

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

**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin

**Band:** 53 (1996)

**Heft:** 9

**Buchbesprechung:** Letture

**Autor:** Bignasca, Nicola

**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:** 15.01.2026

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

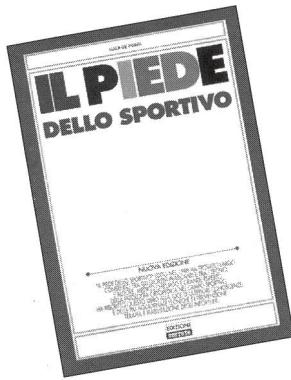
# Letture

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. 032 276 308).**

## 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 (ES-  
SM 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

