, con schemi chiari e precisi, il manuale consente un apprendimento rapido e pratico dei procedimenti diagnostici e delle strategie terapeutiche da intraprendere con lo sportivo traumatizzato. È diretto essenzialmente ai medici ed ai fisioterapisti sportivi nonché ai docenti, allenatori e monitori che desiderano approfondire le loro conoscenze nel campo della traumatologia dello sport.

Danowski R., Chanussot J.C.: Traumatologia dello sport, Masson, Milano 1994 (ESSM 06.2289).

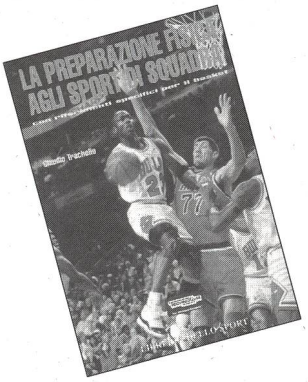
Acido lattico e prestazione



Negli ultimi anni i rapporti fra gli studiosi che si occupano di ricerca nello sport e i tecnici sportivi sono diventati più stretti. In questo scritto sul lattato, l'autore si prefissa di aiutare il tecnico a interpretare il linguaggio dei ricercatori e a capire alcune delle informazioni che emergono dalle pubblicazioni scientifiche. Nella prima parte, vengono descritte le principali caratteristiche del meccanismo lattacido, che interviene, in misura maggiore o minore, in tutte le prove di corsa del programma olimpico, dai 100 m fino alla maratona. Nella seconda parte vengono proposti alcuni modelli di meccanismo lattacido; infine, con l'aiuto fondamentale di alcuni tecnici italiani dell'atletica leggera e di altri sport, si tenta di dare un'interpretazione di come i diversi mezzi di allenamento possono agire sulle varie strutture dell'organismo e di come essi determinano quei cambiamenti funzionali che sono la premessa per i miglioramenti della prestazione.

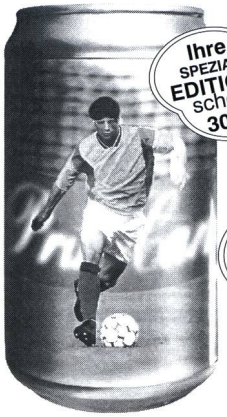
Arcelli E.: Acido lattico e prestazione. Quello che l'allenatore deve sapere. Cooperativa Dante Editrice, Vigevano 1995 (ESSM 06.2379).

La preparazione fisica agli sport di squadra



Tutti i giochi di squadra comportano l'esecuzione di gesti tecnici che richiedono uno sviluppo sufficiente delle capacità fisiche. Questo volume ha come scopo quello di presentare, a livello pratico, l'evoluzione delle capacità maggiormente interessate e di descrivere le modalità attraverso le quali è possibile migliorarle nelle diverse fascie di età. Questo obiettivo può essere raggiunto mediante lo sviluppo di tre aspetti allenanti che sono fra loro interdipendenti ed inscindibili nella programmazione: la preparazione tecnica, quella fisica e quella psicologica. Il libro si rivolge così a tutti i monitori e agli allenatori che svolgono un'attività nell'ambito dei giochi di squadra.

Trachelio C.: La preparazione fisica agli sport di squadra. Libreria dello sport, Milano 1997 (ESSM 70.3033). ■



printCan

GESTALTEN SIE IHRE EIGENE GETRÄNKE DOSE !
REALISEZ VOUS-MEME VOTRE PROPRE DOSE DE BOISSON !
REALIZZA LA SUA PROPRIA BEVANDA IN LATTINA !

Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf !
Jouez avec votre Fantasie !
Gioca con la sua Fantasia e lascia la andare !

printCan
Schweizersbildstrasse 19 CH-8207 Schaffhausen Switzerland
Tel. +41 52 643 14 14 Fax +41 52 643 14 22

Geschmaksrichtungen:
- BIER - COLA
- ENERGYDRINK

33 cl

Sconto speciale per i viaggi in gruppo di Gioventù+Sport

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

L'Ufficio cantonale G+S e la SFSM sono a vostra disposizione per ulteriori informazioni.

FFS

Foto: Hugo Rust

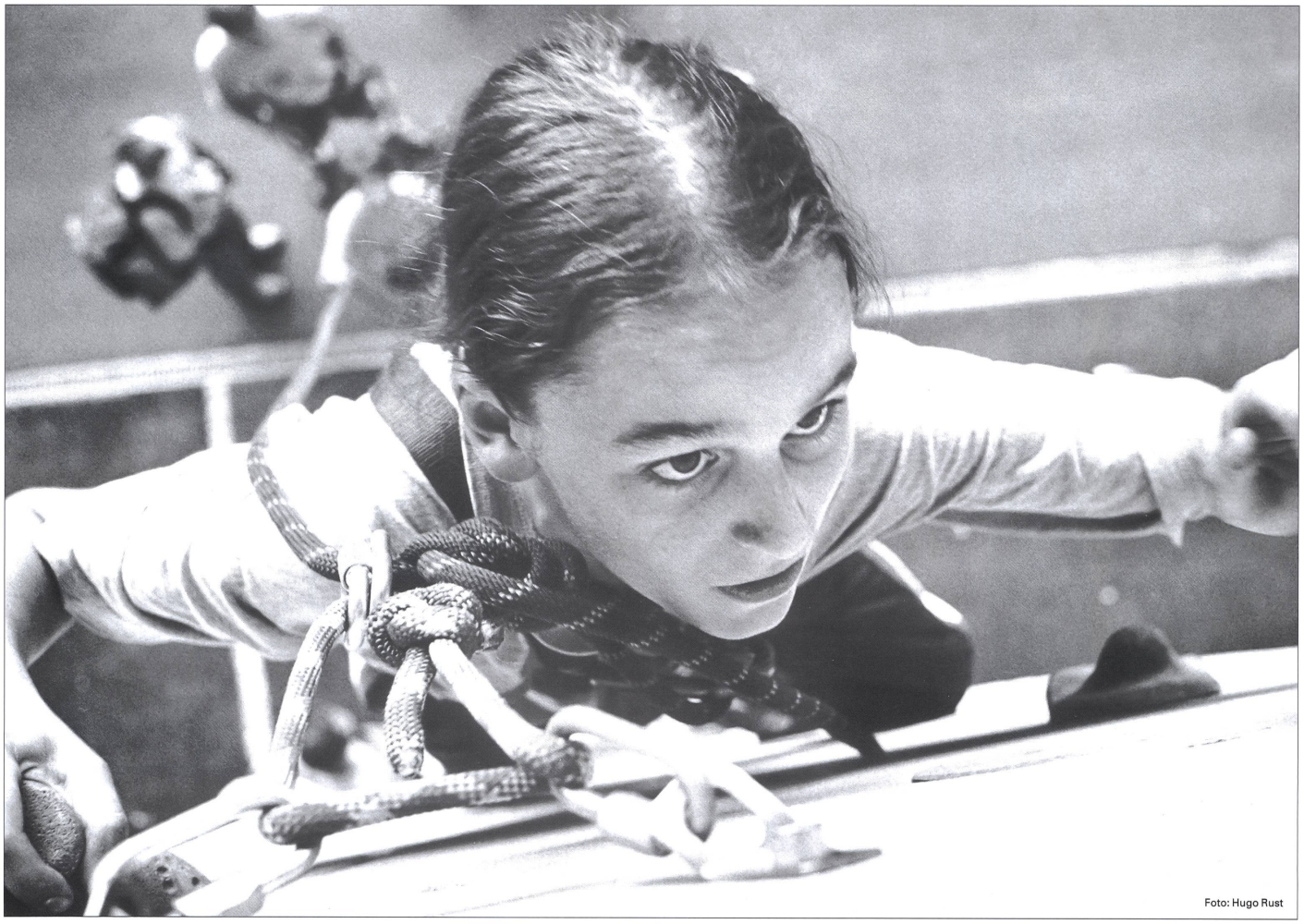


Foto: Hugo Rust