

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	13				
I. Bildung im Leistungssport	17				
1. Bildungsprozesse im Leistungssport	17				
2. Bildungspotentiale im Leistungssport	18				
II. Erziehungs- und trainingswissenschaftliche Grundlagen des Nachwuchs- trainings	23				
1. Vorbemerkung	23				
2. Das Gefüge des Aufbautrainings in der langfristig angelegten Leistungs- entwicklung	25				
3. Richtlinien für die Trainingsgestaltung	27				
4. Entwicklung der Trainingsschwerpunkte	29				
5. Psychosoziale Aspekte der Persönlichkeitsentfaltung und der Betreuung jugendli- cher Leistungssportler/innen	39				
6. Struktur und Inhalte der Trainingsorganisation	42				
III. Methodische und didaktische Begleitung Jugendlicher im Leistungssport – eine Längsschnittuntersuchung mit leichtathletischen Mehrkämpferinnen	50				
1. Historischer Hintergrund und Charakteristik des leichtathletischen Frauen- Mehrkampfes	50				
2. Bewegungsbeschreibung und –analyse der untersuchten Disziplintechniken	54				
2.1 Bewegungsbeschreibung und -analyse des Hürdenlaufs	54				
2.2 Bewegungsbeschreibung und -analyse des Weitsprungs	58				
2.3 Bewegungsbeschreibung und -analyse des Speerwurfs	60				
3. Computerunterstützte Analyse der Hürdenschnitt-Technik und Konsequenzen 1997	62				
3.1 Methodik	62				
3.2 Einzelanalyse der sechs Probandinnen	63				
3.2.1 Nadine Kron: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 31.05.97	63				
3.2.2 Elina Quiring: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 31.05.97	67				
3.2.3 Anna Reuter: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 31.05.97	70				
3.2.4 Eva-M. Erwes: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 31.05.97	74				
3.2.5 Katharina Reuter: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 20.06.97	78				
3.2.6 Carina Sauer: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 31.05.97	81				
3.3 Vergleichende Analyse der Kinematik und Dynamik der sechs Probandinnen	85				
3.4 Fehleranalyse und trainingspraktische Konsequenzen	90				
4. Computerunterstützte Analyse der Hürdenschnitt-Technik und Konsequenzen 1998	95				
4.1 Methodik	95				
4.2 Einzelanalyse der drei Probandinnen	96				
4.2.1 Nadine Kron: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 21.07.98	96				
4.2.2 Elina Quiring: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 21.07.98	101				
4.2.3 Anna Reuter: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 21.07.98	106				
4.3 Didaktische Einbindung der Analyseergebnisse in den Trainingsprozeß	111				
5. Computerunterstützte Analyse der Hürdenschnitt-Technik und Konsequenzen 1999	114				
5.1 Methodik	114				
5.2 Einzelanalyse der vier Probandinnen	115				
5.2.1 Nadine Kron: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 18.07.99	115				
5.2.2 Elina Quiring: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 14.07.99	119				
5.2.3 Anna Reuter: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 14.07.99	123				
5.2.4 Eva-Maria Erwes: Analyse der Hürdenschnitt-Technik vom 14.07.99	126				
5.3 Vergleichende Analyse der Kinematik und Dynamik der vier Probandinnen	130				
5.4 Fehleranalyse und trainingspraktische Konsequenzen	140				
6. Computerunterstützte Analyse der Weitsprung-Technik und Konsequenzen 1999	145				
6.1 Methodik	145				
6.2 Einzelanalyse der vier Probandinnen	145				
6.2.1 Nadine Kron: Analyse der Weitsprung-Technik vom 15.07.99	145				
6.2.2 Elina Quiring: Analyse der Weitsprung-Technik vom 15.07.99	149				
6.2.3 Anna Reuter: Analyse der Weitsprung-Technik vom 15.07.99	154				
6.2.4 Eva-Maria Erwes: Analyse der Weitsprung-Technik vom 15.07.99	158				
6.3 Vergleichende Analyse der Kinematik und Dynamik der vier Probandinnen	162				
6.4 Fehleranalyse und trainingspraktische Konsequenzen	171				
7. Computerunterstützte Analyse der Speerwurf-Technik und Konsequenzen 1999	178				
7.1 Methodik	178				
7.2 Einzelanalyse der vier Probandinnen	179				
7.2.1 Nadine Kron: Analyse der Speerwurf-Technik vom 18.07.99	179				
7.2.2 Elina Quiring: Analyse der Speerwurf-Technik vom 17.07.99	183				
7.2.3 Anna Reuter: Analyse der Speerwurf-Technik vom 17.07.99	186				
7.2.4 Eva-Maria Erwes: Analyse der Speerwurf-Technik vom 17.07.99	190				
7.3 Vergleichende Analyse der Kinematik und Dynamik der vier Probandinnen	193				
7.4 Fehleranalyse und trainingspraktische Konsequenzen	203				
IV. Die athlet/innenfokussierte individualpädagogische Trainingsmethodik	207				
V. Trainingsaufbau mit biographischer Reflexion globaler und individueller Entwicklungsverläufe unter pädagogischen Aspekten	214				
1. Saison 1997	214				
2. Saison 1998	221				
3. Saison 1999	230				
VI. Resümee	244				
Literaturverzeichnis	247				
Zusammenfassung	254				

Greunke, Harald.

Moderne Trainingsmethodik.

Eine Längsschnittuntersuchung aus der Leichtathletik
2004. 256 S. 19,50 Euro. 14,8 x 21 cm. 3-89665-317-2.

Academia Verlag, Bahnstr. 7, D-53757 Sankt Augustin

Phone +49 2241 345219, Fax +49 2241 345316

Email: info@acadmia-verlag.de, Internet: www.academia-verlag.de

