Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 4 (2002)

Heft: 5

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: 09.07.2025

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

Mit Sicherheit mehr Spass beim Stürzen

Durch gute Organisation, passende Ausrüstung und sorgfältige Ausbildung können viele Stürze vermieden werden – aber in Sportarten wie Fussball, Mountainbiking, Inline-Skaten und Snowboarden stürzen auch Könnerinnen und Könner regelmässig. Wer dabei locker bleibt und verschiedene Formen des Abrollens beherrscht, kommt – meist – ungeschoren davon.

Christoph Müller

Kann Stürzen Spass machen? Wir amüsieren uns über die unzähligen, scheinbar schmerzhaften «Bodenkontakte» der Stars der Stummfilmzeit – stürzen wir aber selbst, vergeht uns oft das Lachen. Um die Lockerheit der Slapstickhelden zu erreichen, führt nichts am vielen Üben vorbei! Schämen ist fehl am Platz: Der Sturz ist die häufigste Unfallart und macht vor keinem Alter halt. So verletzen sich beispielsweise über 40 Prozent der jungen Erwachsenen beim Stürzen, und auch im Seniorenalter ist es immer noch der Sturz, welcher zu den meisten Verletzungen führt. Nach Meinung der bfu sollte deshalb jede Sportlehrkraft ein interessantes Sturztraining vermitteln können.

Stürzen als Element der (Fort)Bewegung

Gelingt es, ein Stolpern oder Fallen in eine der Situation angepasste Bewegung umzuformen, ist es möglich, ohne grossen Unterbruch wieder ins Spiel zu finden, beispielsweise im Fussball oder Volleyball. Diese Umformung ist oft eine Rollbewegung um die Körperlängs- oder Querachse, wobei im Idealfall der Kopf nicht aufschlägt und die Hauptbelastung auf Arme, Schultergürtel und Beine verteilt wird, um die Wirbelsäule und die inneren Organe zu entlasten. Die bfu zeigt im Safety Tool «Stürze» mit einer Basis-Lektion erste gezielte Schritte zum Erlernen einiger funktioneller Abrollformen, die bereits im Kindergarten gelernt werden können. Wer nach vielem Üben in der Lage ist, diese Falltechniken reflexartig abzurufen, kann auch beim Biken, Skaten und Snowboarden davon profitieren – was aber in keinem Fall das Tragen der Schutzausrüstung überflüssig macht. Wer sich vor dem Stürzen fürchtet, ist verkrampft und läuft Gefahr, sich zu verletzen. Wer sich furchtlos in jedes Wagnis «stürzt», wird früher oder später ebenfalls unsanft landen. Es geht darum, den Respekt zu wahren und den Schwierigkeitsgrad den Fähigkeiten anzupassen. Neben den Grundlagen der Falltechnik müssen natürlich auch gerätespezifische Bedingungen wie fixierte Füsse, harte oder weiche Unterlage (der Boden ist ein wichtiges «Gerät») berücksichtigt werden. Dann gilt: Sturz gut – alles gut! m

Checkliste

Vorbereitung
- ☐ die Beschaffenheit der Unterlage berücksichtigen (Matten, Belag, Platz, Route, Piste)
- ☐ Materialcheck (Geräte, Schutzausrüstung)

Ausbildung
- ☐ Safety Tool «Stürze» bestellen unter www.safetytool.ch und mit den Schülerinnen und Schülern oft üben
- ☐ Sturzformen auch als Element des Warm-up, als Zusatzaufgabe, Circuitteil etc. einsetzen

Verhalten
- ☐ Basics für alle, Steigerung individuell
- ☐ Schutzausrüstung tragen
- ☐ Bei der Ausführung ein Liedchen pfeifen

Zeichnung: Leo Kühne

Ein Tipp für die Praxis!

Grundform abrollen: Von der einen Hand über den Arm und die Schulter zur diagonal gegenüberliegenden Gesässseite abrollen und über den Unterschenkel des Spielbeines wieder aufstehen. Dabei das Kinn nahe am Brustbein halten (Kopfschutz). Geht auch rückwärts. Zuerst aus dem Stand, dann auch aus der Bewegung heraus üben.

Beratung: Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu, Abteilung Sport, Laupenstrasse 11, Postfach, 3001 Bern, Tel. 031 390 22 22, Fax 031 390 22 30, sport@bfu.ch, www.bfu.ch und www.safetytool.ch

panzeri®
veste lo sport

Das besondere Dress für Ihren Verein

Aus über 100 Grundmodellen bestimmen Sie:

- Modell und Farben
- die Stoffqualität
- die Aufschriften

Verlangen Sie Informationen und Gratisprospekte:

Vera Bühler
Grossmatt 16
6440 Brunnen
✆ 041/820 46 41
(auch abends)
Fax 041/820 20 85
E-mail: panzeri-sport@bluewin.ch

Mit **PANZERI®** ist Ihr Klub preisgünstig anders gekleidet!

Ski- und Snowboard-Weekend im Wallis

3 Tage schon ab Fr. 195.–

(pro Person inkl. Frühstück, für Gruppen ab 15 Personen)

Gratis Benützung Tennishalle mit Fitness- und Kraftraum, Dreifachhalle mit Tribüne, Hallenbad, Sauna, Solarium. Inkl. 1 Tageskarte Fiesch-Eggishornbahn. Unterkunft in Mehrbettzimmern oder gegen Aufpreis im Doppelzimmer.

SPORT FERIEN CENTER FIESCH

3984 Fiesch/Wallis
Telefon 027 970 15 15
www.sport-feriencenter.ch

Hochalpine Talentförderung

Wer im Sport Meisterleistungen vollbringen und gleichzeitig eine hoch stehende Schulbildung absolvieren möchte, bekommt die Chance am Hochalpinen Institut Ftan. Ganzheitliche Trainingsmethoden und keine allzu frühe Spezialisierung sind im Unterengadin die sportlichen Erfolgsrezepte.

Janina Sakobielski

Das Hochalpine Institut Ftan (HIF) im Unterengadin gehört gesamtschweizerisch zu den ersten Institutionen, die eine spezielle Sportklasse angeboten haben. Jungen Talenten aus verschiedensten Sportarten wurde damit der Weg zu zwei parallel verlaufenden Karrieren in Schule und Sport geebnet. Seit neun Jahren ist dieses System erfolgreich. Davon zeugen Weltmeister- und Junioren-Weltmeister-Titel und beruflich erfolgreiche Persönlichkeiten. Menschen, die durch das hervorragende mentale und sportliche Trainingskonzept von Joe Zangerl, Eigenschaften wie Ausdauer, Disziplin, Mut, Freude und Respekt entwickelt haben.

Schule und Sport in harmonischer Verbindung

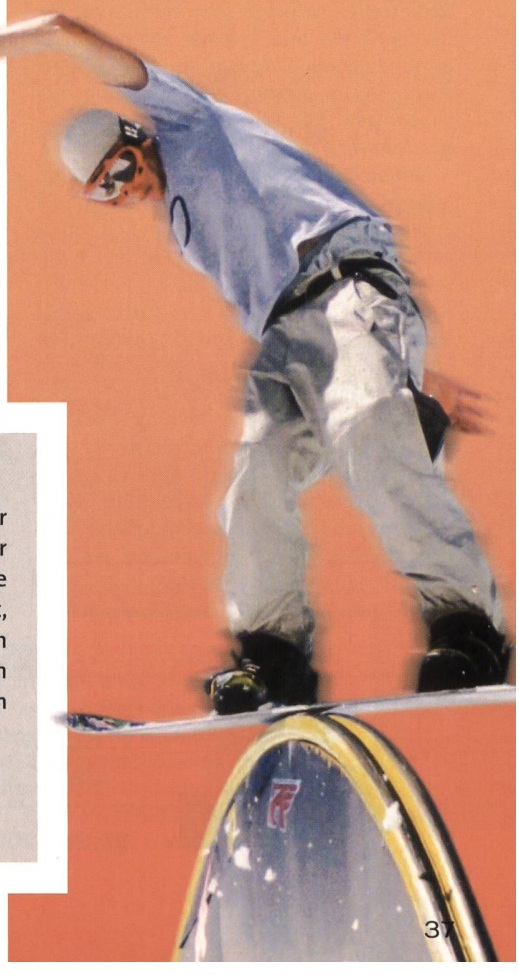
Ein Blick auf den Stundenplan der Sportklasse lässt zunächst keine Besonderheiten erkennen. Allerdings können die Schülerinnen und Schüler, in Absprache mit dem Sportklassenleiter Joe Zangerl, vom Unterricht für Training oder Wettkampf freigestellt werden. Je höher das sportliche Niveau, desto mehr Disziplin und Einsatz sind von Seiten der Jugendlichen und der Lehrerschaft gefordert.

Die Infrastruktur und hochalpine Lage von Ftan ist für Wintersport prädestiniert. Aber auch Sportarten wie Schwimmen, Inlineskating, Mountainbike und Triathlon sind in den Sportklassen vertreten. Joe Zangerl spricht von so genannten Hauptsportarten: Ski nordic (mit Inlineskating) und alpine, Snowboard freestyle und alpine. Er betont aber, dass in Ftan sehr vielseitig, d. h. polysportiv trainiert wird. Oft erfolgt die Spezialisierung erst mit zunehmendem Trainingsalter und Leistungsniveau.

Von den derzeit 15 Mädchen und 21 Knaben in den Sportklassen sind in der vergangenen Saison nahezu alle Athletinnen und Athleten erfolgreich im Kader gefahren. Bereits seit mehreren Jahren ist die Sportklasse als Trainingsstützpunkt von Swiss Ski anerkannt. Ftan ist auch Zentrum des Unterengadiner Stützpunktes SNAF, mit dem die Sportklasse eng zusammenarbeitet. m

«Selbstständigkeit ist für mich sehr wichtig»

Christoph Bantel, der sechzehnjährige Snowboarder aus Österreich, besucht seit zwei Jahren das HIF (2. Klasse der Handelsmittelschule) und ist mit seiner Wahl mehr als zufrieden. Ausser am Mittwochnachmittag, bietet jeder Tag ein volles Schulprogramm. Und das Training? «In meiner früheren Schule waren die Freistellungen für Wettkämpfe ein ständiger Kampf. An Freistellungen für Trainings war schon gar nicht zu denken», erzählt Christoph. Heute kann er sich für seine Trainings und Wettkämpfe den nötigen Freiraum schaffen. Wie er denn den verpassten Schulstoff nachholt? «Obwohl täglich Nachhilfestunden angeboten werden, mache ich dies meist selbstständig», meint Christoph. Da er seinen Trainer Joe Zangerl nicht nur «Trainer», sondern auch «Freund» nennt, wird die schulische Unterstützung nicht selten auch von dieser Seite geleistet.
Seine Ziele? Schulisch möchte er in zwei Jahren das eidgenössische Handelsdiplom abschliessen und sportlich natürlich möglichst hoch hinaus. Dass Christoph Bantel ein Athlet mit grossem Potenzial ist, hat er in der vergangenen Saison bewiesen. Er holte sich den Titel des österreichischen Jugendmeisters im BoarderX 2002.



Das Angebot am Hochalpinen Institut Ftan in Kürze

Die Palette reicht vom Gymnasium (mit Schwerpunkt- und Ergänzungsfächern) über die Handelsmittelschule mit Berufsmaturität bis zur Diplommittelschule, einer Sekundarschule, Deutsch als Fremdsprache; und natürlich der Sportklasse (für alle Schultypen zugänglich). Die Schulzeit entspricht der regulären Schulzeit, das heisst, auch wer eine Sportklasse besucht, absolviert kein zusätzliches Jahr. Die schulischen Aufnahmebedingungen sind je nach Ausbildungsgang geregelt und entsprechen den kantonalen Richtlinien. Im Sportbereich ist im Unterschied zu anderen Sportschulen keine Kaderzugehörigkeit zwingend.

Kontaktadresse: Hochalpines Institut Ftan, 7551 Ftan, Tel. 081 861 22 11, E-mail: info@hif.ch, Internet: www.hif.ch

Unter der Lupe

Duri Meier (DM), Pia Näf (PN), Roland Gautschi (RG)

Führung braucht Coaching

Wenn Führungskräfte aus der Wirtschaft Spitzentrainer einladen, versprechen sie sich neue Erkenntnisse in Bereichen der Mannschaftsführung, Teambildung und Motivationstechniken. Umgekehrt könnte wohl auch der Sport bezüglich Coaching einiges von der Wirtschaft lernen. So kann beispielsweise die Lektüre des Buches «Coaching und Führung» interessierten Trainerinnen und Trainern bei ihrer Coachingarbeit weiterhelfen. Vorausgesetzt, man bringt die Fähigkeit mit, die Herausforderungen der Wirtschaft in die Welt des Sports zu transferieren.

Das erste Kapitel behandelt jene Themen, an denen Manager und Managerinnen scheitern können: die «grossen Tabus», die «Angst vor dem Versagen», die sogenannten «Sachzwänge». Faktoren, die auch für Trainerinnen und Trainer ein Problem sein können. Für die Autoren ist deshalb klar: «Gute Führung braucht Coaching.» Was dies heisst und wie gutes Coaching bei Führungskräften aussehen könnte, wird in den folgenden Kapiteln beschrieben. Es geht um Unterschiede und Zusammenhänge zwischen Führung, Leitung und Management und die Notwendigkeit des Coachings. Beleuchtet wird dessen Funktion «als Unterstützung von Führungskompetenz» oder die Rolle des «professionellen Coachs». Im Kapitel «Coaching konkret» geht es um Inhalte, Ziele und Methoden. Im Weiteren vermögen praxisnahe Geschichten und Fallbeispiele die Leser für die Thematik zu sensibilisieren. Anhand eines Coaching-Modells werden zentrale Themen und Möglichkeiten der Umsetzung konkretisiert. Jedes Kapitel ist mit «Tools» versehen (Fragelandkarten, Feedbackbogen, Profile, etc.). Diese dienen den Lesern als Lehr- und Arbeitshilfen und sind spannende Anregungen.

Noch einmal: Das Zielpublikum dieses Buches sind nicht Trainerinnen und Trainer. Gerade deshalb kann es für diese eine interessante Lektüre sein. (RG)

Pohl, M.; Wunder, M.: Coaching und Führung. Heidelberg, I.H. Sauer-Verlag GmbH, 2001. 105 Seiten. € 12,00. **9.330-45**

Die Kraft der Psyche

Im Leistungs- und Spitzensport müssen viele Faktoren stimmen, damit sich Erfolg einstellt. Die psychische Verfassung der Sportlerinnen und Sportler spielt oft das entscheidende Zünglein an der Waage. Wenn es um diesbezügliche Trainingsmethoden geht, hat die Psychologie ein wichtiges Wörtchen mitzureden.

Sabine Rehmer und Monika Biedermann, Mitarbeiterinnen der «Forschungsstelle Sportpsychologie» an der ETH gehen in diesem 25. Band der «Schriftenreihe der Gesellschaft zur Förderung der sportwissenschaftlichen Forschung an der ETH Zürich» (GFS) ausführlich auf den Leistungsbegriff im Sport ein. Sabine Rehmer beantwortet in einem ersten Schritt grundsätzliche Fragen («Was ist die sportliche Leistung? Welches sind Faktoren der sportlichen Leistung?»). In einem zweiten Schritt geht Monika Biedermann auf die «leistungsfördernden Faktoren» ein und stellt «psychologische Trainingsmethoden» vor. Eingerahmt werden diese Inhalte durch Beiträge von Guido Schilling. Kapitel I ist der Verwissenschaftlichung des Spitzensportes seit dem Zweiten Weltkrieg gewidmet. Im letzten Kapitel lässt Schilling die drei Jahre dauernde Zusammenarbeit mit den Curlerinnen des CC Bern, dem Swiss Olympic Team 2002, Revue passieren. Leider geht er nicht darauf ein, wie diese Zusammenarbeit mit dem erfolgreichen Swiss Olympic Team 2002 im Einzelnen aussah. Man hätte gerne mehr über die angewendeten psychologischen Trainingsmethoden und deren Anteil am sportlichen Erfolg erfahren.

Die Schrift mit beiliegender Informations-CD zum Thema Sportpsychologie kann unter folgender Adresse bestellt werden: Guido Schilling, Alpenstrasse 4, 2532 Magglingen, E-mail: schili@bluewin.ch. Sie kostet 28 Franken inklusive CD-Rom und Versand. (RG)

Biedermann, M.; Rehmer, S.; Schilling, G.: Psychische Aspekte der sportlichen Leistung. Zürich, Schriftenreihe der Gesellschaft zur Förderung der Sportwissenschaften an der ETH Zürich; Band 25, 2002. 144 Seiten. **9.57-25**

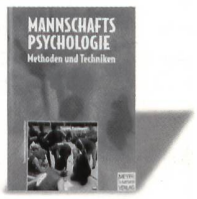
Die Dynamik der Mannschaft

Wer sich für gruppendynamische Prozesse interessiert und als Trainer tätig ist, dem bietet dieses Handbuch wertvolle Informationen zu Mannschaftsstrukturen sowie zu Trainer- und Mannschaftstypen. Vorerst werden die vier Phasen der Teambildung veranschaulicht, die Zusammensetzung und der Zusammenhalt einer Mannschaft analysiert und ihre Bedingungen ergründet. Welche Zusammenhänge bestehen beispielsweise zwischen den Faktoren «Zusammenhalt und Leistung»? Wie zeigen sich «Problemsituationen»? Wie «Motivations- und Koordinationsverluste»? Anhand übersichtlicher Grafiken und leserfreundlichen Modellen gibt das Handbuch einen Einblick in die Ursachen, Art und Weise sowie Ausprägungen von Formkrisen und zeigt Möglichkeiten zu deren Behebung auf.

Im zweiten Teil werden verschiedene Trainerstile vorgestellt. Als Leser oder Leserin kann man sich fragen: Gehöre ich zum autoritären Trainiertyp? Pflege ich einen kooperativen Stil? Sehe ich mich als beziehungsorientierten Trainer?

Ein weiteres Kapitel befasst sich mit dem Jugendtraining. Man erfährt mehr über die Wirkungen von positiven und negativen Erziehungsmassnahmen wie Ermutigung, Lob und Motivation. Im abschliessenden Kapitel werden praxisnahe Anregungen zur Selbstverstärkung gegeben und das Verhalten des Trainers als Coach während der Pausen analysiert. (PN)

Baumann, S.: Mannschaftspsychologie. Aachen, Meyer und Meyer, 2002. 222 Seiten. € 16,90. **01.1189**



1. Schweizermeisterschaft im Jazz- und Showtanzen

07. Juni 2003, im PODIUM/Düdingen/FR

Auskunft und Anmeldung:
Anita Bürki, Dorfstr. 18, 3184 Wünnewil/FR
026/497 97 37, sm03@feelings.ch

Konflikte verstehen

«Gib mir den Ball»- «Nein.» Konflikte, ihre Entstehung, das Management von Konfliktpotenzialen und -verläufen bilden die zentralen Themen dieses Buchs. Gerade in Sportspielmannschaften des Spitzensports lässt sich die hohe Bedeutung von Konflikten erkennen und als Erfolgsfaktor bestimmen. Konflikte werden als Systeme aufgefasst, die einerseits nutzbringend, andererseits aber auch kostenintensiv und «ressoucenzehrend» sein können.

Im ersten Teil des Buches, das sich an Sportunterrichtende sowie Trainerinnen und Trainer richtet, erhält man einen theoretischen Einblick in die Komplexität von Konfliktpotenzialen – von der Stabilisierung, Eskalation bis zur Deeskalation. Im zweiten Teil werden am Beispiel einer Fallstudie aus dem Handball die spezifischen Bedingungen von Konflikten verdeutlicht. Der dritte Teil ist dem Konfliktmanagement im Spitzensport gewidmet und zeigt auf, dass Konflikte nicht allein durch Schlichten, Vermitteln oder gute Spielführung verhindert werden können. Vielmehr spielen organisationales Lernen (Werthaltungen und Normspeicherung) und effiziente Öffentlichkeitsarbeit eine entscheidende Rolle. Wie dies in der Praxis aussehen könnte, wird im letzten Teil aufgezeigt. (PN)

Thiel, A.: Konflikte in Sportspielmannschaften des Spitzensports. Schorndorf, Verlag Karl Hofmann, 2002. 296 Seiten. € 19,80. **03.2916**

Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler

«Wer kann ...? – Aufgaben» auf der Unterstufe sind sehr beliebt und didaktisch sinnvoll. Kinder wollen ihr Können unter Beweis stellen und erhalten jetzt auch ein Diplom dafür. Auf der Grundlage der neuen Lehrmittelreihe «Sporterziehung in der Schule» haben die beiden Autoren eine ergänzende Sammlung von Spiel- und Übungsformen für 1. – 4. Klässler geschaffen. Das mit guten Kopiervorlagen versehene Werk erlaubt einen einfachen Einstieg in die Werkstatt- und Postenarbeit in der Turnhalle. Die in drei Schwierigkeitsstufen unterteilten Bewegungsaufgaben sind stufengerecht aufgebaut und mit Varianten versehen, die den unterschiedlichen Lerntempi der Schülerinnen und Schüler Rechnung tragen. Balancieren, Klettern, Springen und Kämpfen; alleine, zu zweit und in Gruppen mit selbst beurteilten Lernkontrollen führen Kinder zu neuen Bewegungsfertigkeiten und ihrem Diplom. Durch die selbständige Bewältigung der Posten kann sich die Lehrperson besser der Betreuungsaufgabe widmen. Die praxisorientierte Unterrichtshilfe enthält zusätzlich eine Aufbaureihe Seilspringen, Spielformen für Stundenbeginn und -ende sowie eine Auswahl bekannter Unterstufenspiele. (DM)

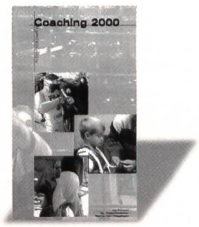
Müller, U.; Baumberger, J.: Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler. Ein Lehrmittel für das 1. – 4. Schuljahr. Horgen, Verlag Baumberger & Müller, 2002. 50 Seiten. **03.2873-10/Q**

Angeklickt

Coaching 2000

Die im Video dargestellten Sportler sind mittlerweile etwas in die Jahre gekommen, und einige Sportarten haben sich seit der Produktion sichtlich weiterentwickelt (Snowboard!). Teilweise vermögen die eingefangenen Sequenzen trotzdem zu fesseln. Die Beiträge kommen nicht nur aus dem Spitzensport. Zu sehen und zu hören sind sowohl aufgeregte Trainer hinter der Eishockeybande als auch Mütter und Väter, die ihre Kinder an Spiele begleiten und so wichtige Betreuungsarbeit leisten. Hervorzuheben sind einige differenzierte Meinungen von Sportlerinnen und Sportlern, was das Anforderungsprofil von guten Coachs betrifft. Mit eingestreuten Sätzen (z. B. «Was kann der Coach zum Erfolg beitragen?») versuchten die Autoren, dem Thema Coaching inhaltliche Tiefe zu geben. Diese Fragen und Leitsätze kommen jedoch etwas trocken daher, und werden durch die einzelnen Filmsequenzen nur teilweise beantwortet und verbildlicht. Mit Hilfe der beigelegten schriftlichen Zusammenfassung kann der 15-minütige Film jedoch durchaus als Einstieg in die spannende Welt des Coachings dienen. (RG)

Suter, H.; Venzl, R.; Wüthrich, P.: Coaching 2000. Magglingen, BASPO, 1993, Verkaufspreis: Fr. 30.–. Dauer: 15 Minuten. **V 70.17**



Durchgeblättert

Bewegungslehre
Müller, U.; Baumberger, J.: Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler. Ein Lehrmittel für das 1.–4. Schuljahr. Horgen, Baumberger & Müller, c/o Druckerei Studer, 2002. 50 Seiten. Fr. 20.–. **03.2873-10/Q**

Fussball
Greiber, P.; Freis, R.: Gehalten! Handbuch für das Torwarttraining in allen Jugendklassen. Münster, Philippka, 2001. 207 Seiten. € 19,95. **71.2788**

Golf
Letzelter, H.; Letzelter, M.; PGA of Germany (Hg.): Golftechniken: Wieso, weshalb, warum? Eine Trainings- und Bewegungslehre des Golfspiels. Münster, Philippka, 2002. 279 Seiten. € 24,90. **71.2796/Q**

Leichtathletik
Dahms, C.: Laufen. Geschichte, Kultur, Praxis. Göttingen, Die Werkstatt, 2001. 213 Seiten. Fr. 33.–. **73.749**

Mertens, M.: Laufen, Springen, Werfen. Mülheim an der Ruhr, Verlag an der Ruhr, 2002. 44 Blätter. Fr. 31.20. **73.746/Q**

Rollerskating
Schlichte, G.: Inline-Skaten lernen – aber sicher! Ein Trainingsbuch für Schule, Kinder- und Jugendgruppen. Mülheim an der Ruhr, Verlag an der Ruhr, 2000. 108 Seiten. Fr. 22.50. **75.581**

Schwimmen
Brookes, J.; Bunday, J.: Schwimm-Schule. Ein Kurs mit Arbeitsblättern und vielen Bildern. Mülheim an der Ruhr, Verlag an der Ruhr, 2001. 52 Seiten. Fr. 33.20. **78.1547-2/Q**

Sozialwissenschaften
Brettschneider, W.-D.; Kleine, T.: Jugendarbeit in Sportvereinen. Anspruch und Wirklichkeit. Eine Evaluationsstudie. Schorndorf, Hofmann, 2002. 502 Seiten. € 16,80. **03.2909**

Spiel
Weigl, U.: Das kleine Sportspielebuch. Für Kinder von 6 bis 10 Jahren, Schule, Studium, Verein, Freizeit. Schorndorf, Hofmann, 2002. 147 Seiten. Fr. 35.10. **71.2789**

Sportmedizin
Peterson, L.; Renström, P.: Verletzungen im Sport. Prävention und Behandlung. 3., völlig neu bearb. Aufl. Köln, Deutscher Ärzte-Verlag, 2002. 544 Seiten. Fr. 83.–. **06.2640**

Sportpsychologie
Fuchs, R.: Psychologie und körperliche Bewegung. Grundlagen für theoriegeleitete Interventionen. Göttingen, Hogrefe, 1997. 343 Seiten. Fr. 69.–. **01.1205**

Sportsoziologie
Weiss, O.: Einführung in die Sportsoziologie. Wien, WUV, 1999. 273 Seiten. Fr. 33.50. **03.2922**

Die hier vorgestellten **Bücher** und Lehrmittel können in allen Buchhandlungen gekauft oder unter Angabe der fett gedruckten Nummer in der BASPO-Bibliothek während eines Monats gratis ausgeliehen werden. **Telefon 032 327 63 08; Fax 032 327 64 08; E-Mail: biblio@baspo.admin.ch**
Die **Videos** können in der BASPO-Mediathek gekauft oder während 3 bis 5 Tagen gratis ausgeliehen werden. **Telefon 032 327 63 62** (nur am Vormittag); **E-Mail: video@baspo.admin.ch**

böni sport

Spezialangebot (gültig bis 31.10.2002)

Herzfrequenzmesser Polar „S210“
CHF 302.25/Stk. statt CHF 349.00 *

Matchvolleyball „Mikasa MVP 200“
CHF 94.70/Stk. statt CHF 129.00 *

Rawlings-Baseball-Schulset II für Oberstufe
CHF 876.70/Set statt CHF 997.50 *

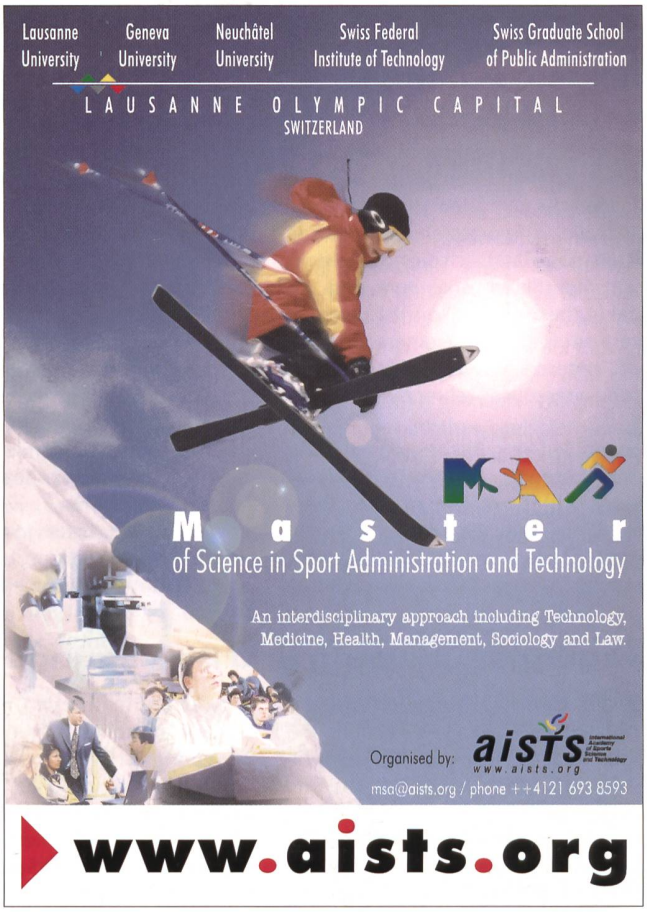
Unihockeyschläger „exel Shaft 2002“ (Ausführung links + rechts)
ab 6 Stk. CHF 43.00/Stk. statt CHF 53.80 *
ab 12 Stk. CHF 40.35/Stk. statt CHF 53.80 *

* = Preise inklusive 7,6% Mehrwertsteuer, exkl. Transportkosten

Für die 4 Artikel erhalten Sie bei Bestellung in unserem e-shop zusätzlich 3% Rabatt bis 31.10.2002.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Kontaktieren Sie uns unter www.bsport.ch, E-Mail bsport@boni.ch, Telefon 052 723 62 40 oder Fax 052 723 61 18.
Das Böni-Sport-Team freut sich.

böni sport, Zürcherstr. 350, 8500 Frauenfeld



www.aists.org

Diese Bikes sind beim ARROW-Fachhändler erhältlich.

ARROW
Inspired by swiss mountains.

Villiger Söhne AG · Bikes, Parts & Accessories
Postfach 161 · CH-6018 Buttisholz
Tel.: ++41 41-929 57 57 · Fax ++41 41-928 16 37
bike@villiger.ch · www.arrowbikes.ch

C T

Nationales Jugendsportzentrum Tenero (CST)

Die Tessiner Filiale des Bundesamtes für Sport Magglingen

Der ideale Ort für Kurse, Sportlager und Veranstaltungen.
Komplettes Angebot an Sportanlagen und Sportmaterial für mehr als 40 verschiedene J+S-Disziplinen.
Unterkunftsgebäude mit 220 Betten und Zeltlager für 400 Personen.

Ausbildungsstätte für die kantonale Berufsausbildung für Elitesportler.
Partnerschaftliche Zusammenarbeit mit der Abteilung für Sportmedizin des Kantonsspitals Locarno.

Wichtigste Veranstaltungen 2002:

«TalentTreffTenero» im Mai mit den besten Sportlerinnen und Sportler aus den Nachwuchskadern von 31 nationalen Sportverbänden.
«Tag der offenen Türe» im September mit verschiedenen J+S-Sportarten für alle.

ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN:
Nationales Jugendsportzentrum Tenero (CST)
Via Brere, 6598 Tenero
Tel. 091 735 61 11, Fax 091 735 61 02
E-Mail: cstenero@baspo.admin.ch
Internet: www.cstenero.ch

SVSS-Weiterbildung

1103 «Mix up the dance!» I

Leitideen, Ziele + Inhalte: Neue Inputs bringen noch mehr Freude an Musik, Bewegung und «Action»! Wir gehen vom HipHop/Streetdance aus (Lehrvideo kann im Kurs bezogen werden), setzen uns aber auch mit anderen, für die Schule geeigneten Stilrichtungen auseinander. Selber zwei Tage tanzen, flexibel bleiben oder es werden! Lasst euch überraschen. Wichtig: DANCE & FEEL IT !
Methoden: Verschiedene Beispiele für die Arbeit in der Schule, im Freifach Tanz und in Projektwochen kennen lernen. Keine Vorkenntnisse nötig – im Kurs können noch Niveau-Gruppen gebildet werden. GAG-Methode.
Zielpublikum: Sportlehrpersonen der Stufen Sek I und Sek II und Lehrpersonen für Freifächer Tanz, Theater. Geeignet für Neueinsteiger/-innen.
Einschreibegebühr: *SVSS-Mitglieder:* Fr. 70.–. *Nichtmitglieder:* Fr.140.–.
Besonderes: Zusätzlicher Kurskostenbeitrag Fr. 30.–.
Kursleitung: Cécile Kramer, Dorfstr. 57, 8715 Bollingen SG, Tel: 055 212 47 50, mobil: 079 684 46 46, E-mail: ckramer@streetstuff.ch.
Kursort: Zürich.
Kursdatum: Samstag/Sonntag, 18./19. Januar 2003.
Anmeldung bis: Dienstag, 10. Dezember 2003.

1203 «Mix up the dance!» II

Leitideen, Ziele + Inhalte: Gleiche Themen wie beim Kurs 1103, aber mehr Inhalte, da wir schneller vorwärts tanzen.
Methoden: Verschiedene Beispiele für die Arbeit in der Schule, im Freifach Tanz und in Projektwochen kennen lernen. GAG-Methode.
Zielpublikum: Sportlehrpersonen der Stufen Sek I und Sek II und Lehrpersonen für Freifächer Tanz, Theater. Für Interessierte mit Vorkenntnissen im Bereich Tanz.
Einschreibegebühr: *SVSS-Mitglieder:* Fr. 70.–. *Nichtmitglieder:* Fr.140.–.
Besonderes: Zusätzlicher Kurskostenbeitrag Fr. 30.–.
Kursleitung: Cécile Kramer, Dorfstr. 57, 8715 Bollingen SG, Tel: 055 212 47 50, mobil: 079 684 46 46, E-mail: ckramer@streetstuff.ch.
Kursort: Zürich.
Kursdatum: Samstag/Sonntag, 25./26. Januar 2003.
Anmeldung bis: Dienstag, 10. Dezember 2003.

Anmeldeformular SVSS

Nummer der Veranstaltung:

Titel der Veranstaltung:

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ, Ort:

Kanton:

Telefon:

Beruf:

Falls J+S-Kurs: Angabe der AHV-Nr:

Mitglied des SVSS: Ja ☐ Nein ☐

Falls Ja, in welchem Kantonalverband:

Einsenden an: **SVSS-Sekretariat, Postfach 124, 3000 Bern 26**

2103 Fairness durch Kampfspiele

Leitideen, Ziele + Inhalte: Sie erleben eine didaktisch sinnvolle Aufbaureihe von verschiedenen Kampfspielformen und erfahren, wie diese in der Sportstunde eingebettet werden können. Das Erleben der eigenen Emotionen beim Kämpfen führt zu einem besseren Verständnis für die psychologischen Prozesse bei Aggressionen. Die im Kurs erworbenen technischen Kenntnisse vermitteln die nötige Sicherheit für die Durchführung von Kampfspielen in der Schule.
Methoden: Methodisches Vorgehen gemäss Broschüre «Faires Kämpfen, eine Herausforderung ...».
Zielpublikum: Sportunterricht erteilende Lehrpersonen.
Einschreibegebühr: *SVSS-Mitglieder:* Fr. 70.–. *Nichtmitglieder:* Fr.140.–.
Besonderes: Mindestens 10, maximal 40 Teilnehmende.
Kursleitung: Gilles Bänziger, Obergasse 30, 7015 Tamins, Tel: 081 630 25 80, mobil: 076 589 25 80, Fax: 086 076 589 25 80, mail: gbaenziger@dplanet.ch.
Kursort: Zürich (Freies Gymnasium).
Kursdatum: Samstag, 1. Februar 2003.
Anmeldung bis: Montag, 16. Dezember 2003.

5603 Snowboard in der Schule (J+S-Grundkurs)

Leitideen, Ziele + Inhalte: Snowboard ist nach wie vor im Trend – die Leiterstufe 1 ist auch im neuen Ausbildungskonzept von J+S die Basis. Wir zeigen Ihnen, wie Snowboard attraktiv gestaltet wird und fördern die individuellen snowboardtechnischen Fähigkeiten. Andere Schneesportgeräte wie Airboard und Snowdeck können ausprobiert werden.
Methoden: Im Zentrum steht der praktische Unterricht auf der Piste.
Anforderungen: Sicheres Snowboardfahren auf allen Pisten, rückwärts Kurven fahren.
Zielpublikum: Alle Lehrpersonen, die mit Jugendlichen im Schnee arbeiten und sich im Bereich Snowboard weiterbilden möchten.
Einschreibegebühr: *SVSS-Mitglieder:* Fr. 100.–. *Nichtmitglieder:* Fr.200.–.
Besonderes: Die Kosten für den Kurs betragen Fr. 500.–, Liftabo, Unterkunft sowie Miete Snowdeck und Airboard inklusiv, aber exklusiv J+S-Unterlagen.
Kursleitung: Christoph Künzi, Dorfstrasse 24, 3084 Wabern, mobil: 079 341 41 14, Fax: 031 961 17 77, mail: chris_kuenzi@hotmail.com.
Kursort: Davos.
Kursdatum: Sonntag, 23. bis Freitag, 28. Februar 2003.
Anmeldung bis: Montag, 6. Januar 2003.

5703 SVSS-Weiterbildungskurs Schneesport (J+S-Weiterbildungsmodul)

Leitideen, Ziele + Inhalte: Der viertägige Schneesport-Weiterbildungskurs bringt Neues für die Schneesportgeräte Snowboard, Carvingski, Telemark und natürlich die News auf Schnee: Airboard und Snowdeck. Der Kurs gilt als J+S-Weiterbildungsmodul (Ex-FK) für Snowboard und Ski.
Methoden: Im Zentrum steht der praktische Unterricht auf der Piste.
Anforderungen: Mindestens J+S LK1 in Snowboard oder Ski. Sicheres Fahren auf beiden Geräten (Snowboard/Ski) wird vorausgesetzt. Für Telemark, Airboard und Snowdeck sind keine Vorkenntnisse notwendig.
Zielpublikum: Alle J+S-Leitenden Ski oder Snowboard.
Einschreibegebühr: *SVSS-Mitglieder:* Fr. 90.–. *Nichtmitglieder:* Fr.180.–.
Besonderes: Die Kosten für den Kurs betragen Fr. 350.–, Liftabo, Unterkunft und Miete Snowdeck und Airboard inklusiv. Allfällige Mieten für Carvingski und Telemarkausrüstung sowie J+S-Unterlagen exklusiv.
Kursleitung: Christoph Künzi, Dorfstrasse 24, 3084 Wabern, mobil: 079 341 41 14, Fax: 031 961 17 77, mail: chris_kuenzi@hotmail.com.
Kursort: Davos.
Kursdatum: Sonntag, 23. bis Mittwoch, 26. Februar 2003.
Anmeldung bis: Montag, 6. Januar 2003.

Seniorensport

Expertenausbildung Seniorensport 2003

Ziele und Inhalte: Die angehenden Expertinnen und Experten befähigen, die Fachinhalte der Broschüren 1–7 des Basis-Lern-Lehrmittels Seniorensport Schweiz didaktisch aufzubereiten und methodisch angepasst zu vermitteln. Einen Seniorensport-Leiterkurs zu planen, zu realisieren und auszuwerten. Die angehenden Leiterinnen und Leiter in der Ausbildung zu begleiten und ihre Eignung für die Leitung einer Seniorensport-Gruppe zu beurteilen.
Methoden: Im Sinne der Erwachsenenbildung steht der partnerschaftliche Unterrichtsstil im Zentrum, in dem die Erfahrungen der angehenden Expertinnen und Experten einbezogen, die Bedürfnisse der Auszubildenden berücksichtigt und die Absichten transparent gemacht werden. Die ganze Palette erwachsenenbildnerischer Methoden gelangt in Theorie und Praxis zur Anwendung.
Zielpublikum: Ausgebildete Seniorensport-Leiterinnen und -Leiter mit mindestens 80 Lektionen Leitertätigkeit im Seniorensport, die von ihren Organisationen für den Einsatz als Ausbilderinnen und Ausbilder vorgesehen und empfohlen sind.
Wichtig: Ein definitiv vereinbarter Praktikumsplatz muss mit der Anmeldung ausgewiesen werden. Das Praktikum zwischen den Modulen 1 und 3 ist eigenverantwortlich zu planen, durchzuführen und auszuwerten.
Einschreibegebühr: keine
Kursleitung: Andres Schneider, BASPO/ESSM, Magglingen
Kursort: BASPO, Magglingen
Kursdaten: Modul 1: 17.–20. Februar 2003, Modul 2: 15.–18. Mai 2003, Modul 3: 27.–30. Oktober 2003
Anmeldung: via nationale Organisation
Anmeldung bis: 30. November 2002

Seniorensport Zentralkurs I/03

Ziele und Inhalte: Die persönliche Methoden- und Fachkompetenz in Praxis und Theorie in ausgewählten Themen vertiefen. Den Bezug zur gemeinsamen Ausbildungsgrundlagen (BLL) machen. Aktuelle Informationen vermitteln. Rückmeldungen aus der Leiterbildung aufnehmen und in die Entwicklungsüberlegungen einfliessen lassen. Der Zentralkurs I/03 hat seinen Akzent für Theorie und Praxis in den Themen Schneesport und ergänzende Indoor-Möglichkeiten.
Methoden: siehe Kurs «Sporartübergreifende Leiterausbildung».
Zielpublikum: Ausbildungsaktive Expertinnen und Experten Seniorensport, die von ihren Organisationen für Einsätze in Leiterbildungsangeboten vorgesehen sind.
Wichtig: Für diesen Zentralkurs im März ist praktische Schneesport-Erfahrung Voraussetzung (minimal in Ski alpin und Langlauf).
Kursleitung: Andres Schneider, BASPO/ESSM, Magglingen
Vorgesehener Kursort: Engstligenalp (Adelboden)
Kursdaten: Zentralkurs I/03: 14.–17. April 2003.
Kurskosten: Für diesen BASPO-externen Zentralkurs auf Engstligenalp vom 14.–17. April 2003 wird ein Kursgeld von Fr. 140.– erhoben.
Anmeldung: via nationale Organisation an: BASPO, Sekretariat Seniorensport, 2532 Magglingen (e-Mail: senior.sport@baspo.admin.ch, Tel. 032 327 64 48)
Anmeldung bis: 31. Januar 2003

Leiterkurs Seniorensport (sportartübergreifend)

Ziele und Inhalte: Personen mit Interesse an älter werdenden Menschen sollen in die Lage versetzt werden, neue Seniorensport-Angebote zu organisieren (planen, realisieren und auswerten) sowie Seniorensportgruppen erfolgreich zu begleiten. Die inhaltliche Grundlage ist das Basis-Lern-Lehrmittel Seniorensport Schweiz.
Methoden: Im Sinne der Erwachsenenbildung steht der partnerschaftliche Unterrichtsstil im Zentrum, in dem die Erfahrungen der angehenden Leiterinnen und Leiter einbezogen, die Bedürfnisse der Auszubildenden berücksichtigt und die Absichten transparent gemacht werden. Die ganze Palette erwachsenenbildnerischer Methoden gelangt zur Anwendung in Theorie und Praxis.
Zielpublikum: An älter werdenden Menschen interessierte Personen, die bei der Anmeldung mindestens drei Besuche in einer Seniorensportgruppe (in Form von Schnupperpraktikum und/oder Hospitation) vorweisen und sich über eine Ausbildung in 1. Hilfe (Kopie der Anmeldung beilegen) ausweisen können.
Kursleitung: Andres Schneider, BASPO/ESSM, Magglingen und Hugo Kallen, BGS-Projekte, Adelboden
Kursort: BASPO, Magglingen.
Kursdaten: Kursteil 1: 12.–16. Juni 2003, Kursteil 2: 18.–21. September 2003
Kurskosten: Fr. 170.– (zuzüglich Basis-Lern-Lehrmittel Seniorensport Schweiz)
Anmeldung: BASPO, Sekretariat Seniorensport, 2532 Magglingen (e-Mail: senior.sport@baspo.admin.ch, Tel. 032 327 64 48)
Anmeldung bis: 31. März 2003

Berufsschulsport

Umsetzung des neuen Rahmenlehrplanes in einen Schullehrplan

Ziele und Inhalte: Kennen lernen des neuen Rahmenlehrplanes des Bundes: Vorgehensweisen, wie mit dem neuen RLP und dem Lehrmittel ein Schullehrplan erarbeitet werden kann. Erfahrungsaustausch mit anderen Schulvertretern und Entwurf eines Vorgehensplanes für ihre Schule. Stärken-Schwächen-Profil der eigenen Schule erstellen und Grenzen festlegen: Was wollen wir – was nicht, was sind wir – was nicht? Etc.
Zielpublikum: Dieser Kurs richtet sich an lehrplanverantwortliche Personen für den Sportunterricht an Berufsschulen. Die Zahl der Teilnehmenden ist beschränkt.
Kursleitung: Mario Tinner
Kursort: Region Ostschweiz
Kursdatum: Mittwoch und Donnerstag, 5. und 6. März 2003
Organisation: Bundesamt für Sport / ESSM und SIBP, E. Banzer
Anmeldung: Mit dem offiziellen Formular der Berufsschulen über das betreffende Kant. Amt für Berufsbildung. Für Kursausschreibung und Anmeldungen siehe auch: www.sibp.ch
Anmeldung bis: Donnerstag, 30. Januar 2003