

A person wearing a green jacket, dark pants, and a red backpack is walking away from the camera on a snow-covered path in a forest. The trees are tall and thin, with snow on their branches. The sky is overcast.

Guia de lectura CONEIXEMENT I ESPORT HIVERN 2020 / 2021

bct
xarxa

biblioteca districte 5

Biblioteca Districte 5 de Terrassa

La Biblioteca del Districte 5 va ser inaugurada el dia 4 de juliol de 1972, al número 29 del carrer de la Salut. La Biblioteca es trasllada a la ubicació actual, el xalet de l'Àrea Olímpica, l'any 1993, i fou inaugurada el dia 29 d'octubre d'aquell mateix any.

La ubicació de l'edifici, dins del recinte del Club Natació Terrassa, va ser el motiu pel qual la Biblioteca del Districte 5 acollís un fons especial de Coneixement i Esport. Amb aquesta guia de Coneixement i Esport volem donar a conèixer algunes de les novetats bibliogràfiques que hem adquirit, durant el darrer trimestre, a la Biblioteca del Districte 5 de Terrassa.

Actualment l'accés a la Biblioteca districte 5 es realitza des de l'entrada al Club Natació Terrassa, a l'avinguda Abat Marcet.



Entrada pel Club Natació,
Av. de l'Abat Marcet, s/n, 08225 Terrassa, Barcelona
bd5@terrassa.cat

Imatge de portada i contraportada:

https://stock.adobe.com/es/images/woman-trekking-through-the-snow-in-lapland-finland/341151839?content_id=341151839&asset_id=341151839

Ja és aquí la Guia de Coneixement i Esport d'hivern de la Biblioteca Districte 5!

A la Biblioteca del Districte 5 de Terrassa trobaràs un Fons especial de Coneixement i Esport on agrupem llibres i DVDs sobre els diversos esports que es poden practicar a la comarca del Vallès Occidental: futbol, bàsquet, running, escalada, boulder, ciclisme, atletisme, triatló, hoquei i molts altres.

El fons especial està ubicat a la sala general de la biblioteca i compta amb més de 300 títols: novel·les esportives, DVDs sobre esport, llibres sobre nutrició esportiva, d'entrenament... El fons també inclou revistes esportives: Vèrtex, Desnivel, Bike, Triatlón, Runner's world, Sport Life, Gigantes del basquet, Líbero i Fosbury que trobaràs a la sala de revistes.

Esperem que us agradi la guia d'hivern i us recomanem que visiteu la biblioteca per poder consultar altres llibres sobre el vostre esport preferit. Si trobeu a faltar algun llibre esportiu d'interès podeu suggerir-nos la seva adquisició per poder nodrir i millorar el Fons de Coneixement i Esport de la Biblioteca del Districte 5 de Terrassa.

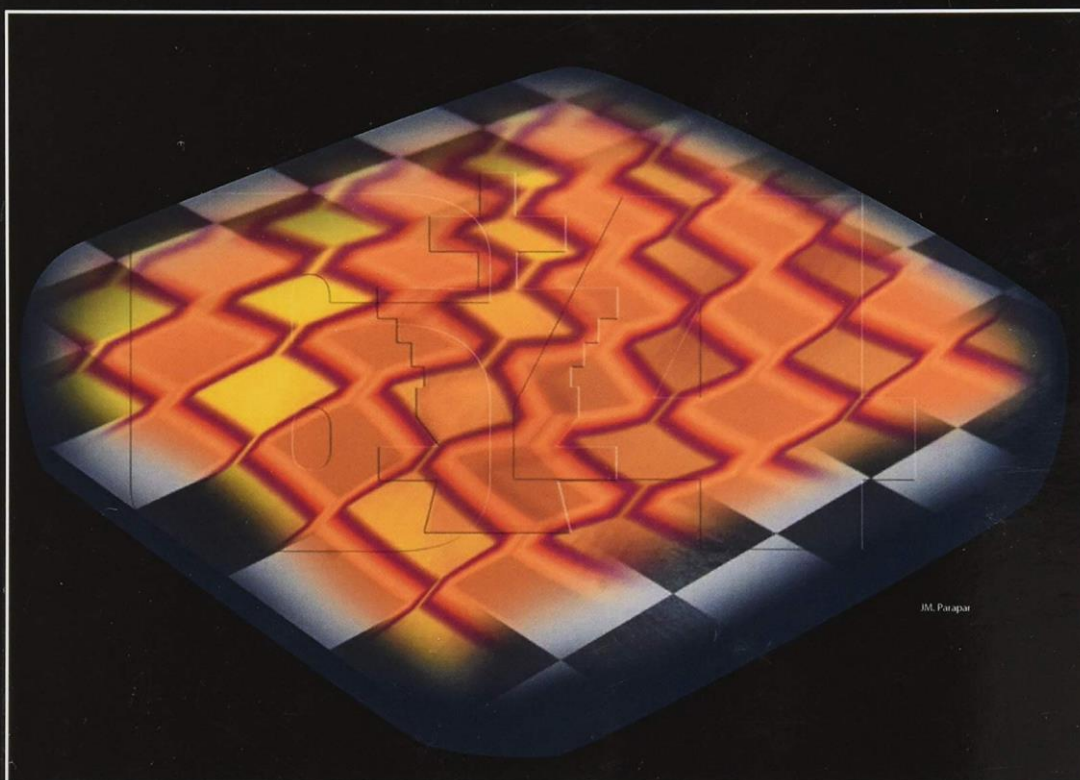
Podeu consultar la resta de Guies de Coneixement i Esport a l'espai de la Xarxa de Biblioteques de Terrassa que tenim a l'[Issuu](#).

ÍNDIX

2	Biblioteca Districte 5 de Terrassa
3	Ja és aquí la Guia de Coneixement i Esport d'hivern de la Biblioteca Districte 5!
5	90 ejercicios de estrategia : aperturas cerradas
7	Jo, Alfósina
9	El gran llibre dels esports
10	Els supertafaners. Juguem a Futbol. Respostes ràpides per a preguntes enginyoses.
12	El món dels Jocs Olímpics per a tothom
14	Libro de ejercicios de los 100 finales que hay que saber
16	30 passejades pel Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac
18	Nosaltres abans i després
20	El Primer capità

90 EJERCICIOS DE ESTRATEGIA

aperturas cerradas



Edición revisada y ampliada con 26 Ejercicios
nuevos y más de 60 Temas Estratégicos



Alfonso Romero Holmes
Amador González de la Nava

ROMERO, Alfonso i GONZÁLEZ, Amador (2020). [*90 ejercicios de estrategia: aperturas cerradas*](#). SANTA EULALIA DE MORCÍN: Editorial Chessy.

Como dice el excampeón del mundo , Vesselin Topalov, en el prólogo de esta obra «Este primer tomo de *Ejercicios de estrategia* es ciertamente un libro práctico para todo tipo de aficionados que desean mejorar sus conocimientos estratégicos en ajedrez, lo que sin duda es clave para la progresión del ajedrecista, aparte del entrenamiento en el cálculo de variantes».

Es una obra basada en ejercicios prácticos (con posiciones críticas) , en la que se pregunta al lector la mejor solución posible, entre una serie de opciones -todas ellas muy lógicas-. Las partidas corresponden a los mejores estrategias de todos los tiempos, como es el caso de Karpov, Petrosian, Korchnoi, Botvinnik, Kramnik, Kasparov... En el capítulo de soluciones, los autores explican los defectos o virtudes de todas las alternativas propuestas y, además de analizar de manera exhaustiva la partida modelo, exponen ejemplos y partidas complementarias con un procedimiento estratégico similar al de la partida modelo de cada ejercicio. No se trata solo de medir sus conocimientos, sino también de aprender y asimilar ideas en la misma medida. Esta obra intenta apostar una buena selección de ejercicios y por ofrecer al lector una completa información con posiciones muy variadas y ricas. El nivel de dificultad de los ejercicios va aumentando de manera progresiva. Asimismo, los autores clasifican los ejercicios según temas estratégicos (más de 60) y aperturas. La idea del libro es que los aficionados de nivel bajo, medio o alto acumulen ideas estratégicas de una forma divertida y rápida. Un trabajo especialmente útil para todo tipo de jugadores, monitores y alumnos de todos los niveles.

Alfonso Romero Holmes es Gran Maestro, cinco veces integrante de la selección olímpica española, muy vinculado al mundo editorial y periodístico desde hace varias décadas. Amador González de la Nava es Maestro de la FIDE, Entrenador Nacional y Entrenador FIDE, y director de los centros de tecnificación de Castilla y León y La Rioja .



NEGRESOLOR, Joan (2020). [*Jo, Alfonsina*](#). BARCELONA: Thule.

Quan Alfonsina Strada va complir deu anys, el seu pare li va fer un regal que li va canviar la vida: una bicicleta. Des de llavors, va intentar buscar el seu espai en un món tradicionalment dominat per homes. Amb aquesta idea es resumeix la trajectòria vital de la primera i única dona a competir juntament amb els homes en curses com ara el Giro d'Itàlia, una pionera de la participació femenina en aquest esport a qui aquest àlbum ara ret homenatge.

Joan Negrescolor dedica aquest llibre a les dones que, com Alfonsina, no es rendeixen mai. Sense aprofundir en detalls biogràfics i amb un text sintètic i pensat per als petits lectors, la narració avança amb fluïdesa mitjançant un relat de tossuderia infantil i resistència que s'allunya, per sort, d'altres publicacions similars més feixugues i pretensioses, com les que darrerament proliferen al mercat editorial, i se centra, en canvi, en el gust d'explicar una història.

L'il·lustrador se serveix del seu estil inconfusible a l'hora de reforçar la senzillesa d'aquest text. L'esclat cromàtic a què ens té acostumat, doncs, s'accentua de nou amb composicions barroques i abarrotades que s'enquadren dins d'un urbanisme esquemàtic i molt particular en què conviuen tot un seguit de personatges sovint de formes desproporcionades però d'una gran personalitat estètica. A més, les il·lustracions demanen una segona lectura pels detalls i la metainformació implícita que contenen, com ara les notícies sobre la declaració de la guerra.

Coneguda com «la Reina del Pedal», Alfonsina ha trobat en Negrescolor un biògraf excel·lent que ha transformat la seua lluita particular en un àlbum que ha tingut cura de tots els detalls. També de les guardes, que enceten la història amb una panoràmica del poble i la conclouen convertint-nos en els espectadors del que sempre va somiar.

[Clara Berenguer Revert](#)

Jo, Alfonsina [en línia]. Faristol. Revista del llibre infantil i juvenil.

[Data de consulta: 09/02/2021]

<<https://www.cliccat.cat/faristol/critica/Jo-Alfonsina>>



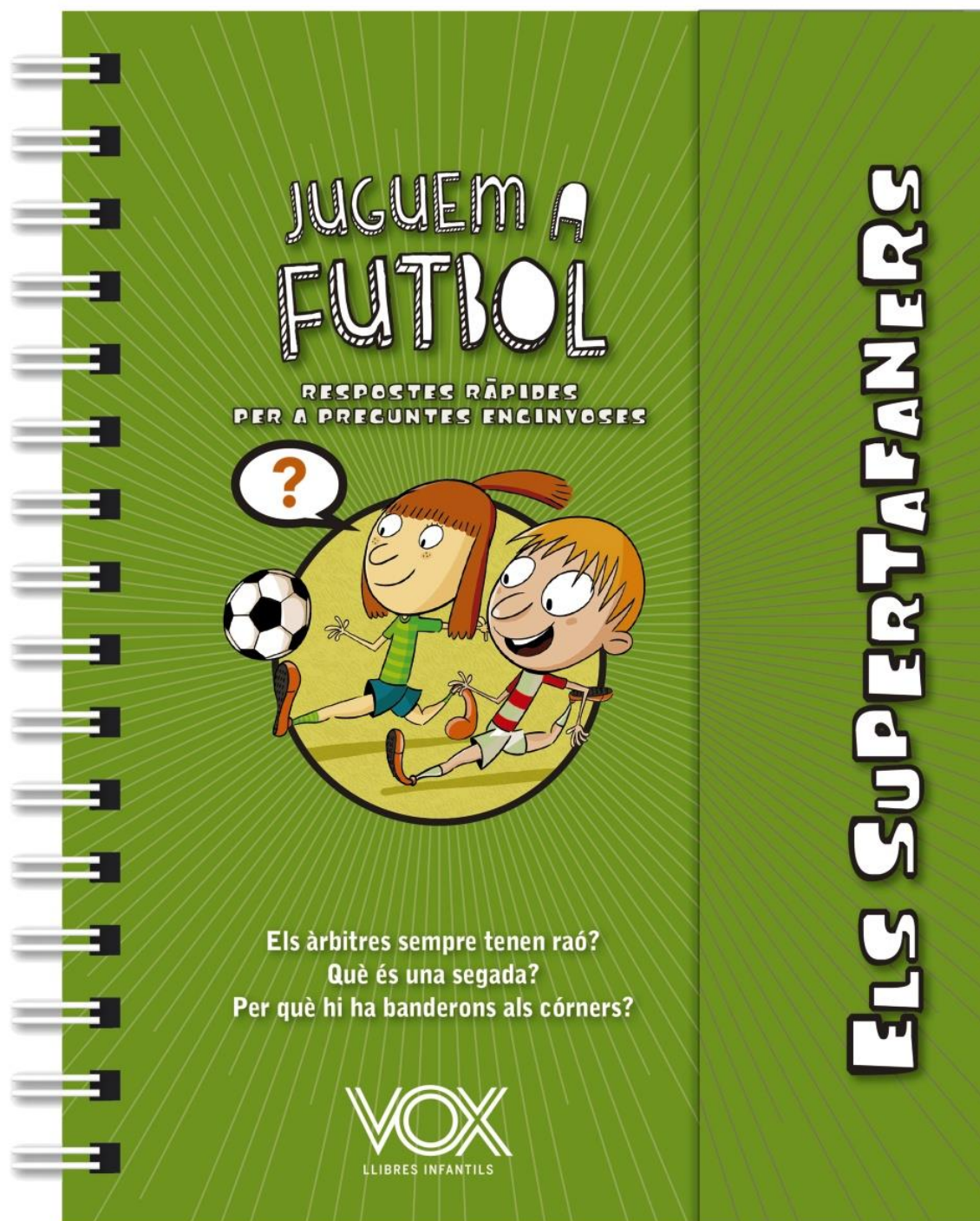
CAVENAGHI, Silvia (2019). [*El gran llibre dels esports*](#). BARCELONA: VVKids.

Sabies que en una edició dels Jocs Olímpics es va disputar una prova de natació sota l'aigua? O que Leo Messi ha guanyat 5 pilotes d'Or i 6 Botes d'Or i que Michael Phelps és l'únic atleta que ha guanyat 8 medalles en uns Jocs Olímpics? I que Nadia Comaneci va obtenir el primer deu de la gimnàstica artística quan només tenia catorze anys?

En aquest llibre parlarem dels esports que avui són més populars, dels seus orígens, dels esportistes que els practiquen i dels pioners que els van inventar, i fins i tot de les regles de cada joc i les seves particularitats.

Esteu preparats per entrar al camp de joc?

T'agrada l'esport? Si la teva resposta és un sí aquest meravellós llibre és perfecte per a tu. En les seves pàgines trobaràs curiositats sobre els esports, els seus orígens, els esportistes més cèlebres de la història i els pioners que els van inventar. Un llibre que farà que t'animis a llançar-te a conèixer nous esports. T'atreveixes a saltar a la pista de joc?



LOZANO, Raül (2019). [*Juguem a futbol : respostes ràpides per a preguntes enginyoses.*](#)
BARCELONA: VOX.

Tots comencem a tremolar quan un Supertafaner ens mira directament als ulls i obre la boca per dir... Es pot ensenyar la targeta vermella a un àrbitre?, Pot marcar gols el porter?, Què significa posar l'autobús davant la porteria?, Per què porten un esprai els àrbitres?, Si neva es para un partit?, Els millors equips són els que tenen més diners?, Què està més bé, un hat-trick o una maneta?, Hi ha un mundial de futbolí?

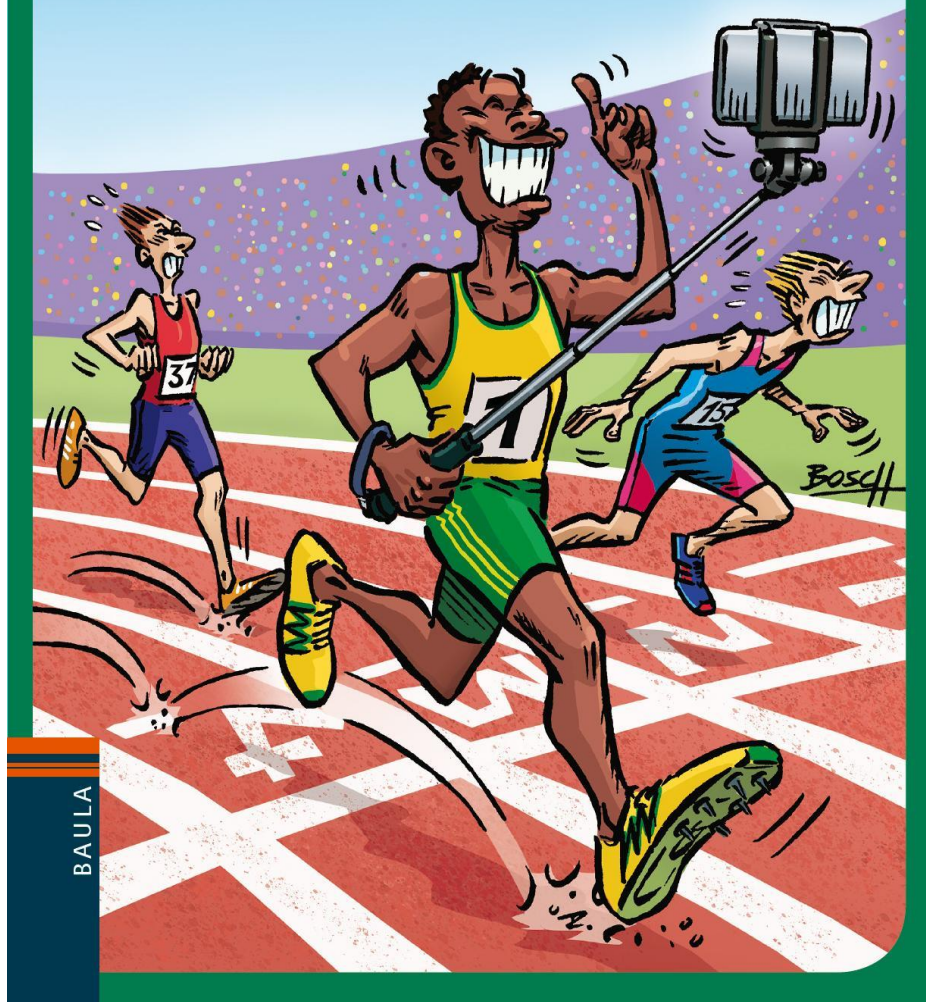
Aquestes preguntes i moltes més per conèixer el món del futbol en tots els seus aspectes: història d'aquest esport, les regles bàsiques, els jugadors, els entrenadors, els àrbitres, els equips, els camps, les competicions...

Tots comencem a tremolar quan un Supertafaner ens mira directament als ulls i obre la boca per dir... Es pot ensenyar la targeta vermella a un àrbitre?, Pot marcar gols el porter?, Què significa posar l'autobús davant la porteria?, Per què porten un esprai els àrbitres?, Si neva es para un partit?, Els millors equips són els que tenen més diners?, Què està més bé, un hat-trick o una maneta?, Hi ha un mundial de futbolí?

Aquestes preguntes i moltes més per conèixer el món del futbol en tots els seus aspectes: història d'aquest esport, les regles bàsiques, els jugadors, els entrenadors, els àrbitres, els equips, els camps, les competicions...

EL MÓN DELS JOCS OLÍMPICS PER A TOTHOM

Òscar Vendrell | Jaume Bosch • Bié



BAULA

VENDRELL, Òscar (2020). [*El món dels jocs olímpics per a tothom*](#). BARCELONA: Baula.

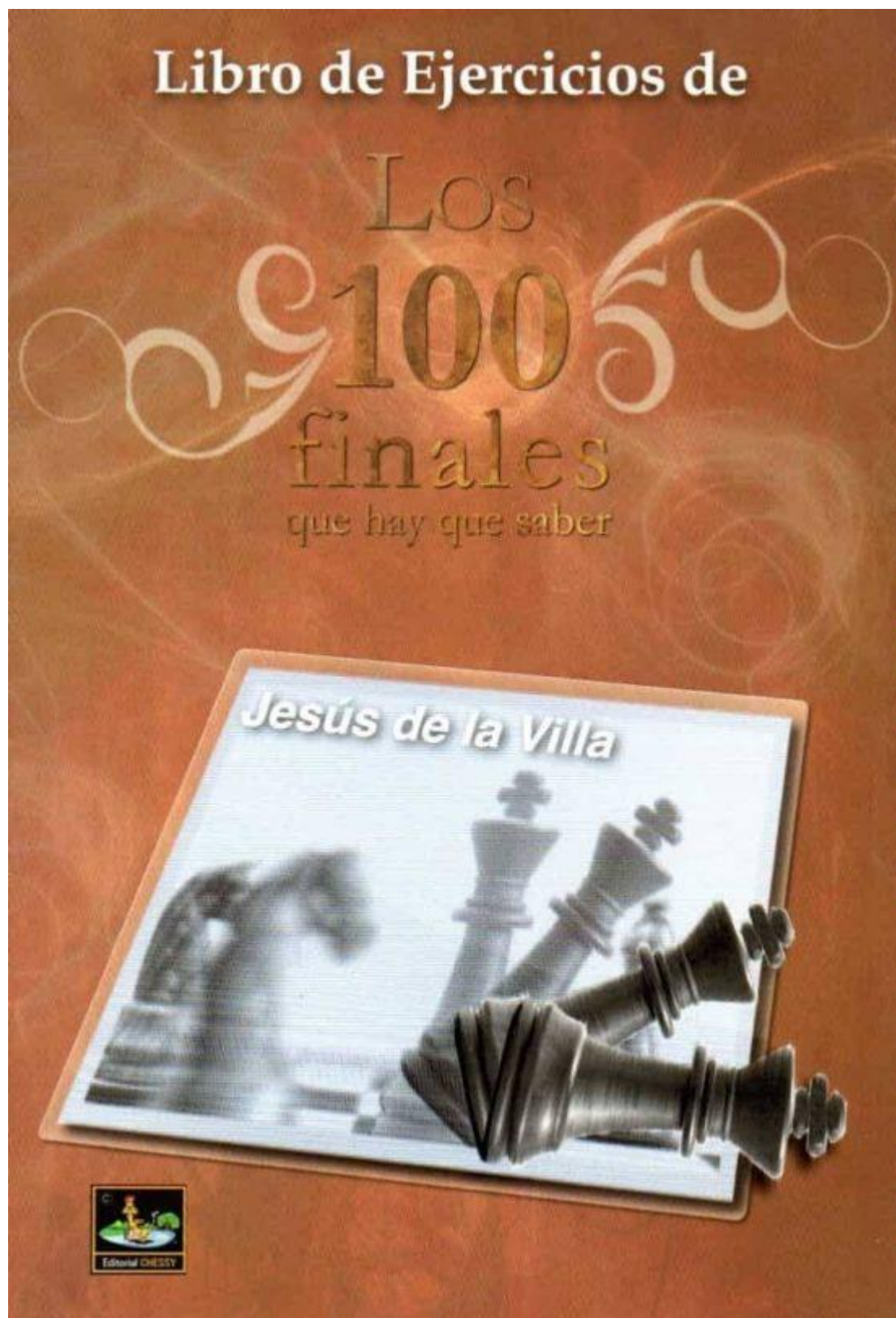
Una visió lúdica de la vida

El llibre ideal per a aficionats a l'esport DE TOTES LES EDATS. Ple de detalls, dades precises i bon humor.

Hi trobareu: curiositats, anècdotes, atletes insuperables i atletes superats, peripècies, dades.

Veure mostra:

<http://www.baula.com/urlmanager/catalogo/13685/869/936d8e428cd401fc991776902498cbe1832e4b07?tab=7&contType=2>



DE LA VILLA, Jesús (2019). [Libro de ejercicios de los 100 finales que hay que saber.](#)
SANTA EULALIA DE MOCÍN: Edditorial Chessy,

El bestseller de Jesús de la Villa Los 100 finales que hay que saber desmiente con rotundidad el mito de que la teoría de finales es compleja y que los libros de finales son tediosos . Los críticos elogiaron su claridad y su compleción y miles de jugadores mejoraron su comprensión en finales (¡y sus resultados !) .

En esta nueva obra , De la Villa puso mucho énfasis en reunir material de entrenamiento y seleccionar aquellos ejercicios que mejor se adaptaban para retener y mejorar el conocimiento del lector y evitar los errores comunes . En este trabajo , el gran maestro español presenta cientos de ejercicios agrupados en concordancia con los capítulos de Los 100 finales que hay que saber . Tratar de solucionar estos problemas te ayudarán a entender las ideas más importantes , refrescar tu conocimiento y mejorar tu técnica .

El Libro de Ejercicios contiene muchos consejos y enseñanzas en los finales , claros , concisos y fáciles de seguir . Las explicaciones de las soluciones que ofrece De la Villa son prácticas y muy útiles . Ideales para jugadores que ya no son principiantes , como jugadores de club , candidatos a maestros e incluso maestros , y por supuesto para monitores .

Jesús de la Villa (1958) , burgalés de nacimiento y navarro de adopción , ha ganado dos veces el Campeonato de España y es un entrenador de reconocido prestigio que ha trabajado con todos los mejores jugadores jóvenes españoles , como Iván Salgado , Miguel Santos , Jaime Santos e Ibarra . De la Villa es autor de varios libros como Desmontando la Siciliana , El Ataque Inglés y Los cien finales que hay que saber .

Aprende con los finales del primer libro y practica con el Libro de Ejercicios !

Col·lecció CET de Llibres

30 Passejades pel Parc Natural de SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC

Enric Prat

OmniaBooks



PRAT, Enric (2020). [*30 passejades pel Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac*](#).
TERRASSA: OmniaBooks.

La principal motivació d'escriure aquest llibre no és una altra que la de donar a conèixer un recull de 30 itineraris de les 99 sortides fetes al llarg d'aquests darrers 9 anys amb les Passejades pel Parc del Centre Excursionista de Terrassa.

A cada sortida hem ajudat a descobrir racons del Parc poc transitats i que fossin atractius tot combinant la bellesa paisatgística amb l'explicació d'una llegenda o conte.

Les 30 caminades descrites en aquest llibre, estan distribuïdes al voltant del Parc, triant-les de tal manera que siguin variades i recullin bona part del territori de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. Al llarg del llibre es passeja pels voltants de Les Pedritxes, la Torre de l'Àngel, La Barata, L'Alzina del Sal-lari, els Xipresos, el coll d'Estenalles, Mura, Rocafort, el Pont de Vilomara, Rellinars, Vacarisses, Castellar del Vallès i Sant Llorenç Savall. Al llarg dels recorreguts també trobareu, fonts, barraques de vinya, balnes obrades, coves, avencs, ermites i masies.

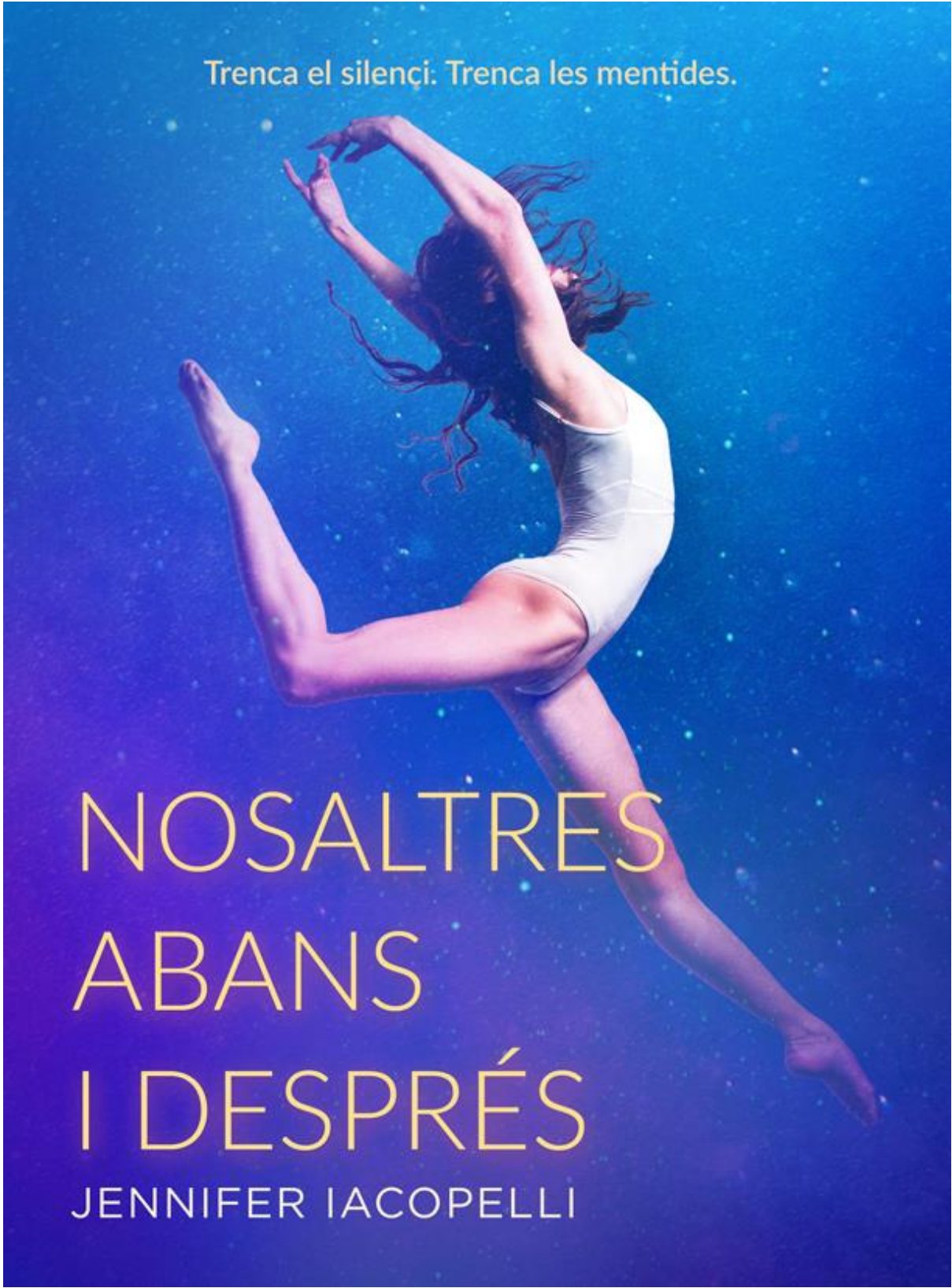
Els itineraris són tots circulars, transitant fora de les rutes habituals. Són caminades per camins històrics, totes molt fàcils, de recorregut curt, entre 5 i 10 km, de poc desnivell, matinals i a l'abast de tothom, pels més petits i també pels més grans. Tot i que no per això són menys atractives.

Les rutes es descriuen amb molt detall i s'indiquen les distàncies i les coordenades UTM dels punts on els camins es bifurquen o on hi ha algun element significatiu que calgui visitar.

30 excursions per gaudir amb amics i família amb fotografies dels punts més destacats i amb un mapa del recorregut de cada itinerari i petites pinzellades d'història o d'informació complementària d'interès pel caminant.

COGNOM, Nom (Any). Títol en cursiva. CIUTAT: Nom editorial.

Trenca el silenci. Trenca les mentides.



NOSALTRES ABANS I DESPRÉS

JENNIFER IACOPELLI

IACOPELLI, Jennifer (2020). [*Nosaltres abans i després*](#). BARCELONA: Lluna Roja.

La **Jennifer Iacopelli** va néixer a Nova York i no té cap intenció de marxar, mai. De petita, llegia tot el que podia aconseguir, tot i que les seves autores preferides eren L. M. Montgomery i Frances Hodgson Burnett perquè escrivia sobre noies lluitadores quan encara no estava de moda. És bibliotecària en un institut, on aprofita per jugar amb els estudiants, els llibres i els ordinadors. I escriu de nit mentre anima als seus estimats Yankees.

Pots seguir-la a Twitter i Instagram: @jennifercarolyn.

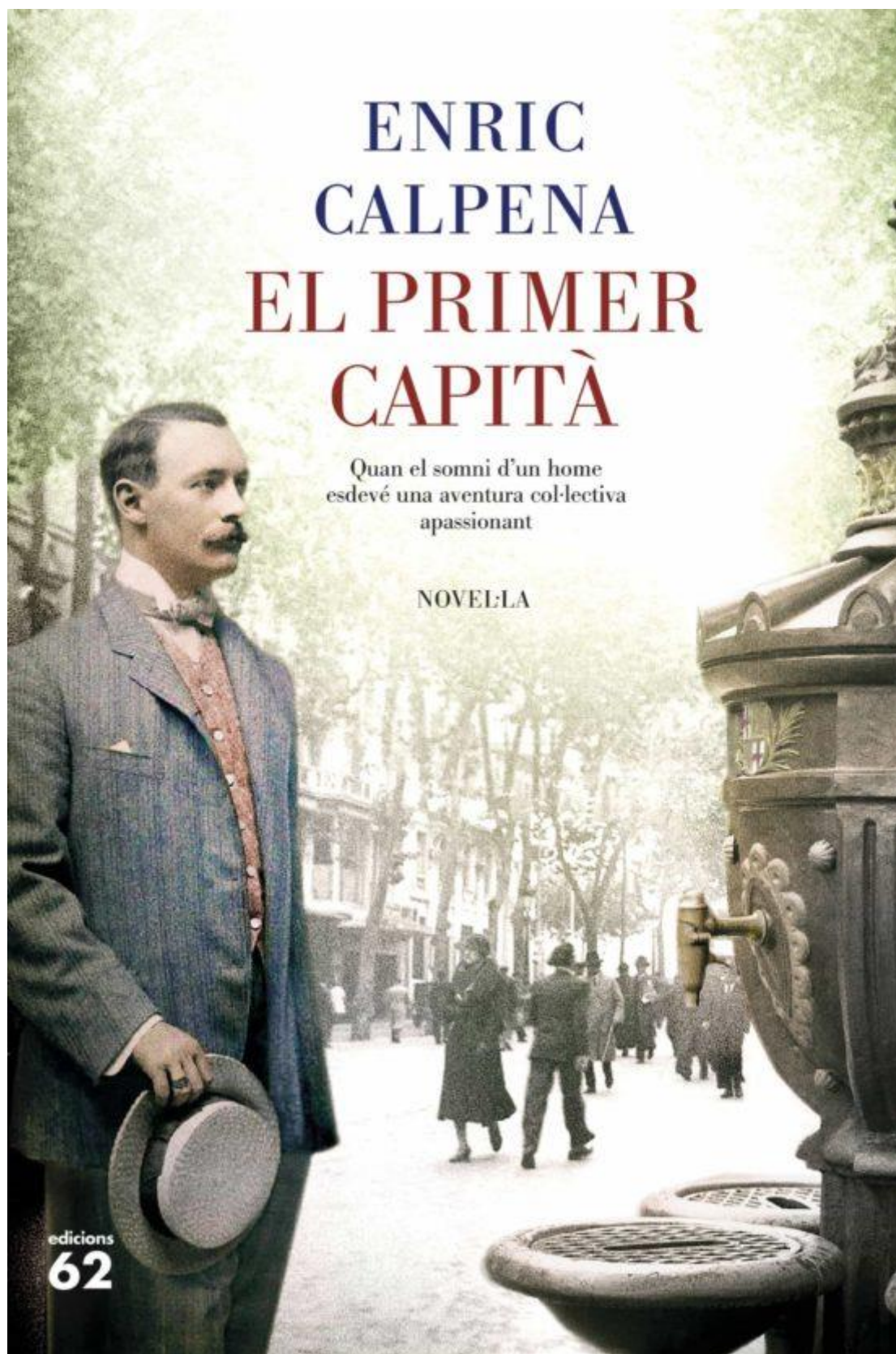
Dues amigues, uns Jocs Olímpics, i un escàndol que les separarà, o les unirà per sempre. Després d'un any recuperant-se d'una operació de columna que va poder deixar-la paralítica, l'Audrey Lee rep la notícia que formarà part de l'equip de gimnàstica que representarà als Estats Units en els Jocs Olímpics. A més, ho farà al costat de la seva millor amiga, com havien somiat des de petites.

Però durant el procés de preparació saltarà dins de l'equip la notícia d'un vergonyós escàndol que el partirà en dos. Audrey es posarà del costat de la companya que ha estat víctima del tràgic succés, però no totes les gimnastes faran el mateix.

Una novel·la plena de drama, suspens, redempció, amistat i gelosia, amb els Jocs Olímpics com a teló de fons i el xoc d'un gran escàndol, que ajuda a entendre com és tractada la figura de la dona dins de l'esport d'elit.

«Captura de manera brillant l'emoció i la pressió que implica el fet de formar part d'un equip d'esport d'elit, a més dels sacrificis físics i mentals que comporta.»

Una novel·la plena de drama, suspens, redenció, amistat i gelosia, tot això amb els Jocs Olímpics com a teló de fons i el shock d'un gran escàndol.



CALPENA, Enric (2020). [*El primer capità. Quan el somni d'un home esdevé una aventura col·lectiva apassionant*](#). BARCELONA: Edicions 62.

Enric Calpena (Barcelona, 1960) es periodista, historiador y profesor de Comunicación de la Universidad Ramon Llull de Barcelona. Especializado en divulgación histórica, ha sido guionista de un sinfín de documentales históricos para televisión. Colaborador de la revista *Sàpiens*, también dirige programas radiofónicos sobre Historia.

Barcelona, tardor de 1898. Un jove suís, Hans Gamper, arriba en tren a l'estació de França. Per primera vegada en molt de temps se sent feliç. La ciutat bull d'activitat i com que ha trobat feina de comptable, ha decidit quedar-se. Només troba a faltar una cosa: l'esport.

Ell era campió de futbol a Suïssa. Però aquesta nova pràctica anglesa, tan de moda a Europa, no acaba de quallar a Barcelona. Però la il·lusió i determinació d'en Gamper per formar un bon equip, i fins i tot fundar un club, no té límits. I el novembre del 1899 el Foot-Ball Club Barcelona queda constituït. Més que un club, un espai de llibertat i democràcia, d'esperit divers i cívic, on gent de tot arreu s'expressi lliurement i on tothom se senti barceloní. Un club que amb el temps ha aconseguit condensar els somnis, les il·lusions, les crispacions i les decepcions de tot un país.

Una novel·la que ressegueix les implicacions entre la història de Catalunya d'inicis del segle XX i els inicis del Barça, dos temes centrals d'interès, i alhora amb les llums i ombres d'uns personatges pioners tan decisius com Hans Gamper.

Amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya, Departament de Cultura.
Quan el somni d'un home esdevé una aventura col·lectiva apassionant.

