

RECENT PUBLICATIONS ACTUALITĂȚI EDITORIALE

New Romanian publications in the field of sports Publicații românești recente în domeniul sportului

Înotul – Competiție și utilitate

Nicolae Horațiu Pop

Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2013

137 pagini

Lucrarea este rodul pasiunii și perseverenței consacrate de autor studierii natației. Este o carte binevenită în peisajul literaturii de specialitate, destul de săracă în această privință, constituind un material foarte util pentru viitorii specialiști, dar și pentru licențiații în educație fizică și sport, având în vedere bibliografia vastă prelucrată.

În prima parte sunt tratate într-un limbaj elevat, dar accesibil, probleme istorice, sociale, biochimice, biomecanice și fiziologice specifice. De asemenea, este analizată temeinic tehnica procedeelor de înot.

Partea a doua dezbate probleme psiho-pedagogice și metodice ale învățării procedeelor de înot, cu un conținut practic bogat, în privința mijloacelor folosite pentru învățare și corectarea greșelilor apărute.

Recomand lectura acestei cărți și persoanelor care practică înotul de plăcere, fiind utilă pentru o mai bună înțelegere a fenomenului de înot, dar și datorită sfaturilor foarte folositoare, pentru prevenirea și primul ajutor acordat în caz de înec.

Antrenamentul de bază al mușchilor

Abigail Ellsworth

Editura Litera, București, 2013

160 pagini

Toate mișcările pe care le faceți în mod obișnuit depind de mușchii profunzi. Aceștia stabilizează trunchiul și pelvisul, permițând brațelor și picioarelor să se miște normal. Mușchi puternici înseamnă că veți putea să vă mișcați eficient și ușor. Deci, cum vă antrenați musculatura?

Antrenamentul de bază al mușchilor vă ajută să faceți primii pași, arătându-vă ce mușchi alcătuiesc trunchiul și modul în care interacționează aceștia. Apoi veți învăța o mare varietate de exerciții care stabilizează, dar și fortifică acești mușchi importanți, inclusiv unele exerciții mai grele care vă vor duce programul fizic la un nou nivel.

Fotografiile și ilustrațiile color vă arată cum lucrează mușchii în fiecare dintre aceste exerciții. Instrucțiunile clare, pas cu pas, pentru fiecare mișcare și exemplele vă

ajută să puneți accentul pe abdominali și pe alți mușchi din zona trunchiului.

Ion Ghițulescu, omul de la microfonul radio

Corneliu Filip

Editura Rao, Brașov, 2013

168 pagini

Aceasta este o carte, de mult așteptată de iubitorii sportului cu balonul rotund, în care eroul principal este inegalabilul comentator radio și om de sport Ion Ghițulescu. Un titlu mai sugestiv decât „Ion Ghițulescu - omul de la microfonul radio” nici că se putea. Ba da! Se mai putea titra și „Ghițulescu - omul care dă sentința în direct”. Oricum, o combinație fericită, pe fondul unui interviu fluviu, ne dezvăluie biografia, activitatea generală radio și specială de comentator sportiv, a celui care a fost, este și va rămâne în memoria noastră drept „titan”, care ne-a adus pe calea undelor realitatea frumoasă din dreptunghiul verde de pretutindeni.

Vocea inegalabilă, inflexiunile vocale și trăirea sa, fermecau întotdeauna pe cei cu „urechile ciulite”, dornici să afle ce se întâmplă în iarba proaspătă de pe stadioane. Mai rar să vezi cum trecerea prin timp a conservat o voce cu un timbru particular, veșnic tânăr, care mângâie auzul ascultătorilor. „În viața mea sportivă, ca fotbalist sau tehnician, am avut bucuria de a beneficia de epitețe, fără măsuri ca frumusețe, spuse de „nea Ion Ghițulescu”, cum adesea ne place să-l alintăm, în transmisiile sau comentariile radio.

Alături de regretatul Vanea Chirilă, el însuși inegalabil al condeiului sportiv sau Cristian Țopescu, care te ducea în lumea ireală a fotbalului (sportului) prin anvergura și finețea comentariului sau la TV identific trioul fără egal, aș îndrăzni să spun, al tuturor timpurilor...

Cartea ni-l prezintă în întreaga sa amplitudine pe Ion Ghițulescu, omul care și-a consacrat viața, și-a dedicat vocația și a stat falnic la microfonul radio... Pe măsură ce trece timpul, statura sa devine și mai impunătoare! Să ne bucurăm de ceea ce vedem cu ochii avizi de inedit în cartea „Ion Ghițulescu - omul de la microfonul radio” (Mircea Lucescu).

Leon Gombos

leongombos@yahoo.com