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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 55 (1998)

Heft: 9

Rubrik: Aus der Mediothek

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: 11.07.2025

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

Neuerscheinungen

Françoise Matthey

Frank, Gerhard
Fussball. Kreatives Training. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 127 Seiten, Illustrationen, Figuren.

Dieses Buch beschreibt in 40 verschiedenen Trainingsschwerpunkten das technische, taktische und konditionelle Training nach der Spielmethode. Ziel des Buches ist die spielerische Gestaltung des Trainings, um Spielkreativität, Fantasie und Improvisation wieder mehr in den Mittelpunkt des Fussballspiels zu stellen. Mit Hilfe der vorgestellten Trainingsspiele kann das Training abwechslungsreich und interessant gestaltet werden. Eine kurze Einführung in die verschiedenen Spielsysteme der führenden Fussballnationen ergänzt den Praxisteil. Die wichtigsten Faktoren der Spielfähigkeit und des Spielverhaltens werden knapp und deutlich beschrieben. Ausserdem erhält der Trainer wichtige Tipps für ein richtiges «Warm-up» und «Cool down». Ein Register ermöglicht ein schnelles Auffinden der beabsichtigten Schwerpunkte in den unterschiedlichen Trainingsspielen.
71.2533

Baumann, Hartmut; *Leye,* Monika
Bewegung und Sport mit älteren Menschen. Wie – Was – Warum? Aachen, Meyer & Meyer, 1997. – 321 Seiten, Figuren, Tabellen, Graphiken.

In diesem Buch werden theoretische Grundlagen und aktuelle Ergebnisse aus Sportwissenschaft und Sportpraxis zum Erwachsenen- und Seniorensport in verständlicher Weise dargelegt. Die Frage «Bewegung und Sport mit älteren Menschen. Wer, wie, warum?» ist komplexer Art und erfordert demzufolge Antworten aus verschiedenen Betrachtungsrichtungen. Dazu gehören anthropologisch-pädagogische, motivations- und entwicklungspsychologische, soziologische und vor allem medizinisch-biologische Orientierungen. Die grosse Spannweite in der Altersstruktur im Erwachsenen-/Seniorensport und die damit einhergehende Vielfalt der Bedürfnisse in Bezug auf Bewegung, Spiel und Sport erfordert das Aufzeigen möglicher Ziel- und Wirkungsrichtungen. Dazu ist eine sorgfältige Analyse der Bewegungs- und Sportangebote nach deren Sinngehalten und schliesslich eine Modification von gängigen Vermittlungsverfahren notwendig.
9.288-2

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

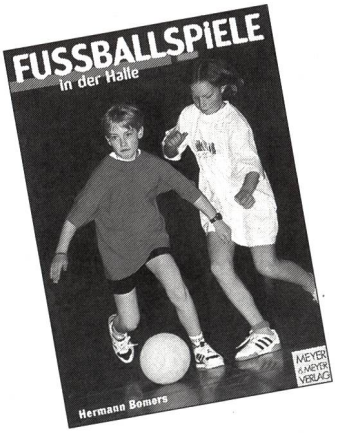
Häusermann, Stefan; *Graf,* Evi
Bewegung, Spiel und Sport mit behinderten Menschen. Schwerst- und Mehrfachbehinderung. Volketswil/Solothurn, SVBS/SVCG, 1998. – 57 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen, Graphiken.

Schwerst- und Mehrfachbehinderung wird als Beeinträchtigung in verschiedenen Entwicklungsbereichen verstanden. Dies erfordert eine ganzheitliche Sichtweise von Bewegung, Spiel und Sport. Aus der Sicht der Sonder- und der Sportpädagogik werden individuelle Voraussetzungen sowie mögliche Inhalte und Zielsetzungen für Bewegung, Spiel und Sport aufgezeigt. Der praxisbezogene Teil des Lehrmittels bezieht sich auf die Bewegungsmöglichkeiten im Wasser und an den Turngeräten (Ringe, Barren, Matten usw.), auf Einzel-, Gruppen- und Mannschaftsspiele in der Turnhalle sowie auf Bewegungs- und Spielangebote im Sportlager. Abschliessend werden die zehn Bewegungs- und Spielstationen des Schwerstbehinderten-Parcours vorgestellt.
70.3054-6/Q

Bischops, Klaus; *Gerards,* Heinz-Willi
Fussball. Ab- und Aufwärmen. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 134 Seiten, Illustrationen, Figuren.

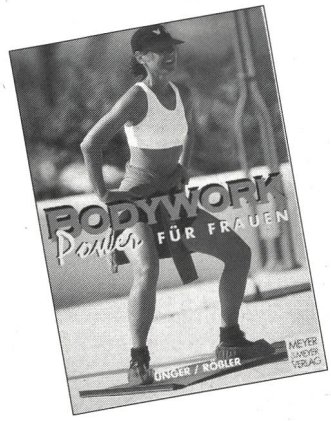
Ab- und Aufwärmen sind heute auch im Fussball feststehende Begriffe, die der Planung jeder Sportaktivität, sei es im Training oder Spiel, zu Grunde liegen müssen. So wie jeder Rennwagen erst warmgefahren werden muss, so wie sich jeder Sprinter auf seinen Start vorbereitet, muss auch der Fussballspieler sich physisch und psychisch auf Training und Spiel einstimmen, um sein maximales Leistungsniveau zu erreichen und die Verletzungsanfälligkeit zu mindern. Das Buch will Trainer/-innen, aber auch Spieler/-innen selbst über die Notwendigkeit und den Stellenwert eines sachgemässen Ab- und Aufwärmens informieren. Überschaubar und gut verständlich werden die physischen und psychischen Aspekte des Aufwärmens in den Stufen allgemeines, spezielles und individuelles Aufwärmen gezeigt. Rund 35 Programme zum Ab- und Aufwärmen garantieren ein abwechslungsreiches und jeder Monotonie entgegenwirkendes Vorbereiten auf die nachfolgenden Leistungsanforderungen. Hierbei steht möglichst das Sportgerät «Ball» im Mittelpunkt und variable Formen des Einspielens mindern die Vorbehalte gegen das Ab- und Aufwärmen.
71.2536

Bomers, Hermann
Fussballspiele in der Halle. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 168 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.



Hallenfussball erfreut sich grosser Beliebtheit sowohl im Schul- als auch im Vereinssport. Das Buch bietet eine Fülle von praktikablen Spielvorschlägen für alle Altersstufen und Stundenbilder nach dem Konzept Fussball «spielend» lernen und trainieren. Neben einer Einführung zum Thema Hallenfussball und wertvollen Hilfestellungen zur Trainings- und Unterrichtsplanung umfasst das Buch eine klare Gliederung des breit angelegten Spieleteils. Die ausführlich beschriebenen und anschaulich illustrierten Spiele in dem Buch sind bewegungsintensiv, haben Wettkampfcharakter, und sie garantieren jedem Spieler viele Erfolgserlebnisse aufgrund der vielen Ballkontakte in spielverwandten Situationen.
71.2534

Unger, Edgar; *Rössler,* Jürgen
Bodywork. Power für Frauen. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 142 Seiten, Illustrationen, Tabellen, Graphiken.



Das vorliegende Buch möchte einen umfassenden Überblick und genaue Anleitungen geben, wie man trainieren muss, um seine Figur nach seinen Zielsetzungen zu verändern, biologisch jünger und gesünder zu bleiben, den Rückgang seiner Leistungsfähigkeit zu stoppen oder einfach um mehr Spass und Erfolg beim Sport zu haben. Im bebilderten Trainingsteil präsentiert dieses Buch eine Vielzahl von verständlich aufbereiteten Übungen und Trainingsprogrammen für das Fitnesstraining mit und ohne Geräten, ob zu Hause oder im Fitnesscenter. Vervollständigt wird dieser Trainingsratgeber für Frauen durch Tipps zur Ausrüstung, Ernährung und Motivation.
72.1407

Rothenburger, Wolfgang; *Simon,* Sven
Frankreich: Fussball-WM 1998. München, Copress, 1998. – 176 Seiten, Illustrationen.

Dieses Buch beschreibt die 16. Fussball-WM, bei der zum ersten Mal 32 Mannschaften um den FIFA World-Cup spielten. Es enthält viele Fotos, Computer-Analysen, Spielberichte, Kommentare, alle Aufstellungen, Taktik-Grafiken, eine komplette Statistik sowie Pressestimmen.
71.2542/Q

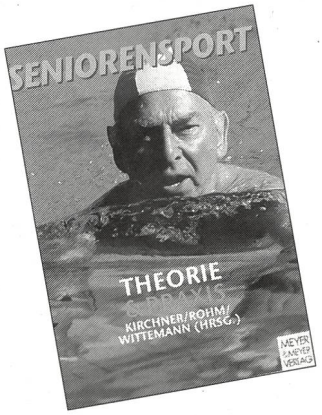
Müller, Bernd
Spass für alle durch kleine Ballspiele. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 157 Seiten, Figuren, Tabellen.

In diesem vorliegenden Buch werden neben der Spielesammlung ausführlich spieldidaktische und -methodische Fragen erörtert. Die zentrale Aussage dabei lautet, dass jeder Mitspieler mit Spass und Lerngewinn dabei ist, ungeachtet seiner individuellen Voraussetzung. Deshalb müssen Antworten sowohl auf motorische als auch auf soziale Probleme des Spielens gefunden werden. Voraussetzung für dieses Verständnis ist, dass kleine Ballspiele als Spiele mit selbstständigem Charakter aufgefasst sowie Spielbedürfnisse der Lernenden und Vermittlungsabsichten der Lehrenden ins Gleichgewicht gebracht werden.
71.2535

Hottenrott, Kuno; *Zülch,* Martin
Ausdauertrainer Radsport. Training mit System. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1998. – 192 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen, Graphiken.

Der Radsport gewinnt von Jahr zu Jahr mehr Anhänger, denn das Radfahren macht Spass, ist sehr erlebnisreich und gesund und stellt vielfältige Anforderungen. Eine immer grössere Gemeinde von Sportlern mag den Ausdauerkick nicht mehr missen. Systematisch lassen sich dabei Herz und Kreislauf trainieren, was zu einer höheren Belastungsfähigkeit bzw. Leistungsfähigkeit führt. In anschaulicher Weise werden in diesem Buch Ausdauerprogramme für den Radsport leicht präsentiert.
75.515

Kirchner, Gerhard; *Rohm,* Anette; *Wittemann,* Günter
Seniorensport. Theorie und Praxis. Aachen, Meyer & Meyer, 1998. – 415 Seiten, Figuren, Tabellen, Graphiken.



Das Buch greift wesentliche Themen in Theorie und Praxis des Alterssports auf. Neben theoretischen Kenntnissen werden die praktischen Konsequenzen für den Lebensalltag älterer Menschen unter der Sicht des Bewegungsproblems behandelt. Jedes Theoriekapitel orientiert sich deshalb einerseits am vorliegenden Erkenntnisstand, anderseits werden die praktischen Konsequenzen für das Alltagshandeln älterer Menschen abgeleitet. Die Praxis bietet speziell für Ältere Übungsansätze und Übungen zu solch wichtigen Bewegungsbereichen wie Spiele, Tanzspiele, Tänze, Wassergymnastik, Gehirnjogging, der Entwicklung koordinativer Fähigkeiten sowie zum Wandern. Von besonderer Bedeutung für das Üben Älterer ist ein Kapitel zu ausgewählten Methoden der Bewegungsförderung, z.B. der Tai-Chi-Heilgymnastik, der Feldenkrais-Methode, speziellen Atemübungen, der Muskelrelaxation, Reflexzonenmassage u.a. Der Band ist durch eine Vielzahl von Zeichnungen zu allen Kapiteln anschaulich gestaltet und für die praktische Nutzung geeignet.
70.3094

Nideröst, Astrid; *Nideröst,* Hansruedi
Schweizer Hüttenverzeichnis. Schöftland, Nideröst, 1998. – 4. Ausg. 448 Seiten, Karten.

In diesem Buch wird eine grosse Anzahl von über 700 Hütten des SAC, der Naturfreunde, des SSV und eine Vielzahl Privat- und Vereinshütten angezeigt. Neben den Liechtensteiner Hütten werden noch zirka 140 grenznahe ausländische Unterkünfte in Kurzform im Verzeichnis aufgenommen, so dass die Planung von grenzüberschreitenden Touren leichter werden dürfte. Auf Kartenausschnitten ist die Lage der einzelnen Hütten verzeichnet. Diese sind mit der Regionennummer und einer Abkürzung auf diesen Karten eingetragen. Neben einem alphabetischen Hüttenverzeichnis findet man im Anhang des Büchleins, in einer Zusammenstellung, auf Grund der Landeskartennummern (1:25 000), die auf diesen Karten eingetragenen Hütten, so dass man auf den Landeskartenblättern «seine Hütte» besser finden kann.
74.1000

Schäfer, Edith
Fitnesstraining mit dem Pezziball für Jugendliche, Erwachsene und Senioren. Celle, Pohl, 1997. – 56 Seiten, Illustrationen.

Aus dem Inhalt: Spielerisches Kennenlernen des Pezziballes – Gewöhnung an den Pezziball – Dehnungsübungen – Kräftigungsübungen – Koordinationsübungen – Übungsprogramme zum Verbessern von Kondition und Fitness – Anregungen für weitere Arm- und Beinbewegungen – der Pezziball in Kombination mit anderen Handgeräten – weitere Einsatzmöglichkeiten des Pezziballes.
72.1263 – 10