

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	13
Tabellenverzeichnis	15
Abkürzungsverzeichnis	17
1 Einleitung	19
1.1 Veränderte Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen	19
1.2 Situationen und Auftrag des Sportunterrichts	23
1.3 Erkenntnisinteresse und Aufbau der Arbeit	27
1.4 Zentrale Begriffe der Arbeit.....	31
2 Neurowissenschaftliche Grundlagen	35
2.1 Gehirnstrukturen	35
2.2 Elemente und Funktionsweise des Nervensystems	42
3 Exekutive Funktionen	49
3.1 Begriffsbezeichnung und Teilfunktionen	49
3.2 Exekutive Funktionen und neuropsychologische Modelle	55
3.3 Exekutive Funktionen und neuroanatomische Prozesse.....	63
3.4 Gehirnentwicklung und Entwicklung exekutiver Funktionen.....	66
3.5 Exekutive Funktionen und Selbstregulationsfähigkeit	71
3.6 Bedeutung der exekutiven Funktionen	72
3.7 Förderung der exekutiven Funktionen	74
4 Sport und exekutive Funktionen	77
4.1 Körperliche Aktivität und neurophysiologische Prozesse	77
4.2 Körperliche Aktivität und der Einfluss auf kognitive Prozesse	79
4.2.1 Sport und Kognition allgemein	79
4.2.2 Sport und exekutive Funktionen.....	84
4.3 Aspekte der Ausdauer	99
4.4 Aspekte der Koordination	101
4.5 Allgemeine Hinweise zur Programmgestaltung	106
5 Zwischenfazit	109

6	Anlage der Untersuchung und Methodik.....	115
6.1	Wissenschaftliche Fragestellung und Hypothesen.....	115
6.2	Untersuchungsdesign.....	118
6.2.1	Durchführungsbedingungen und Untersuchungsablauf.....	120
6.2.2	Sportprogramme.....	120
6.2.3	Eingesetzte Testverfahren.....	124
6.2.4	Gütekriterien.....	128
6.3	Dateneingabe und -aufbereitung.....	130
6.4	Datenauswertungsverfahren.....	131
6.5	Stichprobe.....	133
6.5.1	Ablauf der Stichprobenzusammensetzung.....	133
6.5.2	Beschreibung der Gesamtstichprobe.....	134
6.5.3	Beschreibung der Interventionsgruppe (Schule A).....	136
6.5.4	Beschreibung der Interventionsgruppe (Schule B).....	137
6.5.5	Beschreibung der Kontrollgruppe (Schule B).....	137
7	Deskriptiv- und Inferenzstatistik.....	139
7.1	Deskriptive Statistik der Interventions- und Kontrollgruppen.....	139
7.2	Voraussetzungsüberprüfungen.....	142
7.3	Inferenzstatistik.....	143
7.3.1	Darstellung und Diskussion der Ergebnisse mittels Varianzanalysen mit Messwiederholung.....	144
7.3.1.1	Entwicklung der Ausdauer.....	144
7.3.1.2	Entwicklung der Inhibition.....	149
7.3.1.3	Entwicklung des Arbeitsgedächtnisses.....	155
7.3.2	Latente Wachstumskurvenmodelle.....	162
7.4	Diskussion und Zusammenfassung der Ergebnisse.....	173
8	Limitation.....	181
9	Ausblick.....	183
	Literaturverzeichnis.....	185