

Name:

BWE:

Ø:

Pkte:

**Bewegungslehre: Phasenanalyse**

"GÖHNER ... beginnt nicht mit der Festlegung bestimmter Funktionsstrukturen oder verschiedener Phasentypen. Diese ergeben sich vielmehr erst als Ergebnis seiner Bewegungsanalysen. Ausgangspunkt ist für ihn die Definition eines grundlegenden Analyseelements, das er als **Funktionsphase** bezeichnet:

**"Unter einem funktionalen Verlaufsabschnitt bzw. unter einer Funktionsphase soll jener Geschehensabschnitt eines Bewegungsablaufs verstanden werden, für den sich aufzeigen lässt, dass das, was während dieses Geschehens vom Bewegersystem ausgeführt wird, eine bestimmte Funktion hat - im Hinblick auf die mit der Bewegung zu erreichenden Bewegungsziele und die dabei einzuhaltenden Bedingungen."**

Hat man die Funktionsphasen einer Bewegung erkannt, dann ergeben diese kein beliebiges Gebilde, sondern sind in sich geordnet. Zwischen ihnen können funktionale Abhängigkeitsbeziehungen bestehen, die GÖHNER als Grundlage für ihre Klassifizierung heranzieht.

Grob betrachtet, gibt es dabei zunächst einmal zwei Möglichkeiten: Ein Bewegungsabschnitt kann entweder funktional abhängig von einem anderen oder funktional unabhängig sein. Als funktional abhängig ist eine Phase dann zu bezeichnen, wenn ihre Funktion nur dadurch beschrieben werden kann, dass auf eine weitere Funktionsphase Bezug genommen wird. Bei funktional unabhängigen Abschnitten ist es dagegen nicht notwendig, andere Phasen zur Funktionsbeschreibung heranzuziehen.[...]

Beispiele für funktional unabhängige Phasen sind das Überqueren der Latte beim Hochsprung, die Phase des Ballkontakts beim Tennisschlag oder die Flugphase bei einer Saltobewegung. [...]

Auf Grund der Einführung der funktionalen Abhängigkeitsbeziehungen ergeben sich also zunächst einmal zwei Phasentypen. Für die funktional unabhängigen Abschnitte wählt GÖHNER den Begriff **Hauptfunktionsphase** während er für die funktional abhängigen Abschnitte den Begriff **Hilfsfunktionsphase** verwendet. [...]

Hinsichtlich der **Hauptfunktionsphase** lässt sich z. B. nur ableiten, dass es mindestens eine solche in jedem Bewegungsablauf geben muss. Es kann jedoch nicht ausgeschlossen werden, dass

- Bewegungsabläufe mehr als eine Hauptfunktionsphase besitzen (Jazzgymnastik, Jazztanz)
- Hauptfunktionsphasen sich in einigen Fällen erst aus der Überlagerung von (mindestens) zwei voneinander abhängigen Funktionsphasen ergeben (Skidrehen und Skikanten) [...]

Auch die Anordnung der **Hilfsfunktionsphasen** ist nicht bei allen sportlichen Bewegungen gleich. Unter Beachtung der Zeitfolge kommt GÖHNER zu einer Typisierung der funktionalen Abhängigkeiten.

Er unterscheidet zwischen **vorbereitenden, unterstützenden und überleitenden Abschnitten**, je nachdem, ob bei der Kennzeichnung der Funktion der entsprechenden Phasen auf nachfolgende, zugleich ablaufende oder bereits abgelaufene Funktionsphasen Bezug genommen wird.

Die Hilfsphasen lassen sich weiterhin in solche erster, zweiter und höherer Ordnung unterteilen, in Abhängigkeit davon, ob ihre Hilfe der Hauptphase gilt oder der ersten, zweiten usw. Hilfsphase, die dem Hauptabschnitt vorangeht oder nachfolgt.

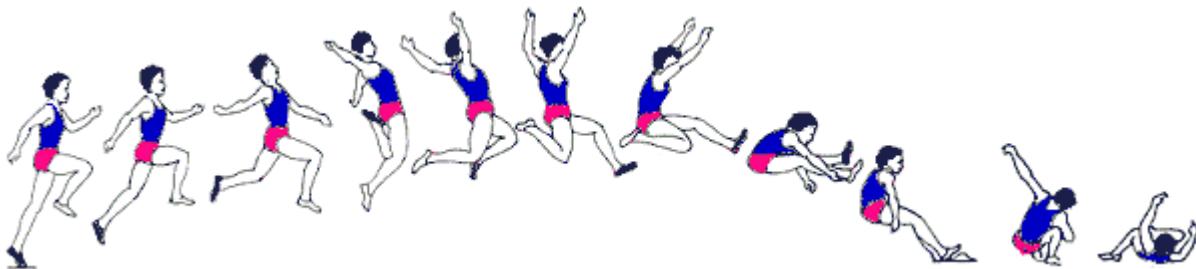
Zur Analyse von Bewegungen gibt es neben dem klassischen **Drei-Phasen-Modell** von Meinel noch das **Funktionsphasenmodell** von U. Göhner.

**1.1 Arbeiten Sie** in **6 Thesen** die wichtigsten Punkte des Funktionsphasenmodells von U. Göhner mittels des obigen Textes heraus.

**1.2 Vergleichen Sie** beide Modelle in der Tabelle.

	<i><b>Bewegungsanalyse und 3-Phasenmodell nach Meinel</b></i>	<i><b>Funktionsanalyse nach Göhner</b></i>
Beschreiben Sie kurz die Anzahl der Phasen.		
Wie hängen die einzelnen Phasen voneinander ab?		
Wie könnte man die Analyse graphisch darstellen?		

**2. Beschreiben Sie** die **Bewegung** nach dem 3 Phasen – Modell (Kriterien: Bewegungsart, Phasen, Beschreibung)



6
14

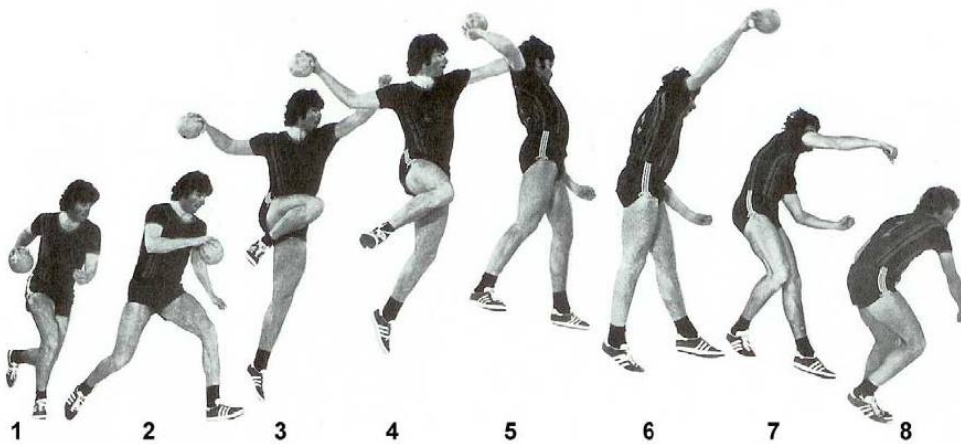
10
----

3. Nach **Beachvolleyball** erfreut sich auch **Beachhandball** zunehmender Beliebtheit.

3.1 Stellen Sie anhand der Bildreihe die **räumlich – zeitliche Gliederung** (Phasenstruktur) des **Sprungwurfes** dar und erläutern Sie kurz die **Funktion der Teilphasen**.

3.2 Auch beim Sprungwurf gibt es die Möglichkeit der **Finte**. Begründen Sie die **Ursache** und **Wirkung** der Täuschungshandlung.

3.3 Entwerfen Sie am Beispiel eines Sprungwurfes die hierbei ablaufenden **Steuerungs-** und **Regelungsvorgänge** mit Hilfe eines **kybernetischen Regelkreismodells**.



Baumann, Sportspiele: Technik, Methodik, Regeln, München 1979, S. 69

3.4 Beschreiben Sie die **Bedeutung** der verschiedenen **Analysatoren** bei dieser Bewegungshandlung.

3.5 Erläutern Sie die **koordinativen Einflussgrößen** beim Ausführen des Sprungwurfes.

**Zusatz: Skizzieren** Sie den Sprungwurf nach dem Funktionsphasenmodell

10

4

12

10

14

4