

# ANGEWANDTE BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK DES SPORTS

## Teil I: Sportliche Bewegungen kennzeichnen und angemessen betrachten

(1) Was sind typische Merkmale für sportliche Bewegungen?

- Zweckfrei
- Lsg. einer Bewegungsaufg., die optimiert werden soll
- nicht durch Maschinen ersetzt
- an Rahmenbdg. gebunden (Sportsfächer, Material, Regeln, Ziel, Objekt = Mardum)

+ Powerpoint!

(2) Konkretisiere am Beispiel „Brustschwimmen“ die vorgegebenen Bedingungen, die eine Sportart erfüllen muss!

- Mardum: Schwimmer
- Sportstätte: Becken
- Ziel: Strecke in minimaler Zeit
- Regeln: Start, Technik, Anschlag, Warte

(3) Unter welchen Umständen kann Fahrrad fahren als sportliche Bewegung definiert werden? In welchem Fall spricht man nicht von einer sportlichen Bewegung?

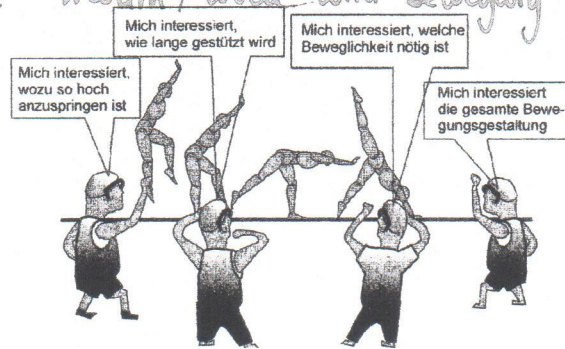
sportl.: Tour de France

nicht sportl.: Schulweg, Ausflug

ABER: Bew. können für einen sportl. sein, für andere nicht

(4) Welche unterschiedlichen Betrachtungsweisen gibt es. Charakterisiere sie!

1. MORPHOLOGISCHE: Gestalt + Form des Ganzen / Suche nach Struktur: Rollen, Schritte, Dehnung, Scher
2. BIOMECHANISCHE: Mechanik, Physikal. Größen, Kräfte / Drehmoment / Transl. / Rotation
3. FÄHIGKEITSORIENTIERTE: sportmotor. Fähigkeiten: Ausdauer, Schnelligk., Koord., Bewegl.
4. FUNKTIONALE: Warum / Wozu wird Bewegung bzw. Teilbew. so gefahrt



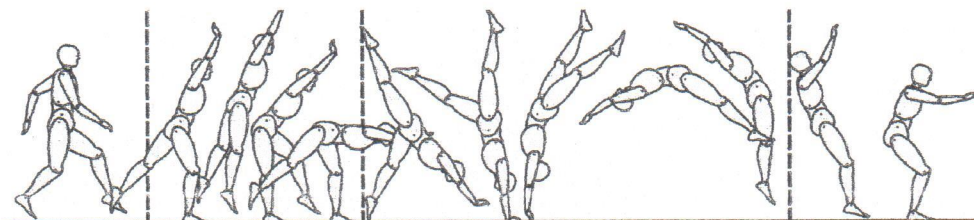
Betrachtungsweisen:  
Schulsport vs. Leistungssport

## Teil 2: Sportliche Bewegungen benennen, beschreiben und darstellen

(1) Welche vier Grundsätze gibt es, um Bewegungen zu benennen?

1. Namen des Erfinders Bsp: Fosbury-Roll, O'Brien-Technik, Zedler-Rolle
2. auffallende Gesamteigenschaften: Wehrole, Rießerfeld, Parallelschaltung
3. nach Zielsetzung bzw. Bedeutung der Bewegung: Liegestütz, Kniebeuge, Schlenker
4. Realdefinition = kein spezielles Name, sondern Beschreibung Bsp: Kopfsprung mit Schwanz

(2) Beschreibe die Bewegung des Handstützüberschlags unter funktionaler Betrachtungsweise!



- Empfehlungen
1. Aktionsstich
  2. Verlaufskodier.
  3. Aktionsmodell

(3) Bewegungen darstellen

- Stroboskopbild
- Strob. Bildreihe
- eigenorientierte Bildr.
- animierte Bildreihe