

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 46 (1989)

Heft: 9

Artikel: Zielgerichtete Vervollkommnung der koordinativen Fähigkeiten im Vereinssport der 7- bis 13 jährigen

Autor: Hasler, Hansruedi

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992844>

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: 07.01.2026

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



Zielgerichtete Vervollkommnung der koordinativen Fähigkeiten im Vereinssport der 7- bis 13jährigen

Hansruedi Hasler, Forschungsinstitut ESSM

Hansruedi Hasler, Leiter des Fachbereiches Sportwissenschaftliche Forschung am Forschungsinstitut der ESSM, zeigt hier durch eigene Arbeiten und durch Literaturbeispiele belegt, Wichtigkeit und Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten im Kindesalter auf. Der Artikel basiert auf einem Referat, gehalten am SLS-Jugendseminar vom 14. bis 16. April dieses Jahres in Mürren.

Die sportartspezifische Ausprägung der koordinativen Fähigkeiten

Jede Sportart hat ihre spezifische Handlungsstruktur. Dadurch unterscheiden sich die Sportarten durch unterschiedliche Anforderungen an die koordinative Befähigung ihrer Sportler. Dies bedeutet aber auch, dass die wettkampfmässige Ausübung einer Sportart gewisse Fähigkeiten fördert, andere dagegen verkümmern lässt. Nur so ist es zu erklären, dass die von Hirtz (1976) untersuchten Kinder bereits im Alter von 10 Jahren den ausgeübten Sportarten entsprechende Leistungsunterschiede zeigten. Zu einem vergleichbaren Ergebnis führte auch eine an der ESSM durchgeführte Untersuchung (Hasler 1988).

Ziel dieser Arbeit war es, das koordinative Fähigkeitsprofil jugendlicher Sportler aus zwei Sportarten zu erfassen und miteinander zu vergleichen. Erfassung und Vergleich sollten es ermöglichen, Hinweise für die grundlagen- und leistungsorientierte Trainingsgestaltung abzuleiten.

Die Wahl der Sportarten fiel auf Fussball und Kunstturnen. Der eine Grund für diese Wahl liegt in der Liebe und der Erfahrung des Versuchsleiters zu, beziehungsweise in diesen Sportarten. Zum zweiten erschienen sie aber auch deshalb als geeignet, weil sie sich durch hohe koordinative Anforderungen bei unterschiedlicher Handlungsstruktur kennzeichnen.

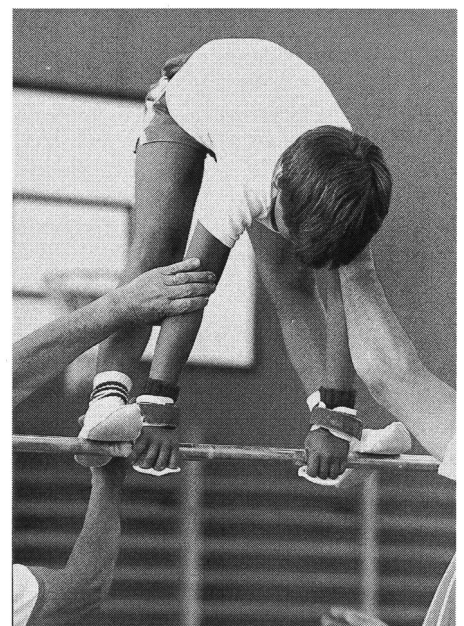
Handlungssituationen im Fussballspiel charakterisieren sich durch ihre Offenheit. Zwar sind die übergeordneten Zielsetzungen «ein Tor erzielen/ein Tor verhindern» offensichtlich. Durch die Bewegungen und die Unberechenbar-

keit von Ball, Mit- und Gegenspielern muss aber laufend neu entschieden werden, welche Teilziele mit welchen Teilhandlungen im Hinblick auf das Richtziel realisiert werden sollen. Die geplanten und zur Ausführung gelangenden Teilhandlungen müssen darüber hinaus dauernd den veränderten Situationen entsprechend reguliert werden. Diese Offenheit in der Handlungsstruktur führt im koordinativen Bereich zu hohen Anforderungen an die Verarbeitung äusserer Rückmeldungen, speziell durch den visuellen Analysator. Es dürfte deshalb erwartet werden, dass sich gute Fussballspieler vor allem durch ein hohes Niveau bei der Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit auszeichnen.



Handlungssituationen im Kunstturnen unterscheiden sich grundsätzlich von diesen offenen Entscheidungssituationen im Fussballspiel. Der Kunstturner will seine Wettkampfbewegungen mit höchstmöglicher Präzision und Sicherheit ausführen. Die Ausführungsbedingungen bleiben aber in etwa konstant. Er wird deshalb seine Bewegungsabläufe, mehr als der Fussballspieler, automatisieren und verinnerlichen. Auch seine Handlungsausführung ist auf Regelungsprozesse und damit auf koordinative Fähigkeiten angewiesen. Der innere Regelkreis wird aber zum grössten Teil die relevanten Informationen verarbeiten, um so mehr, weil auch die rhythmisch-dynamische Gestaltung der Bewegungen vermehrt beachtet werden muss. Gleichgewichts-, Rhythmisierungs- und Differenzierungsfähigkeit dürften deshalb für die Leistung im Kunstturnen bedeutsamer sein als für das Fussballspiel.

Die Ergebnisse bestätigen diese Hypothesen. Zwar zeigen sich im Gesamtergebnis keine nennenswerten Unterschiede zwischen den Leistungen der beiden



Unterschiede in den koordinativen Fähigkeiten: Fussball und Kunstturnen als Testfall.

Sportlergruppen. Es darf deshalb gesagt werden, dass beide Sportarten gleich hohe koordinative Anforderungen an ihre Sportler stellen. Allerdings zeigen die beiden Leistungsprofile spezifische Ausprägungen.

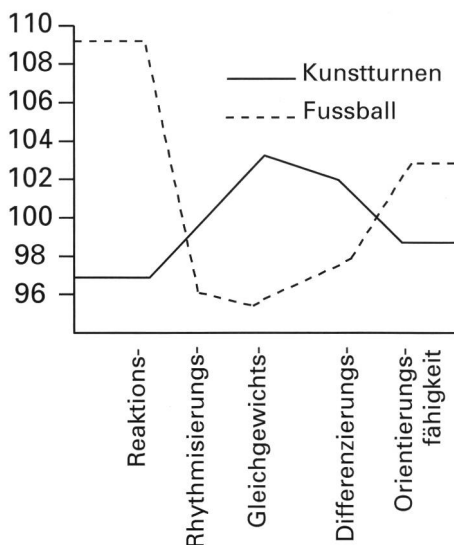


Abb. 1

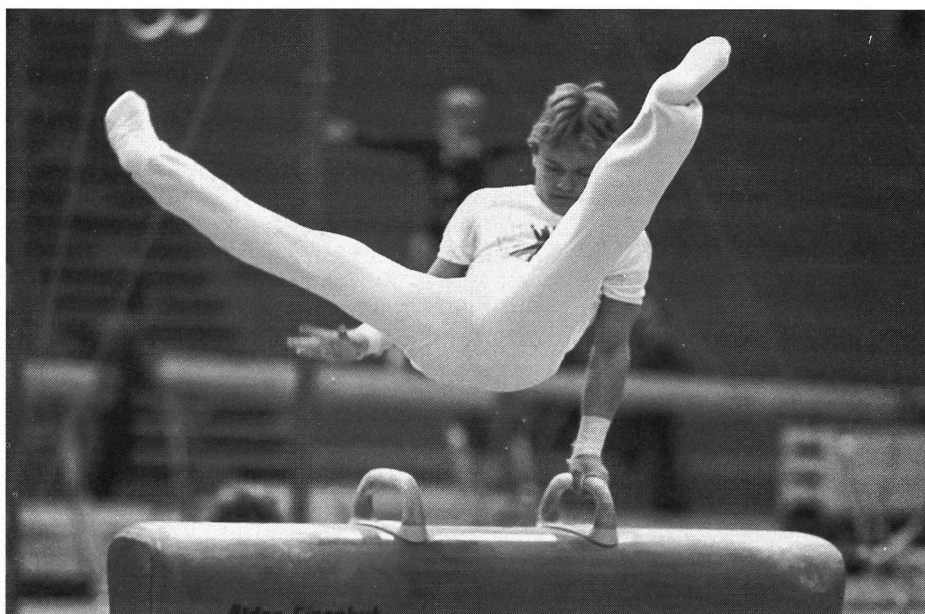
Die Turner sind in den Bereichen Rhythmisierung und Gleichgewicht deutlich stärker als die Fußballspieler. In den Bereichen Reaktion und Orientierung dagegen sind sie schwächer. Da diese Ausprägung schon bei den jüngeren Turnern erkennbar ist, darf davon ausgegangen werden, dass das Kunstturnen dieses koordinative Anforderungsprofil besitzt.

Die Ergebnisse lassen aber auch den Schluss zu, dass eine rasche Spezialisierung und starke Leistungsorientierung die koordinative Entwicklung der Turner beeinflussen. Es wird wenig gezielt an der breiten koordinativen Basis gearbeitet. Dies ist zumindest bei den jüngeren Mitgliedern der Turnerriege bedenklich.

Vom Fussball kann ähnliches gesagt werden. Die im Test gezeigte Ausprägung der koordinativen Fähigkeiten entspricht der pragmatisch entworfenen Handlungsstruktur. Einer deutlichen Überlegenheit der vor allem durch den visuellen Analysator geregelten Reaktions- und Orientierungsfähigkeit stehen die wesentlich schwächeren Fähigkeiten zur Rhythmisierung und zur Gleichgewichtserhaltung gegenüber. Dies deutet, wie bei den Turnern, auf eine frühe und einseitige Spezialisierung hin. Erstaunlich ist auch das Ergebnis des Vergleichs der kinästhetischen Differenzierungsfähigkeit. Die 16jährigen Fußballspieler erreichten knapp das Resultat der jüngeren Turner. Es muss dies als Hinweis dafür angesehen werden, dass der mehrjährige Umgang mit Ball und Körper zu wenig zur Entwicklung dieser wichtigen



Pluspunkte für Fussball: Orientierung und Reaktion.



Pluspunkte für Kunstturnen: Rhythmisierung und Gleichgewicht.

Leistungs- und Lernvoraussetzung beiträgt. Die Ursachen dieser ungenügenden Entwicklung liegen vermutlich in der fehlenden Verarbeitung kinästhetischer Empfindungen. Sie geschehen, aber nicht alle Spieler lernen in frühen Jahren mit diesen Informationen bewusst und immer sensibler umzugehen. In diesen Zusammenhang gehören auch das stereotype Üben mit immer gleichen Bällen und das meist mit vollem Krafteinsatz durchgeführte und dadurch «gefühllose» Balltraining. In dieser Hinsicht werden die Übungsformen sehr unterschiedlich gestaltet. Dies dürfte auch der Grund für die starke Streuung der Testergebnisse sein. Die Differenzierungs-, Gleichgewichts- und Rhythmisierungsfähigkeit sind sehr unterschiedlich entwickelt. Daraus lässt sich folgendes ableiten:

Jede Sportart weist ein spezifisches Anforderungsprofil an die koordinative Befähigung ihrer Sportler auf. Die einseitige Leistungsorientierung führt deshalb zu einer einseitigen Fähigkeitsentwicklung. Will man die koordinativen Fähigkeiten breiter und vielseitiger entwickeln, erfordert dies ein Überprüfen der Trainingsmethodik vor allem im Techniktraining. Allenfalls müssen ergänzende Programme zur Vervollkommenung der koordinativen Fähigkeiten vorgesehen werden.

Diese Folgerung kann man nur akzeptieren, wenn man bereit ist, die Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten über die Leistung hinaus zu beurteilen.

Drei Funktionen der koordinativen Fähigkeiten

In der Sportpraxis neigt man dazu, die Bedeutung einer Variablen an ihrem Einfluss auf die sportliche Leistung zu beurteilen. Dies ist auch bei den koordinativen Fähigkeiten nicht anders. Die koordinative Befähigung wird in vielen Sportarten meist an der Wettkampfleistung beurteilt. Die leistungsorientierte Beurteilung der koordinativen Fähigkeiten bedarf aber einer Erweiterung.

Koordinative Fähigkeiten sollten auf drei Ebenen beurteilt werden:

Koordinative Fähigkeiten sind

- Lebensvoraussetzungen
- Lernvoraussetzungen
- Handlungs- und Leistungsvoraussetzungen

(Vergleiche auch MAGGLINGEN 1/1989)

Abb. 2

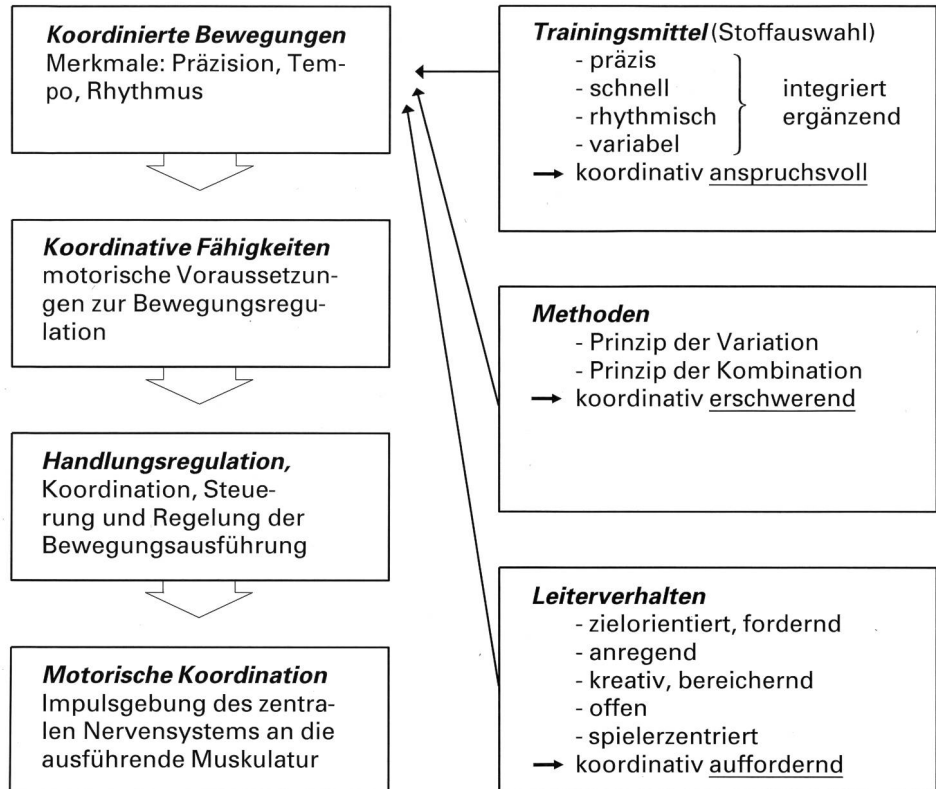


Abb. 3

Ziel der koordinativen Befähigung im Kinderfußball

Zum einen sind koordinative Fähigkeiten bedeutende Leistungs-, Lern- und Lebensvoraussetzungen. Zum anderen darf vertreten werden, dass koordinative Fähigkeiten in Verbindung mit Fertigkeiten frühzeitig ausgebildet werden können und müssen. Beides führt dazu, der koordinativen Befähigung im Sport mit 7- bis 13jährigen Kindern einen hohen Stellenwert beizumessen. In Verbindung mit dem technischen und taktischen Fertigkeitserwerb, der sogenannten Grundausbildung, hat die koordinative Vervollkommnung in diesem Alter die Priorität.

Ziel der koordinativen Ausbildung muss es sein, eine «hohe Funktionstüchtigkeit aller Bewegungssteuerungsprozesse zu erreichen» (Hirtz 1985, 67). Dies wird darin ersichtlich, dass die Kinder bereits in diesem Alter ein gutes Fertigkeitenniveau erreichen. Vor allem aber zeigt sich das koordinative Niveau im schnellen Erlernen und einer raschen Stabilisierung neuer Teilhandlungen und Fertigkeiten. Umgesetzt in die Trainersprache heisst dies, dass die Kinder Körper und Geräte in verschiedensten Situationen bereits gut und anpassungsfähig beherrschen und zudem laufend weitere Fortschritte beim Erlernen neuer und schwieriger Bewegungsabläufe erzielen können — dies über den Sport hinaus.

Die Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten ist nur über sportpraktische Tätigkeiten möglich.

Die Darstellung auf Abb. 3 zeigt, dass die Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten entsprechende Bewegungen führt und von seiten des Leiters durch Mittel, Methoden und Verhalten gefördert oder vernachlässigt werden kann.

Mittel zur koordinativen Vervollkommnung

Die Mittel zur koordinativen Schulung kommen einerseits aus der Zielsportart selbst (integriertes Training) und andererseits aus anderen Sportarten (ergänzendes Training).

Sportartspezifische Trainingsmittel

Grundsätzlich kann das gesamte sportartspezifische Spiel- und Übungsgut als Mittel zur koordinativen Vervollkommnung betrachtet und verwendet werden. Auch die einfachsten Bewegungen fordern und fördern die Prozesse der Bewegungssteuerung und -regelung und damit die koordinativen Fähigkeiten. Dies gilt allerdings nicht für das gesamte Übungsgut in gleichem Masse. Variationsreiche und anspruchsvolle Bewegungsabläufe erscheinen koordinativ besonders wertvoll. Diese Teilhandlungen fordern vermehrte Steuerungs- und Regelungsprozesse und sollten deshalb im Kindersport betont werden. Forderung muss allerdings

auch hier von Überforderung unterschieden werden. Wenn auch das grosse Potential der Kinder hervorgehoben werden kann, bedeutet dies nicht, dass man den Fertigkeitserwerb am Ende beginnen kann. Ein stufengerechter Aufbau ist auch hier erforderlich. Allerdings ist der Grundsatz «vom Leichten zum Schwierigen» gefährlich, weil er die Trainer oft dazu verleitet, beim zu Leichten, ja beim Anspruchslosen und Banalen zu beginnen. Dabei machen die Kinder nicht nur keine Fortschritte, sondern das oft vollständige Fehlen einer Herausforderung verdirbt ihnen zudem ihre Freude und ihre Neugier am Sport. Es wäre im Hinblick auf die koordinative Vervollkommnung besser, den oben genannten Grundsatz in «vom Anspruchslosen zum Zirkusreifen» zu ändern. Von der Stoffauswahl her kann sich aber kein Trainer mit variationsreichen Bewegungsabläufen begnügen. Jeder Leiter muss auch mit den einfachsten Elementen seiner Sportart ein Stoffprogramm gestalten. Hier entscheidet es sich erst, ob der Trainer durch die Wahl geeigneter Methoden das gewählte Übungsgut koordinativ erschweren kann. Vorerst aber noch einige Ausführungen zu den sportartfremden, ergänzenden Trainingsmitteln.

Allgemeine Trainingsmittel

Auch wenn die Kinder in erster Linie unsere Vereinstrainings besuchen, um die Zielsportart auszuführen, müssen wir wieder vermehrt Übungsgut aus

andern Sportarten übernehmen. «Wer die Förderung und Verbesserung der Fähigkeiten ins Zentrum der Grundlagenausbildung rückt, gestaltet Unterricht und Training, wenn immer möglich und sinnvoll, (auch) sportartübergreifend» (Hotz 1986, 20). Dieser Grundsatz gilt im Zusammenhang mit den koordinativen Fähigkeiten erst recht. Mit sportartspezifischen Mitteln und geeigneten Methoden kommen wir weit, aber immer noch nicht weit genug. Die getesteten Fussballspieler zeigen zwar sehr gute Resultate bei der Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit. In den übrigen koordinativen Bereichen sind die Ergebnisse aber verbesserungsfähig. Hier müssen Stoffsammlungen aus andern Bereichen der Bewegung zur Ergänzung beigezogen werden. Am geeignetsten erscheinen uns Formen aus der Leichtathletik, dem Turnen an und mit Geräten, der Gymnastik und den Kleinen Spielen. Ein Programm mit koordinativen Grundübungen, zusammengestellt aus verschiedenen Sportarten, muss integrierter Bestandteil unserer Kindertrainings werden. Die koordinative Vervollkommnung darf sich aber auch nicht verselbständigen (Beispiel «Jonglieren»). Sie ist soweit als möglich mit der technischen und taktischen Ausbildung der Zielsportart als Einheit zu gestalten.

Methoden zur Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten

Es wurde erwähnt, dass der Stoffauswahl Beachtung geschenkt werden muss, dass deren Wirkung auf die Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten aber in erster Linie mit den verwendeten Übungsmethoden einhergeht. Wir wollen in der Folge auf die methodischen Prinzipien der «Variation» und der «Kombination» eingehen. Bei deren Anwendung im Übungsbetrieb kann die koordinative Forderung auch einfachster Bewegungen erheblich gesteigert werden.

Das Prinzip der Variation

Hirtz nennt dieses Prinzip «die wichtigste Methode zur Vervollkommnung koordinativer Fähigkeiten» (1985, 79). Allerdings muss einem häufigen Missverständnis im Zusammenhang mit der Variation gleich zu Beginn begegnet werden. Variation hat wenig mit Abwechslung oder Abwechslungswahn zu tun! Es geht hier nicht um das Aneinanderreihen von verschiedenartigsten Spiel- und Übungsformen, sondern um die «Variation über ein Thema» (Hotz 1986, 79). «Die Struktur einer Bewe-

gung bleibt erhalten, die Formen der Bewegungsausführung werden jedoch verändert und gewandelt» (Hotz, 1986, 79). Die Zielrichtung ist klar. Durch gezieltes, nuanciertes Variieren der räumlich-zeitlichen Struktur von Bewegungshandlungen soll «eine gesteigerte Empfindsamkeit bewusst angestrebt werden» (Hotz 1986, 81). Durch eine fein aufeinander abgestimmte Formenvielfalt soll das Wesentliche einer Bewegungshandlung erfahren, erspürt und bewusst gemacht werden. Mehr noch, der Lernende «soll vielmehr Ursache (wenn) und Wirkung (dann) in den Griff bekommen» (Hotz 1986, 81).

Gesteigerte Empfindsamkeit durch gezielte systematische Gegensatz-erfahrungen

Hotz

Nicht Hunderte von Torschüssen mit voller Kraft führen beim Handballer und Fussballer zu einer guten Bewegungskoordination. Erst der gezielte Wechsel des Zieles (links-tief, rechts-tief, links-hoch usw.), der Distanz, des Schusswinkels, des Krafteinsatzes oder des Ablauftempo ergeben das angestrebte «Ballgefühl». Variation ermöglicht demnach eigentlich «Gegensatzerfahrung» (Hotz 1986, 78). Durch das gezielte Erfahren verschiedener Wirkungen und deren Ursachen bauen sich eine zunehmend offenere, beweglichere und kreativere Fertigkeit einerseits und die koordinativen Fähigkeiten, speziell die Differenzierungs- und Orientierungsfähigkeit andererseits, auf. Das Prinzip der Variation befreit demnach nicht vom Üben. Im Gegenteil, wir müssen den «Geist des Übens» (Bollnow) wieder finden, nicht in Form von sturem Drill, sondern im variantenreichen Entdecken von Unterschieden – durch «Kontrastlernen» (Hotz 1986, 78). Für den Trainer bedeutet dies, Massnahmen zur gezielten Variation einer Bewegungshandlung zu treffen. Zu betonen ist nochmals, dass die Variationen nicht zufällig erfolgen. Ausgehend von der Zielsetzung einer Teil-

handlung sollen Trainer und Sportler die Bewegungsausführungen so variieren, dass bewusste Gegensatz-erfahrungen gemacht werden können. Nicht 50 Torschüsse irgendwelcher Art, sondern gezielte und bewusste Nuancierungen in einer Trainingssequenz sind anzustreben. So verstanden, fördert das Prinzip der Variation einerseits die Anwendbarkeit und Stabilität der Fertigkeit, und andererseits dient es der koordinativen Vervollkommnung der Spieler.

Das Prinzip erreicht erst dann seine optimale Wirkung, wenn die Kinder die gegensätzlichen Erfahrungen immer bewusster erleben und verarbeiten. Sie müssen im Verlaufe des Übungsprozesses lernen, die Gegensätzlichkeit der Informationen über die Analysatoren zu spüren und zu verinnerlichen. Speziell die differenziertere Verarbeitung kinästhetischer und taktischer Informationen ist hier angesprochen. Es gibt kaum Lernfortschritt, wenn die Kinder nicht immer bewusster, sensibler und selbständiger die äusseren und inneren Ergebnisse ihrer Bewegungshandlungen erfassen können.

Erwerb von offenen und anpassungsfähigen Fertigkeiten unter gleichzeitiger Verbesserung koordinativer Fähigkeiten durch Variation der Bewegungsausführung und/ oder der Übungsbedingungen

Hirtz

Damit sei ansatzweise darauf hingewiesen, dass die Ausbildung der koordinativen Fähigkeiten auch in einen engen Zusammenhang mit dem Lernziel «Körperwahrnehmung» gebracht werden kann.

Das Prinzip der Kombination

Häufig werden beim Fertigkeitserwerb einzelne Teilhandlungen isoliert geschult. So wird beispielsweise eine Ballkontrolle geübt, ohne anschliessend mit dem gestoppten oder abgetöteten Ball, wie es auch im Spiel der Fall

Veränderung der Bewegung

- Bewegungsrichtung
- Bewegungsgeschwindigkeit
- Bewegungsgenauigkeit
- Bewegungsrhythmus
- Ausgangs- bzw. Endstellung
- Bewegungskombination (simultan und sukzessiv)
- Weg- und Raumbegrenzung
- Zeitlimitierung
- zeitlich-dynamische Vorgaben

Veränderung der Bewegungsbedingung

- Abänderung der sensorischen Kontrolle
- Risiko- und Störgrössenexponierung
- psychophysische Belastungswechsel
- Arbeit mit Sekundär- bzw. Parallel- und Mehrfachaufgaben

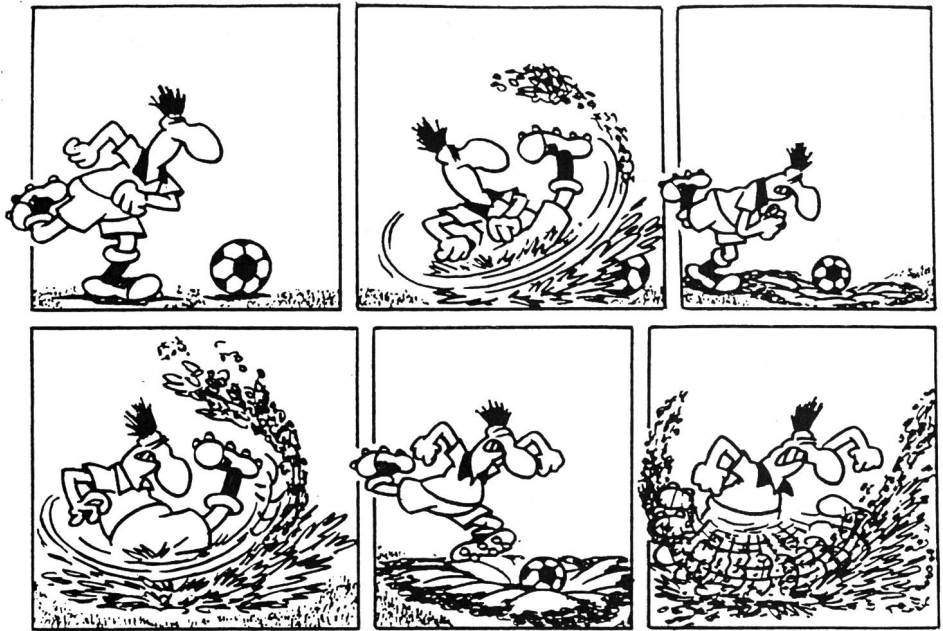
Variationsmöglichkeiten gemäss Pöhlmann (1986, 236).

ist, die Spielhandlung fortzusetzen. Die Reduktion auf eine, meist kurze und einfache Teilhandlung reisst diese einerseits aus dem Spielzusammenhang heraus und schaltet zusätzlich die koordinativ wertvollen Übergänge und Verbindungen aus. Kombinationen und Verbindungen sind koordinativ äußerst wertvoll, weil sie oft neue, veränderte und überraschende Anforderungen stellen. So kann man, um beim Beispiel der Ballkontrolle zu bleiben, nie genau wissen, in welche Position der Ball für die Spielfortsetzung fallen wird. Dies führt zu einer fortgesetzten Informationsverarbeitung und zu ständigen Anpassungs- und Regelungsprozessen. Reaktionsschnelle Anpassungen und Umstellungen fördern auf diese Weise die koordinative Entwicklung mehr als das Wiederholen isolierter Bewegungsabläufe ohne Fortsetzung. Auf einem guten Niveau können gar verschiedene Bewegungen simultan kombiniert werden. Jede Sportart hat hier wohl ihre speziellen Möglichkeiten.

Nicht einig sein kann man mit *Meinel/Schnabel* (1987, 270), wenn sie sagen, dass «diese Massnahme das Beherrschen der verwendeten Körperübung in der Feinform voraussetzt». Bereits in der Schulungsphase können die sich entwickelnden Fertigkeiten zu komplexeren Bewegungshandlungen verbunden werden.

Angepasstes Leiterverhalten

Mittel und Methoden können nur dann zur vollen Wirkung gelangen, wenn das Leiterverhalten ihrem Wesen entspricht. Das Stellen einer offenen Bewegungsaufgabe beispielsweise kann erst durch ein geduldiges, zurückhaltendes und offenes Verhalten des Leiters richtig zum Tragen kommen. Welches Leiterverhalten kann nun die Mittel und Methoden zur koordinativen Vervollkommenheit unterstützen? Koordinative Fähigkeiten sind Voraussetzungen zur Regelung der Handlungsausführung. Sie ermöglichen dem Sportler, sein Handlungsziel zu realisieren, indem sie durch Prozesse der Informationsverarbeitung die Ausführung des Bewegungsplanes regeln und sichern. Schon bei den Methoden, speziell beim Prinzip der Variation, wurde darauf hingewiesen, dass zur koordinativen Vervollkommenheit hohe Forderungen an die Informationsverarbeitung gestellt werden müssen. An diesem Punkt müssen denn auch die Konsequenzen für das Leiterverhalten abgeleitet werden. Der Übungsleiter kann Prozesse der Informationsverarbeitung dann unterstützen, wenn er seine Kin-



Das Prinzip der Variation.

der durch Informationsvermittlung, Anregung, Aufforderung, Fragestellung und Zurückhaltung dazu führen kann, sich immer selbständiger und bewusster mit ihren Bewegungsausführungen auseinanderzusetzen. Sein Verhalten muss dem Sportler helfen, sich eigenständig mit der Bewegungsausführung zu beschäftigen. Die handlungsrelevanten Informationen, obwohl sie der Leiter hoffentlich kennt und erkennt, müssen so weit wie möglich durch die Kinder selbst erarbeitet und verarbeitet werden. In diesem Sinne führen Fragestellungen, Aufforderungen und Anregungen eher zu koordinativ besseren, körperlischeren, neugierigeren und selbständigeren Kindern als die andauernde Kommentierung des Geschehens durch den Leiter.

Fragen wie «Was wolltest Du genau?», «Wie bist Du vorgegangen?», «Wie erklärst Du Dir das Ergebnis?», «Was hast Du gesehen, gespürt?», «Worauf willst Du bei der nächsten Wiederholung achten?» und Aufforderungen wie «Spüre die Bewegungsausführung Deines Spielbeines!», «Überlege, warum der Ball dies oder jenes tut!», «Beobachte Deine Mitspieler!», «Beschreibe mir, was Du gespürt hast!» und «Versuche, den Unterschied zwischen diesem und jenem zu bemerken!», können ein solches Trainerverhalten etwas illustrieren.

Koordinativ anspruchsvolles Training besteht nicht im Nachahmen vorgeführter Bewegungserfahrungen und deren Übung. Die Handlungsausführung muss bestimmt sein von der aktiven Bewältigung der Schwierigkeiten durch die Kinder und von ständigem Erleben von Diskrepanz oder Übereinstimmung zwischen Handlungsziel und

-vollzug. Dies führt zur immer bewussteren und selbsttätigeren Gestaltung der Lernprozesse. Das Lernziel der «koordinativen Befähigung» und das Erziehungsziel der «Selbstständigkeit» können hier in glücklicher Form zusammenfinden. ■

Literaturverzeichnis

- Hasler, HR. (1988)
Bewegungskoordination
Bern: Institut für Pädagogik und Pädagogische Psychologie.
- Hasler, HR. (1989)
Funktion und Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten
in: Magglingen 1989/1
- Hirtz, P. (1976)
Untersuchungen zur Entwicklung koordinativer Leistungsvoraussetzungen bei Schulkindern
in: Theorie und Praxis der Körperkultur 1976/4
- Hirtz, P. (1985)
Koordinative Fähigkeiten im Schulsport
Berlin (DDR): Volk und Wissen
- Hotz, A. (1986)
Qualitatives Bewegungslernen
Zumikon: SVSS-Verlag
- Meinel, K./Schnabel, G. (1987/8)
Bewegungslehre – Sportmotorik
Berlin (DDR): Volk und Wissen
- Pöhlmann, R. (1986)
Motorisches Lernen
Berlin (DDR): Sportverlag
- Zimmermann, K./Nicklisch R. (1981)
Die Ausbildung koordinativer Fähigkeiten und ihre Bedeutung für die technische Leistungsfähigkeit der Sportler
in: Theorie und Praxis der Körperkultur 1981/10
- Zimmermann, K. (1982)
Wesentliche koordinative Fähigkeiten für Sportspiele
in: Theorie und Praxis der Körperkultur 1982/6