

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Übersicht der Materialien</b> . . . . .	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>Die Bedeutung der Sinneswahrnehmung im Sport</b> . .	<b>47</b>
2/1	Das Ohr . . . . .	49
2/2	Räumliches Hören dank zweier Ohren . . . . .	53
2/3	Das Auge . . . . .	58
2/4	Räumliches Sehen dank zweier Augen . . . . .	62
<b>3</b>	<b>Bewegungen analysieren, verstehen und erlernen</b> . .	<b>66</b>
<b>4</b>	<b>Bewegungslehre einmal anders – Vermittlung biomechanischer Prinzipien anhand der Sportart Volleyball</b> . . . . .	<b>69</b>
4/1	Sequenz 1: Sportpraktische Beispiele für biomechanische Prinzipien . . . . .	72
4/2	Sequenz 2: Anwendungsmöglichkeiten mittels Aufnahme von Videosequenzen . . . . .	80
4/3	Sequenz 3: Analyse der Videosequenzen . . . . .	82
4/4	Sequenz 4: Übertragung der Erkenntnisse auf die Sportpraxis . . . . .	88
<b>5</b>	<b>Trainieren wie die Großen! – Einführung in die Trainingslehre am Beispiel Volleyball</b> . . . . .	<b>91</b>
	<b>Benutzerhinweise</b> . . . . .	<b>111</b>
	<b>Inhalt und Nutzung der CD-ROM</b> . . . . .	<b>111</b>
	<b>Herausgeber- und Autorenverzeichnis</b> . . . . .	<b>114</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b> . . . . .	<b>116</b>