

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 9 (2007)
Heft: 5

Buchbesprechung: Novità // In libreria

Autor: Bignasca, Nicola / Leonardi Sacino, Lorenza

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>

L'efficienza fisica in età evolutiva

► È una buona guida che in alcune parti si trasforma in uno sferzante pamphlet. Un plusvalore per una pubblicazione che va ben oltre il semplice manuale. Il capitolo 2 dovrebbe essere adottato come dispensa obbligatoria in ogni corso di formazione per docenti di educazione fisica ed allenatori dello sport giovanile. Esso propone una definizione chiara e precisa dei termini più inflazionati e che nell'uso comune vengono spesso utilizzati come sinonimi. Agli autori riesce un esercizio di pensiero notevole, attraverso il quale propongono una definizione di efficienza fisica riferita sia alla salute che alla prestazione. E il problema delle conoscenze, della formazione e degli scambi culturali nell'educazione fisica sta molto a cuore agli autori che denunciano la mancanza di scambio di informazioni tra i professionisti del movimento. Essi riconoscono gli sforzi intrapresi dalla Confederazione delle Associazioni provinciali dei Diplomati Isef e dei laureati in scienze motorie, ma minimi sono i progressi in fatto di divulgazione della cultura dell'efficienza fisica. È sintomatico il fatto che anche gli autori denunciano i limiti delle indicazioni ministeriali nell'ambito dell'educazione fisica aggiungendo come l'iniziativa ricada spesso sulle spalle dei docenti di educazione fisica stessi che ad esempio recentemente si sono impegnati a completare i programmi ministeriali con una serie di articoli pubblicati nella rivista «mobile». Ma il loro margine di intervento resta sempre limitato se si considera il fatto che i laureati in scienze motorie non vengono coinvolti nell'insegnamento dell'educazione fisica nelle scuole primarie e in altre strutture e programmi di prevenzione della salute. Oltre a queste considerazioni di «politica dell'educazione fisica», questa guida propone dei modelli di attività fisica per arginare il problema della sedentarietà e dell'obesità giovanile, completati da applicazioni pratiche da proporre nell'insegnamento dell'educazione fisica. Nicola Bignasca



► Bazzano, C., Bellocchi M., Faigenbaum, A. D.: *Sedentarietà ed obesità giovanile: nuovi problemi sociali – possibili soluzioni*. Forgiano: Calzetti-Mariucci Editore 2007.

Piccoli sub in azione

► Una pedagogista e un subacqueo hanno pubblicato due manuali completi di DVD didattico che – stando a quanto asserisce nella presentazione dell'opera il prof. Claudio Ugo Matteoli, presidente della FIPSAS – sono candidati a diventare un riferimento obbligato per tutti coloro che operano nell'insegnamento dell'immersione ai bambini o che intendono farlo, ma anche per gli istruttori di tutte le altre specialità legate alla moderna immersione subacquea. Presentate sotto forma di racconto per l'infanzia puntellato di domande e di quiz per stimolare l'interesse e la curiosità dei piccoli lettori, le due guide di miniapnea e di miniara spiegano in modo chiaro, diretto e cronologico tutti i passi da compiere per entrare in confidenza con l'acqua, imparare la giusta tecnica dei vari stili di nuoto, conoscere l'attrezzatura da sub, la fauna e la flora presenti nel mare e le regole da seguire prima, durante e dopo le immersioni per evitare di incappare in brutte sorprese. Tutta la materia è vista attraverso gli occhi dei bambini, perché «in campo acquatico, lavorare col bambino insegna a lavorare con l'adulto!». Per realizzare i manuali, i due autori, i coniugi Ada Goia e Guido Merson, hanno radunato le loro esperienze ultradecennali di didattica minisub, sia della loro associazione sia di molte altre federazioni. Lorenza Leonardi Sacino



► A. e G. Merson: *Le avventure di un minisub. Corso di miniapnea e corso di miniara*. Imola. Editrice La Mandragora, 2004.

In mediateca

Allenamento

- *Esercizi di base per allenare la mobilità, la velocità e la coordinazione*. Firenze, G. D'Anna, 2007. DVD (82 min.)
- D.A. Chu: *Il libro della pliometria: 100 esercizi per sviluppare forza e potenza*. Roma, Mediterranee, 2007. 181 pagine

Calcio

- W. Bragagnolo, M. Gaburro, P. Romagnoli: *Dentro il gioco: nuove proposte metodologiche per l'allenamento del calciatore: comportamenti e gestualità*. Ponte San Giovanni, Calzetti-Mariucci, 2004. 292 pagine

Doping

- M. Ghizzo: *Doping: offside: 120 pagine, o poco più, a uso dei praticanti di attività sportive (e non solo)*. Milano, Zelig, 2005. 127 pagine

Educazione motoria

- C. Squassabia, L. Spiritelli: *Il mio sport... non è il tuo: il bambino e un'attività sportiva a propria dimensione*. Forgiano, Calzetti-Mariucci, 2006. 141 pagine
- G. Pento: *Metodologia e didattica delle attività motorie*. Padova, Coop. Libraria Editrice Università di Padova, 2007. 139 pagine

Educazione fisica

- P. Coccia: *Educazione fisica e sport nelle scuole d'Europa*. Milano, Carabà, 2004. 64 pagine

Hockey su ghiaccio

- Z. Závodsk: *Hockey su ghiaccio: storia e regole del gioco*. Milano, Greenice, 2006. 199 pagine

Nuoto

- A. Tasselli, N. Barbieri: *In acqua dolce o salata: attività motorie e ludico-sportive oltre la palestra*. Firenze, G. D'Anna, 2004. 144 pagine

Sport per i bambini

- G. Trapani: *Quale sport per mio figlio?: a ogni bambino il proprio sport per crescere sano e socializzare*. Milano, Ed. Red, 2006. 110 pagine

Tennis

- *Corso di tennis: il tennis per tutti*. Milano, Finson, 2005. DVD (50 min.)

Teoria del movimento

- M. Missaglia: *Motricità: manuale di scienze motorie e sportive per la scuola secondaria di 2° grado*. Napoli, Loffredo, 2006. 440 pagine

Volleyball

- G. Re: *Didattica del minivolley*. Ponte San Giovanni, Calzetti-Mariucci, 2005. 93 pagine

► *Per saperne di più:*
www.mediateca-sport.ch,
www.libriadiellosport.it