

# Inhaltsverzeichnis

## Handbuch Bewegungswissenschaft – Bewegungslehre

<b>Inhalt</b>	5
<b>Vorwort</b>	7

## A Überblick 11

<b>A.1 Einleitung und Aufbau des Handbuchs</b>	
<i>Heinz Mechling &amp; Jörn Munzert</i>	13
<b>A.2 Zu Gegenstand und Geschichte der Bewegungswissenschaft</b>	
<i>Heinz Mechling</i>	19

## B Grundlagen 55

<b>B.1 Muskelphysiologie</b>	
<i>Albert Gollhofer, Markus Gruber &amp; Sven Bruhn</i>	57
<b>B.2 Neurophysiologische Grundlagen</b>	
<i>Jürgen Konczak</i>	81
<b>B.3 Bewegungssteuerung – Bewegungskoordination</b>	
<i>Herbert Heuer &amp; Jürgen Konczak</i>	105
<b>B.4 Motorisches Lernen</b>	
<i>Ernst-Joachim Hossner &amp; Stefan Künzell</i>	131

## C Funktionsbereiche von Wahrnehmung Bewegung und Handlung 155

<b>C.1 Antizipation und Automatisierung</b>	
<i>Klaus Blischke &amp; Jörn Munzert</i>	157
<b>C.2 Sinnesleistungen im Sport</b>	
<i>Gernot Jendrusch &amp; Michael Brach</i>	175
<b>C.3 Unbewusste Wahrnehmungsfunktionen bei der Bewegungsregulation</b>	
<i>Alfred O. Effenberg</i>	197
<b>C.4 Vorstellung und mentales Training</b>	
<i>Jörn Munzert &amp; Mathias Reiser</i>	219
<b>C.5 Motorisches Gedächtnis, Behalten und Vergessen</b>	
<i>Markus Raab &amp; Richard A. Magill</i>	231
<b>C.6 Implizites Lernen</b>	
<i>Armin Kibele</i>	243

**D Grundlagen des Lehrens und Lernens von Bewegungen 263**

<b>D.1</b>	<b>Instruktion</b>	
	<i>Frank Hänsel</i>	265
<b>D.2</b>	<b>Feedback</b>	
	<i>Franz Marschall &amp; Reinhard Daugs</i>	281
<b>D.3</b>	<b>Subjektives Empfinden und objektives Messen in Lern- und Optimierungsprozessen</b>	
	<i>Volker Lippens</i>	295
<b>D.4</b>	<b>Kognition und Emotion</b>	
	<i>Thomas Schack</i>	313
<b>D.5</b>	<b>Belastung und Beanspruchung beim Bewegungslernen</b>	
	<i>Norbert Olivier &amp; Marc-Oliver Dillinger</i>	331
<b>D.6</b>	<b>Von koordinativen Fähigkeiten zum Strategie-Adaptations-Ansatz</b>	
	<i>Heinz Mechling</i>	347
<b>D.7</b>	<b>Differenzielle Aspekte des motorischen Lernens</b>	
	<i>Rainer Wolhny</i>	371
<b>D.8</b>	<b>Technische und technologische Hilfsmittel beim motorischen Lernen</b>	
	<i>Falk Hildebrand &amp; Martin T. Spahr</i>	387

**E Motorisches Lernen in unterschiedlichen Bereichen 403**

<b>E.1</b>	<b>Motorisches Lernen - Lehrmethoden und Übungsgestaltung</b>	
	<i>Josef Wiemeyer</i>	405
<b>E.2</b>	<b>Motorisches Lernen im Sportunterricht</b>	
	<i>Peter Hirtz &amp; Albrecht Hummel</i>	429
<b>E.3</b>	<b>Techniktraining</b>	
	<i>August Neumaier &amp; Jürgen Krug</i>	443
<b>E.4</b>	<b>Motorisches Lernen im Alter</b>	
	<i>Michael Brach &amp; Nadja Schott</i>	461
<b>E.5</b>	<b>Motorisches Lernen in Trendsportarten</b>	
	<i>Klaus Pfeifer</i>	475
<b>E.6</b>	<b>Bewegung und Bewegungslernen im Tanz</b>	
	<i>Gabriele Postuwka</i>	487

**Anhang 499**

<b>Index</b>	501
<b>Autorenverzeichnis</b>	507