

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|-----------|
| Tabellenverzeichnis..... | 15 |
| Abbildungsverzeichnis | 21 |
| Abkürzungsverzeichnis | 29 |
| 1 Einführung..... | 31 |
| 1.1 Hintergrund und theoretischer Zusammenhang der Arbeit..... | 31 |
| 1.1.1 Konsequenzen für die Schulsportforschung | 33 |
| 1.1.2 Forschungsdesiderat | 34 |
| 1.2 Ziel, Aufbau und Inhalt der Arbeit | 36 |
| 2 Bildungswissenschaftliche Aspekte..... | 41 |
| 2.1 Die Notwendigkeit einer Qualitätsentwicklung an Schulen | 41 |
| 2.2 Die Zugangsweisen zu einer Qualitätsentwicklung | 42 |
| 2.3 Der Qualitätskreislauf als Orientierungspunkt | 44 |
| 2.4 Qualitätsentwicklung an den Einzelschulen..... | 45 |
| 2.5 Unterrichtsentwicklung..... | 47 |
| 2.6 Ziele von Unterricht..... | 49 |
| 2.7 Zwischenfazit und Verortung der Arbeit..... | 50 |
| 3 Sportpädagogische Aspekte | 53 |
| 3.1 Der Auftrag des Schulsports | 53 |
| 3.2 Pendelbewegung der Sportdidaktik | 55 |
| 3.2.1 Fachdidaktik im Wandel..... | 56 |
| 3.2.2 Fachdidaktisches Konzept – Begriffsklärung..... | 57 |
| 3.2.3 Das Kontinuum der fachdidaktischen Konzepte | 58 |
| 3.2.4 Mehrperspektivischer Sportunterricht – Legitimation..... | 67 |
| 3.2.5 Der Doppelauftrag des Sportunterrichts | 72 |
| 3.3 Verankerung der Mehrperspektivität..... | 74 |
| 3.4 Konsequenzen für die Unterrichtsplanung im Schulsport..... | 76 |
| 3.5 Zusammenschau und Zwischenfazit..... | 77 |
| 4 Trainingswissenschaftliche Aspekte: Setting Schulsport..... | 79 |
| 4.1 Definition Training | 80 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 4.2 | Training im Schulsport | 82 |
| 4.2.1 | Umsetzung der Trainingsprinzipien im Schulsport | 83 |
| 4.3 | Trainingsmethoden | 89 |
| 4.3.1 | Adaption der Trainingsmethoden für Sportunterricht..... | 90 |
| 4.4 | Motorische Kompetenzen | 92 |
| 4.4.1 | Begrifflichkeit der motorischen Kompetenz im Sport..... | 93 |
| 4.4.2 | Entwicklung und Trainierbarkeit der Motorik im Jugendalter ... | 93 |
| 4.4.3 | Kraft..... | 95 |
| 4.4.4 | Ausdauer..... | 98 |
| 4.4.5 | Koordinative Kompetenz..... | 100 |
| 4.4.6 | Beweglichkeit | 103 |
| 4.4.7 | Zusammenschau | 104 |
| 4.5 | Lerngebundenes vs. Intentionales Training..... | 106 |
| 4.6 | Ziel von Sportunterricht in Bezug auf Training..... | 107 |
| 5 | Forschungsstand: Training im Schulsport | 109 |
| 6 | Zusammenschau des theoretischen Hintergrunds der Studie ... | 117 |
| 7 | Aufbau der Untersuchung und methodisches Vorgehen | 125 |
| 7.1 | Ziel dieser Studie | 125 |
| 7.2 | Forschungsfragen und Hypothesen..... | 127 |
| 7.2.1 | Formulierung der Forschungsfrage..... | 127 |
| 7.2.2 | Hypothesenbildung | 128 |
| 7.3 | Untersuchungsdesign | 132 |
| 7.3.1 | Die Interventionsstudie | 135 |
| 7.3.2 | Die Stichprobe | 138 |
| 7.3.3 | Der Zeitplan | 139 |
| 7.3.4 | Die Untersuchung | 140 |
| 7.4 | Die Testverfahren | 143 |
| 7.4.1 | Sportmotorische Tests | 143 |
| 7.4.2 | Eingangsfragebogen zur körperlich-sportlichen Aktivität..... | 143 |
| 7.4.3 | Objektive Persönlichkeitstests ähnliche Fragebogen: Soft Skills | 144 |
| 7.5 | Gütekriterien | 144 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 7.5.1 | Objektivität | 145 |
| 7.5.2 | Reliabilität | 146 |
| 7.5.3 | Validität | 147 |
| 7.5.4 | Weitere Gütekriterien | 156 |
| 7.6 | Das Treatment | 157 |
| 7.6.1 | Ziel, Organisation und Ablauf..... | 157 |
| 7.6.2 | Inhalt der Treatments – Trainingsprogramme | 159 |
| 7.6.3 | Abweichungen in der Durchführung von Theorie zu Praxis... | 170 |
| 7.7 | Die Datenerhebung..... | 171 |
| 7.7.1 | Instrumente der Datenerhebung..... | 171 |
| 7.7.2 | Aufbau und Inhalt der Testinstrumente..... | 171 |
| 7.7.3 | Durchführung der Datenerhebung | 183 |
| 7.8 | Die Datenauswertungsverfahren | 185 |
| 8 | Datenauswertung und Ergebnisse | 189 |
| 8.1 | Angewandte, statistische Verfahren | 189 |
| 8.2 | Auswertung und Ergebnisse: Körperlich-sportliche Aktivität . | 189 |
| 8.3 | Auswertung und Ergebnisse: DMT 6-18..... | 211 |
| 8.3.1 | Testung auf Normalverteilung..... | 212 |
| 8.3.2 | Testung auf Varianzgleichheit..... | 223 |
| 8.3.3 | Inferenzstatistik – Gruppenbetrachtung..... | 226 |
| 8.3.4 | Einzelbetrachtung der Items | 264 |
| 8.4 | Auswertung und Ergebnisse: Fragebogen Soft Skills..... | 275 |
| 8.5 | Überprüfung der Hypothesen..... | 323 |
| 8.5.1 | Überprüfung der untergeordneten Hypothesen | 323 |
| 8.5.2 | Überprüfung der übergeordneten Hypothesen | 326 |
| 9 | Zusammenschau und Reflexion der Ergebnisse | 331 |
| 9.1 | Eingangsfragebogen: Körperlich-sportliche Aktivität | 331 |
| 9.2 | Entwicklung konditioneller Fähigkeiten: DMT 6-18..... | 335 |
| 9.2.1 | Implizites Training – Motorik | 335 |
| 9.2.2 | Implizites Training – Ausdauer..... | 338 |
| 9.2.3 | Implizites Training – Kraft | 341 |
| 9.3 | Objektive Persönlichkeitstests: Fragebogen Soft Skills..... | 344 |

| | | |
|-----------|-----------------------------------|------------|
| 9.3.1 | Kooperation und Konkurrenz | 345 |
| 9.3.2 | Vertrauen und Angst | 345 |
| 9.3.3 | Leistung und Erleben | 346 |
| 9.3.4 | Fazit | 347 |
| 9.4 | Diskussion der Ergebnisse | 348 |
| 10 | Fazit und Ausblick | 355 |
| | Literaturverzeichnis | 365 |