

**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:** 5

**Buchbesprechung:** In libreria

#### **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>**

## Muoversi in carcere

Perdita dell'equilibrio, riduzione della capacità respiratoria, indebolimento del sistema cardiovascolare e della struttura ossea. L'ozio e l'inattività legati alla permanenza in carcere producono effetti devastanti sul fisico dei detenuti. Di fronte a tale situazione si pone la necessità di sviluppare e potenziare l'attività motoria all'interno dei penitenziari, istituzionalizzando la figura dell'educatore fisico come componente stabile del trattamento rieducativo. Questo libro analizza il pianeta carcere e si pone come strumento formativo e informativo per chiunque voglia intraprendere un percorso professionale all'interno dei penitenziari italiani nel campo dell'attività motoria e non solo.



Federici, A.; Testa, D.: *L'attività motoria nelle carceri italiane*. Milano: Armando Editore 2010.

## Prospettive psicosociali dello sport

Il benessere e il successo dei protagonisti dello sport sono fortemente ancorati alla padronanza di alcuni processi che riguardano l'identità, le relazioni e i contesti sociali. Il volume offre proposte operative e spunti di riflessione su questi temi attraverso una descrizione dei principali modelli teorici sviluppati in seno alla letteratura psicosociale e della loro applicazione pratica nel mondo sportivo, e rappresenta un utile strumento sia per i professionisti impegnati nel mondo dello sport, sia per coloro che vivono lo sport in modo amatoriale ma non per questo meno appassionato.



Manzi, C.; Bozzoli, C.: *Sport: Prospettive psicosociali*. Roma: Carocci, 2009.

## L'assistenza dell'atleta amatoriale

Un volume dedicato ai non garantiti, ovvero agli atleti che – svolgendo attività stressanti quali sono quelle allenanti per le varie discipline sportive – si espongono a uno stato di alterazione degli equilibri psicofisiologici senza un attento controllo e una valutazione dei potenziali rischi. Infatti, mentre l'atleta di vertice è seguito costantemente da personale altamente specializzato, non altrettanto è assicurato a quanti praticano l'esercizio fisico per stare bene.

In questo testo sono esposti gli argomenti principali che allenatori, preparatori atletici, metodologi dell'allenamento dovrebbero conoscere in funzione della sicurezza dell'atleta in relazione al suo stato di salute: lo sport e l'attività sportiva richiedono un grande impegno e tanta fatica (muscolare, neurale, metabolica, immunoendocrina, emozionale), aspetti che devono, comunque, essere mantenuti sotto controllo per salvaguardare l'equilibrio psicofisico dell'atleta, tanto a livello giovanile quanto a livello più maturo.



AA.VV.: *La drammatica solitudine dell'atleta non di vertice*. Milano: Edi. Ermes 2010.

## I segreti del fitness

La relativa complessità dei concetti biomeccanici e dei processi fisiologici, la noia dello studio di argomenti apparentemente poco utili, l'interesse verso parti molto più pragmatiche e di immediato utilizzo sono all'origine delle difficoltà di apprendimento di questa attività. Sulla base di queste considerazioni il libro è stato strutturato utilizzando una metodologia espositiva semplice ed immediata, capace di accompagnare il lettore lungo il tragitto che, partendo dal capitolo dedicato all'evidenza scientifica, arriva a quello che ne descrive l'utilizzo pratico.

Alla pratica sono dedicati i capitoli che indicano le modalità esecutive delle valutazioni funzionali (cardio-vascolari, posturali e mioarticolari) e che spiegano come utilizzare i dati ottenuti per preparare i programmi di allenamento, in cui vengono descritti esercizi, modalità e tempi di esecuzione. Per le sue caratteristiche il testo si propone come uno strumento ricco di indicazioni pratiche, complete ed approfondite, che, evitando di cadere nel tecnicismo, lega la teoria dell'attività fisica alla pratica dell'esercizio, permettendo allo studente e al tecnico di base di acquisire l'operatività desiderata.



Marin, L.; Vandoni, M.; Ieva, A.M.: *Fitness: dalla teoria alla pratica*. Forgiano: Calzetti & Mariucci, 2010.

## Che razza di tifo

Alla fine del 2000, per arrestare la diffusione del razzismo negli stadi, la Uefa ha introdotto la possibilità di comminare multe più alte e di colpire con misure economicamente gravi (la squalifica del campo o la partita a porte chiuse) i club seguiti da tifoserie che manifestano atteggiamenti razzisti. Da allora, il razzismo di tifosi e calciatori è diventato oggetto del contendere nei tribunali sportivi e su questo tema sono state fatte denunce, presentati ricorsi e pubblicate sentenze. I principali casi dibattuti dalla giustizia sportiva sono stati raccolti e raccontati da Mauro Valeri.

Divisi per anni di campionato, dal 2000 al 2010, di ogni episodio è fornito un resoconto alla luce della documentazione ufficiale delle interviste ai protagonisti (calciatori, arbitri, presidenti, tifosi) e dei commenti della stampa. Oggi in Italia il calcio è uno di quegli argomenti di cui sono in pochi a non occuparsi, direttamente o indirettamente, in pubblico o in privato. Il libro di Valeri aiuta a capire, attraverso il calcio, quanto per molti italiani il fascismo sia un passato lontano e innocuo, l'immigrazione sia solo un problema e la pelle bianca un elemento importante dell'identità nazionale. E illustra come questi pensieri, passando per la scrittura di magistrati e giornalisti, diventano controversi discorsi pubblici. (Giuliano Milani, da Internazionale, n. 856).



Valeri, M.: *Che razza di tifo*. Roma: Donzelli Editore, 2010.