

**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:** 4

**Buchbesprechung:** Novità bibliografiche

**Autor:** Bogiani, Davide / 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:** 05.02.2026

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

Davide Bogiani (DB), Gianlorenzo Ciccozzi (cic)

## Educare alla salute



Come combattere il problema della sedentarietà e inculcare uno stile di vita attivo ai nostri giovani? E come educare i nostri allievi al movimento? A queste due domande che fanno da filo conduttore al volume, gli autori rispondono che il complesso problema del benessere e della salute lo si deve affrontare in termini prevalentemente educativi. Ad affermarlo sono anche i più autorevoli organismi internazionali che si occupano di sanità, convinti

che «occorre stimolare comportamenti attivi nei confronti della salute piuttosto che limitarsi alla sola informazione». Un compito, questo, di cui dovrebbe occuparsi anche la scuola, offrendo un suo specifico contributo nello sviluppo di progetti di educazione al movimento inserite all'interno dei programmi di educazione fisica e di scienze.

Dopo una prima parte dedicata alla minuziosa descrizione dei concetti di corpo come strumento di salute, agli aspetti epidemiologici dell'attività motoria in età evolutiva nonché alla descrizione dei vantaggi medici e scientifici dell'attività fisica, il libro nella seconda parte sviluppa una serie di percorsi operativi di educazione motoria, importanti anche dal punto di vista sanitario e che riguardano la postura, l'abitudine al movimento, il disagio e la relazione, la disabilità e potenzialità i cui rispettivi obiettivi sono coniugati nel curriculum dalla scuola dell'infanzia fino alla scuola superiore.

Indirizzato agli insegnanti, educatori e genitori, la lettura e l'uso pratico del manuale è facilitato mediante schede numerate e una grafica semplice e allo stesso tempo ricca di illustrazioni e iconografie. (DB)

**Castelli, L.; Pellai, A.; Rocca, G.; Vicini, M.:** *Mi muovo, sto bene. Benessere movimento e sport dalla scuola dell'infanzia alla superiore.* Milano, Stampa Tipomona, 2004.

## Adatto a tutti e valido per tutti



Un libro di oltre 450 pagine, questo «Biomeccanica degli esercizi fisici», che affronta in modo schematico e completo tutti gli aspetti legati al movimento ed all'allenamento. Finalmente (vien fatto di dire), la persona interessata ma non esperta, il profano che cerca informazioni di facile comprensione, il monitore G+S che vuole approfondire ad un livello ancora accessibile alcune informazioni di base, trovano un punto di riferimento in grado

di esaudire tutti i loro desideri. In una prima parte si passano in rassegna il movimento, la scienza del movimento, la biomeccanica, sia muscolare che della colonna vertebrale, gli aspetti teorici dell'allenamento e le grandi linee delle singole sedute d'allenamento. Dopo queste prime pagine introduttive (e sono oltre 150) si passa alla descrizione dei singoli esercizi, suddivisi per fasce muscolari. Anche qui la trattazione non lascia nulla al caso: introduzione, cenni anatomici e funzionali, aspetti posturali, precedono la spiegazione delle decine di esercizi. Il tutto corredato da disegni chiari e di piacevolissima fattura. Un libro da non perdere.

Un piccolo appunto mi sia consentito per quel che attiene al linguaggio utilizzato, a volte avventuroso e sul filo di cresta fra grammatica e libera interpretazione della stessa, quasi che l'autore volesse autocelebrarsi con frasi più complicate del necessario... Un esempio? «Nella classificazione della forza, così come per numerosi altri tipi di capacità e fenomeni, esistono in letteratura infiniti modi di classificazione: le terminologie se pur differenti e copiose devono però risultare chiare ed univoche nei contenuti. Esistono tre tipi di forza muscolare...». (cic)

**Stecchi, A.:** *Biomeccanica degli esercizi fisici. Dalla preparazione atletica sportiva al fitness.* Erika editrice. Cesena, 2004.

## Dall'educazione fisica alle scienze motorie



Con la riforma del sistema di istruzione e di formazione varata in Italia nel 2003, anche la collaudata espressione «educazione fisica e sportiva» ha lasciato spazio ad una terminologia nuova, quella di «scienze motorie e sportive». Aldilà di questa nuova etichettatura, il provvedimento intende valorizzare il corpo e il movimento ludico e sportivo non come qualcosa di aggiuntivo all'educazione di tutti i cittadini italiani, bensì come una dimensione

che ha una propria natura e sostanza. Ci troviamo di fronte ad un nuovo e rielaborato concetto di sport, una sorta di «seconda riforma» che per molti versi segue le orme segnate dal rivoluzionario pedagogista francese (ma discendente da una famiglia aristocratica di origine italiana) Pierre de Coubertin, che a fine ottocento sottolineò «l'importanza dello sport e dell'educazione fisica nella formazione del carattere».

Articolato in tre parti, il volume ripercorre innanzitutto la storia e il significato dell'educazione fisica dal 1859 fino ai nostri giorni; in seguito vengono esposti i nuovi strumenti professionali tracciati dalla riforma ed infine proposte alcune piste operative di lavoro.

Con un linguaggio semplice, ma allo stesso tempo con assoluta attendibilità e miscellanea di argomenti storici e sociali, il libro è particolarmente consigliato agli studenti delle Facoltà di scienze motorie. (DB)

**Bertagna, G.:** *Scuola in movimento. La pedagogia e la didattica delle scienze motorie e sportive tra riforma della scuola e dell'università.* Milano, Stampa Tipomona, 2004.

## L'educazione fisica in Europa



Esiste una relazione tra la pratica sportiva e il processo educativo dei giovani? Quali sono i Paesi dell'Unione europea che riconoscono nello sport un valore formativo? E ancora: in Europa il diritto al movimento nella scuola viene sancito per tutti gli studenti allo stesso modo? Queste alcune delle domande poste dal curatore del volumetto, Pasquale Coccia, insegnante di educazione fisica e giornalista sportivo.

Il quadro panoramico che ne risulta alla luce delle statistiche pubblicate nel 2004, l'Anno europeo dell'educazione fisica attraverso lo sport, evidenziano forti discrepanze tra le varie nazioni. Innanzitutto viene sottolineata la differenza del numero di ore di educazione fisica svolte nelle diverse scuole del nostro continente. È perlomeno curioso, ad esempio, il fatto che gli alunni francesi, tedeschi e austriaci al termine dell'obbligatorietà scolastica abbiano un monte ore superiore di ben quattro volte a quello degli italiani. Non solo: alcuni Paesi, come la Finlandia, Danimarca, Italia, Malta e Norvegia prevedono l'introduzione dell'educazione fisica nell'ordinamento scolastico solo a partire dai 7-11 anni. Ne esce, dunque, un quadro di uno sport scolastico a due velocità che consente agli studenti di alcuni Paesi di usufruire dell'esperienza motoria nella sua globalità e ad altri invece di concludere l'iter scolastico con un bagaglio motorio ridotto. Insomma, una discriminazione inspiegabile all'interno di un'«Europa unita», i cui governi ancora oggi sono presi nel mirino dagli insegnanti per le non sempre ideali condizioni di lavoro. (DB)

**Coccia, P.:** *Educazione fisica e sport nelle scuole d'Europa.* Milano, Stampa Carabà, 2004.