

Objekttyp: **TableOfContent**

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

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 1

PDF erstellt am: **22.07.2024**

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>

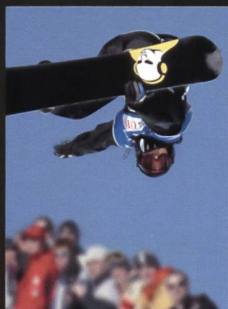
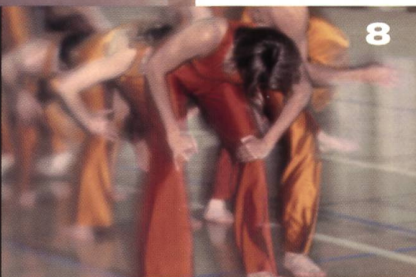


Foto: Andy Mettler



6



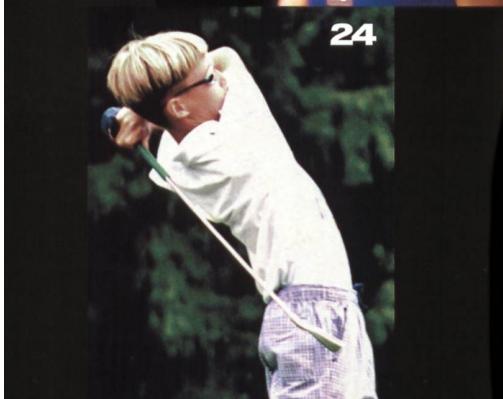
8



20



22



24

Rhythmus richtig getimt!

Das ganze Leben kann unter den Aspekten des Rhythmus und des Timings betrachtet werden. Den Vorgängen in der Natur liegen beispielsweise nicht Fahrpläne und Stoppuhren, sondern Rhythmen zugrunde. Auch im Zusammenhang mit Bewegung und Sport sind diese Begriffe zentral. So sagen «rhythmische Bewegungsfertigkeiten» – richtig «getimt» – viel über die Qualität einer Bewegung und die Souveränität der Ausführenden aus. Was verstehen aber Trainer und Sportlehrerinnen konkret unter diesen Begriffen, und wie können Timing und Rhythmus wieder vermehrt zu Kernthemen des Bewegungsunterrichts gemacht werden?

- 4 **Vom Rhythmus des Timings**
Arturo Hotz
- 6 **Rhythmus ist Leben – Bewegung und Rhythmus sind untrennbar miteinander verbunden**
Roland Gautschi, Fred Greder
- 8 **«Der Rhythmus ist die Persönlichkeit der Bewegung!» – Rhythmus als Mittel und Ziel der Bewegungsschulung**
- 10 **«Jamm-ta-tam» – Der Rhythmus zum Abheben! – Ob Volleyball, Basket oder Handball: Die letzten Schritte des Absprungs sind rhythmisch**
- 12 **Im Einklang mit dem Puls des Lebens – Timing und Rhythmisierung in verschiedenen Sportarten**
Erik Golowin

Serien

- 22 **Frauen im Sport (1) – Die Renaissance des weiblichen Körpers**
Véronique Keim
- 24 **Golf (1) – Ein kleiner Ball ganz gross**
Walter Bucher
- 26 **Ernährung und Sport (1) – Der lange Weg der Speisen**
Gianlorenzo Ciccozzi
- 36 **Regeneration (1) – Gezieltes und präzises Nachdehnen**
Karin Albrecht, Roland Gautschi

Mehr Details

www.mobile-sport.ch

Ständige Rubriken

- 20 **Sport und Persönlichkeit – Sind Sport treibende Menschen dominanter?**
Markus Gerber, Walter Mengisen
- 28 **Leserumfrage (3) – «mobile wird noch vielfältiger!»**
- 29 **bfu – Mit Sicherheit mehr Spass im Sportunterricht**
- 30 **Info – Sportpolitisches Konzept, Schulsporttag 2002, Carte blanche**
- 32 **SVSS – «move up!»: ein Meilenstein in Richtung Qualität**
- 34 **Bildungsangebote**
- 38 **Neuerscheinungen**
- 40 **Verlag**
- 41 **Kantonsschule Rämibühl – Matura und Spitzensport unter einem Dach**
- 44 **Interview – Urs Illi über Rhythmus und Timing im Bewegungsunterricht**
- 45 **Vorschau/Impressum**
- 47 **mobileclub**



«*Bewegung soll wichtige Beiträge zur nachhaltigen Entwicklung unserer Gesellschaft leisten.*»

Der Sport ist in unserer Gesellschaft immer wichtiger und vielfältiger geworden, und es ist höchst erfreulich, dass sich unsere Politiker dafür interessieren. Auch wir Sportlerinnen und Sportler haben andererseits die Pflicht, uns mit Sportpolitik zu befassen. In der Tat betreffen die Entscheide des Bundesrates uns alle. Das Impulsprogramm des Bundes erfordert eine aktive Mitarbeit der Behörden der Kantone, der Gemeinden sowie der Sportverbände. Bewegung und Sport sollen vermehrt wichtige Beiträge zur nachhaltigen Entwicklung unserer Gesellschaft leisten. Angestrebt wird eine breite Bewegungskultur, ein «Spirit of Sport» in unserem Land. Dazu sind allgemein gute Rahmenbedingungen zu erhalten oder neu zu schaffen sowie die Anstrengungen der verschiedenen Akteure zu koordinieren und zu unterstützen. Im Zentrum stehen die drei Schwerpunktbereiche «Gesundheit», «Bildung und Qualitätssicherung» sowie «Leistungsförderung», namentlich die Förderung von Nachwuchs und Spitzensport. Aufgabe des Bundes ist es insbesondere, mit ideellen und finanziellen Impulsen die Partner des öffentlichen und des privaten Sports bei der Realisierung der Massnahmen subsidiär zu unterstützen. Hier treten nun Sie, liebe Leserinnen und Leser, ins Rampenlicht, indem wir auch Sie als Botschafter für die Umsetzung des sportpolitischen Konzeptes des Bundesrates gewinnen wollen.

Wir von der Zeitschrift «mobile» nehmen die Herausforderung ebenfalls an, unserer Leserschaft das sportpolitische Konzept näher vorzustellen. Wir starten in dieser Nummer mit einigen neuen Rubriken, die nicht zuletzt auch auf den Entscheid des Bundesrates Bezug nehmen. Die Rubrik «Politik» wird in jeder Ausgabe einen Aspekt des sportpolitischen Konzeptes beleuchten. In der Rubrik «Brennpunkt» legen wir das Schwergewicht auf didaktische Beiträge im Bereich des Sportunterrichtes. Vorschläge zur Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens finden Sie in einer dritten Rubrik unter dem Titel «Gesundheit». Wir beginnen mit einer ersten Serie zum Thema «Ernährung und Sport».

Wir wünschen Ihnen eine unterhaltsame Lektüre.

Nicola Bignasca

Praxisbeilage:

Im Kern der Bewegung wohnt der Rhythmus

Rhythmische Strukturen zu erfassen und anzuwenden, ist das Ziel des Bewegungslernens. Diese Praxisbeilage präsentiert eine Fülle von Spielen und Übungen zum Thema Rhythmus und begleitet Trainer und Sportlehrerinnen auf dem Weg zu diesem Ziel.

Fred Greder, Roland Gautschi

Beiheft:

Dopingprävention

Das Beiheft beleuchtet das Phänomen der verbotenen Leistungssteigerung, stellt Strategien der Prävention vor und ermöglicht einen umfassenden Einblick in die eidgenössische Politik der Dopingprävention.