Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 12 (2010)

Heft: 4

Vorwort: Editoriale

Autor: Bignasca, Nicola

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: 10.12.2025

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

mobile

«mobile» (anno 12, 2010) è nata dalla fusione delle riviste «Macolin» (1944) e «Educazione fisica nella scuola» (1890)

Editori: Ufficio federale dello sport UFSPO rappresentato dal suo direttore, Matthias Remund, Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola, rappresentata dal suo presidente, Ruedi Schmid

Coeditore: L'upi – Ufficio prevenzione infortuni è il nostro partner per tutte le questioni inerenti la sicurezza nello sport.

Indirizzo: «mobile», UFSPO, 2532 Macolin, Tel.: +41 (0)32 327 64 18, fax: +41 (0)32 327 64 78, E-mail: mobile@baspo.admin.ch, www.mobilesport.ch

Redazione: Francesco Di Potenza, Pot (caporedattore, edizione tedesca), Raphael Donzel, RDo (vice-caporedattore, edizione francese), Nicola Bignasca, NB (edizione italiana), Lorenza Leonardi Sacino, LLe (edizione italiana), Daniel Käsermann, dk (redazione fotografica), Ueli Känzig (foto)

Grafica e impaginazione: Franziska Hofer, Monique Marzo

Traduzioni: Lorenza Leonardi Sacino, Nicola Bignasca, Daniele Mariani

Stampa: Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Tel.: +41 (0)71 272 77 77, fax: +41 (0)71 272 75 86

Riproduzione: Gli articoli, le foto e le illustrazioni pubblicati su «mobile» sono soggetti al diritto d'autore e non possono essere riprodotti o copiati, in tutto o in parte, senza autorizzazione da parte della redazione. La redazione declina ogni responsabilità per i testi e le fotografie inviati senza esplicita richiesta.

Abbonamenti/Cambiamenti di indirizzo: Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Tel.: +41 (0)71 272 72 36, Fax: +41 (0)71 272 75 86, E-mail: mobileabo@swissprinters.ch

Prezzo di vendita: Abbonamento annuale (6 numeri): Fr. 42.– (Svizzera), € 36.– (estero)
Numeri arretrati: Fr. 10.–/€ 7.– (spese di spedizione escluse).

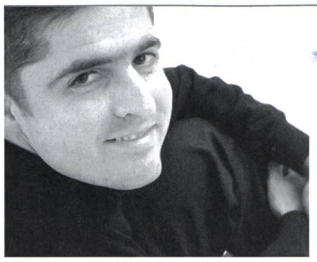
Annunci pubblicitari: Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11, 8824 Schönenberg, Tel.: +41 (0)44 788 25 78 Fax: +41 (0)44 788 25 79

Tiratura (REMP)
Edizione in italiano: 2217 esemplari
Edizione in tedesco: 9250 esemplari
Edizione in francese: 2247 esemplari
ISSN 1422-7894

Foto di copertina: Daniel Käsermann

Login www.mobilesport.ch:
User: mobile4
Password: &mobile4qa

www.ufspo.ch
www.svss.ch



Care lettrici, cari lettori

era l'anello mancante di un ingranaggio quasi perfetto, che troncava la promozione delle attività fisiche e sportive per un lasso di tempo troppo lungo. Alludiamo allo sport per adulti che ora grazie al nuovo programma «esa», promosso dall'Ufficio federale dello sport di Macolin (UFSPO), viene rivalutato colmando una grande lacuna e creando le condizioni necessarie per portare a termine con successo un intento lodevole: sostenere le attività fisiche e sportive dai cinque anni in su o, per usare un'immagine più concreta, dalla culla alla bara.

Ma cosa significa «esa»? È un acronimo multilingue tipico di una nazione multilingue e riunisce le tre parole «Erwachsene», «sport», «adulto». Esso raggruppa i maggiori programmi di promozione gestiti da una vasta paletta di federazioni sportive, istituzioni ed enti privati. Ora l'UFSPO – e, di riflesso, la Confederazione – assume il ruolo di leader non solo per la fascia d'età dai 5 ai 20 anni, bensì anche dai 20 anni in poi. È un'acquisizione di grande rilevanza, in quanto, per certi versi, la prima età adulta (dai 20 ai 40 anni) rappresenta il tallone d'Achille della pratica sportiva nel corso della vita di molte persone.

Alcuni dati ripresi dallo studio «Sport Svizzera 2008», confermano la fragilità di questa fascia d'età: 42 per cento della popolazione adulta residente nel Cantone Ticino afferma di non svolgere alcuna attività fisica. Il livello d'attività della popolazione ticinese si situa così chiaramente al di sotto della media svizzera. I dati sono per certi versi impietosi. Ciò che colpisce maggiormente è l'apatia che contraddistingue il gentil sesso. Infatti, quanto si osserva a livello nazionale, e cioè che le donne hanno raggiunto lo stesso livello di pratica sportiva degli uomini, non vale alle nostre latitudini.

Il programma Sport per gli adulti esa dovrà assolutamente trasmettere gli impulsi necessari per imprimere un'inversione di tendenza. Il primo passo consiste nell'uniformare il profilo e le competenze acquisite dai monitori che si occupano degli adulti. È un atto necessario per assicurare un livello di qualità minimo, ma sicuramente non è sufficiente. Le organizzazioni partner, come le federazioni sportive e Pro Senectute, dovranno impostare dei contenuti in sintonia con le esigenze dei fruitori. A questo proposito, può rappresentare un aiuto sostanzioso l'innovativo approccio proposto dai ricercatori dell'Università di Berna, i quali hanno definito i profili dei motivi che spingono gli adulti a praticare sport (vedi dossier a pag. 20).

La classificazione degli adulti in nove tipologie di sportivo è un esercizio affascinante e utile, in quanto è una buona base di partenza che evita di incappare in errori che poi conducono ad un abbandono dell'attività sportiva. A molti adulti, infatti, capita di scegliere un'offerta di sport che sicuramente stimola le capacità motorie desiderate – p. es. la resistenza, la mobilità, la forza – ma che disattende il profilo individuale dei moventi che spingono a fare sport. In ultima analisi, bisogna sapere a che tipologia di sportivo si è più vicini: sportivo di compagnia, salutista, amante dell'estetica, del fitness, individualista della rigenerazione...

Nicola Bignasca

Contatto: nicola.bignasca@baspo.admin.ch

Cerchiamo talenti per l'aviazione

Sognare di volare? Ognuno(a) può farlo. Tu vuoi di più. Vuoi che il tuo sogno diventi realtà, o meglio, vuoi che il tuo sogno diventi la tua professione. SPHAIR è l'organizzazione che ti può spalancare le porte verso un futuro nell'aviazione e ti prepara la strada per usufruire delle molteplici possibilità professionali offerte in questo campo.
www.sphair.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Esercito svizzero
Forze aeree

SPHAIR