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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 50 (1993)

Heft: 10

Artikel: "Lernen und Lehren"

Autor: Hotz, Arturo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992612

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: 02.07.2025

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

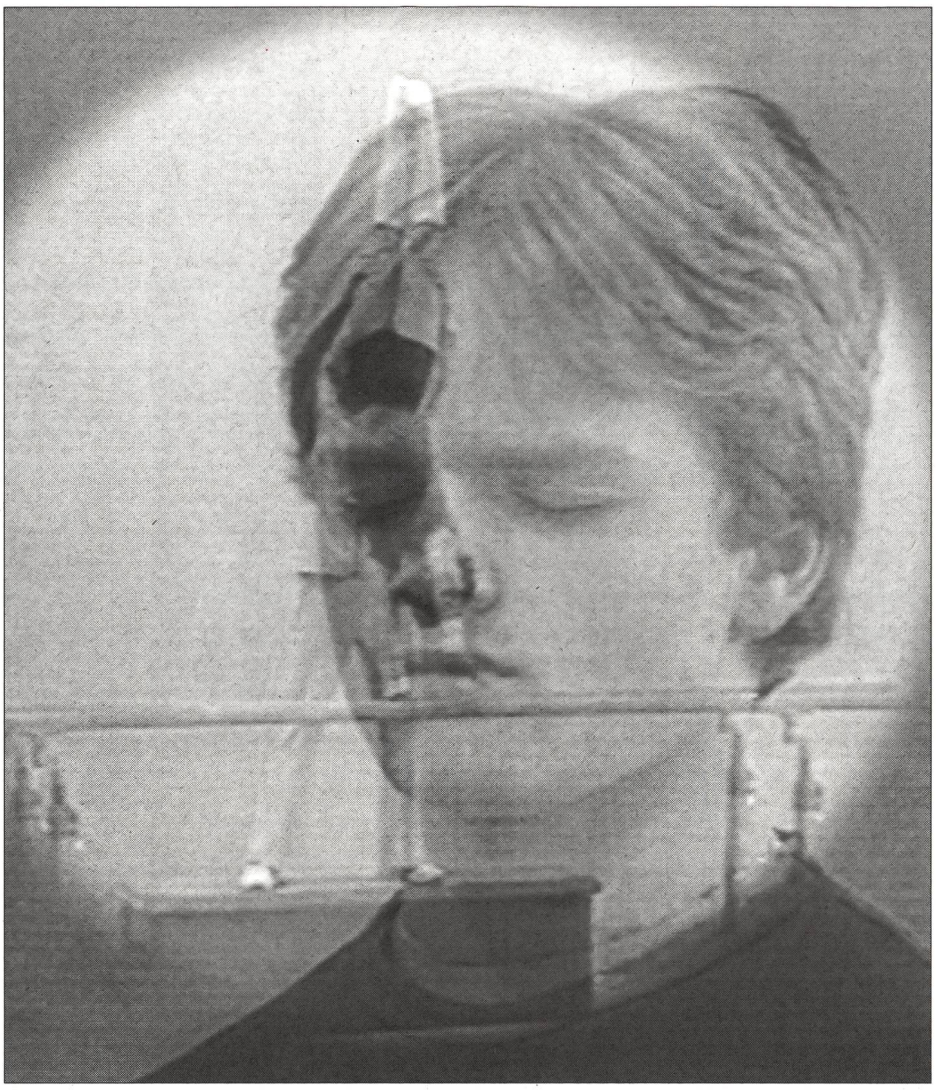
Im Blickpunkt der NKES-Verbandstrainertagung

«Lernen und Lehren»

Arturo Hotz

«Der Stoff muss das Bewegungsvermögen des Körpers zur Grundlage haben und die Methode die stufenweise Ausbildung aller Körperkräfte und nicht die Erlernung von allerhand Kunststückchen.»

Friedrich Samuel Iselin 1829–1882
Gründer des Schweiz. Turnlehrer-Vereins
(cit.: *Müller,* 1910; 14.)



Am 31. Juli 1858, im Anschluss an das Eidg. Turnfest, haben sich in Bern zehn engagierte Turnlehrer getroffen, um zur «Hebung des schweizerischen Schulturnens und Förderung der Turnlehrerausbildung» den Schweiz. Turnlehrer-Verein (STLV) zu gründen. Der Initiator und Leiter dieser Gründungsversammlung, Friedrich Samuel Iselin (1829–1882) begann seine Eröffnungsansprache mit folgenden Worten (*Müller* 1910, 9):

«Kennen und Können ist beim Turnen unzertrennlich; Einsicht und Ausführung sollen sich bedingen, und Lernen und Lehren ist unser Beruf.»

Das dritte und letzte Begriffspaar Iselins, nämlich «Lernen und Lehren» ist das Leitthema der NKES-Herbsttagung der Verbandstrainer, die traditionsgemäss anfangs November an der ESSM durchgeführt wird. Iselin, der erste Präsident des Schweiz. Turnlehrer-Vereins, hat auch gleich eine Begründung gegeben, weshalb «Lernen und Lehren» ebenso wie «Kennen und Können» und «Einsicht und Ausführung» letztlich «unzertrennlich» sind: «Lernen und Lehren ist unser Beruf.» Diese treffliche Charakterisierung trifft ohne Frage auch auf den Trainerberuf zu, denn Trainer/-innen sind letztlich spezialisierte Turnlehrer-/innen.

Lernen zielt auf Können

«Lernen» und «Können» stehen im faszinierenden Spannungsfeld zwischen «Üben» und «Trainieren» und bilden gesamthaft eine sinnstiftende Einheit.

«Lernen» und **«Können»**

im faszinierenden Spannungsfeld zwischen

«Üben» und **«Trainieren»**

Die Schwerpunkte dieser Tagung können mit den folgenden Fragen zusammengefasst werden:

- Mit welchen Zielvorstellungen und
- auf welche Art und Weise können sportmotorische Lernprozesse konzipiert und gestaltet werden? Oder noch genauer:
- Wie werden Lernprozesse – z.B. stufenweise – aufgebaut?
- Mit welchen Akzenten (Was?, Wie? und Wozu?) werden Lernprozesse auf den einzelnen Lernstufen strukturiert?
- Wie werden Lernprozesse in didaktisch-methodischer Sicht zielorientiert gestaltet?

Auf diese zentralen Fragen müssen – auch im Hinblick auf eine erfolgreiche Durchführung eines optimalen Techniktrainings – in Theorie und Praxis weiterführende Antworten gegeben werden.

Lernen in einem möglichen Modell dargestellt

Nachfolgend sollen einige Schlaglichter auf die im an der Herbsttagung uraufgeführten Video «Trilogien des Handelns – Sinfonien des Lernens» fokussierten Prozesse des «Sich-Bewegen-Lernens», des «Bewegungslernens» und des «Techniktraining» geworfen werden.

«Lernen» hat immer etwas mit Informationen zu tun, aber auch damit, wie man mit ihnen umgeht. Im Sinne der Handlungstheorie können Informationen aufgenommen, verarbeitet und

dann auch umgesetzt werden: Ohne Informationen kein Lernen.

Lernende – auf welcher Lernstufe auch immer – nehmen Informationen – falls möglich und sinnvoll – mit allen betroffenen Sinnesorganen (visuell, akustisch, taktil, kinästhetisch und vestibulär) auf. Je höher das Lernniveau, desto umfassender, vielleicht sogar gezielter die Informationsaufnahme.

Das heisst für den Ausbildungsprozess: Damit auf einer möglichst umfassenden Informationsbasis aufgebaut werden kann, müssen die Wahrnehmungsfähigkeiten gezielt – z.B. nach dem «Prinzip der Gegensatzerfahrung» – gefördert werden. Die koordinative Befähigung, das Schulen der koordinativen Fähigkeiten also, zielt im wesentlichen auf die Ausbildung eines differenzierten Körper- und Bewegungsgefühls.

Lernende relativieren dann die auf- und wahrgenommenen Informationen, d.h. sie bringen sie in Relation (Beziehung) mit bereits Gespeicherten Informationen und/oder integrieren sie in (abrufbare Teil-) Programme.

Diese Informationsverarbeitung kann man sich wie folgt vorstellen: Die neu auf- und wahrgenommene Informationssubstanz wird – mehr oder weniger bewusst, vielleicht assoziativ, vielleicht gezielt – in bereits bestehende Erfahrungsumfelder verwoben; je nachdem – aber längst nicht immer bewusstseinsfähig – werden sie mit Alternativen verglichen und allenfalls neu bedacht und interpretiert.

Informationen verarbeiten heisst auch, die neu kombinierten Informationen/Erfahrungen mit Wissen und (neuen) Kenntnissen in einen individuell bedeutsamen oder gar (allgemein) wichtigen Zusammenhang zu stellen. Auf dieser nun bereicherten, aber auch weiter differenzierten Orientierungsgrundlage werden neue (oder modifizierte) Teilprogramme aufgebaut, die dann zu einer möglichst umfassenden, d.h. auf vielseitige Erfahrungen beruhenden, neurophysiologisch-biochemisch «eingeprägten» (codierten) Bewegungsvorstellung weiterentwickelt und aktualisiert werden. Davon abgeleitet wird schliesslich – als Ziel dieser Informationsverarbeitung – ein Bewegungsplan konstruiert, d.h. eine Art Befehlsgeber mit bewegungsleitender Funktion ausgearbeitet.

Lernende setzen schliesslich die Informationen in die Tat um (Informationsumsetzung): d.h. Lernende realisieren durch motorisches Handeln den erarbeiteten Bewegungsplan. Dieses Umsetzen hängt von «Energie» ab: Der Aufgabe und Situation entsprechend werden sogenannte energetische Potentiale bereitgestellt und dann genutzt: dank den konditionell-energetischen und den koordinativ-energetischen Fähigkeiten wird der aus der Bewegungsvorstellung abgeleitete Bewegungsplan in ein äusserlich beobachtbares sowie mess- oder schätzbares Bewegungsverhalten umgesetzt.

Lernen heisst...

...wiederholt individuell bedeutsame und lernrelevante Informationen wirksam

- mit den entsprechenden Sinnesorganen wahrnehmen
- dann in bereits gespeicherte Erfahrungen und bestehende Programme integrieren
- und schliesslich dank den entsprechenden Fähigkeiten realisieren

Informationen...

...aufnehmen **...verarbeiten** **...umsetzen**

Wenn dieses handlungstheoretische Modell, mit dem das (sport-) motorische Verhalten als ein Produkt des Umgangs mit Informationen erläutert wird, tatsächlich als Erklärungsmodell für menschliches Handeln taugt, muss es naheliegenderweise auch für das Lehren (von Bewegungen) Gültigkeit haben und angewandt werden können.

Lehren heisst...

...individuell bedeutsame und lernrelevante Informationen lernwirksam vermitteln, also

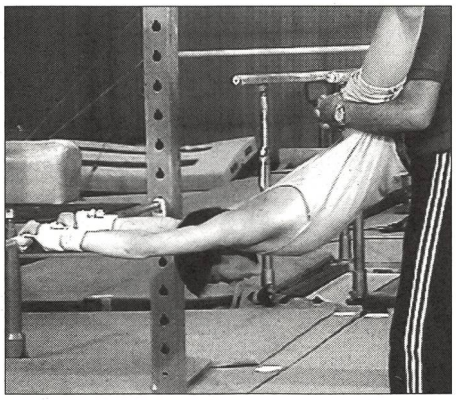
zuerst:	**dann:**	**und nun:**
«Beobachten!»	«Beurteilen!»	«Beraten!»
(Sammeln von Beobachtungsdaten)	(Kriteriengeleitetes Bewerten)	(Individuelles Anleiten)

Informationen...

...aufnehmen **...verarbeiten** **...umsetzen**

Die Aufforderung an die Trainer/-innen und andere Lehrpersonen, ihr didaktisches Handeln nach dem Leitsatz:

«Beobachten! – Beurteilen und Bewerten! – Beraten!» zu gestalten, entspricht strukturell ebenfalls dem handlungstheoretischen Modell: «Beobachten!» (dient der Informationsaufnahme) – «Beurteilen!» (als Folge der kriteriengeleiteten Informationsverarbeitung) – «Beraten!» (als Ausdruck der Informationsumsetzung).



Lern- und Leistungsfortschritte sind nicht dasselbe

Wer etwas gelernt hat, zeichnet sich vor allem durch Lern- und Leistungsfortschritte aus, die sich beispielsweise in Verhaltensänderungen ausdrücken können. Lern- und Leistungsfortschritte sind aber nicht dasselbe. Eine verbesserte (d.h. eine präzisierte oder eine umfassendere) Bewegungsvorstellung kann als Lernfortschritt bezeichnet werden. Ein Lernfortschritt ist in diesem Sinne eine Voraussetzung für einen Leistungsfortschritt, der erst dann zustande kommt, wenn es gelingt, die (modifizierte) Bewegungsvorstellung auch in tatsächliche Bewegung umzusetzen.

Also: Nicht jeder Lernfortschritt ist ohne weiteres auch ein Leistungsfortschritt, aber jeder Leistungsfortschritt ist auch ein Lernfortschritt.

Ein Leistungsfortschritt drückt sich schliesslich in einem «Verfügen-Können» aus, nämlich vor allem über Erfahrungen, worüber zuvor noch nicht verfügt werden konnte.

Ziele der Lernstufen-Trilogien

Lernprozesse werden in vielen Lehr- und Handbüchern (vgl. u.a.: *Martin* u.a. 1991) in drei Lernstufen gegliedert; in unserem Zusammenhang wählen wir folgende Strukturierung:

- Erste Lernstufe: «Erwerben und Festigen»
- Zweite Lernstufe: «Anwenden und Variieren»
- Dritte Lernstufe: «Gestalten und Ergänzen»).

Die gleichen Funktionen können in der didaktischen Tradition beispielsweise in den anderswo verwendeten Trilogien wiedererkannt werden:

- «Einführen – Üben/Schulen – Trainieren» oder auch:
- «Anfänger-Stufe» – «Fortgeschrittenen-Stufe» – «Könner-Stufe».

Die hier gewählte Dreiteilung ist das Gerüst der Lernstufen-Trilogie: «Erwerben und Festigen» – «Anwenden und Variieren» – «Gestalten und Ergänzen»:

«Erwerben und Festigen» – «Anwenden und Variieren» – «Gestalten und Ergänzen»

I. Stufe:	**Erwerben und Festigen – auch unter erleichternden Lernbedingungen**
WAS?	Kern-Programme (rahmen-koordinierte Grundmuster)
WIE?	Viel-seitig! (poly-sportiv)
WOZU?	Körper- und Bewegungsgefühl (Optimales Orientieren und Differenzieren)
II. Stufe:	**Anwenden und Variieren – unter gezielt veränderten Lernbedingungen**
WAS?	Programm-Varianten (fein-koordinierte Grundmuster)
WIE?	Variiert und kombiniert! (disziplinspezifisch)
WOZU?	Bewegungs-Vorstellung (Optimales Gleichgewicht (zw. Aussen- u. Innensicht erlangen und bewahren!
III. Stufe:	**Gestalten und Ergänzen – auch unter erschwerenden Bedingungen**
WAS?	Ziel-Programme (situativ-variable Fertigkeiten)
WIE?	Komplex und kreativ! (auch sportartübergreifend)
WOZU?	Handlungs-Flexibilität (optimales Reagieren und Rhythmisieren)

Raum **Zeit** **Kraft**

Lernstufen-Trilogie: «Erwerben und festigen» – «Anwenden und Variieren» – «Gestalten und Ergänzen»

I. Lernstufe: «Erwerben und Festigen – auch unter erleichternden Lernbedingungen»

Was auf der ersten Lernsstufe – auch unter erleichternden, d.h. vor allem unter lernfördernden Bedingungen – aus der Perspektive des Lehrenden vermittelt werden soll, wird mit der Antwort auf die Frage:

- «Was?» dargestellt, nämlich das «Erwerben und Festigen» eines
- «rahmen-koordinierten Grundmusters»: erworben und gefestigt wird das «Kern-Programm».

Es wird deutlich, wie wichtig in dieser Phase das Vorzeigen (je nach Alter auch das «Aufgabenstellen») ist und dass dabei die primäre Vorstellung eines Bewegungsablaufes über rhythmisch-räumliche, später dann auch zeitlich-dynamische Vor-Bilder aufgebaut wird.

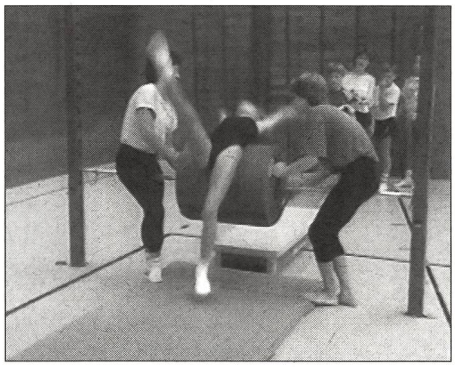
Die Art des methodisch-didaktischen Vorgehens auf der I. Lernstufe wird mit der Antwort auf die Frage:

- «Wie?» festgehalten, nämlich nach dem Motto:
- «Viel-seitig! (poly-sportiv).»

Schliesslich die Frage:

- «Wozu?» zielt auf den Sinn der «ganzen Sache»: Welche Funktion soll ein möglichst vielseitiges und, wenn möglich: polysportives Üben und Schaffen von günstigen Lernvoraussetzungen bezwecken? Die Antwort wird mit der Überzeugung ausgedrückt, dass am Anfang eines jeden durchdacht aufgebauten Lernprozesses die (eben: «viel-seitige» und «polysportive») Ausbildung und Entwicklung eines möglichst umfassenden
- «Körper- und Bewegungsgefühls» im Vordergrund stehen, also erworben und gefestigt werden soll. Im Sinne einer funktionalen Interpretation der «koordinativen Fähigkeiten» kann dieses sowohl sportartübergreifende als auch sportartspezifische «Körper- und Bewegungsgefühl» durch Übungen (mit einer Vielzahl von Wiederholungen) erworben werden, die ein (in erster Linie sensorisch gesteuertes) Orientieren- und Differenzieren-Können thematisieren und optimieren.

II. Lernstufe: «Anwenden und Variieren – unter gezielt veränderten Lernbedingungen»



Auf der zweiten Lernstufe – «Anwenden und Variieren» – geht es darum, die im ersten Lernprozess-Abschnitt erworbenen und aufgebauten «rahmen-koordinierten Grundmuster» («Kern-Programme») nicht mehr vorwiegend unter lernerleichternden – oder vielleicht sogar künstlich geschaffenen Laborsituationen –, sondern nun «unter gezielt veränderten Lernbedingungen» (je nach Situation und Sportart) anzuwenden und zu variieren. Die wie bei der Strukturierung der ersten Lernstufe angewandte Trilogie: «Was?» – «Wie?» – «Wozu?» wird erneut als didaktische Hilfe zur Orientierung angeboten:

Auf die Frage: «Was?» wird mit der naheliegenden Fortentwicklung der «Kern-Programme» geantwortet: Durch entsprechendes situativ-variables und variiertes Anwenden werden die «rahmen-koordinierten Grundmuster» weiterentwickelt, nämlich zu

– «fein-koordinierten Grundmustern»: «Programm-Varianten» werden herausgebildet.

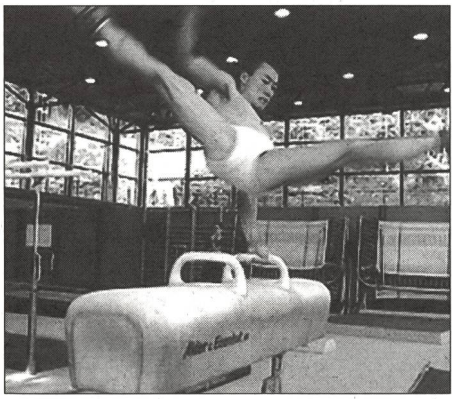
Der Weg zu diesen «Programm-Varianten», wird mit der Antwort auf die Frage: «Wie?» beantwortet, nämlich mit dem Motto:

– «Variiert und kombiniert!»

Diese «Programm-Varianten» werden nicht mehr sportart-übergreifend (wie auf der ersten Lernstufe), sondern nun disziplinspezifisch entwickelt, wobei die Antwort auf die Frage «Wozu?» einleuchtend ist: Nach der Erarbeitung des «Körper- und Bewegungsgefühls» (Funktion: Steuerelement; Schwerpunkte in der koordinativen Befähigung: optimales Orientieren und Differenzieren) auf der ersten Lernstufe gilt es jetzt, eine möglichst präzise, aus eher sensomotorisch-emotionalen Aspekten einerseits und aus eher kognitiv-intellektuellen Komponenten anderseits zusammengesetzte

– «Bewegungs-Vorstellung» zu entwickeln. Die «Bewegungsvorstellung» erfüllt im eigentlichen Sinne eine Art Programmfunktion, und zwar im Spannungsfeld zwischen mental-gedanklichem Durchdenken, Durchfühlen und Weiterentwickeln sowie vorerst durch «Versuch und Irrtum» gekennzeichnetem Erproben. Dieses Herausbilden einer aus allen objektiv und besonders individuell lernrelevanten Informationen komponierten Bewegungsvorstellung kann aus koordinativer Perspektive als ein Herstellen eines optimalen (dynamischen) Gleichgewichts zwischen der Aussen- und Innensicht dargestellt werden.

III. Lernstufe: «Gestalten und Ergänzen – auch unter erschwerenden Bedingungen»



Im Grunde genommen ist der Lernprozess – vor allem bei jungen Sportler/-innen – lediglich ein zweiteiliger (vgl. «Stundenplan des Bewegungslernens», in: *Hotz/ Weineck* 1988², 14):

– ein Erwerben einerseits und
– ein Anwenden anderseits.

Was dann auf der dritten Lernstufe «geschieht» und zu vollbringen ist, stellt für die meisten Sporttreibenden eine Art «Zugabe» dar, für die Leistungssportler/-innen hingegen ist es Kernstück sowie zwar notwendiger, dann und wann aber auch dornenreicher Trainingsalltag. (Der/dem erfahrenen und routinierten Trainer/-in wird damit inhaltlich wohl nichts Neues gesagt.)

Konsequenterweise kann nach dem Erwerben und Festigen von «Kern-Programmen» zu «Fein-Programmen» schliesslich noch die höchste Lernstufe erlangt werden, auf der sich die Könner/-innen durch ein «individuell situativ-variables Verfügen-Können» auszeichnen (*Hotz* 1991, 58ff). Die Rede ist von den

– «Ziel-Programmen», eine Kombination von sogenannten situativ-variablen Fertigkeits-Elementen und Fertigkeiten, die hier als Antwort auf die Frage nach dem «Was-wir-erreichen-Wollen» gegeben werden. «Wie?» diese – oft in geduldreicher Detailarbeit) zu zunehmend automatisierten Fertigkeiten vervollkommt werden können, wird mit der methodischen Aufforderung
– «komplex und kreativ! (auch sportart-übergreifend)» charakterisiert. Die auch auf dieser höchsten Lernstufe gestellte Frage nach dem «Wozu?» wird mit der Zieldimension
– «Handlungs-Flexibilität» beantwortet, die im koordinativen Ausbildungsbereich durch optimales Reagieren- und Rhythmisieren-Können spezifiziert werden kann. «Handlungs-Flexibilität» drückt sich in Vollendung beispielsweise in situationsangemessener und zweckmässiger Souveränität aus: Jederzeit jene Bewegungsantwort geben können, die wesentlich dazu beiträgt, die aktuelle Bewegungsaufgabe zu lösen. Um letztlich den gestellten Aufgaben gewachsen zu sein, braucht es eben diese «Handlungs-Flexibilität».

Bewegungen lernen heisst...

...räumlich-zeitliche und
...zeitlich-dynamische

Aspekte koordinieren und gestalten

Die zusammenfassende Grafik «Bewegungen lernen heisst ...» rückt noch einmal die aus den «irdischen» Dimensionen (Raum, Zeit und Kraft) abgeleiteten Aspekte ins Blickfeld der Aufmerksamkeit: Wie immer die Vor-Bilder, die Instruktionen und die lernrelevanten Informationen sind und sein werden, stets wird es darum gehen,

– räumlich-zeitliche und
– zeitlich-dynamische

Aspekte miteinander, und zwar aufgabenorientiert koordinieren und gestalten zu lernen. Die zeitlich-dynamischen Aspekte der Bewegungsausführung machen einsichtig, wie fliessend die vermeintlichen Grenzen zwischen räumlich-zeitlichen und zeitlich-dynamischen Komponenten im stets zu vervollkommnenden Koordinationsgefüge sind. Diese Komponenten können isoliert nicht sinnvoll ausgebildet, sondern nur gesamthaft, aber mit besonderen Akzenten im Übungsangebot trainiert werden.

Räumlich-zeitliches und zeitlich-dynamisches Gestalten strebt vorerst ein differenziertes «Körper- und Bewegungsgefühl» als Voraussetzung an, das dann – kombiniert mit einer umfassenden «Bewegungsvorstellung» – programmierende und ausführungsleitende Funktionen im Hinblick auf die «Handlungs-Flexibilität» ausübt.

Zusammenfassende Akzente in der Lernspirale

Das Lern-Lehr-Video «Trilogien des Handelns – Sinfonien des Lernens» fasst wesentliche Aspekte des Prozesses vom «qualitativen Bewegungslernen» bis zum «Techniktraining» zusammen. Die als Trilogien konzipierten pädagogisch-didaktischen Orientierungshilfen dienen der klareren Gliederung der drei Prozessbereiche in Lernstufen: «Erwerben und Festigen» (Anfänger) – «Anwenden und Variieren» (Fortgeschrittene) – «Gestalten und Ergänzen» (künftige Könner). Im Rahmen der «irdischen» Dimensionen «Zeit, Raum und (Schwer-) Kraft» werden pro Lernstufe jeweils drei Hauptakzente gesetzt, die wiederum sinnstiftende und entsprechend illustrierte Antworten auf die Fragen: «Was?» (Kern-Programme, Programm-Varianten, Ziel-Programme); «Wie?» (Vielseitig! – Variiert und kombiniert! – Komplex und kreativ!) und «Wozu?»

Sport+Erholungs-Zentrum
berner oberland Frutigen 800 m ü.M.

Information: Verkehrsbüro CH-3714 Frutigen ☎ 033 71 14 21, Fax 033 71 54 21 – 180 Betten, hauptsächlich Zwölfer- und Sechserzimmer – Aufenthaltsräume – Sportanlagen: Hallen- und Freibad, Fussballplatz, Tennisplatz, Kraft- und Fitnessraum, Minigolf – Kunststoffplatz: für Hand-, Korb- und Volleyball und Tennis.
Vollpension ab **Fr. 32.–.**
Für **Sport- und Wanderlager, Skilager.**

(Körper- und Bewegungs-Gefühl, Bewegungs-Vorstellung, Handlungs-Flexibilität) geben.

Das «Sinfonische» der letztlich harmonischen Vervollkommnung wird mit qualitativen Bewegungsmerkmalen – als lernstufen-bezogene Etappenorte – auf einer Art «Lernspirale» aufgezeigt und (sportart-übergreifend) veranschaulicht:

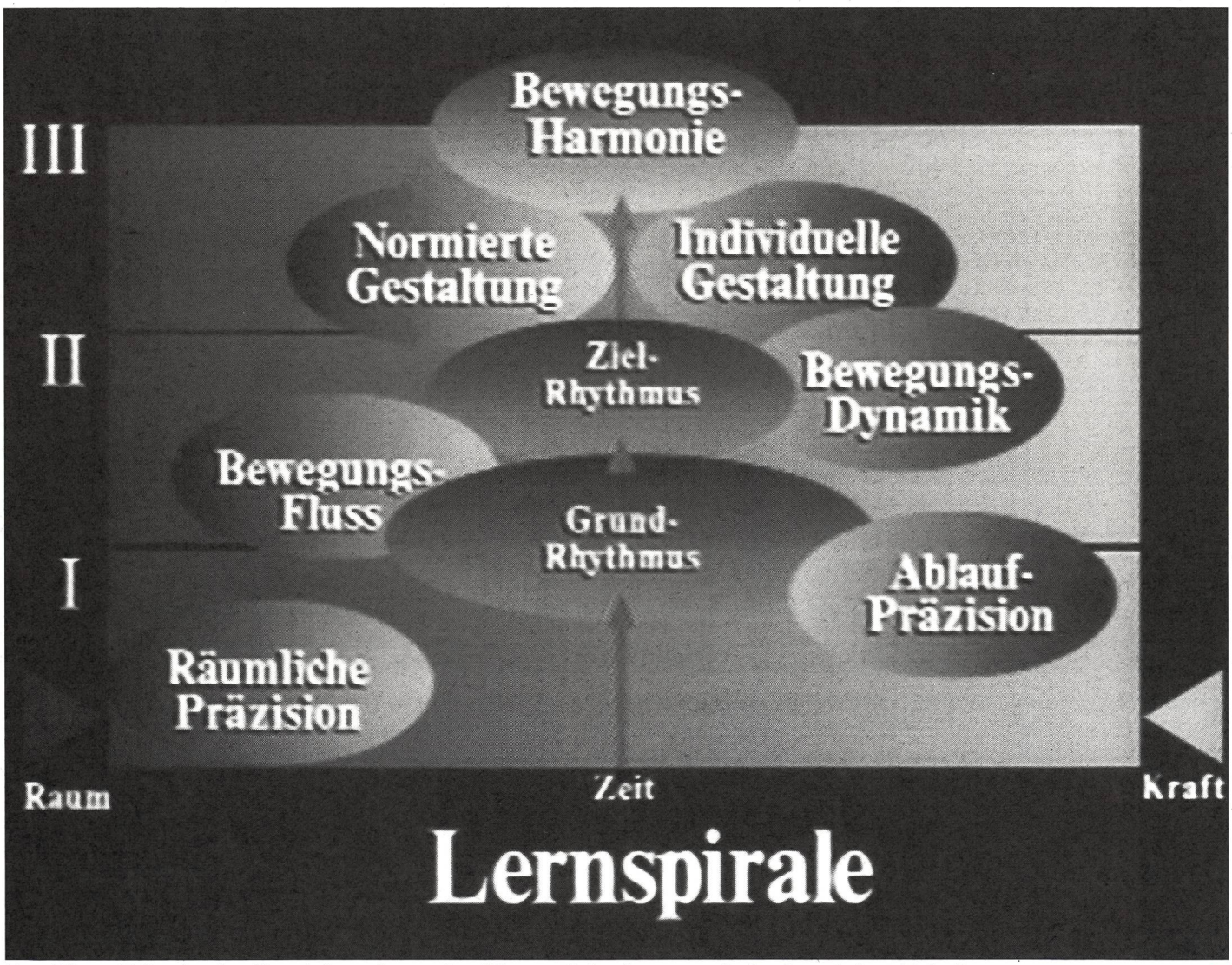
Über die «räumliche Präzision», die «Ablauf-Präzision» wird mit zu integrierendem «Grund-Rhythmus» die Qualität «Bewegungs-Fluss» angestrebt. Sie ist die Voraussetzung für die erst dadurch möglich gewordene «Bewegungsdynamik». Auf der dritten und höchsten Lernstufe dann, kann die Qualität «Bewegungs-Harmonie» durch «normierte» oder aber auch durch «individuelle Bewegungs-Gestaltung» ausgedrückt und vervollkommt werden.

Zitierte und ausgewählte Literatur zum Thema:

- *Carl,* K.: Stichwort: «Fähigkeit», in: *Röthig* 1992; 158f.
- *Carl,* K./ *Mechling,* H.: Stichwort: «Techniktraining», in: *Röthig* 1992; 506–508.
- *Göhner,* U.: Stichwort: «Bewegungslehre (des Sports)», in: *Röthig* 1992; 84.
- *Hotz,* A.: Qualitatives Bewegungslernen, Zumikon 1988[2].
- *Hotz,* A.: Praxis der Trainings- und Bewegungslehre, Frankfurt a.M. u.a. 1991.
- *Hotz,* A./*Weineck,* J.: Optimales Bewegungslernen. Nürnberg/ Erlangen 1988[2].
- *Martin,* D. (Red.)/*Carl,* K./*Lehnertz,* K.: Handbuch Trainingslehre, Schorndorf 1991.
- *Mechling,* H.: Stichwort: «Fertigkeit», in: *Röthig* 1992; 162f.
- *Mechling,* H.: Stichworte: «Bewegungskoordination» und «Motorisches Lernen», in: *Röthig* 1992; 82f u. 323–327.
- *Mechling,* H./*Carl,* K.: Stichwort: «Technik, sportliche», in: *Röthig* 1992; 504–506.
- *Meinberg,* E.: Hauptprobleme der Sportpädagogik. Eine Einführung, Darmstadt 1991[2].
- *Müller,* J. J.: Geschichte des Schweiz. Turnlehrervereins, 1858–1908, Zürich 1910.
- *Pöhlmann,* R.: Motorisches Lernen, Berlin-Ost 1986.
- *Röthig,* P. u.a. (Hg.): Sportwissenschaftliches Lexikon, Schorndorf 1992[6].
- *Widmer,* K.: Sportpädagogik, Schorndorf 1977[2].

Der Film zum Thema:
Trilogie des Handelns
Autor: Arturo Hotz
Realisation: Peter Battanta/AV-Produktion ESSM, 1993

Der Film enthält neben Lern- und Lehrsituationen sowie Bewegungsstudien auch verschiedene Tabellen, die den theoretischen Hintergrund darstellen.
Dauer: 18 Minuten **ab Mitte Nov.**
Das Videoband kann in der ESSM-Mediothek ausgeliehen oder zu Fr. 38.– gekauft werden.
Ausleihe: Bestell-Nr. **V 70.154**



Der Film «Trilogie des Handelns» fasst das Wesentliche immer wieder in solchen Tabellen zusammen.

Für Ihre Inserate im Magglingen gilt eine neue Adresse:

ANNONCEN-AGENTUR BIEL AG
AGENCE D'ANNONCES BIENNE SA
Längfeldweg 135, chemin du Long-Champ, 2501 Biel-Bienne
Postfach 1172, case postale
✆ 032 428 295/296, Fax 032 428 335

AEROGYM

2. Meisterschaften für Mädchen

Fachjury Aerobic/Gymnastik
Auszeichnung: Wanderpokal, Medaillen und Ehrenpins für alle Teilnehmerinnen

Samstag, 11. Dezember 1993
Region Bern/Murten

Info+Reglemente: Esther Mueller
Tel. 037 73 21 86, 1789 Lugnorre

Unihockey-Grossclub sucht:

Trainer

für NLA, NLC, Damen und Junioren

Sportbegeisterte melden sich bei:

UHC Giants Kloten
Postfach
8302 Kloten

KOVO

Generalvertretung
BRD – J – FL – CH
Gnädinger u. Co
CH-6803 Camignolo
Tel. (0041 91) 95 12 88
Fax (0041 91) 59 54 36

Anstecknadeln
Pins
Superqualität (Hand made)
zu vernünftigen Preisen
bereits ab **300 Stück**
Verlangen Sie unsere Unterlagen

TIMING

Zeitmessgeräte – Video-Zeitmessung
Anzeigetafeln – Software für PC
Spielzeit- und Resultatanzeigetafeln

für alle Sportarten

ALGE-TIMING Peter Baer
4923 Wynau
Tel. 063 49 37 49 Fax 063 49 33 28

T-Shirts
Sweat-Shirts
Jogging

SWITCHER.

aries
IHRE SIEBDRUCKER

Kleber
Gläser.

Mit Ihrem Aufdruck!

Verlangen Sie unseren Katalog.

CH-8200 SCHAFFHAUSEN
REPFERGASSE 14
TELEFON 053 - 24 80 11
FAX 053 - 25 96 78