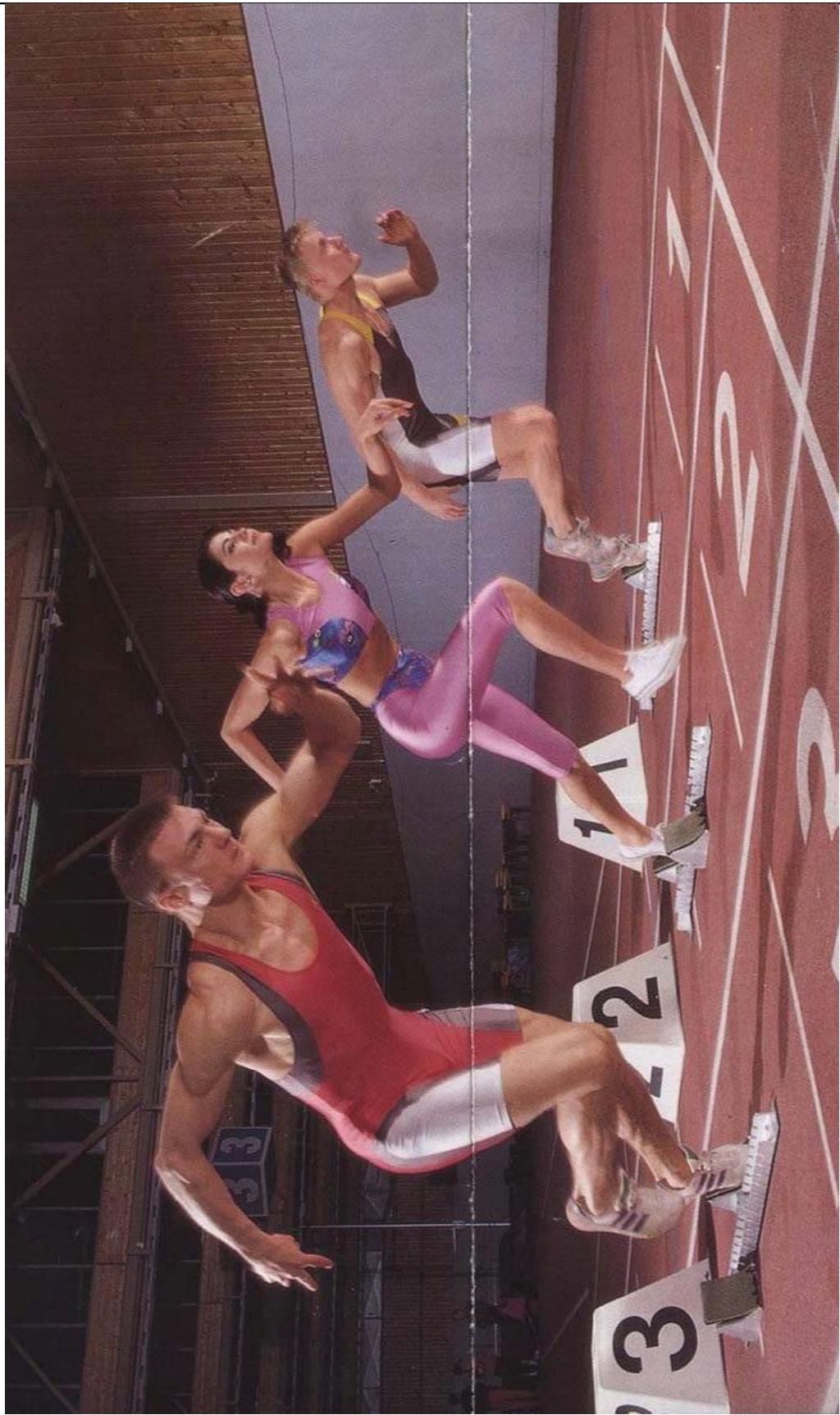


Leichtathletik  
Athlétisme



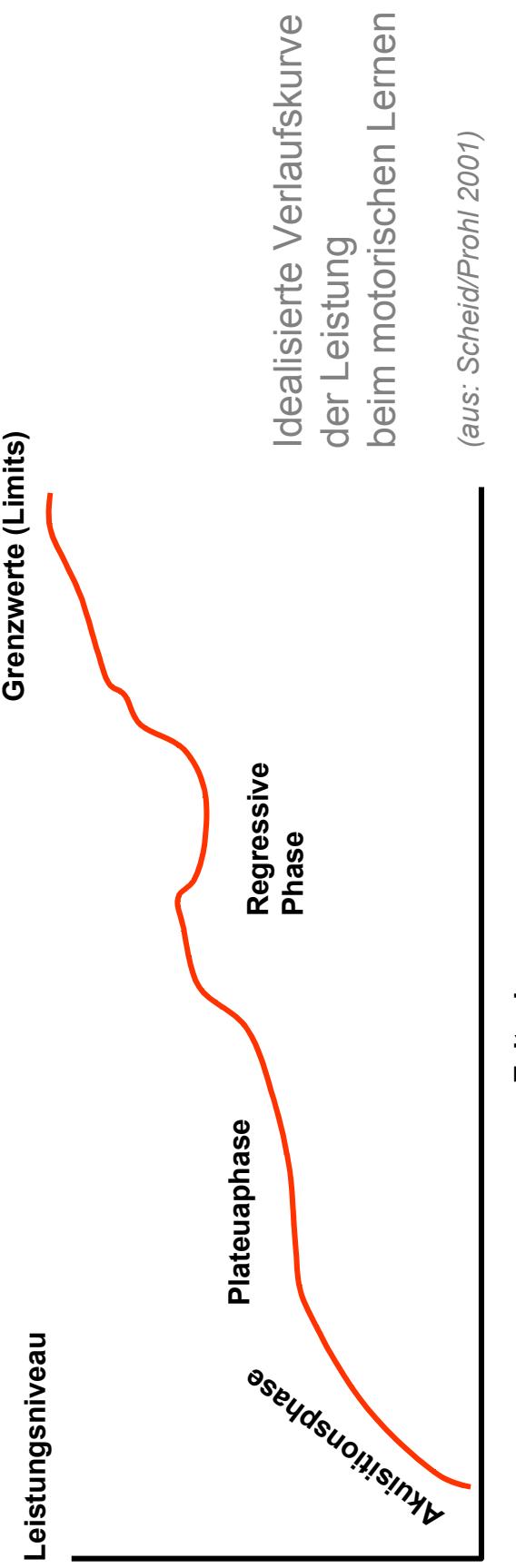
# Fehlerkorrektur/ correction des fautes



## Wie funktioniert motorisches Lernen ?

- Motorisches Lernen ist der Prozess zur Erlangung und Befähigung, geschickte Handlungen auszuführen.
- Motorisches Lernen ist das direkte Ergebnis von Übung und Erfahrung.
- Motorisches Lernen hat eine (relativ) dauerhafte Veränderung des motorischen Verhaltens zur Folge.

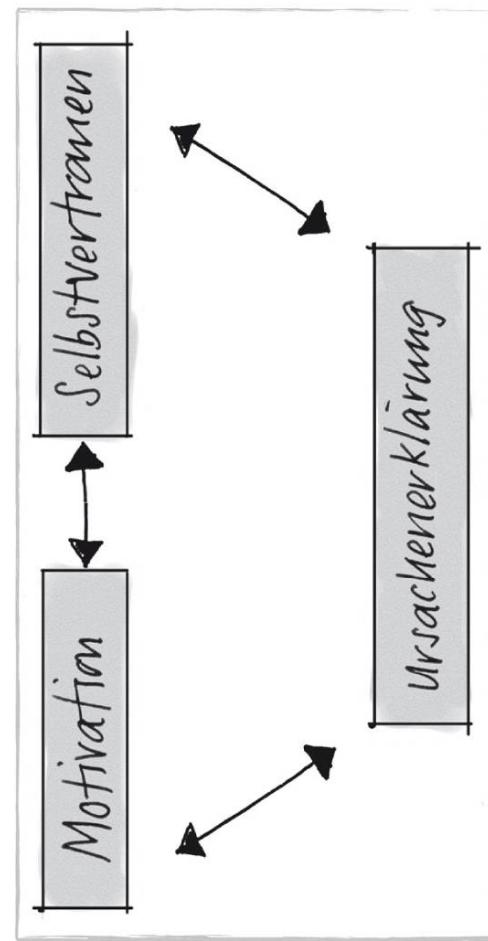
(nach Schmidt 1982)



(aus: Scheid/Prohl 2001)

## Voraussetzungen für motorisches Lernen:

# Emotionen



Psychische Energie im Leistungsmodell  
(aus: Sportmotorisches Konzept, Kernlehrmittel J+S, 2008)

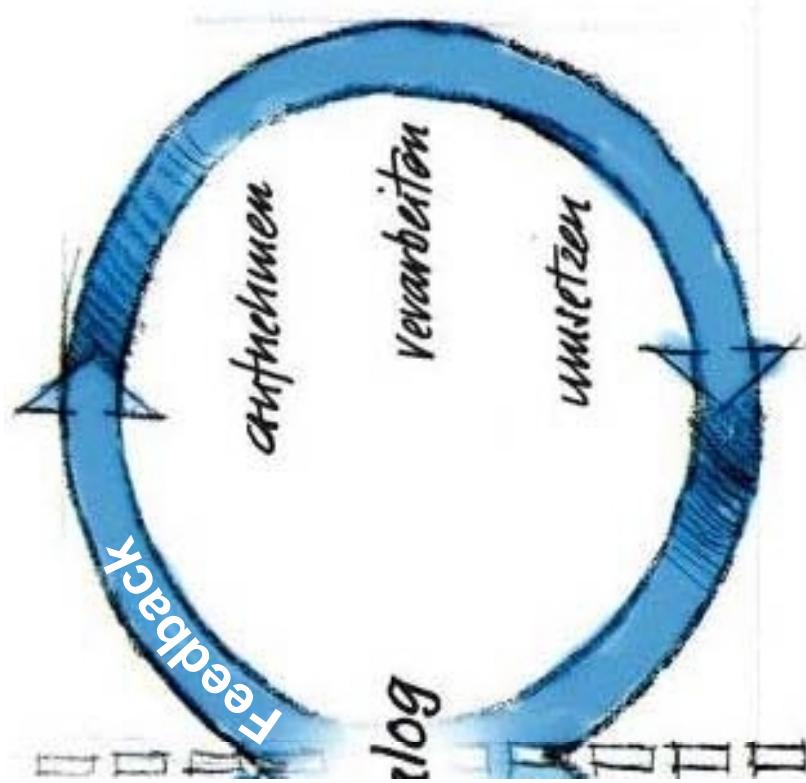
## Wie lernen wir Bewegungen?

(siehe Kernlehrmittel/Methodisches Konzept)

- Sprache → hören
- Geräusche → hören
- Bilder → sehen
- Demonstration → sehen und hören
- Berührung → fühlen, wahrnehmen

- verstehen / nicht verstehen
- nachfragen: „wie ist das?“, „was ist wenn?“
- ein- / zuordnen in „neu“, „bekannt“, „gefährlich“, usw
- abschätzen: „ich kann“, „ich kann nicht“
- Vorsatz fassen: „ich will“, „ich versuche...“
- Empfindungen formulieren: „ich fühle...“

- Bewegung ausführen
- Empfindungen wahrnehmen



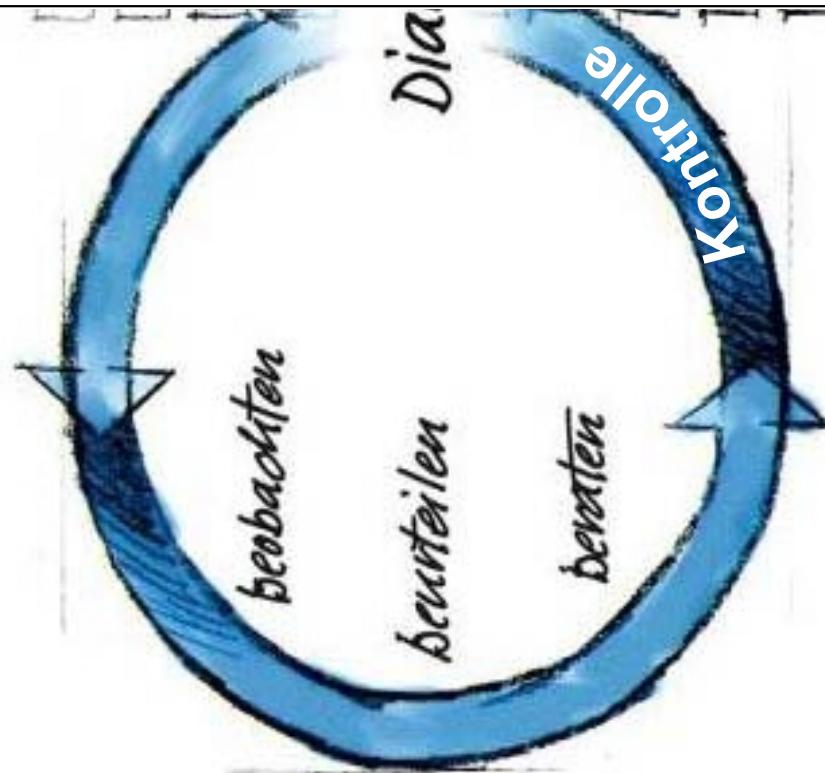
## **Wie lehren wir Bewegungen?**

(siehe Kernlehrmittel Methodisches Konzept)

- worauf achte ich?
- was will/kann/muss ich sehen?
- von wo aus beobachte ich?
- wie werden meine Anweisungen umgesetzt?

- was habe ich gesehen, wahrgenommen?
- Welches ist der hauptsächliche Fehler?
- wie entscheidend ist der?
- welche Ursache könnte das haben?
- welche Möglichkeiten zur Korrektur gibt es?
- welche Hinweise, Korrekturen gebe ich?

- wann, wo, wie korrigiere ich?
- welche Aufnahmekanäle spreche ich an?
- welche Hilfsmittel setze ich ein?





## Unterstützung des motorischen Lernens:

### Emotionen

- nie den 1. Versuch korrigieren (eine zweite Chance geben....) !
- zuerst den wichtigsten Fehler korrigieren (...welcher?) !

## Kernelemente!

- positiv unterstützend korrigieren (Fortschritte anerkennen....) !
- Lösungen anbieten statt Fehler erklären (Bewegungsanweisung) !
- Grundkenntnisse der Kommunikation !

## **Unterstützung des motorischen Lernens:**

### ***aufnehmen***

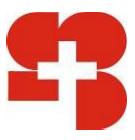
- visuell, akustisch, taktil unterstützen (klatschen, rufen...) !
- verschiedene Methoden nutzen (siehe „Fehler vermeiden durch...“) !
- entsprechend den Fähigkeiten korrigieren (alters-/niveaugerecht) !
- Medien einsetzen (Reihenbilder, Photos, Videos...) !

### ***verarbeiten***

- artikulieren lassen
- "es" sich vorstellen lassen
- zeichnen lassen
- Bewegungsgefühl kommunizieren lassen

### ***umsetzen***

- Einsatz von "zwingenden" Übungen
- Gegensatzerfahrungen erleben lassen
- beobachten lassen
- "Übertreiben" lassen
- beidseitiges üben lassen

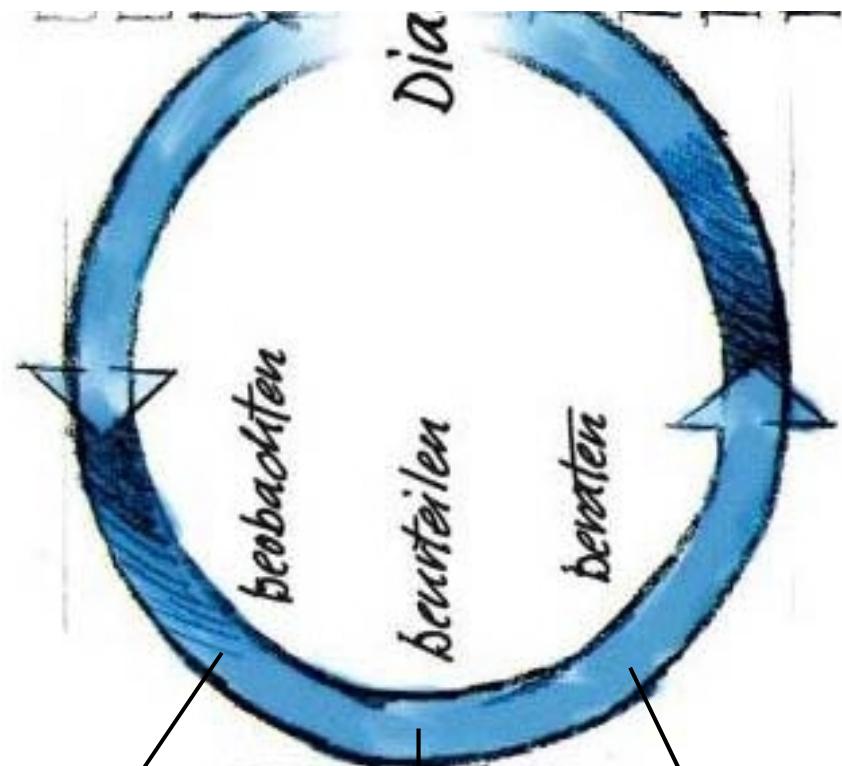


### 3 Beispiele aus der Praxis:

Fehler notieren:

Prioritäten festlegen:

Korrektur festlegen:





## Methodische Hinweise:

### *beobachten*

- Standort wechseln
- mit Foto oder Film Bewegungen festhalten
- Beobachtungen von anderen Trainern hinzuziehen!

### *teilen*

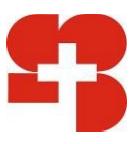
- Grundkenntnisse der Bewegungslehre, der Biomechanik

# Fachkompetenz!

## Methodische Hinweise:

### benutzen

- Grundkenntnisse der Kommunikation
- Feedback nach mehreren Versuchen zusammenfassen
- Informationsmenge vom Einsteiger zum Könner abbauen; limitierte Informationsmengen zeigen auch beim Einsteiger bessere Lernleistungen (*Schmidt 1991*)
- Zu häufiges Feedback ist hinderlich, da es inneren Fehlerentdeckungsmechanismus des Lernenden verzögert.
- Mit dem Zeitpunkt der Rückmeldung variieren; Mögliche Zeitpunkte der Fehlerkorrektur sind:
  - Synchroninformation (während der Bewegungsausführung)
  - Sofortinformation(0-30 sec. nach Ende)
  - Spätinformation(> 30 sec. nach Ende)Dem Lernenden auch nach dem Feedback Zeit zum Überlegen und Verarbeiten lassen (> 5 sec. bis max. 2 min.). Zwischen Versuch und Feedback keine anderen Bewegungsaufgaben ausführen
- Nicht jede Bewegung muss korrigiert / kommentiert werden
- Korrekturleitplanken festlegen (aussergewöhnlich gut – normal – aussergewöhnlich schlecht)



... und was kommt nach der Fehlerkorrektur ?

Korrekturübungen:
