

Sport und Wissenschaft

Beihefte zu den Leipziger
Sportwissenschaftlichen Beiträgen

Bewegungsregulation im Sport



Academia

6

0. Anliegen und Eingrenzung	1
1. Theoretische Grundlagen und Modelle der Bewegungsregulation (Bewegungskoordination)	2
1.1. Begriffsfragen.	2
1.2. Physiologische Grundmechanismen.	4
1.3. Überblick über theoretische Konzepte und Modell	11
1.3.1. Die bisher dominierenden Konzepte	12
1.3.2. Theorie- und Modellansätze in der englischsprachigen Literatur (nach R.N. SINGER 1985)	19
1.3.3. Auf den sportlichen Lern- und Trainingsprozeß orientierte Modelle	25
1.4. Kennzeichnung ausgewählter Probleme (schwerpunktmäßig bearbeitet oder relativ offen)	31
1.4.1. Zur Taxonomie von Aufgabenklassen für ein zielgerichtetes Training der Bewegungsregulation	31
1.4.2. Zum Problem der Ebenenbezogenheit der Bewegungsregulation	39
1.4.3. Bewegungsprogrammierung	45
1.4.4. Feedback	50
1.4.5. Soll-Ist-Vergleich	53
1.4.6. Timing	55
1.5. Zusammenfassende Einschätzung	61
2. Führende koordinative Elemente und ihre Genese	63
2.1. Zum derzeitigen Erkenntnisstand	63
2.1.1. Kennzeichnung des Problemfeldes	63
2.1.2. Gegenwärtiger Erkenntnisstand	66
2.1.3. Zusammenfassung und Ausblick	72

Herstellung:

© 1998, Universität Leipzig, Fakultät für Sportwissenschaft (f.G.)

Druck- und Verarbeitungsleistung: Richard Publikations-Service GmbH, Sankt Augustin

3.	Wechselbeziehungen zwischen bewußten und sensomotorischen Lernanteilen	73
3.1.	Gegenwärtiger Erkenntnisstand	73
3.1.1.	Zu den Ebenen der Regulation sportlicher Handlungen	73
3.1.2.	Zum internen Abbild	79
3.1.3.	Zur Bewegungswahrnehmung und Bewegungsvorstellung	82
3.1.4.	Zur Einheit von Zustands-, Antriebs- und Bewegungsregulation	84
3.2.	Methodische Möglichkeiten des Trainings sensomotorischer Steuer- und Regulationsprozesse unter Beachtung der Wechselbeziehungen zwischen bewußter und sensomotorischer Regulation	85
3.2.1.	Beeinflussung der Bewegungsregulation über die intellektuelle Regulationsebene außerhalb des sportlichen Handlungsvollzugs	85
3.2.2.	Beeinflussung der Bewegungsregulation durch Kopplung psychoregulativ akzentuierter Verfahren mit motorischen Aufgaben unter Nutzung der Wechselbeziehungen zwischen perzeptiv-begrifflicher und sensomotorischer Regulationsebene	86
3.2.3.	Auf Wahrnehmung der eigenen Bewegung gerichtete Trainingsformen	88
3.3.	Schlußfolgerungen für die weitere Forschung	91
4.	Zusammenwirken von konditionell-energetischen und koordinativ-informationellen Leistungskomponenten	92
4.1.	Kennzeichnung des aktuellen Erkenntnisstandes	92
4.2.	Trainingsmethodische Konsequenzen	100
4.3.	Erkenntnislücken und weitere Ansätze	102
5.	Optimale Belastungsgestaltung im Techniktraining unter dem Aspekt sensomotorischer Charakteristika	105
5.1.	Zum gegenwärtigen Erkenntnisstand	105
5.1.1.	Belastungsgestaltung und motorisches Lernen	105
5.1.2.	Zur Diagnostik von Belastungswirkungen	109
5.1.3.	Zur Gestaltung des Lernens	111

5.2.	Zu einigen bisherigen Erfahrungen und Erkenntnissen zur Belastungsgestaltung (unter dem Aspekt des Nachwuchstrainings)	113
5.3.	Künftig zu klärende Probleme	115
	Literatur	116
	Verantwortlichkeiten	137
3.1.3.	Zur Bewegungswahrnehmung und Bewegungsverstellung	83
3.1.4.	Zur Einheit von Zustands-, Antriebs- und Bewegungsverstellung	84
3.2.	Methodische Möglichkeiten des Trainings	85
1.3.1.	Die Steuer- und Regulationsprozesse unter Beachtung der Wechselseitigkeit	113
1.3.2.	Theoretische Grundlagen der Steuer- und Regulationsprozesse (nach R.-N. SINGER)	113
3.2.1.	Beinflussung des Bewegungsverhaltens durch die intellektuelle Regulationsebene außerhalb des sportlichen Handlungsvollzugs	85
3.2.2.	Beinflussung der Bewegungsverstellung durch Kopplung der (gibt)kinkeigenschaften (erlebens)probleme	88
1.4.1.	Zur Telexperimentelle von Aufgabenklassen für ein gerichtetes Training unter Nutzung der Wechselbeziehungen zwischen der perzeptiv-gestaltlichen und sensorimotorischen Regulationsebene	88
3.2.3.	Auf Värnennung der eigenen Bewegung gerichtete Trainingsformen	88
3.3.	Schlüsfolgerungen für die weitere Forschung	91
1.4.4.	Feedback	92
5.1.1.	Zusammenwirken von konditionell-energetischen und koordinativ-intellektuellen Leistungskomponenten	92
4.1.	Kennzeichnung des aktuellen Erkenntnisstandes	93
4.2.	Trainingsmethodische Konsequenzen	100
4.3.	Erkenntnistheoretische und methodische Konsequenzen	103
5.1.	Optimale Belastungsgestaltung im Techniktraining	105
2.1.1.	Kennzeichnung des gegenwärtigen Erkenntnisstandes	105
2.1.2.	Zum gegenwärtigen Erkenntnisstand	105
3.1.1.	Belastungsgestaltung und motorisches Lernen	109
3.1.2.	Zur Diagnostik von Belastungswirkungen	109
3.1.3.	Zur Gestaltung des Lernens	111

Vorwort

Die vorliegende Studie umreißt in wichtigen Positionen den neueren Erkenntnisstand zu dem weiten Problemfeld der Bewegungsregulation. Auch wenn bereits im I. Halbjahr 1990 Redaktionsschluß für die zu analysierende Literatur war, scheint es uns berechtigt, diesen breiten wie differenzierten Erkenntnisstand einem erweiterten Nutzerkreis zugänglich zu machen. Die zeitliche Verzögerung der Veröffentlichung bringt das Problem mit sich, daß die ausgewiesenen Positionen keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben und unter Einbeziehung der neuesten Fachliteratur zu ergänzen sind.

Die Herausgeber