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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 32 (1975)

Heft: 9

Artikel: Transfer : ein Beispiel aus dem Geräteturnen

Autor: Egger, Kurt

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994281

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

Salto zum Eineinhalbsalto kann es sich nicht einfach darum handeln, dass eine halbe Drehung hinzugefügt wird, es geht hier vielmehr um den Erwerb eines neuen Elements.
Soll im Lernprozess auf vertikale Transferprozesse abgestützt werden, dann muss die methodische Systematik folgendermassen aussehen:

Vorwärts	Rückwärts	Auerbach	Delphin	
101	201	301	401	Kopfsprung
↓	↓	↓	↓	
103	203	303	403	Eineinhalbsalto
↓				
105				Zweieinhalbsalto

Beispiele von lateralen Transferprozessen

— Lernen eines Sprunges vom Bassinrand (401c, Delphinkopfsprung gehockt), anschliessend: Ausführung des gleichen Sprunges vom 1-m-Brett.

— Vorwärtssalto auf dem Trampolin (Absprungstelle = Landestelle). Armführung und Auslösung der Rotation sind wie auf dem 1-m-Brett einzuführen, Ausübung des gleichen Sprunges auf dem 1-m-Brett mit dem Rücken zum Wasser, und der Schüler ist befähigt für den Delphinsalto.

— 5132 vom 1-m-Brett → 5132 Turm 5 m (oder mehr) Eineinhalbsalto vorwärts mit ganzer Schraube. Die technische Ausführung des Sprunges bleibt die gleiche, unterschiedlich ist die Sprunghöhe. Die Elastizität des Sprungbrettes wird durch die Höhe der Plattform kompensiert.

Entscheidend für die Beurteilung von lateralen Transferprozessen sind die Beziehungen zwischen den *Absprungbedingungen* und den *situativen Bedingungen.*
Absprungbedingungen: Trampolintuch, Trockensprunganlage (hier ändern auch die Landebedingungen), Sprungturm, Sprungbrett.
Situative Bedingungen: Auch diese können für das Auftreten von lateralen Transferprozessen von grosser Bedeutung sein. So kann beispielsweise ein Wasserspringer den Auerbachkopfsprung von der Sprunganlage im Hallenbad vollständig beherrschen, im Freibad dagegen diesen gleichen Sprung nur mit grössten Schwierigkeiten ausführen. Die situativen Bedingungen, in diesem Beispiel die Orientierungshilfen, können das Auftreten von lateralen Transferprozessen begünstigen oder auch erschweren.

Transferprozesse vertikaler und lateraler Art

Beispiel:

103 B (Eineinhalbsalto vorwärts)
↓ von der 3-m-Plattform
105 B (Zweieinhalbsalto vorwärts)
von der 10-m-Plattform

Die Anfügung der zusätzlichen Drehung steht im Zusammenhang mit vertikalen Transferprozessen; die unterschiedliche Sprunghöhe erfordert laterale Transferprozesse. Beim Sprung von der 10-m-Plattform kann bei gleicher Rotationsgeschwindigkeit eine Drehung mehr als auf der 3-m-Plattform ausgeführt werden.
Im gleichen transferpsychologischen Zusammenhang steht der progressive Lernerwerb von Sprüngen mit Schrauben.
So wird beispielsweise vom 1-m-Brett der Salto mit ganzer Schraube trainiert, damit die gleiche Schraube beim Eineinhalbsalto auf dem 3-m-Brett angewendet werden kann.

1 m ⟶ 3 m
5122 ⟶ 5132
5121 ⟶ 5131
5223 ⟶ 5233

Bei diesem methodischen Aufbau müssen die Transferprozesse in beiden Richtungen gesehen werden: vertikal in bezug auf das Anfügen einer halben Saltodrehung und lateral in bezug auf die Schraube unter veränderten situativen Bedingungen.

Transfer – ein Beispiel aus dem Geräteturnen

Kurt Egger

Auf der Grundlage des methodischen Prinzips «Vom Leichten zum Schweren» wird beim Reckturnen sehr oft im Anschluss an den bereits beherrschten Knieaufschwung der Mühlaufschwung eingeführt.

Die methodische Reihenfolge im Aufbau dieser beiden Elemente scheint zwingend zu sein:

— Der Knieaufschwung ist eindeutig leichter auszuführen als der Mühlaufschwung.

— Die beiden Elemente weisen eine gewisse Aehnlichkeit in der Bewegungsform auf. Sprachlich äussert sich dies beispielsweise darin, dass der Mühlaufschwung etwa als «Knieaufschwung mit gestreckten Beinen» charakterisiert wird.

In der Praxis zeigt es sich jedoch, dass trotz der «äusseren» Aehnlichkeit zwischen diesen beiden Elementen und trotz der Einhaltung des methodischen Prinzips «Vom Leichten zum Schweren» der Lernprozess beim Mühlaufschwung durch das vorausgegangene Ueben des Knieaufschwunges oft negativ beeinflusst wird.
Die negative Beeinflussung zeigt sich in der Uebertragung von Teilbewegungen, die sich beim Lernen des Mühlaufschwunges sehr negativ auswirken:

— Beugen des Beines, das über die Reckstange geschwungen wird und

— Einsatz des Schwungbeines nach hinten.

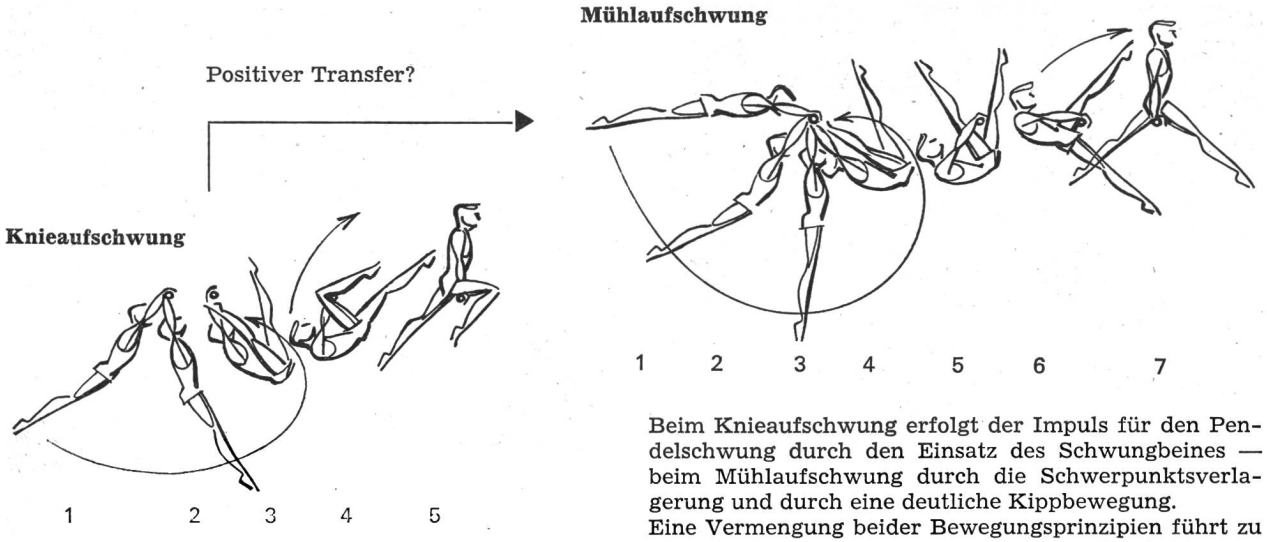
Beide Fehler führen zu einer Abstoppung des Bewegungsablaufes bevor die Turnerin (der Turner) den Stütz erreicht hat.

Das Auftreten dieser beiden Fehler ist davon abhängig, in welchem Masse der Bewegungsablauf des Knieaufschwunges stabilisiert worden ist. Je stärker der Knieaufschwung automatisiert wird, um so grösser ist die Tendenz zu negativen Transfereffekten auf das Erlernen des Mühlaufschwunges.

Woran liegt es, dass vom Knieaufschwung zum Mühlaufschwung die negativen Lernübertragungen überwiegen?

Bei genauer Betrachtung des Bewegungsablaufes dieser beiden Elemente kann diese Frage relativ leicht beantwortet werden.

Aufgrund der strukturellen Unterschiede dieser beiden Elemente müssen die an sich positiven Lernübertragungen vom Knie- zum Mühlaufschwung zu einem negativen Resultat führen.



Die Aehnlichkeit zwischen beiden Elementen trifft in bezug auf die Bewegungsform zu — in bezug auf die Bewegungsstruktur unterscheiden sich beide Elemente aber grundsätzlich.

Beim Knieaufschwung erfolgt der Impuls für den Pendelschwung durch den Einsatz des Schwungbeines — beim Mühlaufschwung durch die Schwerpunktsverlagerung und durch eine deutliche Kippbewegung.
Eine Vermengung beider Bewegungsprinzipien führt zu Störungen des Bewegungsablaufes. Werden beide Elemente in zeitlicher Nähe unterrichtet, so erstaunt es deshalb nicht, dass negative Transfereffekte vom bereits stabilisierten Knieaufschwung zum Mühlaufschwung auftreten.

Lern- und Transferprozesse im Volleyball

Jean-Pierre Boucherin

Volleyball ist in der Schweiz ein junger Sport — sowohl historisch als auch methodisch gesehen.

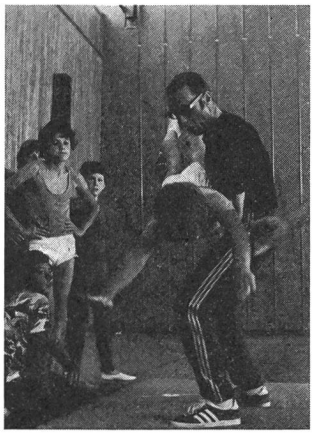
In der unterrichtlichen Praxis zeigt es sich, dass Schülerinnen und Schüler mit sehr unterschiedlichen Voraussetzungen dieses «neue» Spiel möglichst schnell zu realisieren versuchen.

Der methodische Weg beim Aufbau des Volleyballspiels und vor allem auch beim Training mit Könnern wird jedoch sehr wesentlich von den vorangegangenen Lernerfahrungen motorischer (Spielfertigkeiten), kognitiver (Spielverständnis) und sozialer Art (Bereitschaft zum *Mit*spielen) bestimmt. Aus dieser Feststellung wird zugleich die hohe Bedeutung von Transferprozessen in der Methodik des Volleyballtrainings ersichtlich.

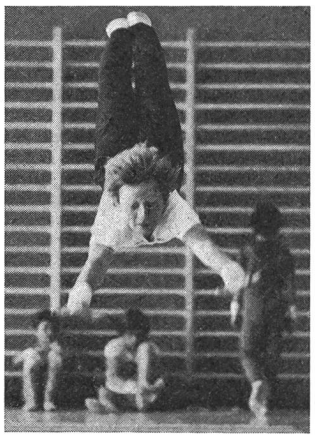
In Abhängigkeit von «bisherigen Lernerfahrungen» ergibt sich folgende Gruppierung von Transferproblemen im Volleyball-Aufbau:

a) Aufbau des Volleyballspiels mit Anfängern ohne spezifische Erfahrungen aus anderen (Ball-)Sportarten.
b) Aufbau des Volleyballspiels mit Anfängern, die spezifische Erfahrungen aus anderen (Ball-)Sportarten mitbringen.
c) Training mit fortgeschrittenen Volleyballspielern.

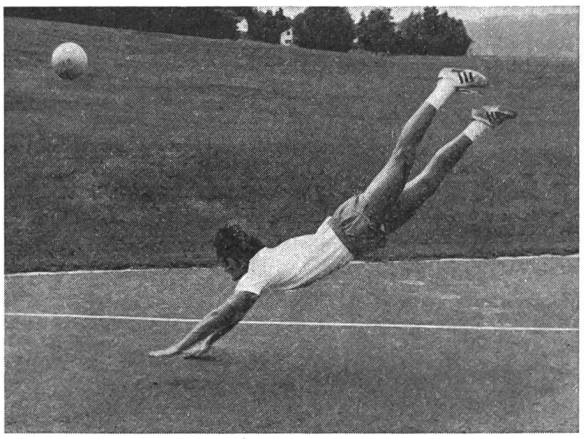
Die Berücksichtigung dieser unterschiedlichen Voraussetzungen ist für die Wahl des methodischen Weges von grosser Bedeutung und steht in einem sehr engen Zusammenhang mit Fragen der Begünstigung von Lernübertragungen vertikaler und lateraler Art.



Transfer von der Vor-



zur Zielübung?



Von Sportart zu Sportart?