

Definition: Techniktraining

Referenten: Altin Bytyqi, Dominik Weirich

Seminar: Trainingswissenschaft 2

Seminarleitung: H. PD Dr. Blischke

Inhalt:

1. Techniktraining: Wer, Wie, Wann, Was, Wozu?
2. Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten
3. Die Hauptkomponenten
4. Training oder Schulung?
5. Allgemeine Definition

1. Techniktraining

WOZU ?

WER ?

WO ?

WAS ?

WANN ?

WIE ?

1. Techniktraining

Anmerkung: Die folgende Kategorisierung stellt nur einen (von vielen möglichen) Versuch dar, Faktoren welche für Techniktraining relevant sind zu erschließen. Unterteilungen in stabile und variable Faktoren, sind wie im Seminar erörtert stark von der Perspektive abhängig.

Externe Determinanten:

•physikalische Gesetzmäßigkeiten

stabil

- Trainingsmittel
- Organisationsstruktur
- Fach- und Sozialkompetenz des Trainers
- Ressourcenverfügbarkeit

variabel

1. Techniktraining

Anmerkung: Die folgende Kategorisierung stellt nur einen (von vielen möglichen) Versuch dar, Faktoren welche für Techniktraining relevant sind zu erschließen. Unterteilungen in stabile und variable Faktoren, sind wie im Seminar erörtert stark von der Perspektive abhängig.

Interne Determinanten:

- Strukturen des ZNS

stabil

- Kognition
- Motivation
- Kondition
- Konstitution

variabel

Inhalt:

1. Techniktraining: Wer, Wie, Wann, Was, Wozu?
2. **Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten**
3. Die Hauptkomponenten
4. Training oder Schulung?
5. Allgemeine Definition

2. Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten

Anmerkung: Zur weiteren Differenzierung der Begriffe gibt es verschiedene Literaturquellen. Wie schwammig diese Begriffe verwendet werden, wie wichtig jedoch ein klares Verständnis davon ist, wurde im Seminar eingehend besprochen. Zum besseren Verständnis sei hier auf *Bös, K. (1987). Handbuch sportmotorischer Tests. Göttingen: Hogrefe.* verwiesen.

"Unter Fertigkeiten versteht man im allgemeinen einen partialisierten, automatisierten und stereotypen Anteil des Verhaltens. Der Begriff der Fertigkeit grenzt sich damit einerseits vom Begriff der Fähigkeit, die als Voraussetzung für die Realisierung einer Fertigkeit betrachtet wird, ab. Andererseits wird aber auch eine begriffliche Abgrenzung gegen die Handlung vorgenommen, wobei Fertigkeiten als relativ abgeschlossene Bausteine aufgefasst werden. [...]"

Handlexikon Sportwissenschaft (1972, 106)

Inhalt:

1. Techniktraining: Wer, Wie, Wann, Was, Wozu?
2. Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten
3. **Die Hauptkomponenten**
4. Training oder Schulung?
5. Allgemeine Definition

3. Die Hauptkomponenten

Es gibt zwei Hauptkomponenten: (nach Martin, Carl, Lehnertz)

1. handwerklich – technische Komponente
2. kreativ – wissenschaftliche Komponente

Inhalt:

1. Techniktraining: Wer, Wie, Wann, Was, Wozu?
2. Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten
3. Die Hauptkomponenten
4. Training oder Schulung?
5. Allgemeine Definition

4. Training oder Schulung

- Schulung bezieht sich auf Bewegungslernen
- Techniktraining mehr als Bewegungslernen

„Techniktraining und Bewegungslernen sind nicht dasselbe, aber eine Theorie des Techniktrainings schließt eine Theorie des Bewegungslernens zumindestens teilweise ein.“

(Martin 1989, S.10)

Inhalt:

1. Techniktraining: Wer, Wie, Wann, Was, Wozu?
2. Begriffe: Fähigkeiten und Fertigkeiten
3. Die Hauptkomponenten
4. Training oder Schulung?
5. **Allgemeine Definition**

5. allgemeine Definitionen:

Techniktraining

Motivation

Fertigkeit

Fähigkeit

Organisationsstruktur

Planmäßigkeit

Sportler

Trainer

Bewegung

5. allgemeine Definitionen:

Definition: **Techniktraining** nach Schnabel

Unter Techniktraining ist **die Gesamtheit aller Maßnahmen zu verstehen, die, zielgerichtet organisiert, den Sportler befähigen sollen, Bewegungshandlungen mit einer zweckmäßigen und koordinativ beherrschten Technik auszuführen.**

5. allgemeine Definitionen:

Definition: Sportliche Technik, nach Schnabel

In der Praxis erprobtes, aufgrund der allgemeinen psychophysischen Voraussetzungen realisierbares charakteristisches Lösungsverfahren einer in sportlichen Handlungen erwachsenden Bewegungsaufgabe, das als Bewegungsalgorithmus der jeweiligen Bewegung immanent ist.

5. allgemeine Definitionen:

Definition: Sportliche Technik, nach Martin

Die sportliche Technik ist eine erprobte, zweckmäßige und effektive Bewegungsfolge zur Lösung einer definierten Aufgabe in Sportsituationen.

Literaturangaben:

Bös, K. (1987). *Handbuch sportmotorischer Tests*. Göttingen: Hogrefe.

Schnabel, G., Harre, D. & Borde, A. (1994). *Trainingswissenschaft*. Berlin: Sport und Gesundheit Verlag.

Martin, D., Carl, K. & Lehnertz, K, (1991). *Handbuch Trainingslehre*. Schorndorf: Hofmann.