

**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

**Buchbesprechung:** Novità bibliografiche

**Autor:** Ciccozzi, Gianlorenzo

#### **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>**

## Letto per voi

Schede di Gianlorenzo Ciccozzi

### Come educare attraverso lo sport

**A** leggere l'introduzione, si ha un po' l'impressione di essere capitati nel bel mezzo di un messaggio criptato, destinato ad una cerchia più o meno ristretta di addetti ai lavori che, utilizzando un linguaggio settoriale, cercano di estrapolare problematiche... eccetera. Apprendiamo così, ad esempio, che «il Centro Sportivo Italiano (CSI) ... si trova ad affrontare la sfida della nuova progettualità associativa. Sul piano delle attività sportive si tratta, in definitiva, di abbandonare progressivamente la logica che ha guidato il CSI per circa vent'anni, da quando cioè, alla metà degli anni settanta, fu elaborato il progetto dell'Itinerario sportivo-educativo, proposta flessibile ma unica



per tutta l'Associazione.» Nonostante le difficoltà iniziali, il libro si fa leggere e risulta senza dubbio interessante. Dopo aver spiegato cosa è la progettazione educativa, l'autore passa a parlare dell'obiettivo, del compito, del metodo educativi e della valutazione formativa. Completa il tutto un'appendice dedicata alla metodologia della ricerca.

**Pollo, M.:** Appunti sulla progettazione educativa. Roma: Centro sportivo italiano editore, 1996. **03.2729**

### Manuale pratico per la lotta al doping

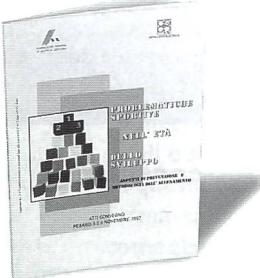
**I**l doping è una piaga dello sport sia antico sia moderno. Oggi, esso sempre più viene attuato attraverso l'utilizzo di sostanze proibite e di metodi illeciti, assai spesso rilevabili con difficoltà o addirittura non rilevabili con gli attuali controlli antidoping.» Partendo da questa affermazione, riportata all'inizio del libro, le autorità sportive italiane continuano la loro opera per combattere il fenomeno a tutti i livelli. Il libro intende essere un manuale per consentire l'applicazione nella pratica dei principi della campagna «Io non rischio la salute!». Partiamo con il decalogo informativo per l'atleta, una breve descrizione dei soggetti coinvolti nel processo: l'atleta stesso, la commissione



antidoping del Coni, il medico, il funzionario del Coni, il rappresentante FSN-DA, il laboratorio di analisi, per arrivare poi agli aspetti organizzativi per le analisi cosiddette di primo e di secondo livello. Consigli utili per eseguire controlli: luoghi, tempi, attrezzature, criteri di scelta degli atleti da controllare, ecc.

**AA.VV.:** Campagna nazionale CONI-FSN di prevenzione. Disposizioni per l'attuazione della campagna e manuale organizzativo. Roma: Coni, Scuola dello sport, 1998. **06.2480**

### «Sport e pedagogia, le stazioni di una passione»



**N**onostante la foto di copertina, che riproduce una squadra giovanile di calcio, e il titolo, il libro affronta le tematiche legate allo sport (non solo giovanile), in modo globale ed attento. Una rapida carrellata su tutta una serie di fenomeni sportivi (e no), dalla drammatica situazione delle ginnaste, «schive» del sistema e dello sport che praticano sin da giovanissime, alla logica illogica del tifo e dei tifosi, ai profondi

aspetti psicologici del goal. Un libro scritto da chi lo sport lo ama davvero, pur consci di limiti ed esagerazioni. Un libro che si legge tutto d'un fiato, affascinato da uno stile davvero avvincente. Parlando dei piccoli rituali dello sport, ad esempio ci si chiede: «Insensatezze? Forse. Ma non è insensato anche mettersi in mutande per correre dietro a una palla per novanta minuti? O scagliare un giavellotto senza colpire un uccello o un coniglio?»

**Mantegazza, R.:** Con la maglia numero sette. Le potenzialità educative dello sport nell'adolescenza. Milano: Unicopli, 1999.

**03.2721**



### Interessanti annotazioni di medicina dello sport

**U**na settantina di pagine senza fronzoli, che vanno subito al vivo della questione, presentando diversi argomenti di medicina dello sport, dagli aspetti normali e patologici della cartilagine di accrescimento alle osteocondrosi/osteochondriti dell'arto superiore, alla patologia del rachide, alle affezioni degli arti inferiori nell'adolescenza, agli aspetti della valutazione funzionale ed attitudinale nei giovani. Un libro tecnico, quindi, ma molto inter-

essante, visto che tratta argomenti attualissimi per chi lavora con i giovani. In particolare potrebbe risultare utile nella pratica il capitolo finale dedicato alla valutazione funzionale in età evolutiva, corredata da numerose tabelle.

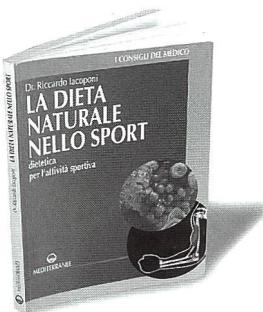
**Bruscoli, R.; Bruscoli, P.; D'Amico, G.; Gennari, R.:** Problematiche sportive nell'età dello sviluppo. Atti del convegno Pesaro 5-6 novembre 1997. Roma, Centro studi e ricerche FIDAL, 1997. **06.2486**

### La giusta alimentazione per tutti

**I**l principio su cui l'autore – biologo specializzato in analisi chimico cliniche e microbiologiche – basa la sua teoria è abbastanza semplice. «Superando il sistema classico della dietologia che prevede il preciso calcolo delle calorie totali da assegnare al soggetto nella giornata...» ha provato a sperimentare soluzioni più vicine alle esigenze del singolo atleta. Ne è risultata una cosiddetta dieta naturale, vicina per quanto possibile a quella già praticata dall'individuo, cui introduce soltanto le variazioni indispensabili risultando più gradita e di più facile attuazione. Il volumetto è completato da un

glossario che, dall'acetone alla vitamine, passando per ipotonica e sideremia, illustra alcuni dei termini scientifici più diffusi. One-stamente, dando una rapida scorsa allo stesso, ho avuto l'impressione che l'autore lo abbia utilizzato anche per citare in rapida carrellata tutta una serie di persone a lui più o meno vicine, come il relatore della sua tesi di laurea o altri nomi più o meno noti.

*Iacoponi, R.: La dieta naturale nello sport. Dietetica per l'attività sportiva. Roma, Edizioni Mediterranee, 1999. 06.2477*



## Escursioni più facili

Cosa ci fa un manuale di sopravvivenza fra le pagine di una rivista di educazione fisica e sport? E davvero sensato pubblicare una recensione sull'argomento? Si perché, al di là del titolo enfatico e del pathos cui di tanto in tanto l'autore (americano) si abbandona, si tratta di un accurato libriccino contenente numerosi consigli utili per chiunque intenda organizzare un'attività all'aperto, anche nel bosco dietro casa. Una specie di manuale delle giovani

marmotte, quindi, da utilizzare con ragionevolezza, lasciando perdere magari le parti meno adatte al nostro pubblico mirato (sempre molto giovane). È poco probabile ad esempio (almeno speriamo per voi) che un giorno capiti di usare i consigli del capitolo «Sopravvivenza in mare» dove si raccomanda fra l'altro: «se andate alla deriva nell'oceano freddo, dovete mangerne asciutti e stare al caldo», ma senz'altro utili sono le indicazioni contenute nei vari capitoli, ad esempio su acqua, fuoco, cibo, ripari, corde e nodi, pronto soccorso, segnalazioni e naviga-

zione, ripari nella neve. Più innocuo (e interessante) di quello che potrebbe sembrare dalla copertina.

*Darman, P.: Manuale di sopravvivenza. Come sopravvivere in situazioni estreme. Roma, Edizioni Mediterranee, 1999. 74.1025*

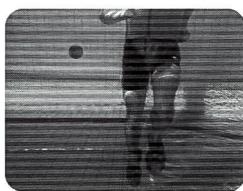


## Immagini

### Ginnastica in acqua per le articolazioni

**Aqua-Fit** è un programma di movimenti che si svolge in acqua, è costituito da componenti diverse e combinato con l'allenamento di resistenza della ginnastica in acqua, la cosiddetta «Deep Water Running». La videocassetta è adatta a chiunque voglia inserire nel proprio programma di fitness o di allenamento anche l'elemento acqua, ma anche a chi soffre di peso eccessivo e vuole fare qualcosa per la salute.

*Ryffel, M.; Wirz, J.: Aqua-Fit con Markus Ryffel e il dott. Thomas Wessinghage. Macolin, SFSM produzione AV, 1997, 3 ME, 13'57", VHS, a colori. ESSM V 78.297*



I libri presentati in questa rubrica possono essere acquistati in libreria oppure si possono ottenere in prestito per un mese presso la mediateca dell'UFSPO. Si prega di indicare il numero in neretto.

Tel. 032/327 63 08; fax 032/327 64 08; e-mail: [biblio@baspo.admin.ch](mailto:biblio@baspo.admin.ch) Le videocassette possono essere acquistate o richieste in prestito gratuito (per una durata da 3 a 5 giorni) presso la mediateca dell'UFSPO, telefono 032/327 63 62. Le riservazioni sono possibili unicamente il mattino.

Alcune lettrici e lettori hanno espresso il desiderio di trovare in questa rubrica anche dei riferimenti bibliografici in lingua francese. Eccoli accontentati!

### Aerobica

*Brick, L.: Aérobic. 42 exercices et programmes. Paris, Vigot, 1999. 173 pages. 72.1447*

### Atletica leggera

*Verda, S. (ed.): Temi di consultazione. Note dal R.T.I. per le gare di atletica leggera. Ed. aggiornata. Roma, Fidal, 1998. 447 pagine. 73.717*

### Ciclismo

*Neri, M.; Bargossi, A. M.: Alimentazione e ciclismo. Gli alimenti, il calcolo della dieta, la ricerca del peso ideale e gli integratori per consentire la massima prestazione. Cesena, Elika, 1997. 142 pagine. Lit. 28.000. 75.551*

### Medicina dello sport

*Baker Jr., C. L.; Flandry, F.; Henderson, J. M.: The Hughston Clinic. Manuale pratico di medicina dello sport. Roma, Verduci, 1997. 396 pagine. Lit. 50.000. 06.2484*

### Snowboard

*Angeli, M.; Codeluppi, P.; Martignoni, S.; Nerva, J.; Rota, L.: Snowboard. L'historique, la technique, les plus beaux parcours. Paris, Nathan, 1999. 128 pages. 77.1045*

### Sport di combattimento

*Maltese, M.: Close combat. Combattimento corpo a corpo. Le migliori tecniche di corpo a corpo tratte dal Silat, dal Kali, dal Jeet Kune Do e dalle arti marziali israeliane. Roma, Mediterranee, 1999. 155 pagine. Lit. 28.000. 76.681*

*Messina, G.: Savate: la boxe francese. Roma, Mediterranee, 1999. 154 pagine. Lit. 28.000. 76.680*

### Storia dello sport

*Galluzzo, A. C.: Il Fiorentino. Vita e opere del Marchese Luigi Ridolfi. Roma, Società Stampa Sportiva, 1999. 262 pagine. Lit. 28.000. 09.517*

### Stretching

*Geoffroy, C.: Guide des étirements du sportif. Quand? Quoi? Comment? Cumières (Marne), C. Geoffroy, 1999. 192 pages. 72.1448*

### Tennis

*Delgery, J.-M.; Vol, F.: Tennis. Tome 4: L'entraînement. Caluire, Les Editions du plaisancier, 1999. 264 pages. 71.2607*