Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

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

Band: 7 (2005)

Heft: 5

Inhaltsverzeichnis

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: 08.07.2025

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

ETH-ZÜRICH
12. Okt. 2005
BIBLIOTHEK

mobile
Die Fachzeitschrift für Sport

Liebe Leserinnen, liebe Leser,
Welche Eigenschaften zeichnen eine gute Lehrperson, einen Leiter oder eine Trainerin aus? Sicher sind es Charisma, Leidenschaft und die Fähigkeit, Mitmenschen zu begeistern. Sicher, ein Leader ist ein Alphatier; aber eines, das nicht nur kommandiert oder voranstürmt sondern auf seine Athletinnen und Schüler eingeht, sie versteht. Denn der Erfolg einer Unternehmung – das wissen alle guten Leader – hängt schliesslich immer davon ab, mit wieviel Begeisterung sich die beteiligten Personen eingeben.

Wir folgen einem Leader, weil wir ihn für den «Geeignetsten» halten, für denjenigen, der «mehr weiss». Von einem wahren Leader erwarten wir, dass er visionär denkt und uns träumen lässt. Denn das Einzige, was Menschen Mut und Kraft verleiht, ist ein Traum. Leader definieren das Ziel, das unsere individuellen Träume umfasst, schaffen einen Lichtblick, dem wir uns nähern, glücklich und stolz, dass wir ihn gemeinsam erreichen können.

Es braucht deshalb – auch in der Bewegungs- und Sporterziehung – Führungspersonen mit einem Traum und Kinder und Jugendliche, die diesen Traum teilen. Ob sie oder er nun professionell oder in der Freizeit tätig ist: sie ist mit Leib und Seele dabei, überwindet die schwierigsten Hindernisse, überzeugt die Widerspenstigsten und begeistert die Willigen. Wer eine Schulklasse, ein Trainingskader – oder auch eine Familie oder einen Betrieb – zusammenhalten möchte, muss Fantasie haben, ständig anfallende Probleme lösen und erfinderisch sein.

Aber welche Fähigkeiten erwarten wir von einem Leader, um ihm mit Begeisterung – aber nicht kopflos – zu folgen? Leader sind zuerst aufrichtig und keine Heuchler, sie sind objektiv und können vorurteilslos und sachlich bewerten, ihre mentale Stärke macht sie auch in schwierigen Momenten ausgeglichen und zuversichtlich. Sie sind empathisch, können zuhören und sich in andere hinein versetzen, sie sind selbstkritisch genug, die eigenen Fehler anzuerkennen und willens, diese zu korrigieren. Leader setzen sich für das Wohlbefinden anderer ein und gehen mit gutem Beispiel voran. Schliesslich, um diese unvollständige Aufzählung zu beenden, haben sie den Mut, notwendige Entscheidungen zu treffen, diese durchzusetzen und Verantwortung zu übernehmen.

Wir alle müssen sie kennen: die Kunst, Personen und Gruppen zu führen. Nicht nur Politikerinnen und Unternehmer, sondern auch die Mutter und der Vater, die Amtsvorsteherin, der Polizist, die Ladenbesitzerin oder der Handwerksmeister, die Lehrperson, der Leiter und die Trainerin – wer auch immer Verantwortung für andere Menschen übernimmt.

Nicola Bignasca
mobile@baspo.admin.ch

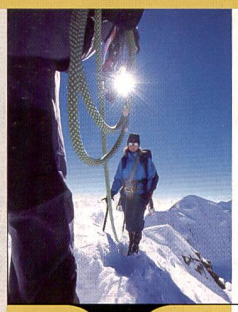
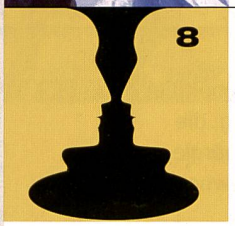
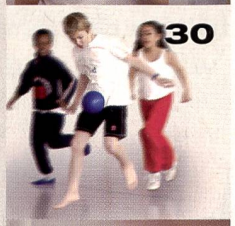


Foto: Robert Bösch





Führen

Was haben gute Sportlehrerinnen, Trainer, Leiterinnen, Manager, Offiziere oder Abteilungsleiterinnen gemeinsam? Sie führen Menschen. Nicht irgendwie und auch nicht irgendwohin, sondern gezielt, umsichtig, mit Sachverstand und Menschenkenntnis.
Dabei wissen Leader, wann sie vorangehen und in welchen Situationen sie ihre Schülerinnen, Junioren oder Mitarbeitenden an längeren und kürzeren Leinen haben müssen. Führen mag viele unterschiedliche Aspekte haben und sich je nach Institution und Zielgruppe unterscheiden. Ein wichtiger Grundsatz gilt jedoch für alle: Führe so, wie du selbst gern geführt werden möchtest!

6 **Ouverture**

8 **Entscheidendes Menschenbild – Führung im Sportunterricht und Training**
Rudolf Steiger

12 **Zur Kunst des Beratens – Rückmeldungen geben als Kernkompetenz im Prozess des Bewegungslernens**
Roland Gautschi

16 **Passende Profile gesucht – Auf dem Weg zur Leiterin, zum Sport Unterrichtenden und zur Trainerin im Spitzensport**
Barbara Boucherin, Lucia Ammann, Adrian Bürgi

20 **Wenn der Steuermann eine Frau ist – Interview mit der Herrenvolleyball-Trainerin Daphné Dittrich**
Véronique Keim

24 **Mit Worten Fenster öffnen – Die Methode der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall K. Rosenberg**
Erik Golowin

28 **Ein Protokoll für die Psyche – Führung als Aspekt der Auswertung und Planung des Trainings**
Adrian Bürgi

30 **Was eine Note nicht kann – Das Sportheft als Begleiter für Lehrende und Lernende**
Roland Gautschi

38 **Matthias Remund im Porträt – Der Führungsstil des neuen Direktors am Baspo**
Nicola Bignasca

Mehr Details

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

BEMER 3000®

swiss olympic partner

Bio-Elektro-Magnetische-Energie-Regulation (BEMER 3000) ist eine legale biophysikalische Methode zur Optimierung der individuellen Leistungsfähigkeit.

Höchstleistungen

Schone deine Energie durch

- effizientes Aufwärmen und eine
- verkürzte Regenerationszeit.

Diese zwei entscheidenden Leistungsfaktoren werden mit dem BEMER 3000-System positiv beeinflusst über die Förderung der Durchblutung, die bessere Verwertung von Energieträgern und optimierte Stoffwechselbedingungen.

Gesundheit

Beuge Sportschäden vor, reduziere das Verletzungsrisiko und beschleunige den Heilungsprozess nach Verletzungen: die BEMER 3000-Therapie unterstützt dich auch bei hochintensiver sportlicher Belastung im Erhalt der Gesundheit und der Leistungsfähigkeit.

Vertrauen

Warum Dr. med. Beat Villiger, Leiter des Swiss Olympic Medical Team, dieses System nutzt: *„Vorsprung der BEMER-Therapie durch wissenschaftliche Belegung!"*

Wir informieren gerne über unser BEMERkenswertes Test- und Kaufangebot

BEMER Medizintechnik
Schliessa 12 - FL 9495 Triesen
Tel.: 00423 - 399 39 70
Fax: 00423 - 399 39 79
E-Mail: info@be-mt.li

www.bemer3000.com

Neu ! Ob Sie professionell Sport betreiben oder regelmässig sportlich aktiv sind – Isostar HYDRATE & PERFORM wirkt vor, während und nach der Leistung!

Isostar HYDRATE & PERFORM steigert deine Leistung um 19 %*. Das haben wissenschaftliche Tests bei Amateur- und Profisportlern gezeigt. Dank seiner isotonischen Zusammensetzung ersetzt Isostar verlorene Flüssigkeit rasch und füllt die Energiereserven stark beaspruchter Muskeln wieder auf. Isostar HYDRATE & PERFORM gibt dir die Power zurück, die du brauchst, damit du deine Ziele erreichst.

www.isostar.ch

HYDRATE & PERFORM +19% PERFORMANCE

*Scientific Study, IRMS, 2004

isostar go far.

«mobile» (7. Jahrgang: 2005) entstand aus der Zusammenlegung der Zeitschriften «Magglingen» (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

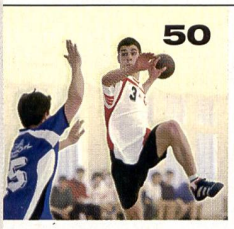
Abonnementsbestellungen und Adressänderungen
Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon: 071 272 74 01,
Fax: 071 272 75 86,
E-Mail: mobileabo@zollikofer.ch

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

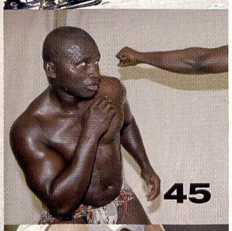
Serien

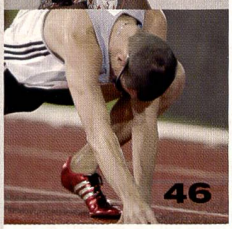


34 **Sporternährung (5) – Von guten und von schlechten Fetten**
Véronique Keim

50 **Spiele regeln (2) – Der Handballverein kommt in die Schule**
Stephan Fischer

Ständige Rubriken





32 **bfu – Vorbilder auf der Piste**
Monique Walter

37 **Neuerscheinungen**

42 **Dopingprävention – Alle zeigen die rote Karte**
Bernhard Rentsch

44 **mobile*club***

45 **Musée Olympique – Sport, Spiegel der Kulturen**
Nicole Vindret

46 **DVD Mentales Training – Spitzenleistungen mit Köpfchen**
Janina Sakobielski

52 **Symposium Sport und Entwicklung – Projekte ohne Grenzen**
Katia Brin

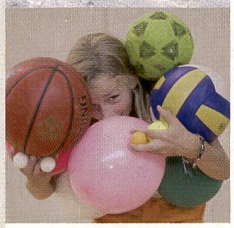
53 **Carte blanche/Schaufenster**

54 **Vorschau**

Praxisbeilagen

Schneesportlager

Sportlager im Winter bieten den Teilnehmenden und Organisatoren wertvolle Erlebnisse. Vorausgesetzt, sie sind interessant und innovativ gestaltet. Diese Praxisbeilage gibt vielfältige Anregungen für die Durchführung einer Schneesportwoche.
Urs Rüdisühli, Ralph Hunziker



Faszination Bälle

Ballkünstlerinnen verzaubern das Publikum in jeder Sportart. Bis es soweit ist, braucht es viel Training. Diese Praxisbeilage ist mit ihren vielfältigen Spiel- und Übungsformen den jungen Ballsportlern gewidmet.
Claudia Harder, Mariella Markmann