

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 7 (2005)
Heft: 3

Rubrik: Vetrina

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: 06.02.2026

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

upi

Per divertirsi in sicurezza in acqua

In acqua e nelle immediate vicinanze ci sono mille modi per giocare, nuotare, bagnarsi, spruzzarsi, immergersi... Spesso i rischi vengono sottovalutati e in molti posti manca un controllo o una qualunque installazione di sicurezza. Dopo gli incidenti della circolazione, l'annegamento è al secondo posto fra le cause di morte dei bambini fra 0 e 16 anni. Vale quindi la pena di prestare un'attenzione particolare in questo ambito.

L'Ufficio per la prevenzione degli infortuni upi offre tutta una serie di documentazioni che affrontano il tema della sicurezza in acqua:

- prospetto informativo «Non solo acqua» allegato a questo numero di «mobile» (n. di ordinazione 0104);
- Safety Tool «Balneazione», fogli didattici e fogli di lavoro (n. di ordinazione 0102);
- piscine coperte e scoperte, raccomandazioni per la progettazione, la costruzione e l'esercizio (n. di ordinazione 9805);
- acque artificiali e minori: consigli per la sicurezza (n. di ordinazione 0402).

Nei fogli di lavoro per la promozione della sicurezza a scuola, i cosiddetti Safety Tool, gli allievi imparano ad esempio i presupposti per una balneazione senza rischi in acque non sorvegliate. Sapere come comportarsi e conoscere i possibili pericoli sono ad esempio elementi indispensabili per divertirsi senza pericoli.

Le molte richieste di consulenza pervenute all'upi negli ultimi anni a proposito di impianti per gli sport aquatici ci hanno spinti ad elaborare una documentazione in questo ambito. Effettivamente il numero di impianti da risanare è attualmente elevato. Molti non sono più conformi, allo stato attuale della tecnica o alle esigenze di sicurezza.

Le documentazioni riportate possono essere ordinate gratuitamente (indicando il numero di ordinazione) su internet al sito www.upi.ch o scaricate direttamente.

anteprima

Adolescenza

I teenager sono una «clientela» quantomeno vivace sia per i docenti di educazione fisica che per gli allenatori. Spesso ci si chiede quali contenuti siano adatti per la lezione o l'allenamento e quali carichi di lavoro utilizzare quando i giovani attraversano le fasi della pubertà e dell'adolescenza. Nel prossimo numero presentiamo un dossier che vorrebbe fra l'altro contribuire a chiarire determinati aspetti. Il periodo del cambiamento ha effetti anche sulla psiche e richiede a docenti ed allenatori un certo tatto psicologico e molta comprensione. Un articolo è pertanto dedicato ai principali aspetti dello sviluppo psicologico dei giovani, altri argomenti trattati sono il problema del «Drop-Out», ovvero dell'abbandono dell'attività sportiva, ed il fenomeno del rifiuto dello sport scolastico.

Nel 1994 l'età minima per partecipare a G+S è stata abbassata da dodici a dieci anni, una decisione che ha consentito di avvicinare allo sport ancora più giovani. Grazie ai risultati di uno studio recente si possono trarre per la prima volta dati differenziati in merito alle preferenze nel campo dello sport dei giovani fra i 10 ed i 20 anni. Sappiamo ad esempio che il 60 per cento degli intervistati hanno partecipato almeno una volta ad un'attività G+S.

Un inserto pratico si trasforma in quaderno dello sport per i giovani, l'altro, dedicato al tchoukball, è interessante anche per chi teenager non lo è ormai più.

Il numero 4/05 esce all'inizio di agosto.

Museo Olimpico

Alle radici dello sport

Nell'ambito delle esposizioni temporanee, il Museo Olimpico di Losanna propone di scoprire le radici dello sport con questa mostra «Aux Racines du Sport», dal 26 maggio 2005 al 31 marzo 2006. L'esposizione propone l'esplorazione dei diversi patrimoni dello sport, al di là degli anelli olimpici. Un viaggio alla scoperta del significato di taluni gesti che prima ancora di essere considerati come sportivi, avevano o hanno ancora una valenza culturale, rituale o politica, o di altri ancora legati alla sopravvivenza stessa.

Luogo dell'esposizione: Quay d'Ouchy 1, 1001 Losanna

Per maggiori informazioni consultare il sito www.olympic.org

Medicina dello sport

Incoraggiare la ricerca

La Società svizzera di medicina dello sport (SSSMS) organizza ogni due anni un concorso aperto a tutti i medici ed universitari allo scopo di incoraggiare lo studio dei problemi medici collegati alla pratica dello sport. I temi della ricerca riguardano diversi ambiti come la psicologia dello sport, la diagnostica della prestazione, l'alimentazione sportiva, il doping, la prevenzione degli infortuni o il trattamento delle lesioni dovute alla pratica dell'attività fisica. Il premio è dotato di 10 000 franchi.

Per contatti: segreteria SSSMS, CP, 3000 Berna. Tel.: 031 333 02 54

Alimentazione

La piramide alimentare rivista

Ognuno conosce la classica piramide alimentare, che illustra i cardini di un'alimentazione sana ed equilibrata. Elaborata dall'allora Associazione svizzera di alimentazione (cui è successa la Società svizzera di nutrizione SSN), sulla base di un documento americano, la piramide è stata attualizzata alla luce delle più recenti scoperte scientifiche e grazie alla sua flessibilità lascia ampio margine per accontentare i gusti di ognuno. Per seguire da vicino l'evoluzione scientifica nel campo della nutrizione è stato costituito un gruppo di esperti che attualizzeranno continuamente la piramide. «mobile» presenterà in uno dei prossimi numeri i cambiamenti principali ed i loro influssi nel campo dello sport.

Un grazie di cuore ai nostri partner:

rivella

BIOKOSMA
NATURAL COSMETICS

VISTA
WELLNESS

Rivella garantisce un'ultima pagina sempre attraente e presenta offerte nel mobileclub.

Biokosma organizza corsi di massaggio per i membri del mobileclub.

VISTA Wellness propone interessanti prodotti ai membri del mobileclub.

Der Schweizer Lernmedien- und Bildungsverlag

Bestellungen:
DLS Lehrmittel AG
Speerstrasse 18
CH-9500 Wil
Fon 071 929 50 31
Fax 071 929 50 39
E-Mail dls@tbwil.ch

h.e.p. verlag ag
Brunngasse 36
Postfach
3000 Bern 7
Fon 031 318 31 33
Fax 031 318 31 35
info@hep-verlag.ch



Bruno Bettoli, Andrej Motyl, Beppo Odermatt

Fitness- und Spielkiste
Rezeptkarten für den Sportunterricht auf
allen Stufen

1. Auflage 2004, 180 einseitig bedruckte, faltbare Karten,
A5 in Ordner
CHF 48.– / Euro 32.–, ISBN 3-03905-125-3

Der Ordner «Fitness- und Spielkiste» ist ein Lehr- und Lernmittel mit 180 Arbeitskarten zur umfassenden Förderung von Fitness und Spiel in der Halle, im Freien und im Wasser.

Mehr Informationen: www.hep-verlag.ch

Scuola per sportivi



Aiutiamo i nostri allievi sulla via del successo!

- Liceo sportivo
- Scuola commerciale sportiva
- Decimo anno sport
- Ottava e nona classe sport

Interessato? Visiti il nostro sito internet www.feusi.ch o ci contatti per una consulenza personalizzata.

swiss olympic
private partner school

feusi

Scuola per sportivi
Alpeneggstrasse 1, 3012 Berna
Telefono 031 308 33 80
e-mail sportschule@feusi.ch
www.feusi.ch

Didier Cuche

il mezzo
PIÙ sicuro...
per tornare
al SUCCESSO!

www.alpinasport.ch

Casco:

ALPINA Hurricane, Technologie Inmold

Occiali:

ALPINA Twist Zero

con inclinazione regolabile

Scarpe:

DMT Ultimax RSX


ALPINA
EYEWEAR & HELMETS

Alpina Optik + Sport AG, CH-8123 Ebmatingen
info@alpinasport.ch



Che colore ha la tua sete?