Objekttyp: **TableOfContent**

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

Band (Jahr): **1 (1998-1999)**

Heft 3

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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

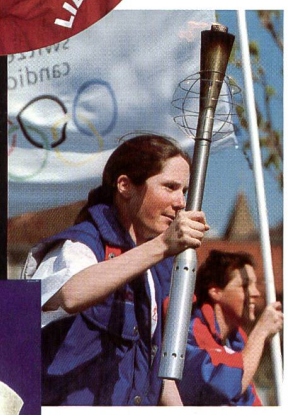
http://www.e-periodica.ch

Inhalt

mobile
Die Fachzeitschrift für Sport

12

16



39

50

Unterricht und Training

4 **Ouverture**

Fokus

6 Die Kunst, Taktik, Technik und Kondition integrativ zu koordinieren! *Arturo Hotz*

Akzente

12 Integratives Trainieren im Training der J+S-Leiterinnen und -Leiter *Barbara Boucherin*

14 Integratives Trainieren im Vergleich Sport in der Schule – Vereinssport. Im Gespräch mit Roland Giger, Rektor der Stadt Olten *Bernhard Rentsch*

16 Integratives Trainieren sportartspezifisch betrachtet. Leichtathletik, Fussball und Karate im Vergleich *Erik Golowin*

20 Integratives Trainieren im Sportunterricht *Roland Messmer*

Finale

23 Integrativ-ganzheitliches Trainieren: Qualitative Wende zum mehr Natürlichen und Organischen *Arturo Hotz*

Sport und Kultur

Visionen

39 «Olympische Erziehung»: Ein Thema auch für die Schweiz? *Arturo Hotz*

Interview

42 Jean-Daniel Mudry stellt «Sion 2006» vor: «Eine Kandidatur im Zeichen des Fairplay» *Nicola Bignasca*

Dok

45 «Olympismus» – auch massvolle Kritik am und für den Sport *Markus Küffer*

Meinungen

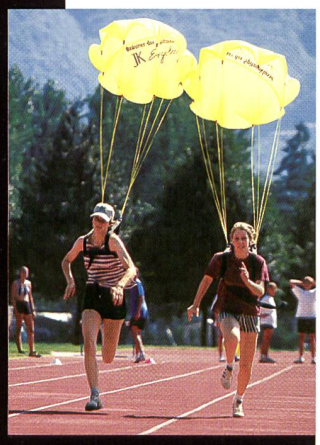
48 Persönlichkeiten äussern sich zur «Olympischen Erziehung»

Blickfang

50 Ein Plakat sagt mehr als tausend Worte *Beat Trachsler*

Rückblick

52 Medaillen für die schönen Künste? *Lutz Eichenberger*



Ganzheitlichkeit und Integratives Trainieren – zwei anspruchsvolle Themen! Kraft optimieren und gleichzeitig die Technik schulen! Taktische Varianten abwägen und trotz Hektik kühlen Kopf bewahren! Die verschiedenen Leistungsanteile unter einen Hut bringen und dieses Zusammenspiel in die Praxis umsetzen – das ist die Kunst, im Trainieren Taktik, Technik und Kondition zu koordinieren: Schnelligkeit verbessern unter konditionsfördernden erschwerten Fallschirm-Bremsbedingungen!

Der Heftbetreuer:
Arturo Hotz
Foto: Hugo Rust

Rubriken

Neuerscheinungen

24 Unter der Lupe
25 Durchgeblättert
26 Aus der Fachpresse
27 Aus dem Verlag

ETH-ZÜRICH
04. Juni 1999
BIBLIOTHEK

Bildungsangebote

28 SVSS-Fortbildung
29 SOV
30 Berufsschulsport
30 Kongresse
31 J+S
31 BASPO
31 Sport-Arena

Dialog

32 Mit kritischem Blick
33 Carte blanche

Info

36 Internet SVSS/BASPO
37 Jugend + Sport

Markt

35 mobile*club*
54 Sponsoren
54 Börse
54 Impressum

Praxis

Der ganzheitliche Prozess des Trainierens in der Praxis
Rolf Altorfer, Domenig Dannenberger, Claudia Harder, Marcel K. Meier, Rolf Weber, Pierre-André Weber

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Ich erlaube mir, Ihnen eine einfache, aber gleichzeitig ziemlich verfängliche Frage zu stellen: «Wie würden Sie einem unwissenden Ausserirdischen vom Mars, der sich auf Entdeckungsreise auf unserem Planeten befindet, erklären, was Sport bedeutet?» Ihre Antwort kann ich mir nur schwer vorstellen. Dennoch bin ich überzeugt, dass Sie nicht auf Aussagen wie «Der Sport ist die Summe aller Muskelkontraktionen» oder «Die Gesamtheit aller stereotypen Bewegungen» zurückgreifen würden.

Eines ist sicher: Es ist einfacher zu sagen, was der Sport nicht ist, als ihn in seinen Besonderheiten zu definieren. Bei unserem ausserirdischen Freund ist die Situation noch insofern speziell, als er vom Sport überhaupt keine Ahnung hat. An ihn seien die folgenden Überlegungen gerichtet: Der Sport ist eine Form des menschlichen Ausdrucks, der das Individuum in seiner Ganzheitlichkeit umfasst. Wie in der Musik sind auch beim Thema «Sport» die Variationen vielfältig. Man denke nur an den bunten Fächer sportlicher Disziplinen und an die Möglichkeit, sie auf verschiedene Arten und zu unterschiedlichen Zwecken auszuüben. Beispielsweise in Form eines Spiels, oder mit der Absicht, gesund zu bleiben, oder auch mit dem Ziel, hohe Leistungen zu erbringen.

Laufen mit Gewichtsweste: Auf dem Weg zum integrativen Trainieren.

Unserem ausserirdischen Freund aber wollen wir eine Gefahr nicht verheimlichen, die schon immer wie ein Damoklesschwert über dem Sport hing. Diese Gefahr besteht in der Tendenz, die Komponenten, welche die sportliche Leistung ausmachen, zu individualisieren und zu isolieren. Dadurch reduziert sich die sportliche Betätigung auf eine systematische Verbesserung der einzelnen Komponenten und nimmt nicht genügend Rücksicht auf die zwischen ihnen auftretenden Wechselwirkungen.

«Der Sport umfasst das Individuum in seiner Ganzheitlichkeit.»

Diese Ausgabe von «mobile» hat sich zum Ziel gesetzt, die Leserinnen und Leser dafür zu sensibilisieren, wie wichtig eine ganzheitliche Annäherung an die sportliche Betätigung ist. Was dieser Grundsatz konkret bedeutet, ergibt sich aus dem Zusammenhang, in dem Sport ausgeübt wird. Im Leistungssport besteht das integrative Trainieren in der Kunst, Kondition, Technik und Taktik zu koordinieren. Im Rahmen des Schul- und Vereinssportes umfasst der integrative Unterricht gleichzeitig die körperlichen, geistigen, emotionalen und beziehungsmässigen Komponenten der Schülerinnen und Schüler.

An diesem Punkt wird sich der ausserirdische Unwissende sicher fragen, was, in einfachen Worten ausgedrückt, integratives Trainieren und integrativer Unterricht im Sport bedeutet. Wir antworten ihm, indem wir auf ein typisches Bild seiner Welt Bezug nehmen: Mit dem integrativen Trainieren soll die Fähigkeit erworben werden, den Einsatz aller Mittel, über die sein Raumschiff verfügt, präzis und perfekt zu synchronisieren.

Wir laden unsere Leserinnen und Leser ganz herzlich ein, uns wissen zu lassen, wie weit das Konzept des «integrativen Trainierens», so wie es auf den folgenden Seiten beschrieben wird, in der Praxis des Sportunterrichtes ankommt.

Nicola Bignasca