Lesenswertes zum Thema Bewegungsvorstellung

Autor(en): **Saklobielski, Janina**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **2 (2000)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-992144

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

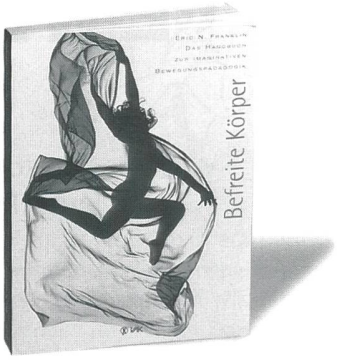
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Das Schwerpunktthema in der Literatur

Lesenswertes zum Thema Bewegungsvorstellung



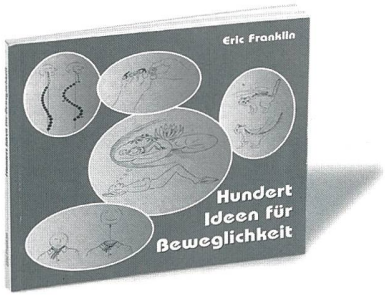
Wer sein Büchergestell in Bezug auf das Thema Bewegungsvorstellung erweitern möchte, findet im Folgenden einige ausgewählte aktuelle und klassische Referenzwerke. Diese enthalten einerseits praktische Hinweise und Bereicherungen für den täglichen Unterricht. Andererseits leuchten sie aber auch die theoretischen und wissenschaftlichen Hintergründe in Bezug auf die Bewegungsvorstellung in Wort und Modell aus.

Janina Sakobielski

Mit den Worten «Beginnen wir gleich mit einer kleinen praktischen Übung und begeben uns auf eine Vorstellungsreise» wird das erste Kapitel in Eric Franklins Buch «Hundert Ideen für Beweglichkeit» (1995) eingeleitet. Dieser Ausschnitt ist bezeichnend für das ganze Werk, ist es doch hervorragend geeignet für die Praxis, ohne jedoch die notwendigen wissenswerten Hintergründe zu vernachlässigen. Durch die Anwendung von inneren bewegten Bildern zielt Eric Franklin auf ein anatomisch gerechtes Körperempfinden und eine optimale, bewusste Haltung ab. Hier wird ein schöpferischer und phantasievoller Weg zu vermehrter Beweglichkeit und Harmonie in Beruf, Alltag und sportlichem Training auf einfache und anschauliche Weise aufgezeigt. (Ein Ausschnitt aus der Arbeitweise Eric Franklins ist ab Seite 16 dieser Ausgabe dargestellt.)

«Befreite Körper»

Ebenso anschaulich wie praxisorientiert ist das Handbuch «Befreite Körper» (1999), ebenfalls aus der Feder von Eric Franklin. In einem ersten Teil zeigt der Autor die verschiedenen Zusammenhänge zwischen Körper und Geist auf und führt seine Leserschaft in die Welt der Vorstellungsbilder ein. Die Kapitel zwei und drei sind den anatomischen Grundlagen und der praktischen Anwendung sowie der Wirkung der mentalen Bilder gewidmet. In einem letzten Teil wird der Kreis wieder geschlossen, indem auf die Ganzheitlichkeit und die Harmonie des eigenen Körperbildes Bezug genommen wird.



Ein Blick in die Forschung

Wer sich mehr für die theoretischen Hintergründe und aktuellen Modelle interessiert, für den sind die beiden folgenden Publikationen sicher eine wertvolle Bereicherung.

«Die Entwicklung der Bewegungsvorstellung im Gerätturnen» (1997) ist der Titel des Werkes von Hans Günter Schöpe. Die Abhandlung hat den Zweck, plausibel zu machen, dass Geräteturnen im Sinne der Entwicklung von Handeln und Denken stufenweise vom Sich-Bewegen zu technomotorischen Abläufen integrativ verdichtet wird. Unter der Spezialisierung «Gerätturnen» wird ein Integrationsansatz versucht, der die praktischen Lernerfahrungen in die Entwicklungstheorie Piagets, unter Berücksichtigung der Schematheorie und des Gestaltkreises einbindet. Da die allgemeine Bewegungslehre die kognitive Präsentation von Bewegungen weitgehend offen lässt, wird damit eine Lücke in der Sportwissenschaft geschlossen.

Interne Bewegungsrepräsentationen, verstanden als individuelle, kontextspezifische sensomotorische Gedächtnisstrukturen und -prozesse, sind Gegenstand der Untersuchung von Josef Wiemeyer (1994). Der Autor entwirft in seinem Werk ein Repräsentationskonzept, das er vielschichtig begründet und unter Berücksichtigung der verschiedenen Gegenpositionen diskutiert. Das heuristische Modell, das er anschliessend vorstellt, ist relativ offen und erlaubt die Integration bestehender Befunde der Motorikforschung. Da interne Bewegungsrepräsentationen nicht direkt beobachtbar sind, versucht der Autor schliesslich, einige Strategien, Methoden und Lösungsmöglichkeiten für deren Erfassung aufzuzeigen und hofft, dass damit weitere Untersuchungen in Angriff genommen werden.

Beide wissenschaftlichen Publikationen enthalten ein ausführliches Literaturverzeichnis. m

Unsere Empfehlungen

Franklin, Eric N.: Befreite Körper. Das Handbuch zur imaginativen Bewegungspädagogik. Kirchzarten bei Freiburg, VAK, 1999 **(ESSM 06.2485/Q)**

Franklin, Eric N.: Locker sein macht stark. Wie wir durch Vorstellungskraft beweglich werden. München, Kösel, 1998 **(ESSM 70.3195)**

Franklin, E.: Hundert Ideen für Beweglichkeit: ein Bilderbuch für eine schmerzfreie Körperhaltung. Zürich, IBIS, 1990 **(ESSM 70.2584)**

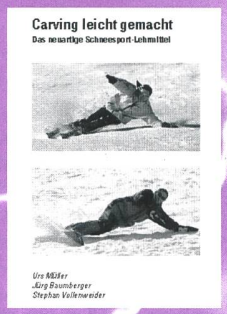
Schöpe, H.-G.: Die Entwicklung der Bewegungsvorstellung im Gerätturnen. Eine sich ändernde Beziehung von Theorie und Praxis. Hamburg, Czwalina, 1997 **(ESSM 9.228-107)**

Wiemeyer, J.: Interne Bewegungsrepräsentation. Grundlagen, Probleme und Perspektiven. Köln, bps-Verlag, 1994 **(ESSM 9.30-20 S)**

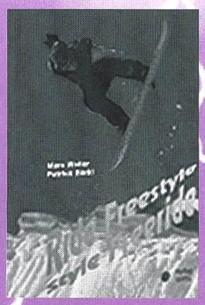
Theiner, E.; Wörz, Th.: Erfolg durch Selbstmanagement in Leistungssport und Beruf. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht, 1999

Aus dem Verlag

SVSS



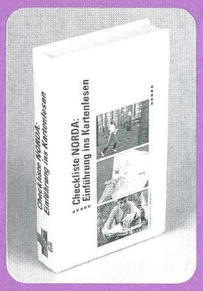
Carving, leicht gemacht
Fr 27.50



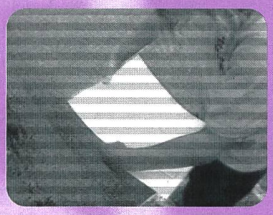
Ride Freestyle – Style Freeride
Fr. 33.– / Fr. 28.–

Hören Sie auf Ihr Herz
Fr. 19.80 / Fr. 17.80

BASPO



Checkliste NORDA:
Einführung ins Kartenlesen
(1998) Fr. 36.60



OL: Treppenstufen-methode. Grundstufe
(1997) Fr. 33.40

OL: Treppenstufen-methode. Stufe 2 (1997)
Fr. 37.70

Mental unterstütztes Techniktraining im Orientierungslauf
(1998) Fr. 35.60

Bestellung

		Mitglieder
___Carving, leicht gemacht	Fr 27.50	
___Spiele auf dem Eis	Fr. 19.80	Fr. 17.80
___Ride Freestyle – Style Freeride	Fr. 33.–	Fr. 28.–
___Spiele auf Ski	Fr. 12.–	Fr. 10.–
___Mehr Puls	Fr. 15.–	Fr. 15.–
___Hören Sie auf Ihr Herz	Fr. 19.80	Fr. 17.80
___Video zum Lehrmittel «Bewegen, Darstellen, Tanzen»	Fr. 33.–	

Name _____ Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Datum, Unterschrift _____

Mitglied SVSS: ☐ ja ☐ nein

Einsenden an:

Verlag SVSS
Neubrückstrasse 155
CH-3000 Bern 26
Tel. 031/302 88 02, Fax 031/302 88 12
E-Mail: svssbe@access.ch

Bestellung Videos

___Checkliste NORDA: Einführung ins Kartenlesen (1998)	Fr. 36.60
___OL: Treppenstufenmethode. Grundstufe (1997)	Fr. 33.40
___OL: Treppenstufenmethode. Stufe 1 (1997)	Fr. 41.–
___OL: Treppenstufenmethode. Stufe 2 (1997)	Fr. 37.70
___Mental unterstütztes Techniktraining im Orientierungslauf (1998)	Fr. 35.60

Name _____ Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Datum, Unterschrift _____

Einsenden an:

BASPO Bundesamt für Sport Magglingen
OFSPO Office fédéral du sport Macolin
UFSPO Ufficio federale dello sport Macolin
UFSPO Uffizi federal da sport Magglingen

BASPO
Mediothek
CH-2532 Magglingen
Fax 032/327 64 08
E-Mail: christiane.gessner@baspo.admin.ch