



Andreas Bund
(Technische Universität Darmstadt)

Motivationsfördernd aber (kognitiv) zu anspruchsvoll?
Ein antagonistisches Erklärungsmodell
zum selbstgesteuerten Bewegungslernen
(AK: Kognition und Motorik)



36. Jahrestagung der asp,
Halle, 20. - 22. Mai 2004



Übersicht

Einleitung Befundlage Erklärungsansätze Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- 1 Einleitung ...
Selbstgesteuertes Bewegungslernen
- 2 Eindeutig, aber erklärungs offen ...
Zur Befundlage
- 3 Im Prinzip richtig, aber ...
Zu vorliegenden Erklärungsansätzen
- 4 Zur Diskussion ...
Ein antagonistisches Erklärungsmodell



Selbstgesteuertes Lernen: Definition

Einleitung

Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

Eine Lernform, bei der „der Handelnde die wesentlichen Entscheidungen, ob, was, wann, wie und woraufhin er lernt, gravierend und folgenreich beeinflussen kann“

(Weinert, 1982, S. 102).



Exp. Vorgehen (Wulf & Toole, 1999)

Einleitung

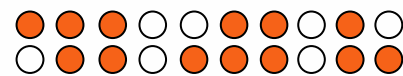
Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

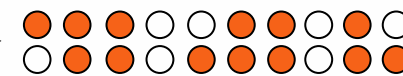
Belastung und Beanspruchung

Selbststeuerung



Selbstgewählt

Fremdsteuerung



Vorgegeben

● Stockeinsatz

○ Kein Stockeinsatz

asp

arbeitsgemeinschaft für
sportpsychologie

Folie 4
von 12



Übersicht

Einleitung Befundlage Erklärungsansätze Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- 1 Einleitung ...
Selbstgesteuertes Bewegungslernen
- 2 Eindeutig, aber erklärungssoffen ...
Zur Befundlage
- 3 Im Prinzip richtig, aber ...
Zu vorliegenden Erklärungsansätzen
- 4 Zur Diskussion ...
Ein antagonistisches Erklärungsmodell



Ergebnisse vorliegender Studien

Einleitung

Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

Studie	Bewegung	Selbstkontrollierte Übungsbedingung	Vorteil für SK gegenüber FK?		
			Ü	R	T
Titzer et al. (1993)	Barrieren umstoßen	Reihenfolge der Aufgabenvarianten	Ja	Ja	-
Janelle et al. (1995)	Zielwurf	Feedback	Nein	Ja	-
Janelle et al. (1997)	Zielwurf	Feedback	Nein	Ja	-
Wulf & Toole (1999)	Skischwung	Verwendung einer Gerätehilfe	Nein	Ja	-
Wulf et al. (2001)	Skischwung	Verwendung einer Gerätehilfe	Nein	Ja	-
Chiviakovsky & Wulf (2002)	Timing-aufgabe	Feedback	Nein	Nein	Ja
Wrisberg & Pein (2002)	Badminton-aufschlag	Videopräsentation	Nein	Ja	-
Wulf et al. (2004)	Sprungwurf	Videopräsentation	Nein	Ja	-
Bund & Wiemeyer (2004)	VH-Topspin Tischtennis	Übungsvariabilität/ Videopräsentation	Nein	Ja	Nein

Tab. 1: Merkmale und Ergebnisse von Untersuchungen zum selbstgesteuerten Bewegungslernen



Übersicht

Einleitung Befundlage Erklärungsansätze Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- 1 Einleitung ...
Selbstgesteuertes Bewegungslernen
- 2 Eindeutig, aber erklärungsoffen ...
Zur Befundlage
- 3 Im Prinzip richtig, aber ...
Zu vorliegenden Erklärungsansätzen
- 4 Zur Diskussion ...
Ein antagonistisches Erklärungsmodell



Bisherige Erklärungsansätze

Einleitung

Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- **Kognitive Prozesse**
 - effektivere Informationsverarbeitung
 - Einsatz persönlicher Lernstrategien
- **Motivationale Prozesse**
 - Wahrnehmung von Autonomie/Kontrolle
 - intrinsische Motivation, Selbstwirksamkeit
- **Motorische Prozesse**
 - Erproben von Bewegungsstrategien
 - "perceptual-motor-workspace"



Diskussion der Erklärungsansätze

Einleitung

Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- ⇒ Erklärungsansätze schließen einander nicht aus
- ⇒ die postulierten kognitiven und motivationalen Prozesse tragen zu der Effektivität des selbstgesteuerten Lernens bei
- ⇒ aber: spezifische Zeitcharakteristik des Selbststeuerungseffekts wird nicht beachtet
- ⇒ Frage: Warum ist selbstgesteuertes Lernen erst langfristig effektiver als fremdgesteuertes Lernen



Übersicht

Einleitung Befundlage Erklärungsansätze Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung

- 1 Einleitung ...
Selbstgesteuertes Bewegungslernen
- 2 Eindeutig, aber erklärungs offen ...
Zur Befundlage
- 3 Im Prinzip richtig, aber ...
Zu vorliegenden Erklärungsansätzen
- 4 Zur Diskussion ...
Ein antagonistisches Erklärungsmodell



Das antagonistische Modell

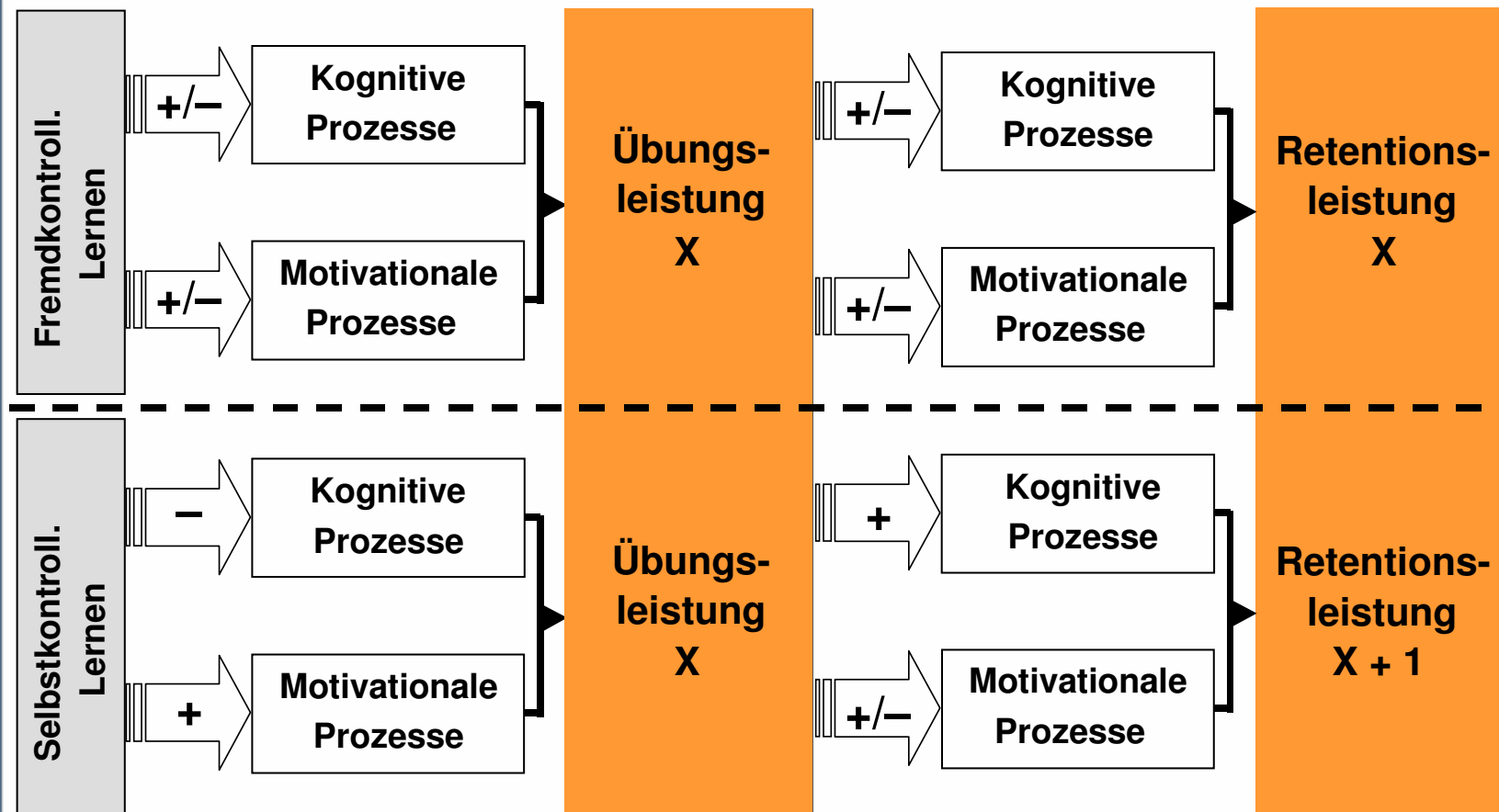
Einleitung

Befundlage

Erklärungsansätze

Antagonistisches Modell

Belastung und Beanspruchung





Danke für Ihre Aufmerksamkeit !