

[Forsiden](#) | [Lækker, men måske unødvendig?](#)

Lækker, men måske unødvendig?

Dato_ 15. maj 2014

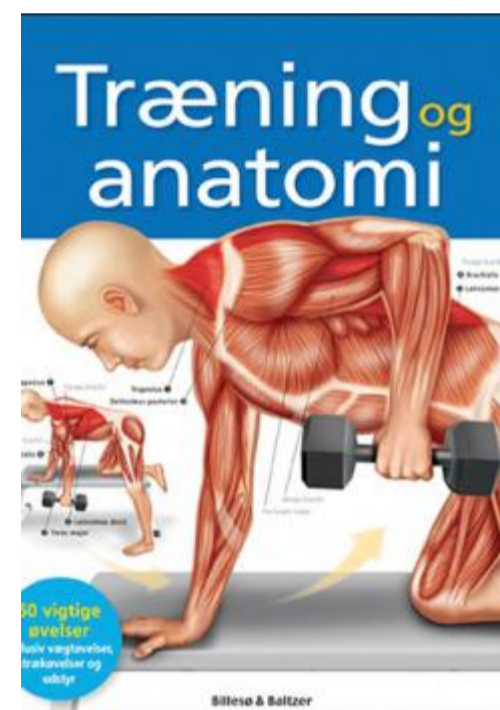
Tekst_ isupport@otw.dk

Umiddelbart tænker man, at det må være en uddøende race. Detaljerede anatomiske tegninger trykt på lækkert glittet papir i farver og med dansk tekst. Der findes efterhånden en overflod af tilsvarende materiale frit tilgængeligt på internettet, men dog sjældent på dansk, hvilket kan berettigg udgivelsen.

Træning og anatomi er delt i tre dele. Først et traditionelt anatomisk atlas med illustrationer af knogler, led, muskler med mere. Derefter det primære; detaljerede gennemgange af styrketræningsøvelser. Hver øvelse har fået et helt opslag. Det giver plads til typisk to store illustrationer af øvelsen med farvefremhævelse af de involverede muskler. Dertil en beskrivelse i tekst, hvor udførelsen udfoldes, og endelig et skema, der blandt andet giver alternative øvelser for øvede/uøvede, samt endnu en gennemgang af de involverede muskler. Det er fornemt, pædagogisk og meget anvendeligt. Sidste del er en noget primitiv arbejdsbog, der består af tegninger i s/h med pile til for eksempel muskler og knogler, hvor man så kan øve sig på navnene og skrive dem på i bogen.

Alt i alt en relevant udgivelse at have et eksemplar eller to af i idrætssamlingen. Dog virker blandingen af danske, engelske og latinske udtryk ikke helt hensigtsmæssig med henblik på brug i gymnasieskolen. Bogens oversætter redegør fint for, hvorfor valget er truffet, men i gymnasieskolen bruger vi jo sjældent de latinske betegnelser i større udstrækning. Derfor kan elever finde det forvirrende, at deres lærebøger bruger danske betegnelser for musklerne, mens denne udelukkende bruger latinske. Derudover bruges der konsekvent engelske udtryk til styrkeøvelserne, og de færreste beder vel eleverne lave en arbejdskravsanalyse af bench press eller seated leg curl. Så her kan man måske diskutere, om det giver nok værdi for pengene, når der nu på internettet findes rigeligt af materiale, der netop også benytter disse betegnelser.

About book



★★★★☆

Forlag: Billesø & Baltzer

Antal sider: 192

Fag: Idræt

Bogens forfatter(e):

Ken Ashwell, Michael Baker, Tim Foulcher og Michael Newton

Medietype: Bog

Udgivelsesdato: 15/05/2014

Pris: 248,95

Vurdering og anmeldelse:

Morten Tjalve

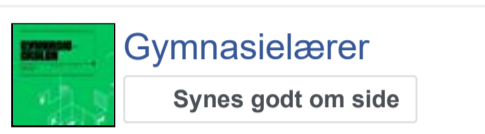


Gymnasieskolen

Vesterbrogade 16
1620 København V
3329 0900
gymnasieskolen@gl.org

Genveje

[Redaktionen](#)
[Annonce info](#)
[Markedsplads](#)
[Læserne mener](#)
[Arbejdsliv](#)
[Undervisning](#)
[Anmeldelser](#)



Det aktuelle blad



Gymnasieskolens nyhedsbrev

Her kan du tilmelde dig Gymnasieskolens ugentlige nyhedsbrev

E-mail-adresse *

Tilmeld