

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **7 (2005)**

Heft 4

PDF erstellt am: **11.09.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,
Der Bewegungsdrang im Kindesalter wird von einer Bewegungsunlust in der Jugend abgelöst. Im Laufe unseres Lebens ist die Phase, in der Bewegung und Sport an Bedeutung verlieren, eindeutig in der Adoleszenz, genauer zwischen dem 17. und 20. Lebensjahr, angesiedelt.

Die erste repräsentative Untersuchung von Jugend+Sport zeigt denn auch, dass der Prozentanteil der Jugendlichen zwischen 17 und 20 Jahren, der sich weniger als 30 Minuten pro Woche bewegt, grösser ist als bei den Erwachsenen: 36 Prozent Jugendliche gegenüber 30 Prozent Erwachsenen (vgl. Artikel auf S. 16). Auch die Ergebnisse der Studie SMASH 02 bestätigen diesen Negativtrend: Heute gibt es mehr körperlich inaktive Jugendliche als noch vor 15 Jahren.

Zeitmangel, in der Schule und im Beruf, Freunde, die keinen Sport treiben – das sind einige Gründe, die Jugendliche für ihre Bewegungsunlust anführen. Ein Blick in das Lebensumfeld der Jugendlichen, in dem auch andere Interessen existieren, macht diese Gründe verständlich. Wenn in der Kindheit die Bewegung selbstverständlich ist, besteht eine grosse Chance, dass sie auch in der Jugend eine beliebte Freizeitaktivität wird. Vielleicht müssen wir Lehrer und Leiterinnen uns mit der Tatsache abfinden, dass die Jugendlichen körperlich zwar weniger aktiv sind, ihre Einsatzbereitschaft – im Sport wie auch in anderen Bereichen – muss deshalb nicht in Frage gestellt werden: Die Suche nach einer ausgeglichenen Beziehung zum eigenen Körper und einer Identität in einer Gruppe von Gleichaltrigen, der Wunsch, die eigenen Fähigkeiten zu demonstrieren – das sind nur einige der Herausforderungen, die die Jugendlichen bei Bewegung und Sport finden.

Der Schul- und Vereinssport sind zwei wichtige Experimentierfelder für die Jugendlichen. Ohne dass sie sich dessen vielleicht bewusst sind, werden der Körper, die Gesundheit, das psychophysische Wohlbefinden und die sozialen Kontakte zu wichtigen Bestandteilen ihres Alltags und beeinflussen indirekt auch ihre Bewegungsaktivität. Die Praxisbeilage «Tippfit – mach mit» dieser Ausgabe von «mobile» richtet sich direkt an die Bedürfnisse der Jugendlichen und setzt sich mit Themenbereichen auseinander, mit denen sich Jugendliche beschäftigen: Nach welchen Kriterien wähle ich einen Sport, der meiner Persönlichkeit entspricht? Wie finde ich ein Gleichgewicht zwischen Arbeit/Schule und Bewegung? Oder wie gehe ich Krankheitserscheinungen an, die sich in Rückenschmerzen und Migräne äussern können?

Bewegungslust – Bewegungsfrust: Die Jugend ist ein Lebensabschnitt, der von Gegensätzen geprägt ist. Wir haben es in der Hand, Teenager ein Leben lang für Bewegung und Sport zu begeistern. Nutzen wir diese Chance!

Nicola Bignasca
mobile@baspo.admin.ch

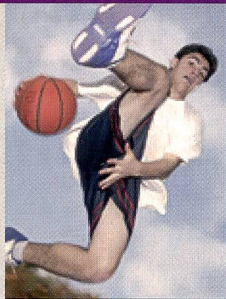
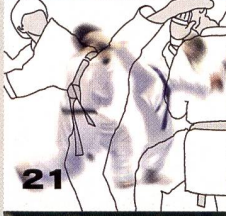
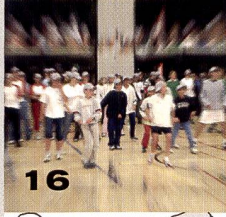


Foto: Daniel Käsermann



ETH-ZÜRICH
03. Aug. 2005
BIBLIOTHEK

mobile

Die Fachzeitschrift für Sport

Adoleszenz

Die schwierige Frage nach der Identität des Menschen wird in ihrer Deutlichkeit zum ersten Mal in der Adoleszenz formuliert. Das Ringen um eine Annäherung an die eigene Person ist Thema. Die Herausforderung für Unterrichtende besteht darin, das Verhalten von Jugendlichen besser zu verstehen und nicht voreilig zu deuten oder zu verurteilen.

Oft entscheidet sich zwischen 10 und 18 Jahren, ob die Schüler oder Juniorinnen mit positiven und motivierenden Bewegungserlebnissen dem Sport ein Leben lang treu bleiben oder die Turnschuhe ein für alle Mal an den Nagel hängen. Damit Letzteres nicht geschieht, braucht es die richtigen, methodisch-didaktischen Antworten. Mit dieser Ausgabe von «mobile» sollten diese noch treffender gegeben werden können.

- 6 **Ouverture**
- 8 **Zwischen Vielfalt und Einzigartigkeit – Eine Herausforderung für Trainer und Sportlehrerinnen**
Stefan Valkanover
- 12 **Eine Welt der Paradoxen – Eine Studie zum Bewegungsverhalten auf der einen, die Realität im Gymnasium auf der anderen Seite**
Erik Golowin
- 14 **Mehr Bewegungsangebote, weniger Kundschaft – Interview mit dem Präventivmediziner Pierre-André Michaud zur Smash-Studie**
Marcel Favre
- 16 **Fünfhundertfünfzigtausend in Aktion – Die Resultate der ersten Befragung zum Thema Jugend+Sport**
Doris Wiegand, Nicola Bignasca
- 21 **Zwischen 10 und 18 – Koordination, Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit: Ein Dossier zu sportbiologischen und -physiologischen Aspekten von Jugendlichen**
Lukas Zahner, Roland Gautschi
- 33 **Statements – Ein Sportlehrer am Gymnasium, ein Verantwortlicher aus dem Leistungssport und ein Bewegungswissenschaftler zum Drop-out-Phänomen**

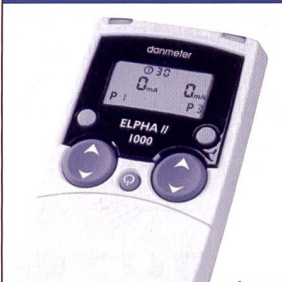
Mehr Details

www.mobile-sport.ch
www.baspo.ch
www.svss.ch

Innovativ in Muskelstimulation und
Schmerzbekämpfung

Muskeln spielen lassen!

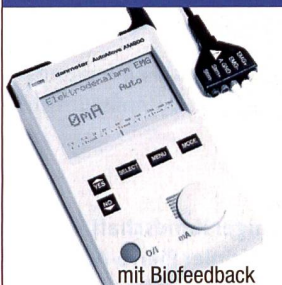
TENS – FES/NMS



Attraktive Miet-/
Kaufkonditionen.

Als eines der marktführenden Vertriebs-Unternehmen im Bereich der Elektrostimulation bietet die Parsenn-Produkte AG komplette Systemlösungen für alle Fachbereiche der Medizin an. Die innovativen und anwenderfreundlichen Produkte zur

MUSKELSTIMULATION



mit Biofeedback

- Neuro-Rehabilitation
- Schmerztherapie (TENS)
- Inkontinenzbehandlung
- Muskelstimulation (FES/NMS)

haben sich bewährt als ergänzende Alternativen zu verschiedenen Therapieformen. Alle Produkte werden stetig dem aktuellen Stand der Medizin-Technik angepasst und weiterentwickelt.

ZUBEHÖR



SYNAPSE

Ein vollständiger Produkte Service mit Miet-/Kaufkonditionen, Schulung und Beratung beinhaltet ebenfalls Zubehör wie z.B. Elektroden, Kontaktgel usw.

INFORMATIONSCOUPON

mobile 2005

- Bitte senden Sie uns Ihre Gesamtdokumentation.
- Speziell interessiert uns:

- Bitte rufen Sie uns an. Unser Telefon: _____

Absender: _____

Zuständige Person: _____

Parsenn-Produkte AG, Abt. Medizinische Geräte, 7240 Küblis
Tel. 081 300 33 33, Fax 081 300 33 39
info@parsenn-produkte.ch, www.parsenn-produkte.ch



Prellung? Verstauchung? Zerrung?



Olfen Patch® Das Schmerzpflaster von Mepha

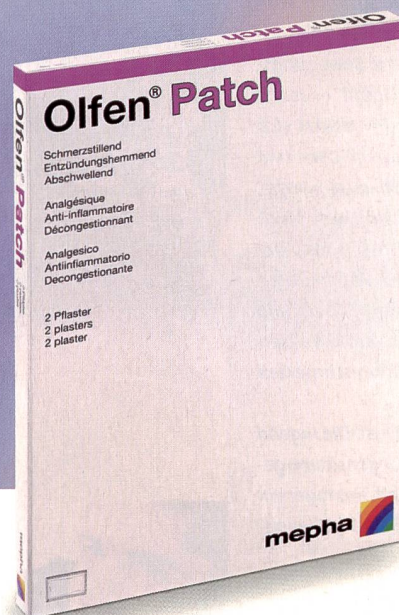
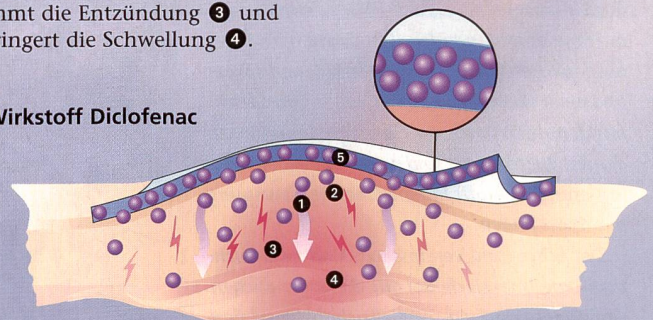
Wirkt dort, wo es schmerzt...

Olfen Patch® wirkt gegen Schmerzen und Entzündungen. Nachdem das Schmerzpflaster auf der Haut haftet, gelangt der Wirkstoff Diclofenac 1 ins schmerzende Gewebe. Dort lindert er die Schmerzen 2, hemmt die Entzündung 3 und verringert die Schwellung 4.

...lang anhaltend.

Olfen Patch® gibt den Wirkstoff laufend, wie aus einem Depot 5, in das schmerzende Gewebe ab. Bis zu 12 Stunden lang.

Wirkstoff Diclofenac



- > Schmerzlindernd
- > Entzündungshemmend
- > Abschwellend
- > Angenehm kühlend

Dies ist ein Heilmittel.
Bitte lesen Sie die
Packungsbeilage.
Erhältlich in Apotheken.

Die mit dem Regenbogen



«mobile» (7. Jahrgang: 2005) entstand aus der Zusammenlegung der Zeitschriften «Maggingen» (seit 1944) und «Sporterziehung in der Schule» (seit 1890)

Herausgeber



Bundesamt für Sport Magglingen (BASPO), vertreten durch Direktor Matthias Remund
Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS), vertreten durch Präsident Joachim Laumann

Co-Herausgeber



Die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu ist unser Partner in allen Fragen der Sicherheit im Sport.

Chefredaktor

Nicola Bignasca (NB)

Redaktionsrat

Barbara Boucherin, Adrian Bürgi, Marcel Favre, Erik Golowin, Arturo Hotz, Andres Hunziker, Bernard Marti, Walter Mengisen, Bernhard Rentsch, Rose-Marie Repond, Max Stierlin, Peter Wüthrich

Redaktorinnen und Redaktoren

Roland Gautschi (gau, deutsche Redaktion)
Véronique Keim (vke, französische Redaktion)
Lorenza Leonardi Sacino (lle, italienische Redaktion)

Bildredaktion

Daniel Käsermann (dk)

Übersetzungen

Janina Sakobielski, Marianne Scheer-Kocher

Redaktion

Redaktion «mobile», BASPO, 2532 Magglingen,
Telefon: ++41 (0)32 327 64 18, Fax: ++41 (0)32 327 64 78,
E-Mail: mobile@baspo.admin.ch,
www.mobile-sport.ch

Gestaltung und Druckvorstufe

agenturtschi, Soodstrasse 53, Postfach,
8134 Adliswil 2, www.agenturtschi.ch

Inserate

Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11,
8824 Schönenberg, Telefon: ++41 (0)44 788 25 78,
Fax: ++41 (0)44 788 25 79

Druck

Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen,
Telefon: 071 272 77 77, Fax: 071 272 75 86

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen

Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon: 071 272 74 01,
Fax: 071 272 75 86,
E-Mail: mobileabo@zollikofer.ch

Bezugspreise

Jahresabonnement (6 Ausgaben): Fr. 42.– (Schweiz),
€ 36.– (Ausland), mobileclub: Fr. 15.–
Einzelausgabe: Fr. 10.–/F 7,50 (+Porto)

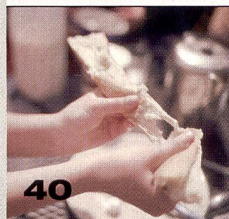
Nachdruck

Die in «mobile» publizierten Artikel und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke oder Kopien sind mit der Redaktion zu vereinbaren. Die Redaktion lehnt die Haftung für unverlangt eingeschickte Texte und Fotos ab.

Auflagen

deutsch: 10 233 Exemplare
französisch: 3184 Exemplare
italienisch: 1515 Exemplare
ISSN 1422-7851

Serien



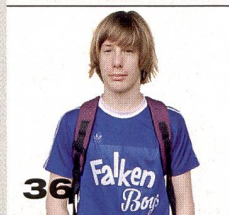
40 Sporternährung (4) – Essstörungen bei Sportlerinnen und Sportlern

Véronique Keim

46 Fächerübergreifender Unterricht (3) – Die Formel im Trampolin

Stephan Fischer

Ständige Rubriken



36 bfu – Junge Männer leben gefährlich

René Mathys

39 mobileclub

43 Neuerscheinungen

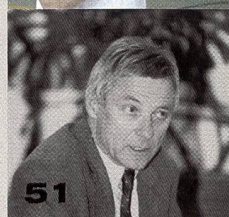


45 schweiz.bewegt – Wie die Gemeinde Hochdorf zum Sportplatz mutierte

Katja Brin

48 Bildung braucht Bewegung – Der Verantwortliche der SVSS-Weiterbildung zum neuen Education-Projekt

Janina Sakobielski



51 Rücktritt von Kurt Egger – Zum Abschied des Direktors des Institutes für Sport und Sportwissenschaft der Universität Bern

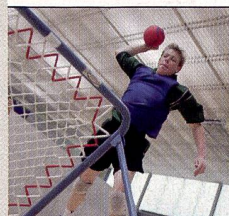
Arturo Hotz

53 Carte blanche/Schaufenster

54 Vorschau

Praxisbeilagen

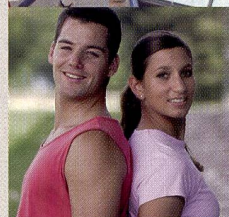
Tchoukball



Tchoukball erfreut sich in der Schweiz, sowohl im Verein als auch in der Schule, wachsender Beliebtheit. Damit das Spiel bei den Jugendlichen ankommt, muss es variantenreich lanciert werden. Diese Praxisbeilage zeigt einen Weg.

Carole Greber, Daniel Buschbeck, Véronique Keim

Tippfitt



Körperliche Bewegung hat viele positive Eigenschaften. Sie kann Stress und Übergewicht abbauen, Kopf- und Rückenschmerzen lindern und dich in Kontakt mit anderen Gleichaltrigen bringen. Diese Praxisbeilage zeigt dir, wie du den Problemen des Alltags mit einer gesunden Bewegungseinstellung begegnen kannst.

Alexa Partoll, Thomas Wyss, Ralph Hunziker