

Buchtipp: Die besten Übungsleiter-Ideen

Der «Übungsleiter» ist seit über 40 Jahren eine feste Grösse in der Planung und Durchführung von erfolgreichen Sportstunden für alle Altersgruppen. Deshalb entstand aus den besten und bewährtesten Übungsideen der letzten Jahre ein praktischer Sonderband.

Ob zum Auftakt, Ausklang oder als Hauptteil einer Übungseinheit, oder ob es um Koordination, Kondition, Dehnen und Kräftigen geht oder um Ball-, Wurf- und Schlagspiele, um Wasser-, Winter- oder Gesundheitssport: das Buch bietet stets mindestens einen geeigneten Vorschlag für die Durchführung einer erfolgreichen Sportstunde. Dazu hilft ein nach Zielsetzung aufgebauter Schnellzugang, welcher auf die entsprechenden Zielgruppen hinweist.

Für jede Übung gibt es auf zwei bis maximal vier Seiten eine kurze Einleitung. Den Hauptteil bilden die Übungsbeispiele, die mit Zeichnungen oder Fotos reich illustriert sind. Buchstabensymbole weisen auf die entsprechenden Zielgruppen hin, mit welchen diese Ideen durchgeführt werden können: mit Kindern und Jugendlichen oder mit Erwachsenen und Senioren. Viele Hinweise auf Buchtipps runden am Ende der jeweiligen Beispiele diesen gelungenen Sonderband ab.

Markus Küffer, Leiter Mediathek, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen



Die 55 besten Übungsleiter-Ideen

Buch ausleihen:

Reinschmidt, C. (2011). Die 55 besten Übungsleiter-Ideen für erfolgreiche Sportstunden mit allen Altersgruppen, Wiebelsheim: Limpert-Verlag.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO