

Aus der Mediothek

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Maggingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Maggingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **54 (1997)**

Heft 4

PDF erstellt am: **08.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

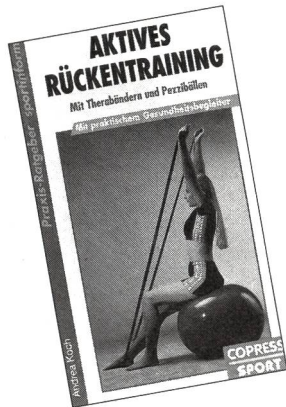
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Neuerscheinungen

Françoise Matthey



Koch, Andrea

Aktives Rückentraining. Mit Therabändern und Pezzibällen. Mit praktischem Gesundheitsbegleiter. München, Copress, 1996. – 159 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Das anspruchsvollste und abwechslungsreichste Rückentraining, das es je gab: Der Pezziball und das Theraband sind ideale Übungsgeräte, um Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit optimal zu trainieren, die Wirbelsäule erfolgreich zu stabilisieren sowie abgeschwächte Muskulaturen gezielt aufzubauen.

In einem übersichtlichen Theorieteil findet der Leser die nötigen Informationen zur Anatomie der Wirbelsäule sowie zu Formen des Kraft- und Flexibilitätstrainings. Im praktischen Teil folgt eine grosse Zahl von Übungen zur Kräftigung und Dehnung aller Muskelpartien sowie zur Stabilisierung der Wirbelsäule.

Im zusätzlich beigelegten Gesundheitsbegleiter werden darüber hinaus verschiedene Trainingsprogramme mit beiden Übungsgeräten für die Hals-, Brust- und die Lendenwirbelsäule zusammengestellt.

72.1356

Lauda, Niki; Völker, Herbert

Niki Lauda. Das dritte Leben. München, Wilhelm Heyne, 1996. – 304 Seiten, Illustrationen.

Diese Autobiographie Niki Laudas erzählt nicht nur von den Höhen und Tiefen im Leben eines aussergewöhn-

lich erfolgreichen Formel-1-Rennfahrers. Sie berichtet auch über sein Leben als Airline-Gründer, von seiner Lebensphilosophie, seinen Management-Prinzipien und den Motiven seines Erfolgs.

09.484

Sport Schweiz '96. Das Jahrbuch des Schweizer Sports. Nyon, Sport Schweiz AG, 1996. – 336 Seiten, Illustrationen.

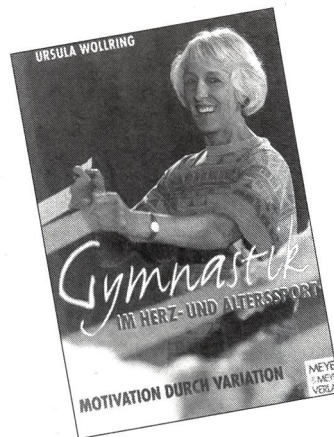
Dieser Band reflektiert das Schweizer und internationale Sportgeschehen des Jahres mit all seinen vielfältigen Aspekten.

Der Bogen spannt sich dabei von den Ski-Weltmeisterschaften in der Sierra Nevada, über die Fussball-EM-Endrunde in England mit erstmaliger Schweizer Beteiligung, die Strassen-Radweltmeisterschaft in Lugano mit den Erfolgen für Barbara Heeb, Alex Zülle und Mauro Gianetti, das Eidgenössische Turnfest in Bern bis hin zu den erfolgreichsten Olympischen Sommerspielen seit 1948 in Atlanta.

9.326/Q

Wollring, Ursula

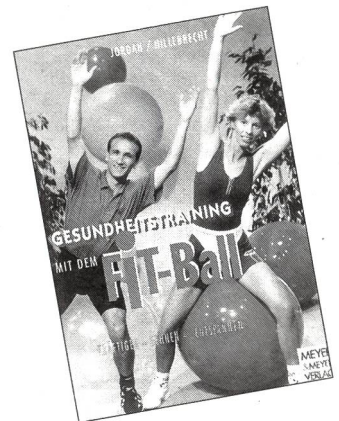
Gymnastik im Herz- und Alterssport. Motivation durch Variation. Aachen, Meyer & Meyer, 1997. – 189 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Die funktionelle Gymnastik spielt im präventiven wie auch im rehabilitativen Herzsport eine wesentliche Rolle. Ihre primäre Bedeutung liegt in der Erhaltung und Förderung der Körperfunktionen als Grundlage für weitere sportliche Betätigung. Dabei muss Funktionsgymnastik keineswegs langweilig sein, wie die Vielfalt an gymnastischen Übungen mit und ohne Geräten, die in diesem Band im Anschluss an allgemeine didaktische Überlegungen zur langfristigen Gestaltung von Übungsstunden aufgeführt werden, zeigt.

72.1363

Jordan, Alexander; Hillebrecht, Martin
Gesundheitstraining mit dem Fit-Ball. Kräftigen – Dehnen – Entspannen. Aachen, Meyer & Meyer, 1997. – 176 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Vielfalt, Dynamik, Spass – mit diesen drei Begriffen lässt sich das Erfolgsgeheimnis des Fit-Balls beschreiben. Durch seinen Aufforderungscharakter ist er wie kein anderes Gerät geeignet, Bewegungen zu fordern und zu fördern.

Praxisnah werden zahlreiche, didaktisch gut aufbereitete Übungen mit dem Fit-Ball vorgestellt, wobei die gesundheitlichen Aspekte im Vordergrund stehen. Das Angebot reicht von Entspannungsübungen über Dehn-, Kräftigungs- und Bewegungsübungen bis hin zu Übungen im Wasser und Kleinen Spielen.

72.1362

Ernst, Karl; Bucher, Walter

Lehrmittel Sporterziehung. Bd 1: Grundlagen. Bern, EDMZ, 1997. – 148 Seiten, Illustrationen.

Mit diesem Band erfolgt der Startschuss für die 6-bändige Ausgabe der von der Eidg. Sportkommission herausgegebenen «Lehrmittelreihe Sporterziehung». Unter der Projektleitung von Walter Bucher haben über 50 Fachleute – Praktiker und Pädagogen – bei der Bearbeitung mitdiskutiert, geschrieben, korrigiert, Ideen eingebracht, Meinungen vertreten und für ihre Ideen gekämpft.

Der vorliegende Band 1 «Grundlagen» ist vor allem ein Didaktikbuch für die Volksschullehrerinnen und -lehrer sowie eine Lehr- und Lernhilfe für die Ausbildung der Lehrkräfte. In diesem Buch wird nicht auf die Wissenschaftlichkeit verzichtet, wohl aber auf eine umfassende Standortbestimmung der gegenwärtigen Forschung in Sportwissenschaft und Sportdidaktik. Lehrpersonen und Studierende finden in diesem Lehrmittel pointierte Stellungnahmen, die Grundlage für die

Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden (Tel. 032 3276308).

Diskussion und damit für das Erarbeiten eigener Positionen sein sollen. Die Aussagen sind als Impulse und nicht als unumstössliche Dogmen zu betrachten. Es ist das Anliegen des Autorenteams, Lehrende und Lernende zu einem handlungsorientierten Lehr-Lern-Dialog anzuleiten. In einem so verstandenen Unterricht spielen die Leitideen «ganzheitlich», «partnerschaftlich» und «selbständig» eine wichtige Rolle.

In den nachfolgenden Stufenbänden 2 bis 6 werden die theoretischen Grundlagen stufenspezifisch in die Praxis umgesetzt.

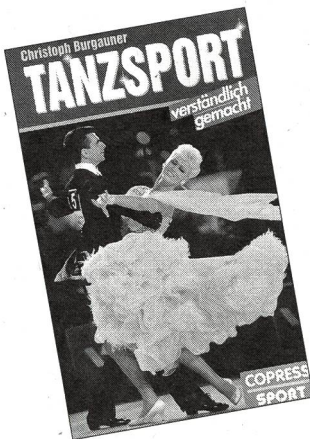
Das Buch ist als Ringordner im A4-Format konzipiert und enthält 7 Broschüren mit folgenden Inhalten:

- Sporttheoretische und sportdidaktische Grundlagen
- Bewegen, Darstellen, Tanzen
- Balancieren, Klettern, Drehen
- Laufen, Springen, Werfen
- Spielen
- Im Freien
- Übergreifende Anliegen

Das Konzept sieht vor, bis Ende 1998 alle 6 Bände dreisprachig herausgeben zu können.

03.2514/Q

Burgauner, Christoph
Tanzsport verständlich gemacht.
München, Copress, 1996. – 120 Seiten, Illustrationen.



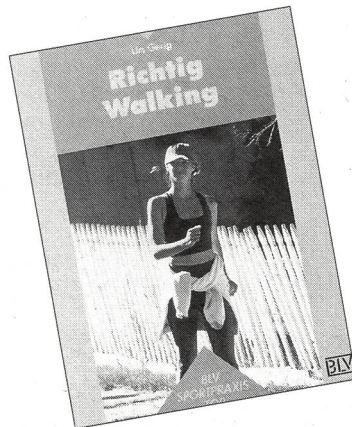
In diesem Buch erfährt der Leser alles über den richtigen Einstieg in die faszinierende Welt des Tanzsports, in der Show, Sport, Kunst und Erotik in einzigartiger Art und Weise vereint sind. Der Autor, der selbst über 20 Jahre lang Tanzsport betrieben hat, klärt die Grundbegriffe des Tanzens, porträtiert die einzelnen Standard- und Lateintänze und beschreibt die Lernprozesse innerhalb des Trainings. Ausserdem werden die verschiedenen Organisationen des Amateurtanzsports und des professionellen Tanzens vorgestellt, wobei nicht nur der Glanz und

Glimmer der grossen Turniere im Vordergrund steht, sondern auch der Verlauf und die Vorbereitungen eines Wettkampfes verständlich erklärt werden.

Darüber hinaus wird von den Wurzeln des Tanzsports in Europa und Amerika berichtet, von grossen Namen und Nationen, und dessen Geschichte bis in die Gegenwart hinein erzählt.

07.886

Gerig, Urs
Richtig Walking. München, BLV, 1996. – 127 Seiten, Figuren, Illustrationen.



«Richtig Walking» erklärt, auf welche Technik und innere Haltung es bei dieser sanften Sportart ankommt und geht auf verschiedene Varianten ein: das Gesundheits-, Fitness-, Power-, Exercise- und Race-Walking. Ein Kapitel ist dem Aufwärmen gewidmet, ein weiteres der optimalen Ausrüstung. Besonders viel Wert legt der Autor auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung im Unterschied zu langfristiger unbrauchbarer Diät. Dieses Buch beugt auch Alltagsbeschwerden wie Rückenschmerzen vor, ist ein ausgezeichnetes Rekonvaleszenz-Training nach einem Herzinfarkt und arbeitet wirksam gegen die gefürchteten freien Radikale.
73.675

Lehmann, Anton; Schaub Reisle, Maja
Jugendsport und Suchtprävention. Hintergrundinformationen und Impulse für Sportleiterinnen und Sportleiter. Bern/Magglingsen, BAG/ESSM, 1997. – 35 Seiten, Illustrationen.

Das Bundesamt für Gesundheit ermöglichte, in Zusammenarbeit mit der Eidg. Sportschule Magglingsen, von 1992 bis 1996 die nationale Kampagne «Ohne Drogen – mit Sport».

Die Broschüre basiert auf Erfahrungen und Erkenntnissen aus dem Projekt «Mach MITplus» und richtet sich an Sportleiter, die Jugendliche trainieren.

«**Baby-Schwimmen**». Video-Film.

Ursula Bohn, schweizerische Schwimm-instruktorin zeigt, wie Eltern mit viel Freude am Wasser ihr Kind ohne Schwimmhilfen schon im Baby-Alter schwimmen lernen.

Der Film wird an Gruppen und Privatpersonen vermietet.

Anfrage an: Schwimmschule Ursula Bohn, Sekretariat, Tel. 052 2329686.

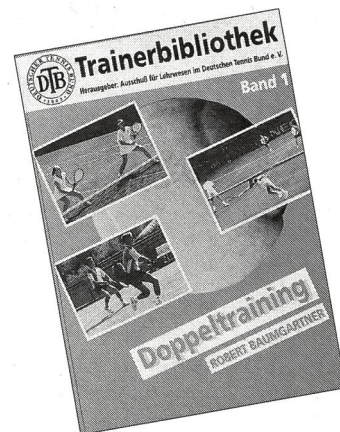
Informationen zu Sucht, Suchtursachen, Prävention und Sportverständnis wollen Ängste und Vorurteile abbauen und damit mehr Sicherheit im Umgang mit allenfalls suchtgefährdeten Jugendlichen vermitteln.

Tipps und Handlungsmodelle zeigen Möglichkeiten auf, wie Leiter Schwierigkeiten erkennen und darauf reagieren können und wie der Vereinssport seine suchtpreventive Wirkung entfalten kann.

06.2161-11/Q

03.2498-5/Q

Baumgartner, Robert
Doppeltraining. Sindelfingen, Schmidt & Dreisilker, 1996. – 65 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Dieses Buch schliesst eine bedeutende Lücke. Denn im Tennis wird – darin sind sich die Fachleute einig – das Doppelspiel zu selten und zu wenig systematisch trainiert. Dabei ist nicht nur zu berücksichtigen, dass das Doppel häufig über Sieg oder Niederlage bei Mannschaftswettbewerben entscheidet, sondern auch, dass die technischen und taktischen Fertigkeiten, die im Doppel von grosser Bedeutung sind, wie Aufschlag, Return, Angriffsspiel u.a., auch im Einzel Anwendung finden. Nicht zuletzt hat das Doppelspiel vor allem bei Jugendlichen auch eine wichtige pädagogische Funktion, denn die Teamarbeit wird beim Doppel grossgeschrieben.
9.275-1