

# Inhalt

## Teil A Bewegungslehre / Bewegungslernen

	Vorbemerkungen .....	3
I	Was verstehen wir unter „Bewegungslehre des Sports“? (REINHARD DAUGS) .....	4
II	Wie koordinieren und steuern wir unsere Bewegungen? (REINHARD DAUGS) .....	7
	<i>Fragen und Aufgaben (14)</i>	
III	Welche sichtbaren Strukturmerkmale zeichnen sportliche Bewegungen aus? (REINHARD DAUGS) .....	16
	<i>Grundstruktur sportlicher Bewegungen (16) – Qualitative Ausformung sportlicher Bewegungen (20) – Fragen und Aufgaben (41)</i>	
IV	Wie verläuft das Bewegungslernen? Vorbemerkungen .....	42
1	Das Bewegungslernen nach dem Meinel'schen Stufenmodell .....	43
1.1	Das Erlernen einer turnerischen Bewegungsfertigkeit (KARL KOCH) .....	43
	<i>Beispiel eines Lernvorgangs (44)</i>	
1.2	Das Erlernen komplexer Bewegungshandlungen (HORST KÄSLER) .....	50
	<i>Was sind Ziele einer Spielmannschaft (50) – Die leistungsbestimmenden Faktoren der Spielfähigkeit (53) – Stufung des Lernprozesses (55) – Über die Phasen von Spielhandlungen (59) – Übungs- und Trainingsaufgaben (65) – Struktur eines Lernmodells (81)</i>	
2	Das Lernen von Bewegungen, ein sensomotorischer Prozeß (DIETER UNGERER) .....	82
	<i>Bewegung lernen? (82) – Was ist Lernen von Bewegungen? (82) – Das sen- somotorische Lehr-Lern-Geschehen (84) – Die kybernetische Sensomotorik (85) – Der Behaviorismus (100) – Die Gestaltpsychologie (103) – Fragen und Aufgaben (104)</i>	

3	Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle unserer Bewegungen (REINHARD DAUGS) .....	106
	<i>Fragen und Aufgaben (107)</i>	
V	Wie erwerben wir Kenntnisse über Aufbau, Struktur und Verlauf sportlicher Bewegungen? .....	109
1	Zur phänographischen (morphologischen) Betrachtungsweise (REINHARD DAUGS) .....	109
	<i>Fragen und Aufgaben (111)</i>	
2	Zur biomechanischen Betrachtungsweise sportlicher Bewegungen (KLAUS WIEMANN) .....	112
	<i>Einleitung (112) – Bau und Funktion des menschlichen Körpers (116) – Biomechanische Prinzipien der menschlichen Bewegung (119) – Mechanische Gesetze und sportliche Techniken (135) – Fragen und Aufgaben (147)</i>	
<b>Teil B Sportliches Training</b>		
	(HELGA LETZELTER)	
	<i>Trainingslehre als Wissenschaft (153) – Der Gegenstand: Was ist Training? (154) – Grundlagen der Trainingsplanung (164) – Trainingsplanung und Trainingssteuerung (166) – Leistungsdiagnostik (167) – Gesetzmäßigkeiten des Trainings (186) – Leitziele im Training: Kondition, Technik, Taktik (225) – Kondition (226) – Technik (270) – Taktik (278) – Fragen und Aufgaben (289)</i>	
<b>Teil C Verhalten im Sport</b>		
	Vorbemerkungen .....	301
1	Sport und Freizeit (HERBERT HAAG) .....	302
	<i>Was kann unter Sport verstanden werden? (302) – Wodurch ist Freizeit als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit gekennzeichnet? (304) – Wie verhält sich Anspruch und Wirklichkeit im Freizeitsport? (307) – Wie ist Freizeitsport zu beurteilen? (313) – Fragen und Aufgaben (314)</i>	
2	Sport und Gesundheit (HERBERT HAAG) .....	316
	<i>Verschiedene Dimensionen der menschlichen Gesundheit und der Zusammen- hang von Gesundheits-, Freizeit- und Bewegungserziehung in der</i>	

*Schule (317) – Gesundheit als Zielsetzung des Schulsports (319) – Modell zur Förderung der Gesundheit durch Sport (323) – Fragen und Aufgaben (325)*

- 3 Psychologische Aspekte des Sports  
(aufgezeigt am Beispiel des Fußballspiels)  
(HARTMUT GABLER) ..... 327

*Psychologische Fragestellungen (327) – Sportpsychologische Fragestellungen (327) – Motorische Voraussetzungen sportlicher Handlungen (329) – Kognitive Voraussetzungen sportlicher Handlungen (330) – Motive als Voraussetzungen sportlicher Handlungen (332) – Konstitutionstypologische Voraussetzungen sportlicher Handlungen (335) – Gruppendynamische Voraussetzungen sportlicher Handlungen (336) – Sportliche Handlungen – Verlauf und Interaktionsprozeß (338) – Die Auswirkungen sportlicher Handlungen (338) – Fragen und Aufgaben (340)*

**Teil D Sport – Gesellschaft – Politik – Wirtschaft**  
(HORST-DIETER KREIDLER)

*Die Beziehungen zwischen Sport – Gesellschaft – Politik – Wirtschaft (345) – Begriffsbestimmung „Sport“ (345) – Sport als gesellschaftliches und politisches Phänomen (351) – Sport und Umwelt – eine neue Variante (369) – Fragen und Aufgaben (383)*