

Semesteraufgabe

Gruppenaufgabe, welche im Team (ggf. in den Förderkurszeiten) zu erarbeiten ist.

Themenstellung:

Entwicklung und praktische Erprobung einer methodischen Übungsreihe unter Einsatz von Bewegungskorrekturen mittels „Coach´s Eye“ oder eines anderen Systems in einer ausgewählten Leichtathletikdisziplin.

Auswahl an Disziplinen:

Tiefstart	Weitsprung	Schlagballwurf	Diskuswurf
Hürdensprint	Hochsprung	Speerwurf	Kugelstoßen

- Eine Gruppe (bis zu 3 TN) wählt eine leichtathletische Disziplin aus und sucht nach einer methodischen Übungsreihe (MÜR) in der Fachliteratur oder entwickelt eine selbst.
- Die ausgewählte MÜR wird gemeinsam praktisch durchgeführt und erprobt.
- Dabei werden Besonderheiten der Übungen beschrieben und dokumentiert (eigene Foto- und Videoaufnahmen; mit „Coach´s Eye“) und anhand der gegenseitigen Bewegungsbeobachtung Fehlerkorrekturen vorgenommen.
- Dabei nach Fehlerursachen suchen und Korrekturhilfen erarbeiten

Die schriftliche Ausarbeitung sollte folgende Gliederungspunkte enthalten:

1. Kurze Vorstellung der ausgewählten bzw. entwickelten methodischen Übungsreihe

- die Übungsreihe vorstellen und kurz erläutern
- die Besonderheiten der Übungsreihe hervorheben: z. B. welche Vereinfachungsstrategien (Programmlänge verkürzt, Programmbreite verringert, Invarianten unterstützt, Parameter verändert) kommen zur Geltung?

2. Beschreibung der eigenen Erfahrungen beim praktischen umsetzen der Übungsreihe

- aus der eigenen Innensicht die praktische Umsetzung beschreiben
- Eine Auswahl der selbst erstellten Foto- und Videoaufnahmen zzgl. Bewegungskorrekturen dokumentieren
- Ausgewählte Bewegungsfehler beschreiben
- Fehlerursachen diskutieren und Korrekturhilfen erarbeiten

3. Zusammenfassung und Fazit

Die Semesteraufgabe muss in schriftlicher Form spätestens am **05. Juli 2019** dem jeweiligen Seminarleiter (digital per e-mail und ausgedruckt im Postfach) vorliegen.

Literaturhilfen: - Skript zur Lehrveranstaltung (steht online zur Verfügung)
- die im Skript angegebene Literatur