

Kapitel 1	Das Phänomen Bewegungsgefühl – Annäherungen (A. Hotz & P. Hirtz)	7
	Fokus „Bewegungsgefühle“ – historisch-philosophische Annäherungen	8
	Was sind Gefühle? Emotionspsychologische Annäherung	13
	Das Bewegungsgefühl in der sportwissenschaftlichen Literatur	16
	Kinästhesie als Grundlage.....	22
Kapitel 2	Bewegungsgefühl verstehen – Ein mögliches Konzept (P. Hirtz, G. Ludwig & A. Hotz)	27
	Drei Versionen des Bewegungsgefühls	28
	Handlungstheorie und Bewegungsgefühl	28
	Bewegungen fühlen.....	30
	Gefühle beim Bewegen.....	32
	Gefühl für Bewegung.....	33
	Bewegungsgefühl als kinästhetische Differenzierungsfähigkeit.....	33
	Bewegungsgefühl als Aspekt der motorischen Kompetenz und des sportlichen Könnens.....	37
Kapitel 3	Bewegungsgefühl entwickeln – Das Vermittlungskonzept (G. Ludwig & P. Hirtz)	39
	Ist das Bewegungsgefühl trainierbar?	40
	Schwerpunktsetzungen und Zielstellungen	41

Die Grundmethode.....	42
Die Ziel–Inhalt–Methode–Relation	43
Wahrnehmungsorientiertes Üben.....	44
Fähigkeitsorientiertes Üben	48
Fertigkeits- und kompetenzorientiertes Üben.....	50

Kapitel 4

Methoden und Übungen zur Entwicklung des allgemeinen Körper- und Bewegungsgefühls (G. Ludwig & P. Hirtz) 53

Den Körper fühlen können – Körpergefühl vermitteln.....	54
Bewegungen fühlen können – Bewegungsgefühl vermitteln.....	63
Die kinästhetische Differenzierungsfähigkeit ausprägen und vervollkommen	70

Kapitel 5

Methoden und Übungen zur Entwicklung differentieller Bewegungsgefühle (P. Hirtz, G. Ludwig & A. Hotz) 81

Zeit- und Tempogefühl als qualitatives Bewegungsgefühl	82
Raum-, Flug- und Balancegefühl als situative Bewegungsgefühle	89
Spezielle Bewegungsgefühle im Schneesport.....	100

Kapitel 6

Vermittlungsbesonderheiten (G. Ludwig) 111

Bewegungsgefühl im Kleinkind- und Vorschulalter	112
Bewegungsgefühl in Therapie und Rehabilitation.....	122

Kapitel 7	Bewegungsgefühle erkennen – Diagnostik (P. Hirtz & G. Ludwig)	135
	Diagnostik der kinästhetischen Differenzierungsfähigkeit	136
	Diagnostik im Kleinkind- und Vorschulalter	144
	Anhang	147
	Literaturverzeichnis	148