

Janine Klinge

Körperschwerpunktverlagerung im alpinen Skisport. Modellbezogenes Video-Feedback zur Verbesserung des Fahrkönnens

Masterarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2013 GRIN Verlag
ISBN: 9783656943990

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/298206>

Janine Klinge

**Körperschwerpunktverlagerung im alpinen Skisport.
Modellbezogenes Video-Feedback zur Verbesserung des
Fahrkönnens**

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

**Körperschwerpunktverlagerung
im alpinen Skisport -
Modellbezogenes Video-Feedback
zur Verbesserung des Fahrkönnens**

Master-Arbeit
im Zwei-Fächer-Masterstudiengang, Sportwissenschaften
der Philosophischen Fakultät
der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

vorgelegt von
Janine Klinge

Kiel, im Juli 2013

INHALTSVERZEICHNIS

Verzeichnis der Abbildungen.....	V
Verzeichnis der Tabellen.....	VII
1 Einleitung	1
2 Alpiner Skisport – Technik und Lerntheorie.....	3
2.1 Anforderungsprofil für den alpinen Skisport	3
2.2 Skitechnische Merkmale für hochwertiges Kurvenfahren	5
2.3 Verlagerung des Körperschwerpunkts mit Hilfe der Fußgelenksflexion ..	6
2.3.1 <i>Regulierende Körperposition</i>	7
2.3.2 <i>Druckregulierung auf dem Ski</i>	10
2.4 Aktueller Forschungsstand	12
2.5 Lerntheorie für motorisches Lernen	12
2.5.1 <i>Regelkreistheorie nach Adams (1971)</i>	13
2.5.2 <i>Schematheorie nach Schmidt (1975)</i>	15
2.6 Aspekte des Feedbacks	17
2.6.1 <i>Objektiv ergänzende Feedback-Information</i>	19
2.6.2 <i>Ergebnisorientierte Rückmeldung („knowledge of result“)</i>	20
2.6.3 <i>Verlaufsorientierte Rückmeldung („knowledge of performance“)</i> ... 21	
2.7 Wissenschaftliche Fragestellung	22

3 Methode.....	24
3.1 Laboraufzeichnung der Verlagerungsbewegungen	24
3.1.1 <i>Datenerhebungsmethode I</i>	24
3.1.2 <i>Verfahren der Datenaufzeichnung und –auswertung I</i>	26
3.1.3 <i>Beschreibung der Versuchsperson</i>	27
3.1.4 <i>Untersuchungsdurchführung</i>	28
3.2 Untersuchungsplan der Pilotstudie	28
3.3 Datenerhebungsmethode II	30
3.4 Beschreibung der Versuchspersonen	31
3.5 Verfahren der Datenverarbeitung und -auswertung II	31
3.6 Untersuchungsdurchführung	33
4 Ergebnisse.....	36
4.1 Entwicklung eines Bewegungsmodells	36
4.2 Ergebnisse des Video-Feedbacks	41
5 Diskussion	51
5.1 Ergebnisdiskussion	51
5.2 Methodendiskussion	55
6 Zusammenfassung	58
7 Literaturverzeichnis.....	60
8 Anhang	63
9 Erklärung.....	81

Verzeichnis der Abbildungen

Abbildung 1: Verlagerung des Körperschwerpunkts durch Beugung im Fußgelenk (Deutscher Verband für das Skilehrwesen, 2012, S. 45)	7
Abbildung 2: Neutrale Grundposition mit Belastung auf der Skimitte (Henner, 2013, S. 50).....	8
Abbildung 3: Beispiele für unfunktionelle Körperpositionen im alpinen Skilauf (Tiroler Skilehrerverband, 2009, S. 18)	9
Abbildung 4: Gleichmäßige und zentrierte Druckverteilung auf dem Ski (Mesle, 2013)	11
Abbildung 5: Informationsarten (Hänsel, 2006, S. 62).....	18
Abbildung 6: Konstruktion der „schiefen Ebene“ im Bewegungslabor	25
Abbildung 7: 7a) reflektierender Hautmarker \varnothing 14mm. 7b) OptiTrack Infrarotlicht Kamera Flex.V100.....	25
Abbildung 8: Darstellung der Kameraplatzierung sowie des zu filmenden Bereichs für die Videoanalysefahrt.....	30
Abbildung 9: Veränderungen der Gelenkwinkel bei 25% Gefälle. a) neutrale Ausgangsposition b) Verlagerung des Körperschwerpunkts durch Fußgelenksflexion c) Ausweichbewegung in Knie- und Hüftgelenk	36
Abbildung 10: Grafische Darstellung der Gelenkwinkelveränderung und der Körperschwerpunktverlagerung bei 25% Gefälle.....	37