

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 2 (2000)
Heft: 1

Inhaltsverzeichnis

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: 11.02.2026

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

Insegnamento ed allenamento

Rappresentazione mentale del movimento

Preludio

- 4 «Non esiste esecuzione del movimento qualitativamente migliore della sua rappresentazione mentale!»

Focus

- 6 La rappresentazione del movimento, sala di comando per il miglioramento della qualità *Erik Golowin, Arturo Hotz*

Spunti

- 11 Come integrare la rappresentazione mentale nel processo di apprendimento?
- 12 La preparazione ideale alle gare *Fabian Lüthy*
- 14 Acquisire l'equilibrio interiore grazie ai taiji *Erik Golowin*
- 16 L'uso di immagini mentali nelle lezioni di educazione fisica. Alla scoperta del metodo di Eric Franklin *Nicola Bignasca*

Finale

- 23 «Un gioiello del nostro essere!» *Arturo Hotz*

Sport e cultura

La pubblicità nello sport

Opinioni

- 40 Il patto col diavolo *Patrick Pfister*
- 45 Fra ammirazione, sopportazione e critica *Ralf Turttschi*

Intervista

- 42 Lo «star system» si è appropriato dello sport *Nicole Buchser*

Costume

- 48 Sport e pubblicità: istruzioni per l'uso! *Patrick Pfister*

Rubriche

Novità bibliografiche

- 26 Letto per voi
- 27 Freschi di stampa
- 37 Rassegna stampa

Eseguire in modo elegante e perfetto un movimento impegnativo dal punto di vista della tecnica è indispensabile per chi pratica il pattinaggio artistico, ma anche per altri sportivi. Per riuscirci sono necessarie parecchie ore di allenamento sul ghiaccio ed una minuziosa preparazione mentale che contribuisce a guidare il movimento in modo consapevole e mirato.

Il responsabile dell'edizione:
Erik Golowin
Foto: Daniel Käsermann

Forum

- 28 Con occhio critico
- 28 La vignetta
- 29 Carta bianca

Aggiornamento

- 31 Corsi di perfezionamento

Taccuino

- 33 Ginnastica e atletica su Internet
- 33 Assemblea dei docenti di educazione fisica ticinesi

ASEF

- 34 Omaggio dell'AOS a Rose-Marie Repond
- 34 Conferenza dei presidenti cantonali. Specchio dei tempi
- 34 Comitato centrale: Michael Grünert...

UFSPPO

- 35 Revisione parziale dell'ordinanza
- 35 «L'educazione fisica scolastica deve dimostrare di saper raggiungere i suoi obiettivi»
- 35 Finiti i tempi della pinza e della carta di controllo?

AOS

- 36 Incontro degli allenatori a Macolin. Un appuntamento riuscito! *Arturo Hotz*

G+S 2000

- 38 Alla ricerca di uno sport a misura di giovani

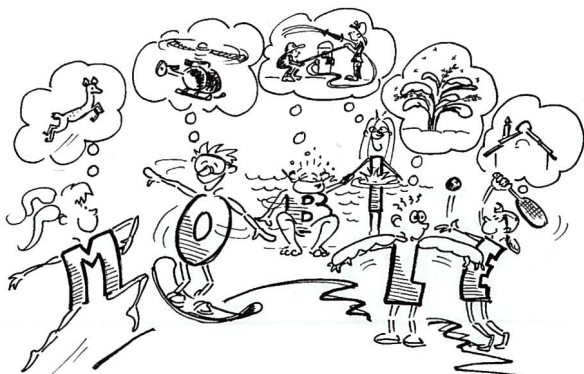
Vetrina

- 49 «Gli sportivi bevono Rivella»
- 50 Un accenno al prossimo numero
- 50 Cerca e trova
- 50 Impressum
- 51 mobileclub

Inserto pratico

«Prova ad immaginarti...»

Willy Brunner, Domenic Dannenberger, Georges Hefti, Barbara Mägerli, Marcel K. Meier, Urs Rüdüsühli, Martin Rytz, Pierre-André Weber, Martin Wyss



«mobile» festeggia il suo primo compleanno «offrendo» ai suoi lettori un pallone multiuso a condizioni molto vantaggiose. Gli interessati leggano a pag. 51.

Care lettrici, cari lettori,

In questi giorni «mobile», la rivista di educazione fisica e sport, festeggia il suo primo compleanno. Una ricorrenza simbolica ma non per questo meno importante, che ci offre l'occasione per volgere uno sguardo retrospettivo (e critico!) sul primo anno di pubblicazioni e per tracciare la via che «mobile» si appresta a seguire in futuro.

Preannunciato con largo anticipo, l'avvento della nuova rivista era molto atteso. E, infatti, l'uscita dei primi numeri non è passata inosservata e non ha lasciato nessuno indifferente. Le reazioni hanno assunto svariate connotazioni – dalla sorpresa all'entusiasmo fino all'irritazione – rispecchiando l'eterogeneità del pubblico a cui «mobile» si rivolge. E come poteva andare diversamente – mi direte voi – se si considera il fatto che «mobile» ha rappresentato di per sé una novità di una certa rilevanza, sostituendo due periodici – MACOLIN e «Educazione fisica nella scuola» – che per decenni hanno funto da importante punto di riferimento dell'editoria sportiva specializzata.

Ma le reazioni, che hanno accompagnato l'uscita dei primi numeri, sono certamente da ricollegare anche alla linea editoriale del nuovo periodico. Nel suo primo anno di vita, «mobile» ha proposto sei numeri molto diversi tra di loro sia per i temi trattati che per il modo di affrontarli: a fascicoli dedicati a tematiche con una forte impronta pedagogica e didattica – partnership (1/99), arti marziali (2/99) e allenamento integrato (3/99) – abbiamo affiancato un numero dedicato al corpo in tutte le sue sfaccettature (4/99) e due edizioni sull'insegnamento dell'educazione fisica

«mobile» ha saputo sorprendere i suoi lettori

(5/99) e sulla rete sportiva locale (6/99) con un accento rivolto alla politica della formazione nell'ambito dell'educazione fisica e dello sport.

Negli ultimi mesi, la redazione ha analizzato e valutato ogni genere di reazione, commento, suggerimento pervenuti. Presentiamo, qui di seguito, in veloce carrellata, le critiche, positive e negative, più ricorrenti: l'inserto pratico è molto apprezzato; alcuni articoli di fondo, pubblicati nella rubrica «Focus» sono giudicati troppo difficili sia per il contenuto che per la lingua; in generale, gli articoli pubblicati nella rubrica «Spunti» dovrebbero riferirsi maggiormente alla pratica dell'educazione fisica e dello sport; molto apprezzate sono le rubriche dedicate alle novità bibliografiche e ai corsi di aggiornamento, nonché i contributi pubblicati nella sezione «sport e cultura».

È evidente che la redazione si sforzerà di trarre i giusti insegnamenti da questi suggerimenti. A questo proposito abbiamo il piacere di annunciarvi una primizia che entra in vigore già a partire da questa edizione: il numero di pagine dell'inserto pratico sale da otto a dodici. Un segno tangibile che dimostra come la redazione intenda migliorare continuamente i servizi al suo pubblico.

Vi auguriamo una buona e fruttuosa lettura.

Nicola Bignasca