Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 26 (1969)

Heft: 11

Artikel: Gewandtheit und Geschicklichkeit in der Sportmotorik

Autor: Meusel, Heinz

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994193

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gewandtheit und Geschicklichkeit in der Sportmotorik I

Heinz Meusel

Den heutigen Begriff der Gewandtheit in der Sportmotorik prägten im wesentlichen O. W. Beyer und Kurt Meinel. Meinel versteht unter Gewandtheit «eine gute Koordination der Gesamtmotorik des ganzen Körpers». Unter Geschicklichkeit dagegen «eine gute Koordination feinmotorischer Art bei Hand-, Finger-, Kopf- und Fussbewegungen». Meinel (Bewegungslehre, S. 238 ff.) unterscheidet Geschicklichkeit und Gewandtheit im einzelnen wie folgt:

Geschicklichkeit:

«Bewegungsgeschicklichkeit äussert sich in feinabgestimmten und genauen Bewegungen vornehmlich der Hand, der Finger, der Füsse und ... des Kopfes».
Man spricht von Handgeschicklichkeit im Nähen, Schreiben, Maschineschreiben, Instrumentalspiel (Klavier), Ballspiel und Zielwerfen, in der Reifen-, Ball- und Keulengymnastik, im Schnitzen usw., von Fussgeschicklichkeit im Fussballspiel, aber auch im Orgelspiel, beim Treten der Drehscheibe des Töpfers. Kopfgeschicklichkeit ist etwa beim Köpfeln des Balles gegeben.
Geschickte Bewegungen sind räumlich klein, im Bewegungsumfang begrenzt, haben eine hohe Zielgenauigkeit, bewusste Steuerung und Geführtheit. Sie erfordern differenziertes Hemmen und Steuern der Gliedmassen unter Einsatz auch der Antagonisten.
Geschicklichkeit erfordert ein hohes Mass an Übung bis zur Automation, ist empfindlich gegen Störungen und zerfällt schnell wieder (Verlernen des Instrumentalspiels).
«Geschickte Bewegungen werden, ontogenetisch gesehen, meist später erworben als gewandte Bewegungen. Aber sie entwickeln sich, ständige Übung vorausgesetzt, auch zu einer ganz erstaunlichen Feinheit, Differenziertheit und Vollkommenheit (Klavierspiel, Maschineschreiben, Jonglieren).»
Handgeschicklichkeit ist besonders bei der Frau ausgeprägt.

Gewandtheit:

«‚Gewandt' nennen wir Totalbewegungen, die eine gute Koordiniertheit zwischen den in der Regel führenden Bewegungen des Stammes, d. h. des Rumpfes und des Kopfes, und der Gliedmassen aufweisen.»
Hierher gehören frei ausschwingende und grossräumige Bewegungen wie Tanzen, Laufen, Springen, Stossen, Schleudern, Schwimmen, Rollen, Überschlagen, Schwingen an den Geräten und Arbeitsbewegungen wie Mähen, Hacken, Schaufeln. Bei gewandten Bewegungen dreht, wendet, überschlägt oder rollt sich der ganze Körper. Flüssigkeit, Elastizität, gute Rhythmisierung, richtige Bewegungsübertragung, Genauigkeit und Vorausnahme der Bewegung sind kennzeichnend.
Gewandte Bewegungen sind nicht ganz so fein differenziert. Weniger störbar, haltbarer. Turnübungen, Eislauf, Schwimmen, Radfahren, Skilaufen, Gehen, Laufen und Springen verlernt der Mensch auch nach jahrelanger Pause nicht.
Gewandte Bewegungen sind entwicklungsgeschichtlich onto- wie phylogenetisch älterer motorischer Besitz der Menschheit. Gehen, Laufen, Springen, Rollen werden früher erworben als die feinmotorische Geschicklichkeit.
In der Gewandtheit zeigt sich kein gleichermassen sichtbarer geschlechtsspezifischer Unterschied. Eine Differenzierung ergibt sich erst durch verschieden hohe Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer. Die Gewandtheit der Frau ist höchstens eine andere, aber keine qualitativ schlechtere oder bessere.

Diese theoretische Unterscheidung von Geschicklichkeit und Gewandtheit ist nicht immer auch in der Sportpraxis exakt möglich. Hier treten Geschicklichkeit und Gewandtheit in den einzelnen sportlichen Bewegungsfertigkeiten als Kombinationen verschiedenster Art auf. Der Sprungwurf des Basketballers setzt Sprunggewandtheit und Wurfgeschicklichkeit voraus. Erst wenn beides zusammenkommt, wird der Spieler in den Korb treffen.

Wesentlich weiter als Meinel fasst Peter Hirtz den Begriff der Gewandtheit. Hirtz ordnet die Geschicklichkeit der Gewandtheit als eines von acht Merkmalen unter (Theorie und Praxis der Körperkultur, 8, 1964, Seite 729 ff.) und definiert die sportliche Gewandtheit als «eine komplexe Bewegungseigenschaft des sporttreibenden Menschen, die das Ergebnis hochentwickelter Koordinationsmöglichkeiten im Zentralnervensystem auf der Grundlage der Bewegungseigenschaften und des vorhandenen Bewegungsschatzes darstellt. Sie befähigt den Sportler, komplizierte Bewegungskoordinationen zu beherrschen, sportliche Bewegungsfertigkeiten in kürzester Zeit zu erlernen und von einer Bewegungshandlung entsprechend der sich ändernden Situation auf andere schnell und zweckmässig umzuschalten.»

Hirtz unterscheidet acht Merkmale sportlicher Gewandtheit (Abb. 1):

1. Reaktionsvermögen als schnelles und zweckmässiges Reagieren auf unvorhergesehene Situationswechsel. Dieser Begriff des Reaktionsvermögens geht also über den der Reaktionsschnelligkeit hinaus. F. A. Schmidt spricht hier von Schlagfertigkeit.

2. Anpassungsvermögen als gutes Anpassen an ungewohnte Aufgabenstellungen, an veränderte Bedingungen und an die Bewegungen eines anderen Körpers.

3. Steuerungsvermögen. Es kommt vor allem in der Bewegungsgenauigkeit zum Ausdruck, die nicht nur die Ziel- oder Treffgenauigkeit der Bewegung, sondern auch die Wiederholungsgenauigkeit, d. h. die Präzision der Bewegungskonstanz umfasst.

4. Orientierungsvermögen als die Fähigkeit, auch bei komplizierten Bewegungen wie Drehungen des Körpers die räumliche Orientierung nicht zu verlieren.

5. Gleichgewichtsvermögen als das Vermögen, bei komplizierten Bewegungsaufgaben auf schmaler Unterstützungsfläche den Körper im Gleichgewicht der inneren und äusseren Kräfte zu halten.

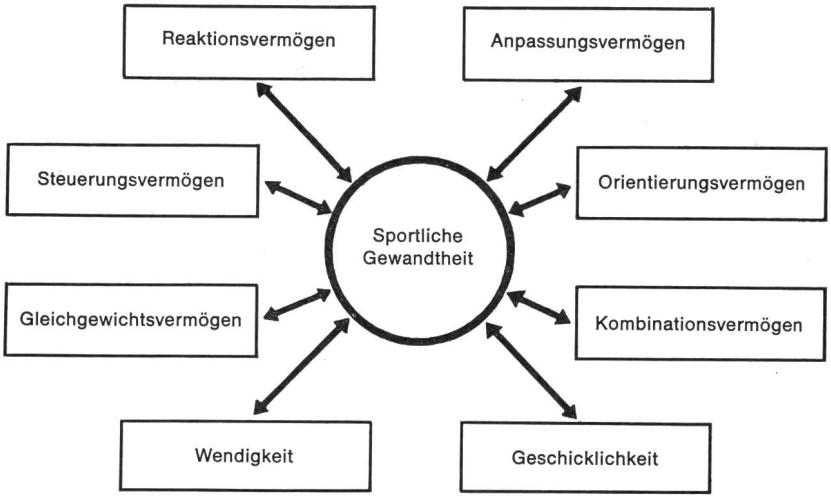

Abb. 1 **Die Merkmale der sportlichen Gewandtheit (nach Hirtz)**

6. Kombinationsvermögen als Vermögen, mehrere Bewegungen gleichzeitig oder hintereinander zu koordinieren.

7. Wendigkeit. Die Wendigkeit kommt nach Fetz besonders gut «beim Durchschlüpfen und Hindurchwinden durch vielseitige Hindernisse ... zum Ausdruck».

8. Geschicklichkeit als die Fähigkeit, feinmotorische Bewegungen des Kopfes, der Hände und der Füsse genau abzustimmen.

Fetz will diese Merkmale um das Auffassungsvermögen, das Koordinationsvermögen, die Bewegungselastizität, die Geschmeidigkeit und das Bewegungsgefühl ergänzt wissen.

Stübler und Mitarbeiter fassen unter dem Begriff Gewandtheit die Faktoren Steuerungsfähigkeit, Orientierungsvermögen, Gleichgewichtsvermögen, Kombinationsfähigkeit und die Fähigkeit zu hochfrequenten Bewegungen zusammen (Theorie und Praxis der Körperkultur 5, 1966). Die Fähigkeit zu hochfrequenten Bewegungen «bezieht sich auf die maximal erreichbare und über einige Zeit beizubehaltende Bewegungsfrequenz, z. B. beim Lauf».

Wir haben bisher stillschweigend angenommen, dass wir, wenn wir von Gewandtheit sprechen, die Gewandtheit in sportlichen Bewegungen meinen. Diese sportliche Gewandtheit ist ein Teil der motorischen Gewandtheit, die motorische Gewandtheit wiederum ein Teilaspekt der allgemeinen Gewandtheit. Die Notwendigkeit der Unterscheidung dieser drei Gewandtheitsbegriffe hat Fetz (Grundbegriffe der Bewegungslehre der Leibesübungen) ausgesprochen:

«Allgemeine Gewandtheit drückt sich als Verhaltensqualität aus, die durch Merkmalsausprägungen von Sicherheit, Leichtigkeit und Ästhetik gekennzeichnet ist.

Motorische Gewandtheit nennt man die im Bewegungsleben von Menschen und Tieren auftretende Gewandtheit. Sie drückt einen Qualitätsgrad unserer Bewegungskoordination aus, und zwar nicht nur ‚eine gute Koordination der Gesamtmotorik des ganzen Körpers', sondern auch von Feinbewegungen und schliesst weniger gute Koordination ebenso ein.

Sportliche Gewandtheit trifft man im Bereich des Sports. Sie sondert von der weiter aufgefassten motorischen Gewandtheit die Gewandtheit der Bewegungsabläufe im Alltags- und Arbeitsleben. Sportliche Gewandtheit bezieht sich weniger auf grössere Handlungsgefüge als auf bestimmte Bewegungsabläufe, sportliche Tätigkeiten und Fertigkeiten (Springen, Werfen, Rudern, Klettern, Laufen usw.).»

Analog zur Differenzierung der Gewandtheit unterscheidet Fetz drei Geschicklichkeitsbegriffe:

«Geschicklichkeit (im allgemeinen Sinn von Dolch) und Schlagfertigkeit sind in vielen Funktionsbereichen des Menschen (Diplomatie, Kunst, Unterhaltung, Wissenschaft, Werbung usw.) anzutreffen. Dabei werden immer gewisse Fertigkeiten zur Situationsmeisterung eingesetzt.

Motorische Geschicklichkeit ist gegeben, wenn die eingesetzten Fertigkeiten Bewegungsfertigkeiten sind. Motorische Geschicklichkeit könnte demnach kurz beschrieben werden als ‚intelligent' eingesetzte Bewegungsfertigkeit. Sie tritt im Bewegungsleben des Alltags, der Arbeit und des Sports auf.

Sportliche Geschicklichkeit liegt vor, wenn zur Situationsmeisterung sportliche Fertigkeiten herangezogen werden. Sportliche Geschicklichkeit bezieht sich daher weniger auf sportliche Tätigkeiten im engeren Sinne (Laufen, Werfen, Stossen, Schwimmen usw.) als auf grössere Handlungsgefüge (Spiele, Wettspiele, Wettkämpfe usw.) im Bereich des Sports.»

Fetz folgt hier Josef Dolch (Grundbegriffe der pädagogischen Fachsprache): «Wenn hingegen das Moment der Intelligenz in einer Fertigkeit wesentlich mitwirkt, und zwar auch das der sog. praktischen Intelligenz bei körperlichen Fertigkeiten, so spricht man von Geschicklichkeit, deren geistiger Faktor eben in der Erfassung der Situation, dem Sich-darein-Schicken besteht; z. B. geschicktes Anpacken einer Reparatur, geschicktes Spiel im Sport, geschickte Lösung mathematischer Aufgaben.»

(Aus: Praxis der Leibesübungen, 8/1969)

Fortsetzung folgt