Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 2 (2000)
Heft: 1

Artikel: Wer erkennt, muss entscheiden und danach handeln
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992139

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: 07.07.2025

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

Anleitung zur methodischen Gestaltung des Lernprozesses

Wer erkennt, muss entscheiden und danach handeln

Damit optimale Lösungen für die Realisation des Unterrichts gefunden werden können, muss im Rahmen der Unterrichtsplanung eine Standortsbestimmung vorgenommen werden. Als Grundlage müssen unter anderem relevante Informationen wie Alter und Lernstufe festgehalten werden. Schliesslich gilt: «Verschiedene Wege führen nach Rom!» Jede Unterrichtsvariante, die zur Realisierung der optimalen Lösung führen soll, hat ihre Vor- und Nachteile. Der Lektionsinhalt wird einerseits von den Übungsformen, andererseits von der Übungsauswahl bestimmt. Um die «richtige» Übung auswählen zu können, muss man sich überlegen, wie, mit welcher Intensität und zu welchem Zeitpunkt trainiert werden soll. Für eine sinnvolle integrative Entwicklung der Bewegungsvorstellung gelten solche Entscheidungsprozesse genau so wie für andere Trainingsformen.

Die nebenstehende Darstellung soll im Bereich der Unterrichtsplanung eine Standortbestimmung erleichtern und das Bereitstellen von möglichen Lösungswegen unterstützen. Wichtig ist es, eine auf diese Weise gewählte Lösung im Rahmen der Unterrichtsauswertung kritisch zu prüfen. Nur so entwickeln sich mit der Zeit theoriegeleitete praktische Musterlösungen mit individueller Wirksamkeit zur gezielten Entwicklung der Bewegungsvorstellung. Die methodische Leitidee orientiert sich am Dreistufenmodell «Erwerben und Festigen, Anwenden und Variieren, Gestalten und Ergänzen» und soll helfen, das Verständnis für den Entwicklungsprozess im Rahmen des Dialogs zwischen Lernenden und Lehrenden zu fördern. m

1 Erwerben und Festigen

Zuerst: Aufnehmen
Formen audio-visuell-taktil wahrnehmen, integrieren und auch bewusst erkennen!

Dann: Verarbeiten
Wer sich intensiv, das heisst auch mit allen Sinnen, mit dem Lerngegenstand auseinander- und ineinander gesetzt hat, kann eine differenzierte Bewegungsvorstellung erwerben!

Endlich: Umsetzen
Nur dank diesem Verinnerlichungsprozess wird es möglich sein, dem so entwickelten Körper- und Bewegungsgefühl qualitativen Ausdruck zu geben!

2 Anwenden und Variieren

Zuerst: Aufnehmen
Das Erworbene und primär Gefestigte in neuen Situationen erproben, die dadurch gewonnene Differenzierung gezielt variieren und somit die Stabilität des Kerns und die Flexibilität der Formen weiter entwickeln!

Dann: Verarbeiten
Aufgrund des differenzierten Erfahrungssammelns gilt es jetzt – bewusst, aber auch unbewusst – sich mit der künftigen (Bewegungs-) Handlung psychisch-mental zu identifizieren!

Endlich: Umsetzen
Mit der zielstrebigen Neugierde die Variationsvielfalt erfahren, verinnerlichen und erleben!

3 Gestalten und Ergänzen

Zuerst: Aufnehmen
Im Hier und Jetzt sich auf die Situation einlassen, sie aufspüren sowie sie nachspüren. Und nun aus der allgemeinen Bewegungsvorstellung einen situationsspezifischen Bewegungsplan konzipieren!

Dann: Verarbeiten
Den auch intuitiv entwickelten Bewegungsplan mit den im Bewegungsgefühl integrierten Referenzwerten aller Sinne im Bewegungsraum erspürend gestalten!

Endlich: Umsetzen
Der auch unbewussten Bewegungsvorstellung und dem auch unbewussten Bewegungsplan eine individuell sinnvolle Gestalt geben!

Die Darstellung zeigt die Entwicklung der Bewegungsvorstellung auf den verschiedenen Lernstufen. Das gezielte Auseinandersetzen mit den inneren Prozessen soll eine optimale Planung und Realisierung des Unterrichts ermöglichen.