

**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:** 2

## 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**

Motivazione

**Preludio**

- 4 «In te deve sbocciare la passione che intendi trasmettere agli altri!»  
*(Sant'Agostino, 354 - 430)*

**Focus**

- 6 Alla ricerca dei moventi del movimento Erik Golowin, Walter Mengisen

**Spunti**

- 8 L'essere umano è motivato per sua propria natura  
10 Docenti e monitrici, ma soprattutto personalità!  
*Hans Ulrich Mutti*  
12 Quando non si crede nei propri mezzi e la fiducia in sé stessi svanisce... Nicola Bignasca  
14 Specchio delle mie brame Roland Gautschi  
16 Come dare il meglio di sé  
18 Quando disciplina fa rima con motivazione!  
*Nicola Bignasca*  
20 Voglia di successi o missione pedagogica?  
*Gianlorenzo Ciccozzi*  
22 La voglia di superare sé stessi Roland Gautschi

**Finale**

- 23 Alla ricerca del senso della motivazione Arturo Hotz

**Documentazione**

- 24 La motivazione nei libri Nicola Bignasca

**Sport e cultura**

Abusi sessuali nello sport

**Osservatorio**

- 39 Finalmente se ne parla Gianlorenzo Ciccozzi  
42 Codice di comportamento: La società sportiva XY s'impegna a...  
43 «Già da un po' ho una strana sensazione...»

**Opinioni**

- 41 L'abuso sessuale inizia nella testa... anche la prevenzione! Urs Hofmann  
49 Bisogna fare qualcosa! Horst Buchholz

**Intervista**

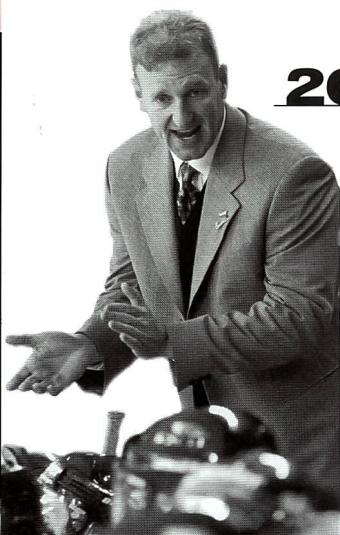
- 45 «Ciascuno deve assumersi le sue responsabilità!» Bernhard Rentsch

**Ricerca**

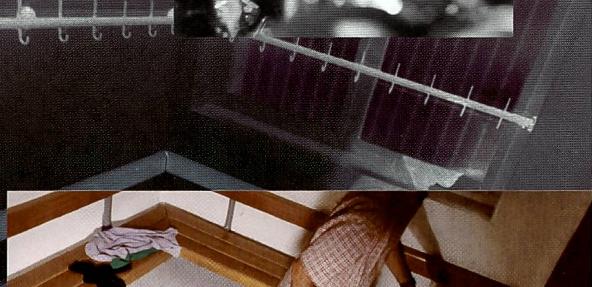
- 46 Lo sport non è un mondo idilliaco Janina Sakobielski



8



20



46



Un viso di bambina pieno di gioia e concentrazione. L'attività sportiva è sfida e motivazione nel contemporaneo. La volontà di ottenere una prestazione e le emozioni che ne conseguono sono facilmente riscontrabili. In poche parole: motivazione in movimento!

I responsabili dell'edizione:  
Erik Golowin e  
Walter Mengisen  
Foto: Daniel Käsermann

**Rubriche****Novità bibliografiche**

- 25 Le nostre edizioni  
 26 Letto per voi  
 27 Freschi di stampa / Immagini

**Forum**

- 28 Con occhio critico  
 28 La vignetta  
 29 Carta bianca

**Aggiornamento**

- 31 Corsi di aggiornamento

**ASEF**

- 32 Assemblea ASEG a San Gallo  
 32 Trent'anni di corsi a Davos  
 32 Comitato Centrale:  
 Christiane Dini e Thomas Egloff

**G+S 2000**

- 34 Alla scoperta del coach G+S Max Stierlin

**G+S**

- 36 Partecipazione in costante aumento Eveline Nyffenegger

**UFSPO**

- 37 Heinz Keller presenta la nuova politica dello sport  
*Barbara Meier*

**Taccuino**

- 38 Alla scoperta di libri su Internet Gianlorenzo Ciccozzi

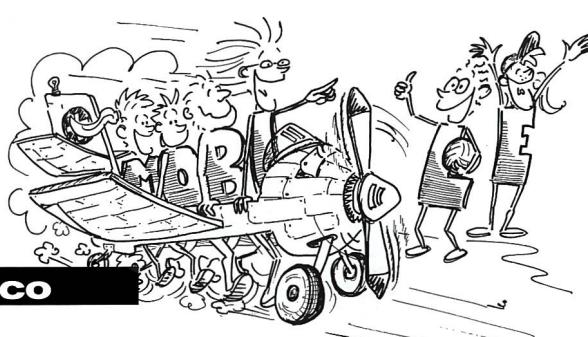
**Vetrina**

- 50 DUL-X per mantenersi mobili  
 50 Un accenno al prossimo numero  
 50 Cerca e trova  
 50 Impressum  
 51 mobileclub

**Inserto pratico**

Un riscaldamento che motiva:  
 «Chi bon incomincia...»

Heinz Arnold, Ernst Banzer, Michel Chervet, Georges Hefti, Pierre Joseph, Marcel K. Meier, Heinz Walder, Rolf Weber



Care lettrici,  
 cari lettori,



I numero di «mobile», la rivista di educazione fisica e sport, che vi apprestate a sfogliare, affronta una tematica che non esitiamo a considerare come il nocciolo attorno al quale ruotano tutte le nostre attività, sia nello sport che in altri campi della nostra vita. «Senza moventi, nessun movimento» è la massima che ben si presta per inquadrare la questione centrale dibattuta nella rubrica «Insegnamento e allenamento», nella quale abbiamo voluto focalizzare l'attenzione sui meccanismi e sui processi che influiscono sulla motivazione nell'insegnamento dell'educazione fisica e dello sport.

La motivazione è il motore di ogni nostra azione, e ciò vale sia per gli sportivi di ogni età e li-

**«Senza moventi, nessun movimento.»**

vello che per tutti coloro i quali esercitano un'attività di insegnamento nel campo dell'educazione fisica scolastica e dello sport societario. La motivazione figura sicuramente ai primi posti delle preoccupazioni di docenti, monitori e allenatori. Per certi versi, si potrebbe ipotizzare persino la presenza di un «mito della motivazione». La domanda centrale che molti di voi si saranno già posti svariate volte è: «Fino a che punto si può motivare se stessi e gli altri alla pratica di una attività sportiva?»

Noi siamo convinti che, in ultima analisi, la capacità di motivare se stessi e gli altri presuppona la presenza di una «scintilla», che gli psicologi definiscono «motivazione intrinseca» e che nel linguaggio popolare viene chiamata «passione» o, usando un termine in via di estinzione, «vocazione». Se questa «fiamma» arde in ognuno di noi, i problemi di motivazione risultano meno insormontabili di quello che si può immaginare. In altre parole, se c'è la passione per la propria attività di docente e monitore, si tratta soprattutto di incanalarla su binari giusti. E questo è proprio l'intento degli articoli pubblicati nella rubrica «Insegnamento e allenamento», che si prefissano di sfatare alcuni miti legati alla motivazione e di proporre a lettrici e lettori alcuni impulsi che dovrebbero permettere loro di migliorare le proprie competenze nella gestione, organizzazione e svolgimento della loro attività d'insegnamento.

Nella rubrica «Sport e cultura» riprendiamo a grande richiesta il tema degli abusi sessuali nello sport. Ci siamo sforzati di proporre un'informazione corretta ed esaustiva, ponendoci soprattutto dalla parte delle (potenziali) vittime, giovani sportive e sportivi, per le quali un comportamento eticamente inqualificabile di adulti con compiti educativi può comportare danni irreparabili fra cui la perdita definitiva della loro passione per la pratica di un'attività sportiva.

Nicola Bignasca