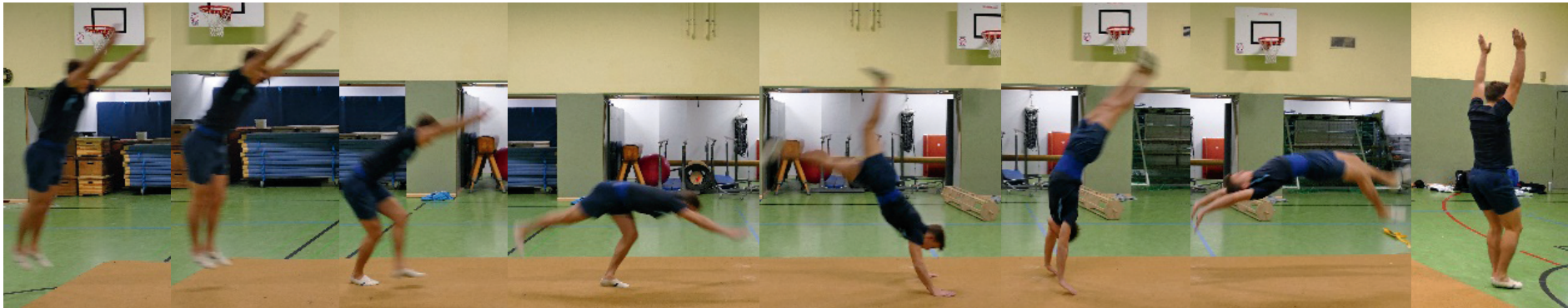


Serie 1

Kopfübung 1 (mit Schwerpunkt Bewegungsanalyse):

1. Nenne die drei Phasen nach dem Phasenmodell von Meinel.
2. Gib an, ob es sich um zyklische oder azyklische Bewegungen handelt. Kraulschwimmen, Laufen, Torschuss beim Fußball, Weitsprung.
3. Erkläre kurz den Unterschied zwischen Kinematik und Dynamik.
4. Gib kurz an, welche Bilder zu welcher Phase beim folgenden Handstützüberschlag im Modell von Meinel gehören.



5. Ausgangspunkt der Informationsaufnahme sind Rezeptoren, die Aufarbeitung erfolgt entsprechend der fünf Analysatoren (die auch unbewusst verarbeitet werden). Gib die fünf Analysatoren an.
6. Nenne zwei verschiedene Komponenten sportlicher Leistungsfähigkeit.
7. Das Training kann durch Belastungsnormative gesteuert werden. Gib diese Belastungsnormative an.
8. Nenne drei verschiedene Sinngebungen des Sports.
9. Nenne die drei Stufen mentalen Trainings.
10. Nenne die Regel, die bei vielen Sportverletzungen zu beachten ist.