

**INHALTSVERZEICHNIS**

	Seite
<b>1. ZUM TECHNIKTRAINING IM SPORT</b>	1
1.1 Grundlagen des Techniktrainings	1
1.2 Entwicklungsbezogene Aspekte des Techniktrainings	9
1.3 Lernbezogene Aspekte des Techniktrainings	13
1.4 Bewegungsbezogene Aspekte des Techniktrainings	18
<b>2. ZUR KOGNITIVEN REPRÄSENTATION VON TECHNIKEN IM JUDO</b>	23
2.1. Kognitive Repräsentation	23
2.1.1 Kennzeichnung der kognitiven Repräsentation	23
2.1.2 Studien zur kognitiven Repräsentation von Techniken	27
2.2 Zum Techniktraining im Judo	29
2.2.1 Zur Technik im Judo	29
2.2.1.1 <i>Leistungsbestimmende Faktoren</i>	29
2.2.1.2 <i>Grundlagen der Technik</i>	30
2.2.2 Schwerpunkte des Techniktrainings im Judo	33
2.2.2.1 <i>Entwicklungsbezogene Aspekte des Techniktrainings</i>	33
2.2.2.2 <i>Lernbezogene Aspekte des Techniktrainings</i>	36
2.2.2.3 <i>Kampfbezogene Aspekte des Techniktrainings</i>	38
2.2.3 Studien zum Techniktraining im Judo	40
2.3 Studien zur kognitiven Repräsentation von Techniken im Judo	47
2.4 Spezifische Fragestellungen	54

<b>3.</b>	<b>METHODIK</b>	57
3.1	Untersuchungsverfahren	57
3.2	Untersuchungspersonen	61
3.3	Untersuchungsdurchführung	66
3.4	Untersuchungsauswertung	67
<b>4.</b>	<b>DARSTELLUNG UND DISKUSSION DER ERGEBNISSE</b>	69
4.1	Kognitive Repräsentation von Techniken	69
4.1.1	Aspekte des Techniktrainings	69
4.1.2	Aspekte der Bewegungsvorstellung von Techniken	73
4.1.3	Formen des Techniktrainings	76
4.1.4	Kennzeichen von ausgewählten Techniken	78
4.1.4.1	<i>Kennzeichen der Technik Hüftzug (Tsurigoshi)</i>	78
4.1.4.2	<i>Kennzeichen der Technik Große Außensichel (O-soto-gari)</i>	83
4.1.4.3	<i>Kennzeichen der Technik Große Innensichel/Körperwurf (O-uchi-gari/Tai-otoshi)</i>	87
4.2	Vergleich der kognitiven Repräsentation von Techniken zwischen männlichen und weiblichen Judoka	92
4.2.1	Aspekte des Techniktrainings	92
4.2.2	Aspekte der Bewegungsvorstellung von Techniken	96
4.2.3	Formen des Techniktrainings	100
4.2.4	Kennzeichen von ausgewählten Techniken	103
4.2.4.1	<i>Kennzeichen der Technik Hüftzug (Tsurigoshi)</i>	103
4.2.4.2	<i>Kennzeichen der Technik Große Außensichel (O-soto-gari)</i>	108
4.2.4.3	<i>Kennzeichen der Technik Große Innensichel/Körperwurf (O-uchi-gari/Tai-otoshi)</i>	113
4.3	Vergleich der kognitiven Repräsentation von Techniken zwischen jugendlichen und erwachsenen männlichen und weiblichen Judoka	118
4.3.1	Vergleich der kognitiven Repräsentation von Techniken zwischen jugendlichen und erwachsenen männlichen Judoka	118
4.3.1.1	<i>Aspekte des Techniktrainings</i>	118

<b>4.3.1.2</b>	<b>Aspekte der Bewegungsvorstellung von Techniken</b>	120
<b>4.3.1.3</b>	<b>Formen des Techniktrainings</b>	122
<b>4.3.1.4</b>	<b>Kennzeichen von ausgewählten Techniken</b>	124
4.3.1.4.1	<i>Kennzeichen der Technik Hüftzug (Tsurigoshi)</i>	124
4.3.1.4.2	<i>Kennzeichen der Technik Große Außensichel (O-soto-gari)</i>	127
4.3.1.4.3	<i>Kennzeichen der Technik Große Innensichel/Körperwurf (O-uchi-gari/Tai-otoshi)</i>	131
<b>4.3.2</b>	<b>Vergleich der kognitiven Repräsentation von Techniken zwischen jugendlichen und erwachsenen weiblichen Judoka</b>	135
<b>4.3.2.1</b>	<b>Aspekte des Techniktrainings</b>	135
<b>4.3.2.2</b>	<b>Aspekte der Bewegungsvorstellung von Techniken</b>	137
<b>4.3.2.3</b>	<b>Formen des Techniktrainings</b>	140
<b>4.3.2.4</b>	<b>Kennzeichen von ausgewählten Techniken</b>	142
4.3.2.4.1	<i>Kennzeichen der Technik Hüftzug (Tsurigoshi)</i>	142
4.3.2.4.2	<i>Kennzeichen der Technik Große Außensichel (O-soto-gari)</i>	145
4.3.2.4.3	<i>Kennzeichen der Technik Große Innensichel/Körperwurf (O-uchi-gari/Tai-otoshi)</i>	148
<b>4.4</b>	<b>Vergleich der kognitiven Repräsentation von Techniken zwischen Judoka und Judotrainern</b>	152
<b>4.4.1</b>	<b>Aspekte des Techniktrainings</b>	152
<b>4.4.2</b>	<b>Aspekte der Bewegungsvorstellung von Techniken</b>	155
<b>4.4.3</b>	<b>Formen des Techniktrainings</b>	157
<b>4.4.4</b>	<b>Kennzeichen von ausgewählten Techniken</b>	159
4.4.4.1	<i>Kennzeichen der Technik Hüftzug (Tsurigoshi)</i>	159
4.4.4.2	<i>Kennzeichen der Technik Große Außensichel (O-soto-gari)</i>	162
4.4.4.3	<i>Kennzeichen der Technik Große Innensichel/Körperwurf (O-uchi-gari/Tai-otoshi)</i>	165
<b>4.5</b>	<b>Schlusskommentar</b>	169
<b>5.</b>	<b>ZUSAMMENFASSUNG</b>	171
<b>6.</b>	<b>LITERATUR</b>	181
<b>7.</b>	<b>ANHANG</b>	195