Lernen und Methodik

Wissenswertes

Das A und O der Vermittlung von sportlichen Fertigkeiten ist für die Übungsleitung die richtige Auswahl von methodischen Lernwegen und die Beachtung pädagogischer Lernprinzipien. Lernalter, Vorerfahrungen und Bewegungsziele sind nur einige Aspekte, die zu beachten sind.

Im Folgenden werden die wichtigsten Elemente von Lernen und Methodik dargestellt.

Methodische Fragen

Ein schrittweiser Aufbau eines Lernweges nach methodischen Prinzipien wird immer dann notwendig sein, wenn eine Technik nicht auf einmal umzusetzen ist. Die Heterogenität der Aktiven einer Sportgruppe (Alter, Konstitution, Bewegungserfahrung u.a.m.) zwingt die ÜL dazu, Lernaufgaben und -wege zu differenzieren. Je nach Zielsetzung werden eher offene, teil-offene oder geschlossene Vermittlungskonzepte bevorzugt.

Methodische Prinzipien (pdf)

Differenzierung (pdf)

Offene, teil-offene und geschlossene Konzepte (pdf)

Motorische Aspekte

Von der Bewegungsvorstellung zur Automatisierung einer sportlichen Fertigkeit sind viele Etappen zu

meistern. Während dieses Prozesses sind Fehler unvermeidlich. Bis zu einer Bewegungsperfektion ist oft ein langer Weg zurückzulegen. Die Übungsleitung hat die Aufgabe, gezielte Bewegungskorrekturen vorzunehmen, um den Aktiven erfolgreich zu unterstützen.

Motorisches Lernen (pdf)

Bewegungskorrekturen (pdf)