

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 8 (2006)
Heft: 4

Buchbesprechung: Novità // In libreria

Autor: Bogiani, Davide / Leonardi Sacino, Lorenza / Sacino, Pasquale

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

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



Boni, G. (2005).
Tutti in bici. Manuale medico e tecnico per educatori sportivi.
Molfetta, Edizioni la meridiana, 2005.

► «Il ciclismo è uno degli sport più belli praticati non solo in Italia, ma in tutto il mondo». Ad affermarlo è l'autore Giovanni Boni, medico della nazionale italiana di ciclismo su strada e presidente della Commissione Sanitaria della Federazione Ciclistica Italiana della Regione Umbria. Uno sport che sembra riscoprire le proprie origini; infatti, spostarsi in bicicletta regolarmente durante la settimana per andare al lavoro o per fare la spesa sta diventando una pratica sempre più diffusa, anche nelle grandi città italiane. Il messaggio è chiaro: muoversi quotidianamente in bici significa aumentare il proprio benessere e allontanare la possibilità di insorgenza di malattie legate ad uno stile di vita sedentario. Ma, come dice uno stantio e strausato proverbio, non è oro tutto ciò che luccica. Infatti, affinché da questo sport si possano attingere – e questo vale sia per il professionista che per coloro che nella bicicletta vedono un semplice e valido mezzo di trasporto – gli effetti positivi sopraccitati, è opportuno conoscere alcuni principi fondamentali. Il primo concerne gli aspetti tecnici e scientifici della pedalata: come deve essere regolata la bicicletta per assumere una corretta postura? Come pedalare e perché? Secondariamente, non bisogna trascurare l'itinerario. Boni ne propone uno medico-sportivo, con utili indicazioni sulla traumatologia nel ciclismo, sui trattamenti terapeutici, sulle pratiche riabilitative, sulla diagnostica per immagini nel ciclismo e sulla valutazione funzionale del ciclismo. Un libro completo, scritto in un linguaggio semplice e divulgativo, rivolto ad educatori sportivi, direttori tecnici, atleti e preparatori atletici, ma anche a chi ha finalmente capito che la bicicletta è nata come mezzo di trasporto... *Davide Bogiani*



Greder, F. (2006).
Giochi di movimento in musica.
Macolin, Ufficio federale dello sport, 2006.
(Per ordinazioni v. pag. 34)

► Le numerose esperienze positive condotte in ambito di musica e movimento hanno spinto Fred Greder, docente alla Scuola universitaria federale di sport di Macolin, a realizzare questo suo sesto CD, intitolato «Giochi di movimento in musica», in cui sono raccolte 15 nuove proposte ludiche. Molti allenatori, monitori e docenti fanno ancora fatica a trovare la musica adatta per le loro lezioni o sedute di allenamento. Questo strumento didattico aiuta a superare tali difficoltà attraverso delle interessanti e variate combinazioni di movimento e musica, che contribuiscono a migliorare le competenze coordinative, quali le capacità di reazione, di orientamento e di differenziazione. Ogni singola forma di gioco può essere completata, modificata, adattata a diversi livelli ed arricchita di idee supplementari (attrezzi, percorsi, spazi, ecc.). La validità di questo approccio per Fred Greder è assolutamente confermata: «i giochi di movimento offrono uno spazio sociale per realizzarsi giocando; nell'attività fisica si sperimenta in modo diretto un modo di esprimersi incentrato sulla corporeità. Ciò facendo si apre un ampio spettro di possibili combinazioni in merito a musica e movimento.» *Lorenza Leonardi Sacino*



Frederici, A.; Dardanello, R. (2004)
La prevenzione delle cadute nell'anziano. Valutazione, ruolo e programmazione dell'attività motoria.
Urbino, Ed. Montefeltro, 2004.

► Le cadute sono un serio rischio per la popolazione anziana: possono segnare il momento di passaggio da una vita attiva ad una vita dipendente e passiva con notevole impatto psicologico negativo. Un buon livello di attività fisica e la ricerca di test predittivi di caduta possono guidare l'operatore ad un'azione efficace e aiutare l'anziano ad allontanare lo spettro della disabilità e, conseguentemente, a migliorarne la qualità della vita. Lo scopo di questi «Quaderni di attività motoria» è rinviare questa decadenza il più possibile prolungando non la vecchiaia in genere, ma il periodo della vita attiva con un processo di allenamento fisico e di rivitalizzazione psicomotoria, affettiva e sociale con il recupero e il mantenimento dell'energia che altrimenti sarebbe perduta. L'intento degli autori è anzitutto: migliorare e mantenere le condizioni e la qualità della vita in chi è già in condizioni discrete; ritardare, prevenendo situazioni a rischio sia nel livello accidentale sia in quello funzionale; recuperare, quando possibile, funzionalità e sicurezza; risparmiare sulle spese di cura e recupero funzionale, nonché sofferenze umane e dipendenze umilianti. Offrire infine valide opportunità di conoscenza sui temi della motricità per le diverse fasce di età con proposte di test efficaci ad affrontare le tematiche di base sull'ampio settore scientifico disciplinare dei metodi, delle didattiche dell'attività motoria e dell'insegnamento dell'educazione fisica. *Pasquale Sacino*



Bertini, L. (2005).
Attività sportive adattate.
Perugia, Calzetti Mariucci Editori, 2005.

► «Ogni essere umano è destinato a realizzarsi.» Con questa massima, Gaetano Mollo, ordinario di pedagogia generale all'università di Perugia, presenta il manuale di Luigi Bertini. La realizzazione di ogni individuo si concretizza attraverso il corpo. L'attività fisica possiede le condizioni che permettono all'uomo di confrontarsi con altri per scoprire le proprie doti e i propri limiti. Lo sviluppo culturale e scientifico ha permesso ai disabili di praticare con maggior indipendenza e assiduità le attività socio-motorie. Bertini, docente all'università di Perugia, offre al lettore una panoramica completa ed esaustiva delle attività sportive per portatori di handicap. «Lo sport adattato è l'insieme di discipline praticate da soggetti diversamente abili». Le nozioni di carattere formativo contenute nel testo permettono di scoprire le tipologie d'adattamento a seconda del livello o del tipo di disabilità. La struttura del volume permette di accedere facilmente alle informazioni di cui si ha bisogno. I primi capitoli presentano delle chiare descrizioni di disabilità fisico-motorie e sensoriali, mentre il seguito si concentra sugli obiettivi e sui benefici delle attività, passando poi ai puri aspetti metodologici e didattici della materia. L'autore non si sofferma unicamente sugli handicappati fisici, ma riporta in modo completo le caratteristiche della pratica sportiva con soggetti che possiedono disfunzioni a livello intellettuale e relazionale. Si tratta insomma di un corso curato e approfondito per tutti coloro che intendono favorire la realizzazione di persone disabili. *Doriano Löhner*