Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 55 (1998)

Heft: 3

Rubrik: Mitteilungen

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: 16.07.2025

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

Neuerscheinungen

Françoise Matthey

Koinzer, Klaus
Gesundheitssport mit Kindern und Jugendlichen. Prävention – Therapie – Rehabilitation. Heidelberg, Barth, 1997. – 221 Seiten, Tabellen.

Zahlreiche Kinder und Jugendliche leiden – als Folge von falscher Ernährung, Bewegungsmangel oder einer konkreten Erkrankung – unter gesundheitlichen Störungen des Herz-Kreislaufsystems, des Stoffwechsels, des Atemsystems oder des Stütz- und Bewegungsapparates. Gezielte und individuell dosierte sportliche Übungen im Kindes- und Jugendalter können solche Beschwerden frühzeitig positiv beeinflussen und somit chronischen Erkrankungen im Erwachsenenalter vorbeugen. Dieses Buch gibt wissenschaftlich fundierte Empfehlungen, praktische Hinweise und konkrete Anleitungen für den effektiven Einsatz von sportlichen Mitteln und Methoden zur Prävention, Therapie und Rehabilitation bei inneren Erkrankungen und Funktionsstörungen von Kindern und Jugendlichen. Konkrete Belastungsempfehlungen zu Sportart, Intensität und Belastungsdauer sind den einzelnen Krankheitsbildern zugeordnet.
06.2377

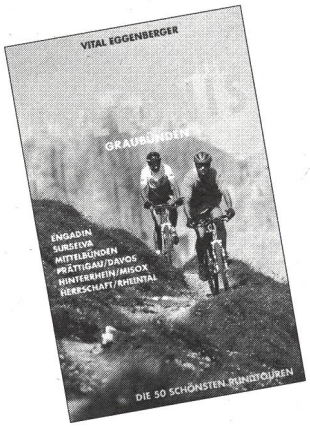
Scherrer, Peter
Skating. Lehr- und Lernbuch. Geschichte – Technik – Methodik – Fehlerbilder. Sauerlach, Nordic, 1998. – 200 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Ausgehend von der sportlichen Entwicklung der Skating-Technik werden in diesem Buch die Bewegungsabläufe der Skating-Techniken sehr ausführlich analysiert und mit vielen farbigen Bildern dargestellt. Genaue Bewegungsbeschreibungen und umfangreiche methodische Anleitungen zum Erlernen und Verbessern der Technik sind Inhalt dieses Buches. Es wird auch auf die wichtigsten Fehlerbilder und deren Korrektur eingegangen.
77.1003

Mattli, Peter
Skilehrerausbildung Graubünden im Wandel der Zeit. Chur, Amt für Wirtschaft und Tourismus Graubünden, 1997. – 104 Seiten, Figuren, Illustrationen.

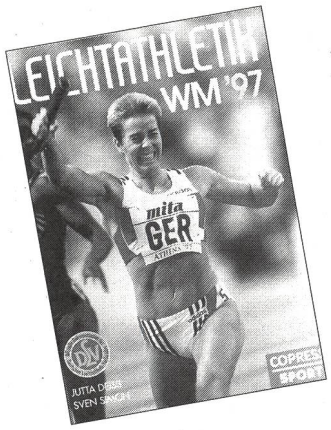
Dieses Buch zeigt die Skilehrergeschichte von den Anfängen der Zwanzigerjahre bis zur Gegenwart. Darin werden die ersten gesetzlichen Bestimmungen und deren Auswirkungen auf den Tourismus, aber auch Berichte der Skilehrerausbildungskurse mit speziellen Erinnerungen von Kursteilnehmern wiedergegeben. Die mit Bildern dokumentierten Berichte werden ergänzt durch das Verzeichnis sämtlicher Skisportschulen mit ihren Leitern sowie durch Angaben zu den Bündner Berufsskilehrermeisterschaften. Auch die nun in der ganzen Schweiz vereinheitlichte Skilehrerausbildung und der heutige Snowboard- und Carvingtrend werden erwähnt.
77.996

Eggenberger, Vital
Mountainbike-Erlebnis Graubünden. Maienfeld, Climb+Bike, 1997. – 208 Seiten, Illustrationen, Figuren, Karten. Mountainbike-Erlebnis, 1.



Dieses Buch beschreibt die 50 schönsten Rundtouren im Bündnerland. Sämtliche Touren sind vom Autor abgefahren und kritisch geprüft worden. Präzise Routenskizzen, Höhenprofile und Kurztexte vermitteln zusammen mit Bildern des bekannten Bergfotografen Peter Mathis, eine umfassende Information sowohl für die Tourenplanung wie auch als Wegweiser für unterwegs.
75.496–1

Deiss, Jutta; *Simon,* Sven (Fotos); Deutscher Leichtathletik-Verband.
VI. Weltmeisterschaft der Leichtathletik in Athen 1. bis 10. August 1997. München, Copress, 1997. – 128 Seiten, Illustrationen.



Bei den Leichtathletik-Weltmeisterschaften in Athen 1997 gab es viele unvergessliche Momente: Sabine Braun feierte ein grandioses Comeback und gewann die Goldmedaille im Siebenkampf. Ihre Weltklasse unter Beweis stellten Hammerwerfer Heinz Weis, Diskuswerfer Lars Riedel und Kugelstösserin Astrid Kumbernuss. Die aussergewöhnliche Leistung der 4 × 400-Meter-Staffel der Frauen sucht ihresgleichen. Hervorragende Erfolge konnten auch Frank Busemann, Oliver-Sven Buder, Tanja Damaske, Stephanie Storp und Jürgen Schult verbuchen. Jutta Deiss würdigt in diesem Buch sowohl die Sieger als auch jene, deren Leistungen sich nicht in Medaillen widerspiegelten. Ebenso sachkundig wie mitfühlend und informativ beschreibt sie die spannenden Wettkämpfe sämtlicher Disziplinen – mit Kurzporträts aller Goldmedaillengewinner und einer umfangreichen Statistik.
73.689/Q

Munter, Werner
3 × 3 Lawinen. Entscheiden in kritischen Situationen. Garmisch-Partenkirchen, Pohl & Schellhammer, 1997. – 220 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen + Merkheft (14 Seiten).

Die Beurteilung der Lawinengefahr ist für jeden Verantwortlichen im winterlichen Gebirge von zentraler Bedeutung. Detaillierte Kenntnisse des

Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden (Tel. 032 327 63 08).

Schnees sind für diese komplexe Aufgabe wohl eine wichtige Voraussetzung, genügen aber für eine ganzheitliche Einschätzung der Situation nicht. In diesem Buch wird eine konsequente Vernetzung der drei Grundelemente «Gelände», «Verhältnisse» (Schnee und Wetter) und «Mensch» angestrebt. Die systematisch gesammelten Informationen und Beobachtungen werden in der zeitlichen Abfolge immer wieder neu kombiniert, und zwar in der Tourenplanung, unterwegs auf der Tour und an der Schlüsselstelle. Die Umkehr rechtzeitig einzuleiten ist ein wichtiges Ziel dieser Schrift. Für alle Bergführer und J+S-Leiter Skitouren eine absolute Pflichtlektüre!

Das J+S-Merkblatt zur Beurteilung der Lawinengefahr ist als Kompendium und Entscheidungshilfe dem Buch beigelegt.
05.646

Deutscher Verband für das Skilehrwesen; *Gattermann,* Erhard
Ski-Lehrplan Carven. Lehren und Lernen mit dem Carver-Ski. München, BLV, 1998. – 59 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Dieses Buch vermittelt in klar gegliederten Unterrichtseinheiten alle Grundlagen für das Lehren und Lernen mit dem Carver-Ski. Es behandelt die Ausbildung für den Anfänger ebenso wie die entsprechenden methodischen Möglichkeiten für fortgeschrittene Skifahrer und «Quereinsteiger».
77.1000

Deutscher Verband für das Skilehrwesen; *Göhner,* Ulrich
Lehrplan Snowboarding. München, BLV, 1998. – 67 Seiten, Figuren, Illustrationen.
Inhalt: Grundschule – Grundlegende Ziele: Erste Erfahrungen, Schwingen, Erfahrungen erweitern und Tools bewusst einsetzen.

Spezialschule – Spezielle Ziele: Buckelpiste, Tiefschnee, Befahren von steilem Gelände, Befahren von Rinnen, Fahren bei harten, eisigen Schneeverhältnissen, Fahren auf Firn, Befahren von Bruchharsch und Packschnee, Carven, Rennlauf, Freestyle.
77.999

NEUE VIDEOS

Gesucht: Fussballtrainer/-in. Videofilm der AV-Produktion ESSM 1997.

Fussball ist eine faszinierende Sportart mit vielen Fassetten. Spitzen-, Breiten-, Frauen-, Männer-, Junioren- und Kinderfussball wollen begleitet und betreut sein von kompetenten Fussballtrainerinnen und -trainern. Das Video zeigt Ausschnitte aus den verschiedenen attraktiven Tätigkeitsfeldern der Fussballtrainerinnen und -trainer und gibt Auskunft über die Aus- und Fortbildung. Es richtet sich an die Juniorenobmänner der Vereine, in der Absicht, sie bei der Rekrutierung von Trainerinnen und Trainern zu unterstützen.

Dauer: 14.30 Minuten
Verkauf: Fr. 37.30
ESSM Mediothek, 2532 Magglingen
Ausleihe: Bestell.-Nr. V 71.542

Wir bewegen die Zukunft. Die Sportförderung für unsere Jugend. Videofilm der AV-Produktion ESSM 1997.

Dieser Film macht einen Blick «hinter die Kulissen» von J+S. Am Beispiel von Jean-Claude Salomon aus dem Kanton Jura und Ernst Lehmann aus Baselland, beide Vorsteher der kantonalen Sportämter, zeigen wir ihre Tätigkeiten, damit das nationale Sportförderungsprogramm J+S auch wirklich rund läuft. Sie besuchen das Bundeshaus, arbeiten in ihren Büros und sind aber auch in der ESSM in Magglingen zu Besuch. Aufgelockert wird der Film mit zahlreichen attraktiven Sportszenen.

Dauer: 10 Minuten
Verkauf: Fr. 32.–
ESSM Mediothek, 2532 Magglingen
Ausleihe: Bestell-Nr: ESSM V 70.301

Fünf aus 100 000... oder: Wer sind die Jugend + Sport-Leiterinnen und -Leiter? Videofilm der AV-Produktion ESSM 1997.

Maurice Caviezel (Fussball), Sandra Wehrli (Polysport), Monica Tomatis (Snowboard), Natascha Justin (Geräteturnen) und Mark Gygax (Segeln) sind fünf junge, aufgestellte, sympathische Leiterinnen und Leiter bei J+S. Sie erzählen wer sie sind, was sie arbeiten und sie geben Einblick in eine Lektion von J+S. Eltern, die den Film sehen, sind überzeugt: Zu diesen fünf J+S-Leitern möchte ich mein Kind auch schicken!

Dauer: 10 Minuten
Verkauf: Fr. 32.–
ESSM Mediothek, 2532 Magglingen
Ausleihe: Bestell-Nr: ESSM V 70.298

Musik und Bewegung. Band 1: Animation, Faszination, Motivation.
Videofilm der AV-Produktion ESSM 1997.

Die Musik in diesem Video dient als Hilfsmittel zur Animation, Faszination, Motivation. Sie regt an, beeinflusst und schafft eine gute Stimmung. Also Stimulus-Progression durch die Musik.
Geeignet für alle, die auf dem Gebiet von Musik und Bewegung unterrichten.

Dauer: 7 Minuten
Verkauf: Fr. 28.80
ESSM, Mediothek, 2532 Magglingen
Ausleihe: Bestell-Nr: ESSM V 70.29

Lippuner, Werner; *Bucher,* Walter
1017 Spiel- und Übungsformen im Skifahren und Skilanglauf. 3., erw. Aufl. Schorndorf, Hofmann, 1997. – 276 Seiten, Figuren + Memory (51 Seiten). Spiel- und Übungsformen, 17.

Diese Sammlung zum Skifahren und Skilanglauf erscheint neu in 3. Auflage. Dem Trockentraining folgen Anregungen für das Skifahren: Aufwärmen, Lernhilfen, Springen und Gestalten, Fahrformen in Gruppen sowie Wettbewerbs- und Stafettenformen. Für den Skilanglauf gibt es ähnliche Ideen. Den Abschluss bilden Tipps und Ideen für Hüttenspiel und Skilager.
77.877
9.342–17

Spring, Hans; *Dvorak,* Jiri; *Dvorak,* Vaclav; *Schneider,* Werner; *Tritschler,* Thomas; *Villiger,* Beat
Theorie und Praxis der Trainingstherapie. Beweglichkeit – Kraft – Ausdauer – Koordination. Stuttgart, Thieme, 1997. – 325 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen, Graphiken.

Reconditioning – die konsequent durchgeführte Trainingstherapie zur körperlichen Leistungssteigerung – gehört heute zur modernen Therapie des Bewegungssystems.

Für das Erstellen erfolgreicher Trainingsprogramme lernen Sie die theoretischen Grundlagen zu den Inhalten Beweglichkeit, Energiebereitstellung, Kraft, Ausdauer und Koordination kennen. Dieses Buch beschreibt darüber hinaus Verfahren der Funktionsdiagnostik für die einzelnen motorischen Grundeigenschaften und stellt Trainingsmethoden vor. Systematische Übungsprogramme, veranschaulicht mit über 200 Abbildungen, erleichtern die Planung und Durchführung der Trainingstherapie.
06.2357

Heinzel, Andrea; *Koch,* Peter; *Strakerjahn,* Ute
Koordinationstraining im Tennis. Sindelfingen, Schmidt & Dreisilker, 1997. – 114 Seiten, Figuren, Illustrationen. DTB-Trainerbibliothek, 3.

Dieses Buch will in verständlicher Form die theoretischen Grundlagen zu den koordinativen Fähigkeiten vermitteln, ein tennisspezifisches und methodisch-praktisch orientiertes Konzept dieser Fähigkeiten entwerfen, schliesslich Trainingsmethoden vorstellen und ein umfangreiches Übungsrepertoire vorlegen. Ziel der Verfasser/-innen ist, den Trainern und Trainerinnen, aber auch interessierten Sportlern und Sportlerinnen vorrangig die Prinzipien zu verdeutlichen, nach denen koordinative Fähigkeiten im Tennis wirken und wirksam zu optimieren sind, um die dargestellten Übungs- und Spielformen den jeweiligen Zielen und dem Leistungsstand angemessen auswählen und gestalten zu können.
9.275-3

Die Rehabilitation nach Knieverletzungen am Beispiel des vorderen Kreuzbandes.
Videofilm der AV-Produktion ESSM 1997.

Die funktionelle Rehabilitation einer Knieverletzung muss optimal geplant werden. Am Beispiel Fussball wird vom Zeitpunkt der Operation bis zur Wiedereingliederung in den Wettkampf Schritt für Schritt ein sportspezifisches Aufbautraining vorgestellt. Die einzelnen Elemente können auch bei einer konservativen Behandlung angewendet werden.

Dauer: 10 Minuten
Verkauf: Fr. 32.–
ESSM Mediothek, 2532 Magglingen
Ausleihe: Bestell-Nr. V 06.154

Wilke, Kurt; *Madsen,* Oerjan
Das Training des jugendlichen Schwimmers. 3., erw. und verb. Aufl. Schorndorf, Hofmann, 1997. – 364 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.

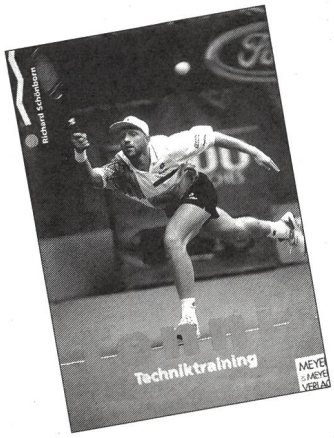
Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, 171.

Das Buch zeigt das Mosaik von schwimmerischen, athletischen und erzieherischen Anforderungsdetails auf. Es bietet Entscheidungs-, Planungs- und Durchführungshilfen, die trotz sportlicher Priorität die Alters-, und Entwicklungsgemässheit beachten. So gliedert sich der Weg zu nationaler Leistungsfähigkeit in schwimmmotorische Grundausbildung, Grundlagen-, Aufbau- und Hochleistungstraining, unter sorgfältiger Verzahnung von steuerungsmässig-schwimmtechnischem und energetisch-konditionellem Aufbau.
9.161–171

Mosebach, Uwe
Judo. Wurf und Fall. Beiträge zur Theorie und Praxis der Kampfsportart Judo. Schorndorf, Hofmann, 1997. – 220 Seiten, Illustrationen, Figuren, Tabellen.

Uwe Mosebach hat in diesem vorliegenden Band versucht, Defizite in der Theorie und Praxis des Judo aufzuspüren und unter aktuellen Gesichtspunkten des heutigen modernen Judo neu zu erfassen. Ihm zur Seite standen eine Reihe von Fachleuten, die in ihren Beiträgen das breite Spektrum der olympischen Sportart Judo in verschiedenen Themenkomplexen bearbeiten. Dazu gehören kritische Ansätze zur Philosophie, zum Lernen und zur Methodik der Kampftechniken, zusammenfassende Aussagen zum Schul-, Breiten- und Wettkampfsport. Sportwissenschaftliche Untersuchungen und Analysen von Trends eröffnen neue Perspektiven für die Theorie und Praxis des Judo. Zahlreiche Abbildungen illustrieren das Buch.
76.631

Schönborn, Richard
Tennis: Techniktraining. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 278 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Das Buch setzt sich mit der modernen Trainingslehre und der Aneignung und Perfektionierung der Tennistechnik auseinander. Auf der Basis der neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnisse wird diese Perfektionierung systematisiert.

Dieses Buch setzt sich mit einzelnen leistungsbestimmenden Komponenten der Tennistrainingslehre auseinander. Jahrelang arbeitete der Autor mit Spitzenathleten aller Altersstufen, Experten und Wissenschaftlern eng zusammen. Auf der Basis seiner reichhaltigen Erfahrung wird das Erlernen und das Training der modernen Technik realitäts- und matchnah und stets unter Berücksichtigung der Belastbarkeit des Organismus dargestellt.
71.2501

Brändli, Marc; *Gärtner,* Philipp
100 taktische Formen im Unihockey. Bern, Schweiz. Unihockeyverband, 1997. – 32 Seiten, Figuren.

Diese Broschüre ermöglicht dem Trainer oder Trainingsleiter eine Lektionsgestaltung mit abwechslungsreichen Spiel- und Übungsformen im Fach Unihockey.
71.2320-11

Kalb, Rainer
Faszination Fussball. München, Copress, 1997. – 160 Seiten, Illustrationen.

Der Autor hat für diesen mit über 130 bestechenden Fotos ausgestatteten Prachtband intensiv recherchiert. Er erinnert an die packendsten Spiele,

die besten Mannschaften, die genialsten Spieler und die erfolgreichsten Trainer. Ausserdem wirft er einen genauen Blick auf den Fussball anderer Kontinente und begibt sich auf Spurensuche in «geteilte Städte» wie Barcelona, Mailand, Liverpool und München, wo Lokalderbys Millionen in ihren Bann ziehen. Er erzählt von der Bundesliga und ihrer Entwicklung zur Megashow. Den Fussballreportern, den «Minnesängern des runden Leders», ist ebenso ein eigenes Kapitel gewidmet wie den Fans.
71.2494/Q

Schiffer, Heike
Physiologische, psychologische und trainingsmethodische Aspekte des Auf- und Abwärmens. Eine kritische Literaturanalyse. Köln, Strauss, 1997. – 128 Seiten.

In diesem vorliegenden Buch zum Auf- und Abwärmen werden physiologische Aspekte (Stoffwechsel, Kreislauf, Atmung, Bewegungsapparat, Neurodynamik), psychologische Aspekte (psychische Einstellung, Vorstartzustand, mentales, psychoregulatives, ideomotorisches Training, mentales Nachbereiten, psychische Regeneration) sowie trainingsmethodische Aspekte (Arten und Methoden, Gliederung, Belastungsgestaltung, Spezifität) des Aufwärmens und Abwärmens ausführlich besprochen.
70.3010

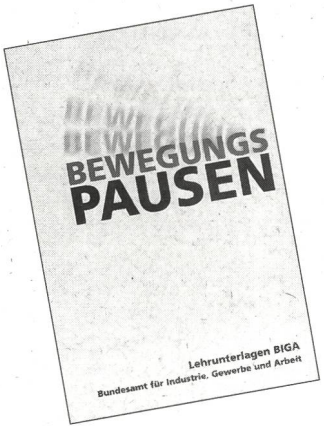
Bachmann, Edi; *Bachmann,* Martin; *Bucher,* Walter
1005 Spiel- und Übungsformen im Volleyball und Beach-Volleyball. 8., neuberarb. Aufl. Schorndorf, Hofmann, 1998. – 348 Seiten, Figuren, Illustrationen. Spiel- und Übungsformen, 5.

Das Buch, in 10 Unterkapitel zu je 50 bis 250 Spiel- und Übungsformen gegliedert, soll sowohl den Laien wie auch den Vereinstrainer ansprechen. Es ist aber vor allem jenen gewidmet, welche auf spielerische Art dieses herrliche Spiel vermitteln wollen. Dieses Sammelwerk soll gleichzeitig den Raum für Kreativität offenlassen.
71.2502
9.342-5

Oppermann, Hans-Peter; *Schubert,* Renate; *Ehret,* Arno; Deutscher Handball-Bund
Handball-Handbuch. 6: Handball spielen mit Schülern. Münster, Philippka, 1997. – 118 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.

30 methodisch aufgebaute Stundenbeispiele zeigen in diesem vorliegenden Band, wie das Handballspiel als eine von sicher vielen Möglichkeiten dazu beitragen kann, Kinder und Jugendliche mit den Grundbewegungen Laufen, Springen und Werfen motorisch vielseitig zu fördern. Daneben werden die Grundlagen einer allgemeinen Spielfähigkeit vermittelt.
71.1681-6

Steiner, Hans; *Buholzer,* Othmar; *Tschäppeler,* Ueli
Bewegungspausen. Lehrunterlagen BIGA. Sempach-Stadt, WAGUS, 1997. – 108 Seiten, Figuren, Ordner.



Das im Rahmen eines Projektes «Gesundheitsförderung an den Berufsschulen» entstandene Lehrmittel enthält eine reichhaltige Sammlung praxiserprobter Programme zu aktivierenden und entspannten Bewegungspausen im Unterricht. Es ist auf der theoretischen Basis einer ganzheitlichen und lebensweltenorientierten Gesundheitsförderung begründet und berücksichtigt aktuelle didaktische Konzepte. Das attraktiv gestaltete Hilfsmittel gliedert sich in drei Teile:

Die Einleitung beinhaltet grundsätzliche Überlegungen zur gesundheitlichen Bedeutung von Bewegungspausen; im Methodikteil sind Anleitungen zum Aufbau bzw. zur praktischen Umsetzung beschrieben, und der Praxisteil umfasst nebst einem Standardprogramm gezielte Übungsprogramme zu fünf zentralen Bereichen der Bewegungs- und Haltungsanimation: Dehnen, Mobilisieren, Lockern, Entspannen und Koordinieren.

Obwohl die Lehrunterlagen für die Berufsschulen geschaffen wurden, lassen sich daraus viele Ideen und Übungen problemlos auch auf andere Schultypen und andere Lebensbereiche wie Freizeit und Arbeit übertragen.
70.3038/Q

Van Duijn, Eric
Mehr Puls! Anleitung zum Training im aeroben Bereich. Ein Ausdauerkurs in fünf Lektionen. Bern, SVSS, 1997. – 51 Seiten, Figuren, Tabellen.

Dieses Buch bietet originelle und pfannenfertige Ideen für das Ausdauertraining, stellt eine Ergänzung zum Buch «Hören Sie auf Ihr Herz» dar, dient allen in der Sport-Ausbildung tätigen Lehrkräften als Hilfsmittel zur Lektions-Gestaltung, besteht aus fünf Lektionen für Sport im Ausdauerbereich, wurde in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Verband für Sport in der Schule SVSS hergestellt, ist sofort einsetzbar im Unterricht.
06.2354/Q

Via 1000 jetzt auf CD-ROM

Die bekannte Reihe «1000 Spiel und Übungsformen» – Herausgeber Walter Bucher – mit Fortsetzungen in verschiedenen Sportarten und für besondere Benutzergruppen ist jetzt auch auf CD-ROM lieferbar. Damit wird es noch leichter, Übungsprogramme oder ganze Lektionen zusammenzustellen. Die Übungen können nach praktischen Kriterien, mit den drei Hauptgruppen «Voraussetzungen», «Idee/Inhalt» und «Akzente», gesucht werden. In allen Bänden gelten dieselben Suchkriterien. Die erste CD mit den Bänden

- 1000 Spiel- und Übungsformen,
- 1001 Spiel- und Übungsformen im Schwimmen,
- 1005 Volleyball und Beach-Volleyball,
- 1008 Spiel- und Übungsformen im Geräteturnen,
- 1010 Spiel- und Übungsformen für Behinderte (und Nichtbehinderte).

Sie ist in den Versionen 2.0 für Windows (ab 3.1) und Windows 95 zu Fr. 72.– beim Verlag IG VIA 1000, Weiherstr. 13, 9305 Berg/SG erhältlich.

Woran liegt es, dass Jugendliche die Sportarten – und das heisst häufig auch die Sportvereine – wechseln oder überhaupt verlassen? Der Beitrag versucht, einige Gründe aufzuzeigen.

Max Stierlin
Foto: Daniel Käsermann

Zunehmende Vereins- und Sportartenwechsel

Warum verlassen Jugendliche den Sportverein?

Eine grossangelegte Umfrage in Nordrhein-Westfalen hat flächendeckend Kinder und Jugendliche zu ihren Vorstellungen zum Sportverein befragt. Uns interessieren in diesem Zusammenhang die Begründungen der ehemaligen Vereinsmitglieder, warum sie den Sportverein verlassen haben.

Wenn individuelle Voraussetzungen und Begabungen fehlen

Kinder und Jugendliche beginnen, wenn sie einem Sportverein beitreten, eine Phase der Überprüfung und Chancenabwägung. Sie müssen sich darüber klar werden, ob ihnen die im Verein betriebene Sportart Freude macht und und ob sie sich darin Erfolgsaussichten ausrechnen können, denn wer Sport betreibt, braucht dazu gewisse vorhandene, zu entwickelnde und zu erweiternde Fähigkeiten. Auf der andern Seite prüft der Verein, ob die Eintretenden mit ihren Fähigkeiten, ihren Verhaltensweisen und ihren Vorlieben zu ihm passen.

Früher traten erst die Jugendlichen dem Fachsport bei

Früher fanden Kinder – wenn schon in einer organisierten Gruppe und nicht auf der Strasse und im Hof – breitgefächerte Bewegungsformen, Spiel- und Sportaktivitäten im Jugendverband oder in der Jugendriege, die sie auf verschiedene Sportarten vorbereiteten. Erst im Jugendalter, wenn sie eher wussten, wie sich ihr Charakter, ihre Vorlieben und ihre körperlichen Eigenschaften entwickeln würden, haben sie sich für den Fachsport, etwa OL oder Handball, entschieden, dem sie dann über längere Zeit die Treue hielten. Häufig erforderte dieser Schritt keinen Vereinswechsel, denn viele Turnvereine hatten spezialisierte Sektionen – etwa eine Skiriege –, Pfadiabteilungen oft eine angeschlossene Handballgruppe.

Das heutige Eintrittsalter programmiert Vereinswechsel vor

Heute betreiben schon Kinder Fachsport. Wenn sie in der Pubertät feststellen müssen, dass sie die von ihrer Sportart verlangten körperlichen und/oder psychischen Voraussetzungen nicht haben werden, drängt sich für sie ein Wechsel der Sportart auf. Innerhalb des gleichen Vereins ist das heute aber weniger möglich, deshalb nimmt die Zahl der Vereinswechsel zu, ja sind durch die Sportentwicklung geradezu vorprogrammiert. Dass jemand von fünf bis fünfundzwanzig Jahren über alle biographischen Entwicklungen und Neuorientierungen hinweg dieselbe Freizeitbeschäftigung anziehend findet und intensiv betreibt, ist zwar eine Wunschvorstellung, wird aber in der Wirklichkeit immer seltener.

Die Begabten suchen die Sportart mit den meisten Erfolgsaussichten

Gerade die höchst motivierten, ehrgeizigen und sportlich besonders befähigten Jugendlichen verlassen dann ihren Verein, wenn sie die eigenen Fähigkeiten, in der gewählten Sportart an die Spitze zu gelangen, für nicht ausreichend halten. Wenn die Sportvereinskultur direkt und fast ausschliesslich auf die Resultate der sportlichen Leistungen Gewicht legt, und wenn die soziale Stellung und Anerkennung (auch durch den Leiter) davon abhängt, dann ist es logisch, dass Jugendliche in die Sportart wechseln, in der sie eher hoffen können, gute Resultate zu erreichen. Diese Vereinswechsel hängen zusammen mit der zunehmenden Erfolgsorientierung bereits im frühen Kindes- und Jugendalter.

Veränderungen im Umfeld

Viele Ursachen, die zum Wechseln und Aussteigen zwingen, können Jugendliche nicht beeinflussen. Das sind etwa Wohnortwechsel oder neue Zeitstrukturen, die ihnen die Schule und die Berufsausbildung mit zusätzlichen Anforderungen auferlegen. So kann die Gewerbeschule mit einem Abendkurs ausgerechnet den Wochentag belegen, der bisher für das Vereinstraining reserviert war. Daraus sich ergebende Trennungen sind darum oft unausweichlich, weil auf dem Weg vom Kind zum Jugendlichen und jungen Erwachsenen das Umfeld sich ändert und neue zeitliche Beanspruchungen stellt.

Kinder- und Jugendliche im Freizeitstress

Heute stehen zudem bereits Kinder unter vielfachem Freizeitstress. Es gibt immer mehr Angebote für Kinder und Jugendliche in ausserschulischen Bereichen von der Ballettschule bis zum Reitunterricht, von der kirchlichen Jugendarbeit bis zum Kinderchor. Kinder und Jugendliche müssen ihre Zeit genau so planen wie Manager und wie diese Agenden führen. Auch der Sport hat diese Entwicklung mitverursacht, deren Folgen er nun beklagt.

Neue Interessensgebiete und Beziehungen

Dazu tun sich in der Entwicklung vom Kind zum Jugendlichen und jungen Erwachsenen neue Interessensfelder und Begegnungen auf: Freundschaften und die Möglichkeit, die Freizeit unabhängiger in Jugendgruppen und -cliquen zu verbringen. Sollen die Jugendlichen auf diese Erlebnisfelder verzichten und sich einseitig nur auf den Sportverein beschränken? Viele Jugendliche sagen dazu Nein – und das ist unter dem Aspekt der Ganzheitlichkeit und ihrer Entwicklung heraus verständlich.

Das Angebot ist oft auf stark wettkampforientierten Sport beschränkt

Während die Sportvereine für Kinder ein breitgefächertes Programm anbieten, verengt sich das Angebot für Jugendliche oft einseitig auf wettkampforientierten Sport mit hohen zeitlichen Verpflichtungen. Sie können sich dann nur noch entscheiden, ob sie die erhöhte zusätzliche Trainingszeit auf sich nehmen können und wollen, oder ob sie den Verein verlassen (müssen). Und das auch dann, wenn sie gerne mit gleichbleibender Leistungsbereitschaft und Zeitaufwand weiter mitmachen möchten.

Das hat aber auch zur Folge, dass Jugendliche, die aus unterschiedlichen Gründen in einen andern Verein eintreten möchten, oft gar nicht mehr aufgenommen werden, weil man sich wenig Chancen ausrechnet, dass sie noch zur Spitze aufrücken könnten.

Ein «Leben für den Sport»?
Wenn auch der Sportverein im ohnehin mit Herausforderungen überladenen Jugendalter ein grösseres zeitliches Engagement verlangt, ja oft fast ein «Leben für den Sport» fordert, so muss er sich nicht wundern, wenn viele Jugendliche solchen Anforderungen nicht mehr folgen wollen und können. Tatsächlich wächst die Beanspruchung begabter Jugendlicher durch den Sportverein gegenüber früher enorm und sie wird wohl weiter zunehmen.

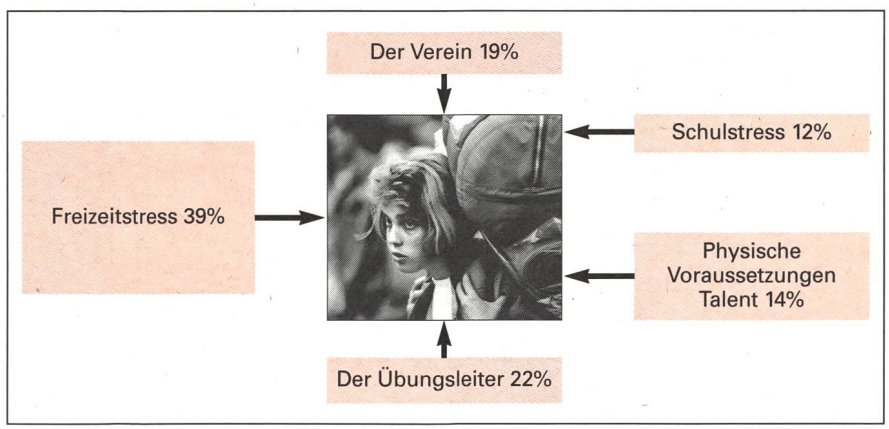
Hier jedoch stossen wir an Grenzen. Wir müssen akzeptieren, dass Jugendliche sich in anderen Interessensfeldern engagieren, wenn wir sie als junge Menschen auf der Suche nach ihren Lebensentwürfen ernst nehmen wollen.

Verhältnis zu Trainer/-in und Leiter/-in
Eine Ursache zum Wechseln oder Aufhören kann auch der Trainer oder die Übungsleiterin sein. Zwar zeigt die eingangs erwähnte Umfrage bei Jugendlichen eine hohe Wertschätzung der fachlichen und sozialen Kompetenz der Trainerinnen und Trainer, und beweist, dass diese für viele Jugendliche ausserhalb der engeren Familie eine wichtige Anlaufstelle für Probleme sind. Trotzdem kann es hier auf der persönlichen Ebene zu Schwierigkeiten kommen. Das hängt wohl auch damit zusammen, dass Trainerinnen und Trainer je nach ihrer Persönlichkeit eine besondere Begabung für eine bestimmte Altersstufe haben. Jemand, der zu Kindern leicht den Zugang findet, kann vielleicht mit Jugendlichen weniger gut umgehen.

Wenn einem die Sportgemeinschaft verleidet
Unter Kindern und Jugendlichen gibt es neben Freundschaften immer auch Rivalitäten und Abneigungen, die einzelnen die Sportgruppe verleiden können. Dabei ist es für eine Trainerin oder einen Leiter oft schwierig einzugreifen, wenn ein Kind oder Jugendlicher in eine Randstellung gerät. Geht man zudem davon aus, dass viele Kinder deshalb in einen Verein eintreten, weil ihre Schulkollegen schon dort sind, dann können sich hier natürlich auch bei einem Schulwechsel die Voraussetzungen und damit die Bindungen an den Verein lockern.

Sportliche Laufbahnberatung – eine neue Leiteraufgabe
Für die Leiter und Leiterinnen bringt das die neue Anforderung, die sportlichen Neuorientierungen der Jugendlichen ernst zu nehmen und darin eine Verantwortung und eine Chance zu sehen. Damit ist eine Art von «Laufbahnberatung» gemeint, um die Jugendlichen in den Verein umzuplatzieren, in den sie mit ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten am besten hineinpassen. Das braucht die Kenntnis anderer Sportarten und auch die Gelassenheit, die Jugendlichen ihren eigenen Weg gehen zu lassen. Es kann ein Erfolgserlebnis sein, feststellen zu können, dass Jugendliche nach einem Wechsel wieder engagiert dabei sind und nicht dem Vereinssport endgültig den Rücken kehren. Eine Voraussetzung zu diesem Ziel ist eine gute Zusammenarbeit der Sportvereine im Dorf oder Quartier.

Lebenslange Bindung an den Sport – nicht nur an den Sportverein
Was folgt aus diesen Überlegungen? Vermehrter Wechsel in Sportarten und Sportverein ist ein Phänomen, das uns beunruhigt, aber gleichzeitig gehorcht es der Logik des Systems. Es ist eine faszinierende Herausforderung für Leiterinnen und Leiter, Kinder und Jugendliche beim Finden ihres Platzes in der Sportgemeinschaft zu beraten und zu unterstützen. Auch wenn damit ein Vereinswechsel verbunden ist. Das zentrale, überdauernde und gemeinsame Anliegen aller Sportvereine ist dabei, sie durch gute und motivierende Sporterlebnisse an den Sport zu binden. Ein Leben lang.



Austrittsgründe, 7. bis 13. Schuljahr 1992 in Nordrhein-Westfalen.

Literatur
Dietrich K.; *Sack* H.G.; *Brinkhoff* K.P. Abschlussbericht. Kindheit, Jugend und Sport in Nordrhein-Westfalen; Der Sportverein und seine Leistungen. Materialien zum Sport in Nordrhein-Westfalen; Eine Schriftenreihe des Ministeriums für Stadtentwicklung, Kultur und Sport, Heft 44.

J+S-LEITERBÖRSE

Trainerinnen werden gesucht

Synchronschwimmen

Der SV Cham sucht 2 Synchronschwimmtrainerinnen für eine Gruppe von 12 Mädchen. Niveau: Test 2 bis 6.
Infos: Ariane Frey, Tel. 041 780 46 49
Franziska Boog, Tel. 041 780 60 23

J+S-Leiter wird gesucht

Bergsteigen

Für einen Kurs (Region Pontresina) vom 8. bis 15. 8. 1998 wird ein Leiter gesucht
Auskunft erteilt: Z. Plaskowski
Tel. P: 052 242 65 04 (abends)
Tel. G: 052 266 25 36/31 (tagsüber). ■

KURSE, VERANSTALTUNGEN

Sport und Internet

Tagung 98 des Bundesamtes für Berufsbildung und Technologie (BBT)

Ziele: Einführung ins Internet mit speziellen Angeboten für den Sportunterricht und Kennenlernen der vernetzten Module des Programms «SportPro2000».
Inhalte: Arbeit mit dem Internet und den wichtigen Sportinformationen. Standardprogramm «Sportpro2000» (für Mac und Windows).
- *Kurze Präsentation des Zentralmoduls:* Administration, Jahres-/Semesterplanung und Lektionspräparationen, Qualitäts-/Erfolgskontrolle
- *Erprobung der Peripheriemodule:* Sportdossier: Organisation, Betrieb, Sporttheorie (Gesundheitslehre, Sportarteninfos), Sportveranstaltungen (Spielturniere, Zeitwettkämpfe, OL)

Adressaten: Lehrer/-innen aller Fachrichtungen aus Berufs- und Mittelschulen
Ort/Datum: KV Zürich, Limmatstrasse 310, 8005 Zürich Tel. 01 444 66 00
Samstag, 26. Sept. 1998
Leitung/Referenten: Bruno Bettoli und Ruedi Bürki, Urban Schumacher
Anmeldefrist: 15. Juli 1998 über die eigene Schule an das BIGA-Sekretariat, Postfach 42, 3250 Lyss. Mac- und Windows-Programme; keine PC-Kenntnisse nötig.

Neuer Ausbildungslehrgang «Herztherapeut/-in SAKR»

Die Rehabilitation von Herzpatienten hat in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen und ist zu einem festen Bestandteil des Therapiespektrums in der Kardiologie geworden. Zu den wissenschaftlich anerkannten Vorteilen, die für den Patienten mit einer komprehensiven, kardialen Rehabilitation erzielt werden können, gehören eine Reduktion der Mortalität um 20 bis 25%, eine Verbesserung der Belastbarkeit und des psychischen Wohlbefindens, eine Reduktion der kardiovaskulären Risikofaktoren (insbesondere des Nikotinkonsums und erhöhter Blutfette).

Durch ein komprehensives, kardiales Rehabilitationsprogramm soll eine nachhaltige Änderung des Lebensstils erreicht werden. Dazu gehören neben der medizinischen Evoluation ein kontrolliertes, körperliches Training, die Beeinflussung der kardiovaskulären Risikofaktoren, eine allgemeine Gesundheitserziehung, ein gutes Stressmanagement und eine psycho-soziale Betreuung. Die Rehabilitation erfolgt im Rahmen eines Teams von Fachleuten, in dem der/die Physiotherapeut/-in oder Sportlehrer/-in mit der Durchführung des körperlichen Trainings eine zentrale Rolle einnimmt.

In der Schweiz sind Rehabilitationstherapeuten in über 20 Institutionen der stationären und rund 25 Institutionen der ambulanten, kardialen Rehabilitation tätig. Zahlreiche Institutionen der kardialen Rehabilitation in der Schweiz haben sich vor über 10 Jahren zur Schweizerischen Arbeitsgruppe für Kardiale Rehabilitation SAKR zusammengeschlossen. Ziel dieser Vereinigung ist die Förderung der Qualität der Arbeit der Rehabilitationsinstitutionen neben gegenseitiger Information, Einsatz für gemeinsame Interessen und Förderung der Fortbildung im Fachgebiet. Schon vor 10 Jahren wurden Qualitätskritierien für die kardiale Rehabilitation aufgestellt, die existierenden Institutionen mit diesem Tätigkeitsbereich in der Schweiz wurden anhand dieser Kriterien überprüft und es wurde ein Ordner mit einem Verzeichnis der durch die Arbeitsgruppe anerkannten Institutionen der kardialen Rehabilitation herausgegeben.

Im Rahmen dieser Bemühungen zur Verbesserung der Qualität der Betreuung der Herzpatienten wird nun neu ein Ausbildungslehrgang zum diplomierten Herztherapeuten SAKR angeboten. Das Angebot richtet sich an diplomierte Physiotherapeuten SRK und Sportlehrer mit dem Sportlehrerdiplom II oder dem Sportlehrerdiplom ESSM. Eine Anerkennung als Ergänzungsstudium an der Universität Bern oder Basel wird noch geprüft.

Der Kurs wird am Institut für Sport der Universität Basel und an der Schule für Physiotherapie im Ausbildungszentrum Insel am Universitätsspital Bern durchgeführt. Er gliedert sich in drei Abschnitte zu je 5 Tagen: In einem separaten Vorkurs für beide Berufsgruppen werden die Absolventen auf den gleichen Wissensstand gebracht. In einem gemeinsamen Hauptkurs werden dann die wichtigsten Elemente der kardialen Rehabilitation vorgestellt und erarbeitet. Ein bestens qualifiziertes Dozententeam bürgt für eine effiziente Ausbildung. Ausführliche Kursunterlagen und thematisch gegliederte Literaturlisten ermöglichen eine effiziente Prüfungsvorbereitung. Nach bestandener Prüfung folgt ein Praktikum in einer Institution der kardialen Rehabilitation in der Schweiz.

Nach bestandenem Lehrgang können die Absolventen Patientinnen und Patienten mit verschiedenen Herzerkrankungen in Zusammenarbeit mit Kardiologen selbständig in Rehabilitationsgruppen ambulant oder stationär betreuen.

Sie sind in der Lage, Patientinnen und Patienten bezüglich physischer und psychischer Verfassung zu beurteilen, ein belastungsgerechtes Training durchzuführen und Notfallsituationen zu erkennen und korrekt und zielgerichtet zu handeln.

Der erste Vorkurs für Physioterapeutinnen und Physiotherapeuten findet vom 3. bis 7. August 1998 in Basel, der Vorkurs für Sportlehrerinnen und Sportlehrer vom 6. bis 10. Juli 1998 in Bern statt. Der Hauptkurs ist vom 7. bis 12. September 1998 in Bern vorgesehen mit Abschlussexamen am 25. September 1998 ebenfalls in Bern. An die bestandene Prüfung wird noch ein Praktikum von 5 Tagen in einer durch die SAKR anerkannten Rehabilitationsinstitution angeschlossen.
Informationen: Markus A. Schenker
Ausbildungszentrum Insel
Universitätsspital Bern
Murtenstrasse 10, 3010 Bern
Tel. 032 632 43 71, Fax 031 632 43 77
E-Mail Markus.Schenker@azi.insel

12. Magglinger Fortbildungstage

Bewegung, Spiel und Sport als Teil der Therapie, Rehabilitation und Freizeitgestaltung.

Die Eidg. Sportschule Magglingen bietet vom 2. bis 6. Juni 1998 wiederum ein Weiterbildungsseminar in der Suchthilfe und der Psychiatrie für Mitarbeiter/-innen in stationären und ambulanten Einrichtungen mit Interesse an.

Anmeldetermin: Ende April 1998

Anmeldung und Auskünfte:
Eidg. Sportschule, 2532 Magglingen
Fachstelle Sucht & Sport
Tel. 032 327 62 09. ■