



Grundbegriffe der Lehrmethodik

Fachübungsleiterausbildung 2007



Motorisches Lernen

Definition Motorik:

Als Grundlage der motorischen Leistungen kann die Gesamtheit aller Steuerungs- und Funktionsprozesse verstanden werden, die einer Zielgerichteten und willkürlichen Bewegungshandlung zugrunde liegen.

Motorisches Lernen ...

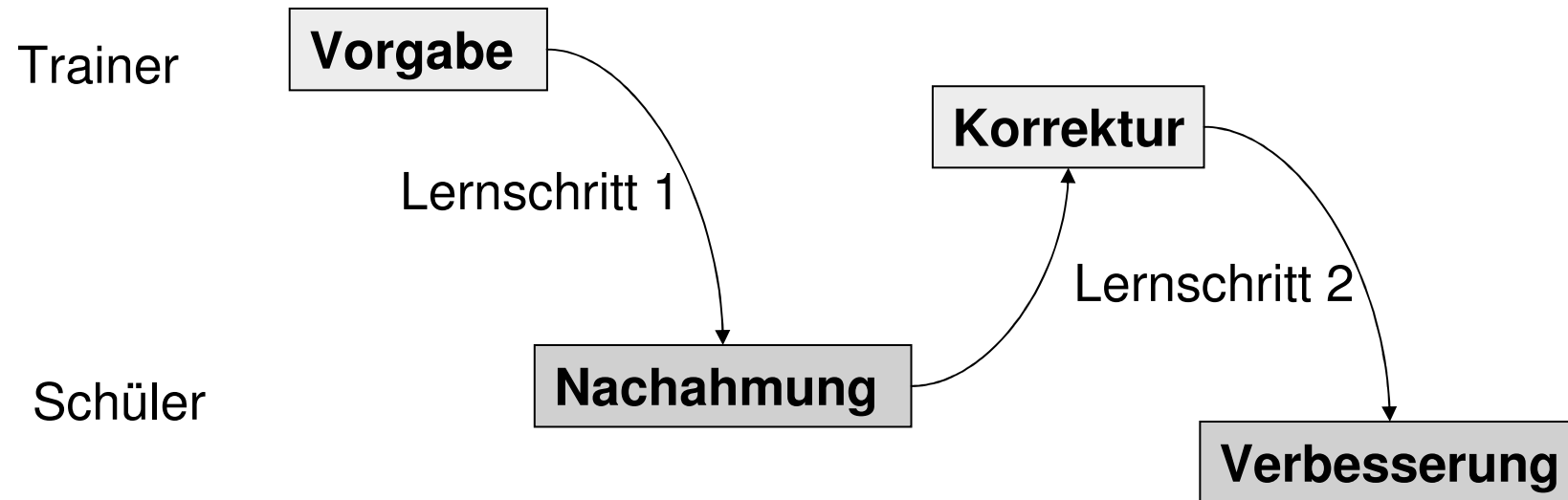
... umfasst eine Anzahl von Prozessen, die mit Übung und Erfahrung verknüpft sind und zu einer relativ dauerhaften Veränderung des motorischen Verhaltens führen.

oder ...

... erworbene Bewegungsformen, die bis zum sicheren Beherrschen eingeübt werden, wobei stets auch die allgemeinen sportlichen Leistungsfähigkeiten verbessert werden.



Motorisches Lernen





Vermittlungsformen

Verbal

- Bewegungsbeschreibungen, - erklärungen
- Bewegungsaufgaben
- Bewegungsanweisungen

Optisch

- der Bewegungsablaufes wird durch den Lehrer oder einen Schüler vorgemacht oder
- es kommen Bilderserien (Reihenbildern), Filme, Videos, Zeichnungen zum Einsatz

Akustisch

- Maßnahmen, die dem Erfassen des Bewegungsrhythmus dienen z. B. Rhythmisches Begleiten mit der Sprache, Klatschen, Musik
- Verwendung von Tonband, Kassette

Taktil

- Maßnahmen, bei denen der Übungsleiter den Schüler durch Hilfestellung oder Führen in die richtige Bewegungsrichtung bringt.



Lehrmethoden

Deduktive Lehrmethode

Der Übungsleiter gibt das zu Übende vor; die Gruppe trainiert das Gezeigte.
z.B. Anfängergruppen, neu eingeführte Techniken

Induktive Lehrmethode

Der Übungsleiter gibt z.B. eine Technik vor, die Gruppe soll eine Kombination dazu entwickeln und diese dann trainieren.
z.B. Fortgeschrittene Gruppen, bekannte Techniken



Lehrmethoden

Lernmethode

Die Vermittlung der Technik steht im Vordergrund. Die Technik wird solange trainiert, bis der Schüler sie beherrscht. Eine extreme Form der Lernmethode ist die Drillmethode.

VT: schnelles Erlernen

NT: keine Rücksicht auf Individualität, keine Eigenverantwortung

Arbeitsmethode

Das Trainieren steht im Vordergrund. Die Schüler sollen ihre Vorkenntnisse auf neue Übungen/Kombinationen transferieren. Der Übungsleiter gibt Hilfestellung, zeigt Beispiele.

VT: Erziehung zur Selbstständigkeit, Rücksicht auf individuelle Belange

NT: zeitaufwendig, nicht mit großen Gruppen durchführbar

Trainingsmethode

Fortgeschrittene Gruppen optimieren schon bekannter Techniken/Abläufe und automatisieren Bewegungsabläufe.



Lehrmethoden

Teillehrmethode

Die Übung wird in Abschnitte aufgeteilt, die isoliert trainiert und im Anschluss wieder zusammengefügt werden.

z.B. Training von Kombinationen

Ganzheitsmethode

Die Übung wird im Ganzen trainiert.

z.B. Training von Kampfspielen



Lehrmethoden

Vom Leichten zum Schweren

Die Übung wird erst in einer vereinfachten Form trainiert, um den Teilnehmern die Entwicklung eines groben Bewegungsmuster ermöglichen zu können. Zunehmend wird die Übung durch Zusätze erschwert.

z.B. Kampfspiele nur mit den Armen, nur mit den Beinen, dann mit Armen und Beinen

Vom Bekannten zum Unbekannten

Die Übung wird mit bekannten Bewegungsmustern bzw. Eselsbrücken verknüpft.

z.B. Technik „Fingerstiche“: „Stellt euch vor, ihr würdet eine Tasse aus dem Schrank holen!“