



C113

Beobachten, Beurteilen, Beraten





Videobeispiel: Anfänger





Videobeispiel: Nachwuchsathletin (Swiss Athletics Talent)





Videobeispiel: Leistungssathletin





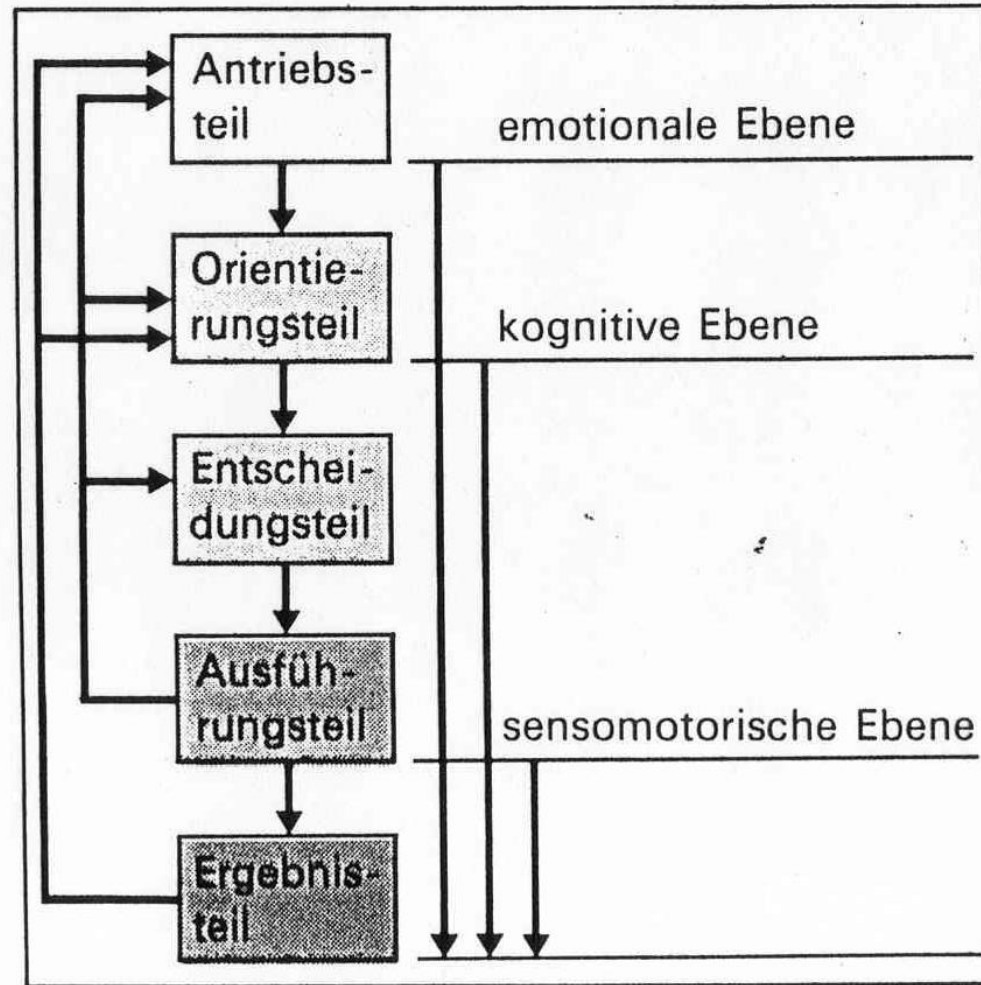
Wie funktioniert motorisches Lernen?

- Motorisches Lernen ist der **Prozess** zur Erlangung und Befähigung, geschickte Handlungen auszuführen.
- Motorisches Lernen ist das direkte Ergebnis von **Übung** und **Erfahrung**.
- Motorisches Lernen hat eine (relativ) **dauerhafte Veränderung** des motorischen Verhaltens zur Folge.

(nach Schmidt 1982)



Wie funktioniert motorisches Lernen?



Schritte beim Ausführen einer Bewegung

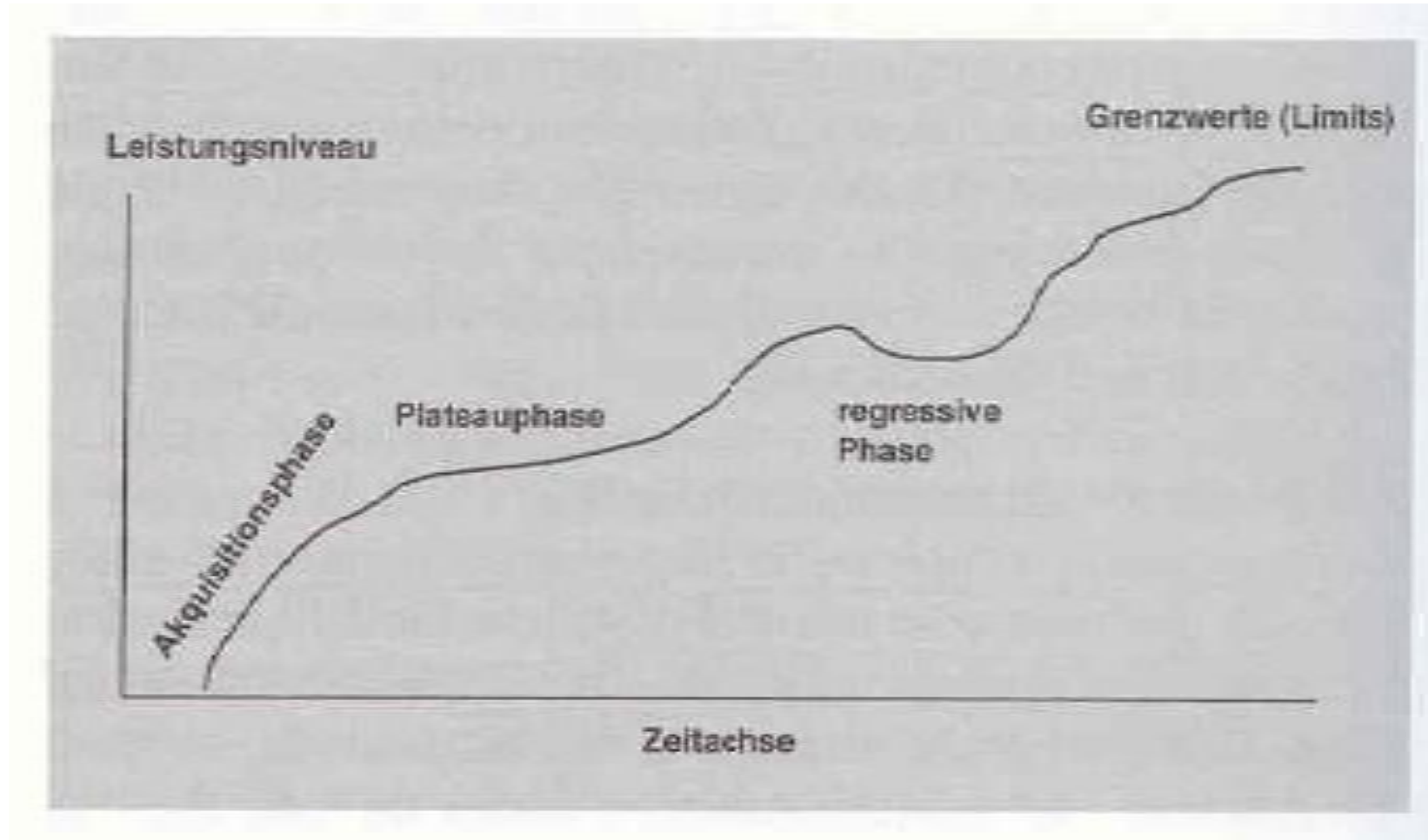


Wie funktioniert motorisches Lernen?





Wie funktioniert motorisches Lernen?



Idealisierte Verlaufskurve der Leistung beim motorischen Lernen
(aus: Scheid/Prohl 2001)

Die 4 Ebenen des motorischen Lernens

1. Ebene:

Emotionen

Die 4 Ebenen des motorischen Lernens



2. Ebene:

- *Verschiedene Zugänge schaffen*
- *Sehen – hören - fühlen*

3. Ebene:

- *Verknüpfungen mit Erfahrungen ermöglichen*
- *Zeit geben für zuordnen, einbauen, vergleichen, erinnern, aktualisieren*

4. Ebene:

- *Die Bewegung ausführen und wahrnehmen lassen*
- *Zeit geben zum spüren – wahrnehmen - kommunizieren*



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Ebene 1: Emotionen

- nie den 1. Versuch korrigieren
- zuerst den wichtigsten Fehler korrigieren
- positiv unterstützend korrigieren
- Lösungen anbieten statt Fehler erklären



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Ebene 2: Aufnehmen

- visuell, akustisch, taktil unterstützen
- verschiedene Methoden nutzen
- entsprechend den Fähigkeiten korrigieren
- Medien einsetzen (Reihenbilder, Photos, Video...)



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Informationsumfang:

- Infomenge vom Einsteiger zum Könnler abbauen
(limitierte Infomengen auch beim Einsteiger zeigen bessere Lernleistungen Schmidt 1991)
- Feedback nach mehreren Versuchen zusammenfassen
- Zu häufiges Feedback ist hinderlich, da es inneren Fehlerentdeckungsmechanismus des Lernenden verzögert.



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Zeit bis zur Rückmeldung:

- Mögliche Zeitpunkte der Fehlerkorrektur sind:
 - Synchroninformation (während der Bewegungsausführung)
 - Sofortinformation(0-30 sec. nach Ende)
 - Spätinformation(> 30 sec. nach Ende)
- Lasse dem Schüler auch nach dem Feedback Zeit zum Überlegen und Verarbeiten (> 5 sec. bis max. 2 min.)
- zwischen Versuch und Feedback keine anderen Bewegungsaufgaben ausführen



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Häufigkeit der Rückmeldung:

- Nicht jede Bewegung muss korrigiert / kommentiert werden
- Korrekturleitplanken festlegen (aussergewöhnlich gut – normal – aussergewöhnlich schlecht)
- Zu häufige Rückmeldung unterbindet die Selbstreflexion der Athleten



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Ebene 3: Verarbeiten

- Einsatz von "zwingenden" Übungen
- Gegensatzerfahrungen erleben lassen
- beobachten lassen
- "übertreiben" lassen
- beidseitiges üben lassen
- grosse Bewegungsvielfalt ermöglichen



Konsequenzen für die Fehlerkorrektur

Ebene 4: Umsetzen

- artikulieren lassen
- "es" sich vorstellen lassen
- zeichnen lassen
- Bewegungsgefühl kommunizieren lassen

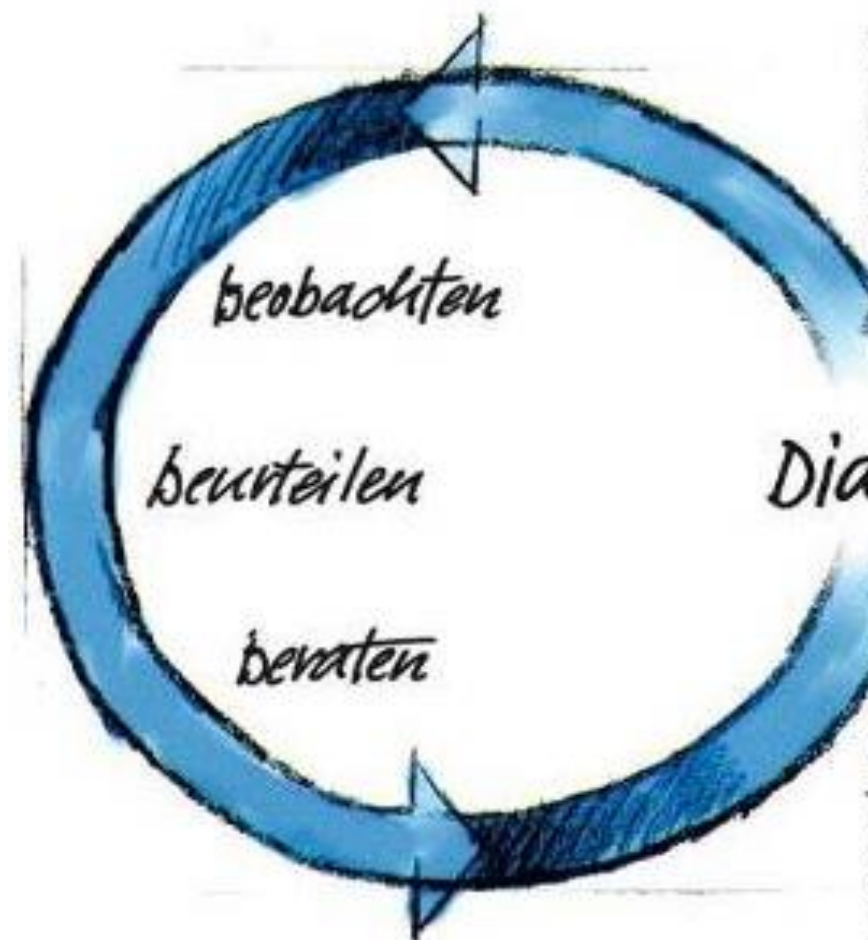


Übung

Fehler notieren:

Prioritäten festlegen:

Korrektur festlegen:



***... und was kommt nach
der Fehlerkorrektur ...***



Korrekturübungen definieren

--	--	--	--



Videobeispiel: Schülerin



