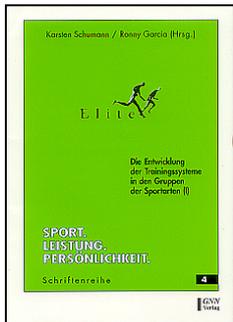


Karsten Schumann & Ronny Garcia (Hrsg.): Die Entwicklung der Trainingssysteme in den Gruppen der Sportarten (I). (Sport. Leistung. Persönlichkeit, 4). Schkeuditz, GNN 2004, 104 S., ISBN 3-89819-154-0, 8,00 €



Nach der Erörterung wichtiger übergreifender, d.h. für alle Sportartengruppen gleichermaßen zutreffender Probleme (Heft 3) geben die Herausgeber im Kernbereich der Erkenntnisse und Erfahrungen der DDR-Sportwissenschaft zur Entwicklung sportlicher Höchstleistungen mit Heft 4 nunmehr Einblick in die Konzepte der sportartspezifischen

Forschung (Zweikampfsportarten, Technische Sportarten), die sich in enger Wechselbeziehung zur Trainingspraxis in den Sportarten/Disziplinen im Laufe von vielen Jahren entwickelten. Stark verdeutlicht aus der Sicht der Technischen Sportarten/Disziplinen, dass das Konzept der Sportartengruppen kein bloßes Ordnungsprinzip sondern ein methodologisches Konzept war, das der interdisziplinären sportartspezifischen Forschung zugrunde lag und die internationalen Entwicklungstendenzen ständig reflektierte. Am Beispiel der Zweikampfsportarten Judo, Boxen, Fechten und Ringen (Müller-Deck, Lehmann, Barth, Bastian) wird dieses Konzept für den Leser nachvollziehbar dargestellt. Gutewort und Thorhauer zeigen im Bereich der fahrtechnischen Sportarten, wie sich in Jena/Oberhof aus der Schlittensportforschung der DDR später relativ rasch die Bobsportforschung selbständig entwickeln konnte.

Angela Deitersen-Wieber: Sport und Persönlichkeit unter besonderer Berücksichtigung der arbeitsbezogenen Persönlichkeitsforschung. (Studien zur Sportsoziologie, 12). Münster: Lit 2003, 384 S., ISBN 3-8258-6223-2, 24,90 €



Mit der vorliegenden Studie werden erstmals ausgewählte Forschungsergebnisse der voneinander keine Notiz nehmenden Wissenschaftsgebiete – sportbezogene und arbeitsbezogene Persönlichkeitsforschung – komparativ untersucht. Die Analyse stützt sich auf über 1.000 ausgewertete Quellen. Die Befunde sowie die verwendeten Begriffe (insbes. Persönlichkeit, Gedächtnis, Sport, Arbeit/Beruf, Leistung) und Methoden (darunter Wissenstransfer und Kooperation) werden diskutiert, qualitativ bewertet und hinsichtlich ihrer Aussagefähigkeit und ihrer Theorie-tauglichkeit geprüft. Eingehend wird der Persönlichkeitsbegriff erfasst und unter Berücksichtigung des bisher nicht einbezogenen Gedächtnisses neu bestimmt. Vernachlässigte Bereiche werden aufgezeigt und wichtige Ergebnisse der arbeitsbezogenen Persönlichkeitsforschung eingefügt. Der sportbezogenen Persönlichkeitsforschung werden die Schwächen verdeutlicht, Ansätze zur Kooperation und Wissenstransfer erschlossen und Wege aus der Stagnation gewiesen.

insbes. Persönlichkeit, Gedächtnis, Sport, Arbeit/Beruf, Leistung) und Methoden (darunter Wissenstransfer und Kooperation) werden diskutiert, qualitativ bewertet und hinsichtlich ihrer Aussagefähigkeit und ihrer Theorie-tauglichkeit geprüft. Eingehend wird der Persönlichkeitsbegriff erfasst und unter Berücksichtigung des bisher nicht einbezogenen Gedächtnisses neu bestimmt. Vernachlässigte Bereiche werden aufgezeigt und wichtige Ergebnisse der arbeitsbezogenen Persönlichkeitsforschung eingefügt. Der sportbezogenen Persönlichkeitsforschung werden die Schwächen verdeutlicht, Ansätze zur Kooperation und Wissenstransfer erschlossen und Wege aus der Stagnation gewiesen.

Urs Geiger & Caius Schmid: Muskeltraining mit dem Thera-Band. München: BLV 2004, 96 S., ISBN 3-405-16742-6, 12,95 €



Wie man Muskel- und Gelenkschmerzen aktiv vorbeugen kann – und zwar mit einem ganz einfachen Trainingsmittel, dem Thera-Band, zeigen die Physiotherapeuten Geiger und Schmid in ihrem Buch. Die beiden Autoren setzen ihre Trainingsmethoden seit über zehn Jahren mit großem Erfolg ein, sowohl präventiv als auch rehabilitativ. Das elastische Band passt in jede Westentasche und bietet eine ebenso schonende wie effektive Möglichkeit, die Muskelkraft zu verbessern, Beschwerden zu lindern und die allgemeine Leistungsfähigkeit zu steigern. Das Trainingsprogramm gliedert sich in die Teilbereiche Arme, Rumpf und Beine. Den eigentlichen Trainingsvorschlägen gehen Testübungen voraus, um die aktuelle Muskelkraft sowie Defizite festzustellen und gezielt bearbeiten zu können. Knappe, präzise Texte beschreiben die Übungen, die durch farbige Grafiken veranschaulicht werden.

Jörg Hagenah: Sportrezeption und Medienwirkung. Eine dynamisch-transaktionale Analyse der Beziehungen zwischen Sportkommunikatoren und -rezipienten im Feld des Mediensports. (MedienSkripten, 41). München: Reinhard Fischer 2004, 180 S., ISBN 3-88927-348-3, 20,00 €



In unserer Gesellschaft hat der Mediensport eine große Bedeutung. Allerdings weiß man recht wenig über die Wirkungen der Berichterstattung. Dem wird nachgegangen mit einer systemtheoretischen Einführung des „Magischen Vierecks“ des Mediensports. Anschließend wird das Verhältnis zwischen Medien und Publikum auf der Mikroebene analysiert, indem die Beziehungen

zwischen Sportkommunikatoren und -rezipienten diskutiert werden. Aufgrund der defizitären spezifischen Forschungslage werden allgemeine Medienwirkungstheorien sportspezifisch adaptiert. Mit Hilfe des dynamisch-transaktionalen Ansatzes werden Sportrezeptionsmodelle abgeleitet und empirisch überprüft. Außerdem wird anhand von Experimenten gezeigt, ob die rezeptionale Bewertung sportlicher Leistungen eher durch Sportjournalisten beeinflusst wird oder durch Rezipienteneigenschaften geprägt erfolgt.

www.sportpraxis.com

Die Zeitschrift „SportPraxis“ aus dem Limpert Verlag hat einen neuen Internetauftritt. Unter www.sportpraxis.com sind jetzt neben Informationen über Heftinhalte auch Informationen über aktuelle Termine u.v.m.



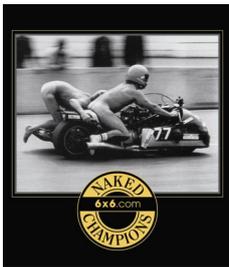
Uwe Pühse: Kindliche Entwicklung und soziales Handeln im Sport. (Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport, 137). Schorndorf: Hofmann 2004, 286 S., ISBN 3-7780-1871-X, 21,80 €



Sportliche Aktivität und speziell der Sportunterricht in den Schulen werden immer wieder als geeignete Plattformen für soziale Lernprozesse betrachtet. Die hiermit verbundenen Zielsetzungen werden jedoch häufig sehr allgemein formuliert. Unberücksichtigt bleibt, dass das Sozialverhalten im Kindes- und Jugendalter Entwicklungsprozessen unterliegt

und dass die Wirkungen des Sportunterrichts sehr wesentlich davon abhängen, wie er gestaltet wird resp. welche Erfahrungen die Heranwachsenden in ihm sammeln. In diesem Band wird deshalb für ein dialektisches Verständnis sozialen Lernens und Handelns im Sport(-unterricht) plädiert, das in Anlehnung an die aktuelle Sozialisationsforschung endogenetische wie auch sozialisatorische Einflüsse gleichermaßen zu berücksichtigen versucht.

Peter Kühnst (Hrsg.): Naked Champions. Der sportliche Akt in der Fotografie. Heidelberg: 6x6.com/ Edition Braus 2004, 176 S., ISBN 3-89904-096-1, 49,90 €



Dieser Bildband mit Texten von Peter Kühnst und Walter Borgers – von dem es auch eine englische (Physique. London: Thames & Hudson 2004) und eine französische (Corps d' Athletes. Paris: Edition du Regard 2004) Fassung gibt – ist in mehrerer Hinsicht interessant: Er zeigt Körpergeschichte, gibt Sequenzen der Entwicklung der Fotografie wieder und lässt Einblicke in unsere ureigene Ästhetik zu. Von 1852 bis um die Jahrhundertwende ist der erste Teil dieser Kulturgeschichte überschrieben. Exemplarisch sehen wir frühe Lichtbilder – „P hysique-shots“ oder Fotografien der „Collection Athletique“ und zu entdecken sind. „Akademien“ und „Pikanterien“ aus der Zeit des Naturismus und des Pikturalismus. Mit Thomas Eakins, Eadweard Muybridge, Etienne-Jules Marey u.a. ist die Entwicklung der Chronofotografie dokumentiert. Ein vorurteilsloses und präzises Erfassen der Geheimnisse auch der schnellen sportlichen Bewegung. Die vielfältigen Reformbestrebungen in den 20er und 30er Jahren sind im zweiten Teil zu sehen: Was schon vor 1910 mit der Jugend-, der Wander- oder der Schönheitsbewegung begonnen hatte, setzte sich nun z.B. im Neuen Sehen und in der Frei-Körperkultur (FKK) fort. In dieser Kultur des Ausprobierens einer weit verzweigten Lebensreform begegneten sich „Lichtmenschen“ und Lichtbildner wie Nudisten und Fotografen – und es bildete sich das heraus, was wir heute unter Sportfotografie verstehen. Spätestens mit 1933 offenbarte sich, u.a. beeinflusst vom italienischen Futurismus, ein hinterhältiger Heroismus. Dessen künstlerische, körpergeschichtliche und ideologische Wider-

sprüchlichkeit zeigt sich beispielhaft in Leni Riefenstahl. Als wegweisende Künstlerin wurde sie zu einer nützlichen Aktivistin der Körperästhetik der Nationalsozialisten, wobei letztlich der Mensch zum Körper und vom Körper zum Material degenerierte. Die Postmoderne und ihre Manierismen umfasst den dritten Teil, der sowohl Traditionen verfolgt, als auch rebellischen Protest, poppige Gags und fragwürdige Moden zeigt. Diese zeitgenössische Körper- und Aktfotografie setzt in ihren ästhetisierenden Arbeiten fort, was die Kulturistik der Jahrhundertwende mit den „Cartes de visite“ begonnen hatte –und was als Akt- oder/und Nacktfotografie in den Reihen des internationalen Leistungssports unserer Tage längst zur Mode geworden ist. Günter Blum, Alexander Hassenstein, Joe McNally, Dieter Blum, Annie Leibovitz oder Helmut Newton, Diana Blok, Alvin Booth u.v.a. präsentieren in einem zum Teil pikanten Manierismus zum Motiv des sportlichen Aktes Elemente unserer Kultur.

Hartmut Rosa (Hrsg.): fast forward –Essays zu Zeit und Beschleunigung. (Standpunkte junger Forschung). Hamburg: edition Körper-Stiftung 2004, 216 S., ISBN 3-89684-121-1, 12,00 €



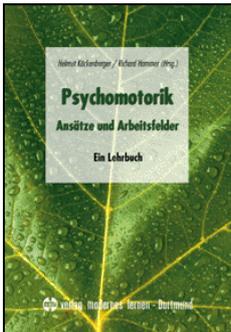
Die Geschichte der Moderne ist eine Geschichte der Beschleunigung –a lerdings eine voller Widersprüche und Paradoxien. Wenn sich die meisten Dinge heute schneller erledigen lassen, sollten wir dann nicht mehr Zeit für Muße und Entspannung haben? Warum haben wir trotzdem unablässig das Gefühl des Getriebenseins? Wie solche Befindlichkeiten zustande kommen und von welchen gesellschaftlichen und kulturellen Faktoren sie abhängen, wird in dem vorliegenden Buch diskutiert. Einen wesentlichen Anteil an dieser Entwicklung tragen die Medien, denen deshalb ein besonderes Augenmerk gilt. Medientheorie und empirische Zeitforschung werden in diesem Band zum Ausgangspunkt für einen aufgeklärten Umgang mit der Beschleunigung unserer Lebenswelt. Die Essays der jungen Wissenschaftler –da runter auch eines zu Sport und Medien in der beschleunigten Gesellschaft (von Christiane Zehrer) –s ind kenntnisreich und überzeugen mit erhellenden Thesen. Sie verführen dazu, sich dem Thema auf ebenso unkonventionelle wie unterhaltsame Weise zu nähern.

Neue Titel der Reihe „Wissenschaftliche Berichte und Materialien des Bundesinstituts für Sportwissenschaft“

Martin-Peter Büch, Wolfgang Maennig & Hans-Jürgen Schulke (Hrsg.): Nachhaltigkeit von Sportstätten. (Band 12/2003). Köln: Sport und Buch Strauß 2003, 196 S., ISBN 3-89001-390-2, 10,50 €

Gabriele Neumann: Basketball FundaMental Training. Zur Entwicklung, Durchführung und Evaluation eines personenzentrierten psychologischen Trainingsprogramms zur situationsspezifischen Wettkampforientierung im Leistungssport Basketball. (Band 13/2003). Köln: Sport und Buch Strauß 2003, 626 S., ISBN 3-89001-391-0, 33,00 €

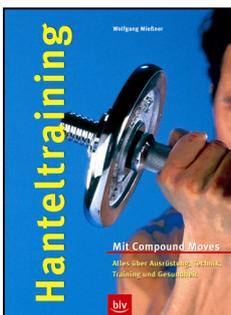
Helmut Köckenberger & Richard Hammer (Hrsg.): Psychomotorik – Ansätze und Arbeitsfelder. Ein Lehrbuch. Dortmund: verlag modernes lernen 2004, 584 S., ISBN 3-8080-0501-7, 29,80 €



Beinahe ein halbes Jahrhundert ist es her, seit Kiphard und seinen KollegInnen die Psychomotorik in Deutschland auf den Weg gebracht wurde. Mit vielen kreativen Ideen und der unmittelbaren, praktischen Erfahrung wurde die „Psychomotorische Übungsbehandlung“ als neuer Weg in der Arbeit mit „schwierigen“ Kindern und Jugendlichen entwickelt.

Bis heute hat sich daraus eine Vielfalt an unterschiedlichsten Ansätzen entwickelt, die theoretisch begründet sind und sich auch in verschiedenen Arbeitsfeldern praktisch bewährt haben. Im 1. Teil dieses Buches werden die „Psychomotorische Übungsbehandlung“, der „kompetenztheoretische“, der „kindzentrierte“, der „psychoanalytisch orientierte“, der „kommunikationstheoretische“, der „neoreichianische“, der „verstehende“ Ansatz sowie „systemische Positionen“ und eine „expressive Sichtweise“ der Psychomotorik dargestellt – ergänzt durch den Ansatz von Aucouturier, der in Deutschland zunehmend an Bedeutung gewinnt. Im 2. Teil werden aus der Sicht von PraktikerInnen die Arbeitsweisen der Psychomotorik in folgenden Arbeitsfeldern vorgestellt: Frühförderung, Kindergarten, Überführung in die Schule, Schulen für geistig Behinderte, für Körperbehinderte, für Sprachbehinderte, für Erziehungshilfe, bis hin zum „Bewegten Lernen“ in der Regelschule, Kinder- und Jugendhilfe, Arbeit mit Erwachsenen und mit SeniorInnen. Für die insgesamt 28 Beiträge konnten eine Reihe renommierter Autorinnen und Autoren gewonnen werden, so u.a. Rolf Balgo, Marianne Eisenburger, Marion Klaus Fischer, Ruth Haas, Ernst J. Kiphard, Toni Reinelt, Renate Zimmer.

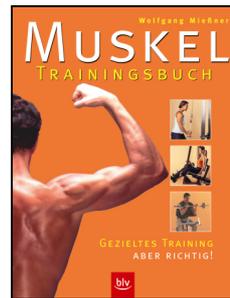
Wolfgang Mießner: Hanteltraining. München: BLV 2004, 128 S., ISBN 3-405-16738-8, 15,95 €



Hanteln erleben eine echte Renaissance: In der medizinischen Trainingstherapie, in der Physiotherapie und im gesundheitsorientierten Krafttraining haben gezielte Übungen mit freien Gewichten längst ihren festen Platz erobert. Im vorliegenden Buch erläutert der Autor, selbst erfahrener Coach im Fitness- und Gesundheitstraining, die Grundlagen des Krafttrainings mit Hanteln und gibt Tipps zur Ausrüstung. Jeder kann anhand des umfangreichen Übungskatalogs sein ganz individuelles Hanteltraining zusammenstellen. Die Übungsvariationen mit Langhantel, Kurzhantel oder Scheibenhantel helfen, das effektive Gesundheitstraining mit wenig Aufwand ganz leicht umzusetzen. Erstmals werden sog. „Compound Moves“ vorgestellt, Bewegungsfolgen für Könnern, die sich aus verschiedenen Einzelübungen zusammensetzen und in kürzester Zeit mehrere Muskelgruppen trainieren.

lagen des Krafttrainings mit Hanteln und gibt Tipps zur Ausrüstung. Jeder kann anhand des umfangreichen Übungskatalogs sein ganz individuelles Hanteltraining zusammenstellen. Die Übungsvariationen mit Langhantel, Kurzhantel oder Scheibenhantel helfen, das effektive Gesundheitstraining mit wenig Aufwand ganz leicht umzusetzen. Erstmals werden sog. „Compound Moves“ vorgestellt, Bewegungsfolgen für Könnern, die sich aus verschiedenen Einzelübungen zusammensetzen und in kürzester Zeit mehrere Muskelgruppen trainieren.

Wolfgang Mießner: Muskel-Trainingsbuch. München: BLV 2004, 96 S., ISBN 3-405-16655-1, 12,95 €



Das Geheimnis eines modernen, gesundheitsorientierten Krafttrainings zeigt der vorliegende Band, bei dem die effektive Trainingsplanung und -steuerung im Mittelpunkt steht. Ob dynamisch, statisch oder isokinetisch – der Autor stellt alle unterschiedlichen Krafttrainingsarten ausführlich vor, so kann jeder die für sich ideale Trainingseinheit zusammenstellen: Nach dem Warm-up geht es los mit den individuellen Übungen, die der Trainingsplan vorsieht. Ob mit oder ohne Zusatzgewichte, an Maschinen oder mit Kurz- bzw. Langhanteln – die Planung des Trainings ist wichtig und kann mit diesem Buch ganz individuell gestaltet werden. Das Cool-down beendet das Training mit lockerem Cardio-Training und Stretching-Elementen.

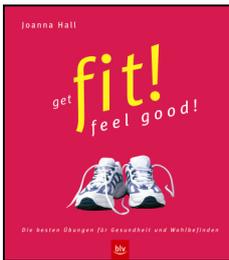
Siegfried Nagel, Achim Conzelmann & Hartmut Gabler: Sportvereine: Auslaufmodell oder Hoffnungsträger? Die WLSB-Vereinsstudie (Sport in der heutigen Zeit, 4). Tübingen: Attempto 2004, 196 S., ISBN 3-89308-373-1, 28,00 €



Entgegen zahlreicher Prognosen scheint der Sportverein kein Auslauf-, sondern vielmehr ein Erfolgsmodell zu sein. Die Zahl der Vereine und ihrer Mitglieder steigt kontinuierlich an; derzeit ist etwa ein Drittel der Bundesbürger Mitglied in einem der über 87.000 Sportvereine. Diese erbringen aus sozialpolitischer Sicht unverzichtbare Leistungen.

Gleichzeitig klagen viele Sportvereine über zunehmende Probleme, wie den Mangel an Ehrenamtlichen oder die nachlassende Mitgliederbindung. In Anbetracht weitreichender gesellschaftlicher Veränderungen (insbesondere auch der zunehmenden finanziellen Probleme) stellt sich die Frage, was zukünftig einen erfolgreichen Sportverein auszeichnet. Sollen sich Sportvereine an die vielfältigen Veränderungen anpassen oder ihren spezifischen Charakter bewahren? Diese Frage steht im Mittelpunkt der WLSB-Vereinsstudie. Da es „den“ Sportverein nicht gibt, ist eine differenzierte Betrachtung notwendig. Wie lässt sich die Vielfalt der Sportvereinslandschaft erfassen? Welche Sportvereinsprofile gibt es, und welche sind erfolgreich? Ausgehend von einer Typisierung der Sportvereine werden ausgewählte Vereine im Rahmen von Fallstudien analysiert, bei denen neben Interviews mit Vereinsverantwortlichen die Mitglieder befragt werden. Dabei wird u.a. folgenden Fragestellungen nachgegangen: Welche Interessen haben die Mitglieder von Sportvereinen? Welche Faktoren spielen für die Zufriedenheit und Bindung der Mitglieder eine Rolle? Was hält den Verein im Inneren zusammen? Wie verändern sich Sportvereine? Das Buch widmet sich diesen Fragen mit einer bislang noch nicht vorhandenen Breite und Detailgenauigkeit.

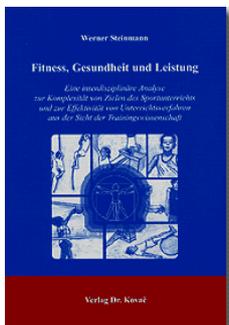
Joanna Hall: Get fit! Feel good! München: BLV 2004, 256 S., ISBN 3-405-16656-X, 19,95 €



Wie mehr Bewegung ein wichtiger und angenehmer Bestandteil des Alltags werden kann, zeigt die Autorin in ihrem Buch. Die britische Fitness-Trainerin ermuntert darin den Leser, Fitness neu zu definieren und bietet eine Fülle von Vorschlägen, um das körperliche und geistige Wohlbefinden zu steigern – unabhängig von Alter und Lebensrhythmus. Sie stellt zahlreiche Übungen aus den Bereichen Herz-Kreislauf-Training, Krafttraining und Beweglichkeit vor, die sie mit einem Kapitel über gesunde Ernährung abrundet. Die Möglichkeiten aktiv zu werden sind vielfältig: von Aerobic, über Walking, Laufen und Schwimmen, Dehn- und Kräftigungsübungen bis zu Tai Chi oder Yoga – die Autorin gibt einen umfassenden Überblick und hilft mit ihrem ganzheitlichen Fitness-Konzept, die Betätigung zu finden, die auch Spaß bereitet. Differenzierte Trainingsprogramme, die sowohl Anfänger als auch ambitionierte Sportler jeden Alters in Form bringen, runden dieses reichhaltig bebilderte, großformatige Standardwerk ab.

Wie mehr Bewegung ein wichtiger und angenehmer Bestandteil des Alltags werden kann, zeigt die Autorin in ihrem Buch. Die britische Fitness-Trainerin ermuntert darin den Leser, Fitness neu zu definieren und bietet eine Fülle von Vorschlägen, um das körperliche und geistige Wohlbefinden zu steigern – unabhängig von Alter und Lebensrhythmus. Sie stellt zahlreiche Übungen aus den Bereichen Herz-Kreislauf-Training, Krafttraining und Beweglichkeit vor, die sie mit einem Kapitel über gesunde Ernährung abrundet. Die Möglichkeiten aktiv zu werden sind vielfältig: von Aerobic, über Walking, Laufen und Schwimmen, Dehn- und Kräftigungsübungen bis zu Tai Chi oder Yoga – die Autorin gibt einen umfassenden Überblick und hilft mit ihrem ganzheitlichen Fitness-Konzept, die Betätigung zu finden, die auch Spaß bereitet. Differenzierte Trainingsprogramme, die sowohl Anfänger als auch ambitionierte Sportler jeden Alters in Form bringen, runden dieses reichhaltig bebilderte, großformatige Standardwerk ab.

Werner Steinmann: Fitness, Gesundheit und Leistung. Eine interdisziplinäre Analyse zur Komplexität von Zielen des Sportunterrichts und zur Effektivität von Unterrichtsverfahren aus der Sicht der Trainingswissenschaft. (Schriften zur Sportwissenschaft, 47). Hamburg: Kovac 2004, 376 S., ISBN 3-8300-1248-9, 98,00 €



Im Zentrum der vorliegenden Arbeit steht ein fächerübergreifendes Unterrichtsprogramm zum übergeordneten Themenkomplex „Sport und Gesundheit“, das zudem die eingeforderte Mehrperspektivität des Sportunterrichts berücksichtigt. Der Autor hat sich die Aufgabe gestellt, die Unterrichtsziele Fitness, Gesundheit und Leistung zu begründen, zu präzisieren sowie didaktisch und methodisch aufzubereiten. Die Hauptzielsetzungen sind auf eine empirische Überprüfung unterrichtsbedingter Veränderungen in der motorischen Fitness, der Einstellung zum Gesundheitswert des Sports sowie der komplexen sportlichen Leistung ausgerichtet. Die vorgelegten Untersuchungsergebnisse können im Sinne einer technologischen Umsetzung in unterrichtsdidaktische Konsequenzen transformiert werden. Welche wichtigen Ziele bzw. Qualitätsmerkmale sollte ein gesundheitsorientiertes Fitnessstraining erfüllen und wie lassen sich diese Zielsetzungen in der Institution Schule praktisch realisieren? Unter dieser Fragestellung werden zentrale Aufgaben und Prinzipien eines gesundheitsorientierten Fitnessstrainings beschrieben und begründet. Die Konstruktion eines aussagekräftigen Fitnessstests wird ebenso ausführlich erläutert wie die Erstellung eines Fragebogens zur Einstellungsmessung zum Gesundheitswert

Im Zentrum der vorliegenden Arbeit steht ein fächerübergreifendes Unterrichtsprogramm zum übergeordneten Themenkomplex „Sport und Gesundheit“, das zudem die eingeforderte Mehrperspektivität des Sportunterrichts berücksichtigt. Der Autor hat sich die Aufgabe gestellt, die Unterrichtsziele Fitness, Gesundheit und Leistung zu begründen, zu präzisieren sowie didaktisch und methodisch aufzubereiten. Die Hauptzielsetzungen sind auf eine empirische Überprüfung unterrichtsbedingter Veränderungen in der motorischen Fitness, der Einstellung zum Gesundheitswert des Sports sowie der komplexen sportlichen Leistung ausgerichtet. Die vorgelegten Untersuchungsergebnisse können im Sinne einer technologischen Umsetzung in unterrichtsdidaktische Konsequenzen transformiert werden. Welche wichtigen Ziele bzw. Qualitätsmerkmale sollte ein gesundheitsorientiertes Fitnessstraining erfüllen und wie lassen sich diese Zielsetzungen in der Institution Schule praktisch realisieren? Unter dieser Fragestellung werden zentrale Aufgaben und Prinzipien eines gesundheitsorientierten Fitnessstrainings beschrieben und begründet. Die Konstruktion eines aussagekräftigen Fitnessstests wird ebenso ausführlich erläutert wie die Erstellung eines Fragebogens zur Einstellungsmessung zum Gesundheitswert

des Sports. Ferner wird der Leser über wichtige didaktische und methodische Überlegungen bezüglich der im Biologieunterricht behandelten Theorieeinheiten zum Rahmenthema „Sport und Gesundheit“ informiert. Die Arbeit schafft eine Verbindung von der theoretischen Diskussion gesundheitserzieherischer und -fördernder Aufgaben zu konkreten unterrichts- und schulpraktischen Maßnahmen. Es werden theoriegeleitete Möglichkeiten, praxisnahe Konzepte und innovative Ideen zur Gesundheitserziehung bzw. -förderung Heranwachsender aufgezeigt. Insofern wendet sich das Buch nicht nur an Sportwissenschaftler und Studierende, sondern bedingt durch die Praxisorientiertheit auch an Lehrkräfte.

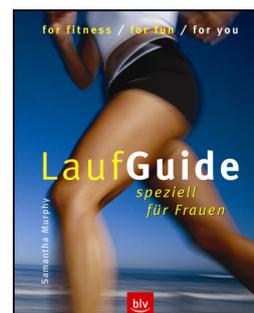
Michael Krüger: Einführung in die Geschichte der Leibeserziehung und des Sports. Teil 1: Von den Anfängen bis ins 18. Jahrhundert. (Sport und Sportunterricht, 8). Schorndorf: Hofmann 2004, 248 S., ISBN 3-7780-7781-3, 29,80 €



Der erste Teilband der „Einführung in die Geschichte der Leibeserziehung und des Sports“ versteht sich als eine Art Reiseführer durch die Weltgeschichte des Sports von den Anfängen bis ins 18. Jahrhundert. Bewegung, Spiel und Sport werden als kulturelle Universalien, Wesensmerkmale des Menschen verstanden, die sich zu allen Zeiten in

allen Kulturen äußern, allerdings stets in unterschiedlicher, kulturspezifischer Weise – das ist die leitende Idee dieses Buches. Im Mittelpunkt stehen die Geschichte des Sports in der griechischen und römischen Antike sowie im Mittelalter und der Frühen Neuzeit. Der Band wird ergänzt durch ein ausführliches Glossar und eine Zeittafel.

Samantha Murphy: Lauf-Guide speziell für Frauen. München: BLV 2004, 176 S., ISBN 3-405-16716-7, 14,95 €



Die britische Journalistin und erfolgreiche Läuferin hat ihre eigenen Erfahrungen mit neuesten Forschungsergebnissen und Auskünften von Aktiven zu einem Leitfaden zusammengefasst. Hier finden Anfängerinnen wie Fortgeschrittene, Teenies wie sportliche Seniorinnen alles, was wichtig ist: von der

Ausrüstung über gute Lauftechnik bis zur Ernährung, von Schwangerschaft und Menopause über Osteoporose-Vorbeugung bis Crosstraining und Marathon. Und immer wieder sind Tipps von Läuferinnen eingestreut: wie man sich vor anzüglichen Bemerkungen schützt, wie die Menstruation das Training beeinflusst, wie frau Geschmack an den mühsamen Tempoläufen findet und vieles mehr. Gute Fotos dokumentieren den Spaß an der Sache und stellen die zahlreichen Übungen anschaulich dar. Lebendige Gestaltung, große Bandbreite sowie die vielen persönlichen Aussagen motivieren und machen schon die Lektüre unterhaltsam und anregend.

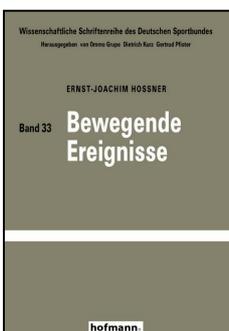
Thomas Schwarzmeier: Segeln. Schnelle Hilfe an Bord. München: BLV 2004, 160 S., ISBN 3-405-16697-7, 12,95 €



Immer mehr Menschen entdecken Segeln als aufregenden Freizeitsport und starten im Urlaub zu einem der zahlreichen Segelparadiese dieser Erde. Aber: Ob mit der Charteryacht oder der eigenen Jolle, das Know-how muss sitzen! Was man in Sachen Manöver, Navigation, Technik oder Sicherheit wissen muss, hat der Autor in dem

handlichen Band für die Hosentasche kompakt und übersichtlich zum schnellen Nachschlagen zusammengestellt: Angefangen beim Ablegen im Hafen über die verschiedenen Segelmanöver bis zum Ankern hat der erfahrene Segellehrer Segelwissen für alle Fälle parat. Alles Wissenswerte rund um Navigation und Wegerecht sowie Informationen zur Einschätzung des Wetters ergänzen das Compendium. Wichtige Themen sind die Sicherheit an Bord und die Erste Hilfe. Die konkreten Handlungsanweisungen helfen, auch in Krisensituationen Ruhe zu bewahren, um akute Probleme schnell und erfolgreich zu lösen. Außerdem helfen viele praxisorientierte Tipps, beim nächsten Törn gut vorbereitet zu sein.

Ernst-Joachim Hossner: Bewegende Ereignisse. (Wissenschaftliche Schriftenreihe des Deutschen Sportbundes, 33). Schorndorf: Hofmann 2004, 132 S., ISBN 3-7780-8333-3, 19,80 €



Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich in einem hermetisch abgeschlossenen Zimmer, erhalten aus der Außenwelt lediglich Zettel mit unverständlichen Zeichen und können nichts anderes tun, als selbst Zeichen auf leere Zettel zu malen, die dann über ein Rohrpostsystem nach außen zu senden sind: Wie kommen Sie in dieser Situation zu an-

gemessenen Regeln für die Zuordnung von Eingangszu Ausgangszeichen? Was sich mit dieser Metapher des Übersetzers in dem „Badischen Zimmer“ verdeutlichen lässt, ist das Grundproblem des Bewegungslernens – im Hinblick auf Bewegungen des Alltags wie auf solche des Sports. Es besteht darin, auf Signale aus der Umwelt mit zunehmend angemessenen Bewegungsantworten zu reagieren. Wie der Autor in der mit der Carl-Diem-Plakette 2001/02 prämierten Arbeit aufzeigt, bedarf die Lösung dieses Grundproblems einer kognitiven Architektur, die auf modular strukturierte interne Modelle abzielt, die wiederum auf die Effekte des eigenen Verhaltens bezogen sind: „Es sind nicht die Kommandos an die Muskulatur, sondern die Verhaltens-effekte, die Bewegungen kontrollieren. Die Bewegung ergibt sich aus dem angestrebten Ereignis: *Bewegende Ereignisse*.“ Diese These wird in dem Buch in zwölf kurzen Kapiteln hergeleitet, differenziert und einigen Prüfungen unterzogen, um am Ende zu einem Vorschlag zu gelangen, der sich nach dem Ende der motor-action-Kontroverse für die neue theoretische Fundierung der Sportmotorik als tragfähig erweisen könnte.

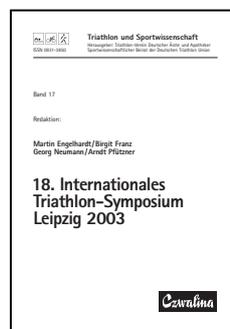
Christian Jessel: Aktiv gegen Arthrose. München: BLV 2004, 96 S., ISBN 3-405-16665-9, 12,95 €



Jede zweite Frau und jeder zweite Mann zwischen 30 und 50 Jahren leidet an den Folgen einer beginnenden Arthrose. Meist sind es die „Anlaufschmerzen“ bei den ersten Bewegungen am Morgen oder eine schmerzhaft Schwellung der Gelenke. Die Gelenkerkrankung ist nicht heilbar, doch gezieltes Training kann

ihr Fortschreiten verlangsamen oder stoppen. Hilfreiche und leicht verständliche Informationen liefert der vorliegende Ratgeber. Der Autor erklärt das Krankheitsbild ausführlich und erläutert, was man – auch vorbeugend – gegen Arthrose tun kann. Das Buch bietet die notwendigen Hintergrundinformationen zum Verständnis der Beschwerden sowie eine Checkliste der Ursachen, Symptome und Behandlungsmöglichkeiten. Im ausführlichen, „aktiven“ Übungsteil des Buches werden Dehn- und Kräftigungsübungen vorgestellt, mit denen man der Gelenkerkrankung aktiv zu Leibe rücken kann. Vom Handgelenk bis zur Lendenwirbelsäule findet man alle Übungen mit detailgenauen Fotos so anschaulich erläutert, dass jeder – auch wenn er jahrelang keinen Sport gemacht hat – Appetit auf Bewegung bekommt.

Martin Engelhardt, Birgit Franz, Georg Neumann & Arndt Pfützner (Red.): 18. Internationales Triathlon-Symposium Leipzig 2003. (Triathlon und Sportwissenschaft, 17). Hamburg: Czwalina 2004, 116 S., ISBN 3-88020-437-3, 12,50 €



Der Berichtsband vom 18. Internationalen Triathlon-Symposium, das am 15. Juli 2003 in Leipzig stattfand, versammelt aktuelle sportwissenschaftliche und sportmedizinische Beiträge zu verschiedenen Themen rund um den Triathlon, der die drei Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen kombiniert. So werden z.B. Ergebnisse der

komplexen Leistungsdiagnostik im Triathlon (Berkalk & Neumann), der Einfluss des Radfahrens auf die Muskelaktivität und die Stützbelastung beim Lauf im Triathlon (Hottenrott) oder Analysen zur optimalen Rehydratation im Sport (Seebauer) vorgestellt. Die insgesamt neun Beiträge (weitere von Pfützner, Franz, Neumann, Moeller & Noack, Gohlitz, Marka) bieten den interessierten Lesern eine breite thematische Vielfalt rund um den populären Ausdauersport.

Hinweis der Redaktion: Für Titelanzeigen in der Rubrik „Neuerscheinungen“ senden Sie uns bitte ein Exemplar des Werkes an die Redaktion der „dvs-Informationen“, dvs-Geschäftsstelle, Postfach 73 02 29, 22122 Hamburg. Falls möglich, stellen Sie uns bitte eine Zusammenfassung des Buchinhalts sowie eine Grafikdatei (jpg, tif; 300 dpi) des Buchcovers zur Verfügung. Senden Sie diese bitte per eMail an: dvs.Hamburg@t-online.de.