

Inhaltsverzeichnis

1	THEMENAUFRISS UND ZIELSTELLUNGEN	10
2	SPORTLICHE LEISTUNGSFÄHIGKEIT	12
2.1	Motorische Leistungsfähigkeit.....	13
2.2	Entwicklungsbereiche der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten	14
2.2.1	Ausdauer	15
2.2.2	Kraft.....	16
2.2.3	Schnelligkeit.....	19
2.2.4	Beweglichkeit	20
2.2.5	Koordinative Fähigkeiten	22
2.2.6	Fertigkeiten	26
2.3	Motorische Tests	28
2.3.1	Motorische Tests in der Volksschule	29
2.3.2	Deutscher Motorik-Test (DMT)	31
2.4	Resümee	37
3	SCHWIMMEN IN DER PRIMARSTUFE.....	38
3.1	Methodische und didaktische Überlegungen zum Erlernen des Schwimmens.....	38
3.1.1	Wassergewöhnung	39
3.1.2	Wasserbewältigung	40
3.1.3	Wahl der Anfängerschwimmart	42
3.1.4	Methodenwahl	45
3.1.5	Lernphasen	46
3.2	Brustschwimmen	47
3.2.1	Gleittechnik	47
3.2.2	Lehr- und Lernweg Brustschwimmen	53
3.2.3	Häufige Fehler und Korrekturhilfen.....	56
3.3	Bewertung Schwimmen.....	60
3.4	Lehrplan der Volksschule - Schwimmen in der Primarstufe	61

3.4.1	Erfahrungs- und Lernbereich Leisten.....	62
3.4.2	Österreichische Schwimmbzeichen	63
3.4.3	Baderegeln	64
3.5	Hypothesen	65
3.6	Resümee	66
4	FORSCHUNGSTEIL	67
4.1	Forschungsbedingungen.....	68
4.2	Überblick über den Forschungsstand	69
4.3	Stichprobe	70
4.4	Forschungsdesign	71
4.5	Statistische Datenanalyse	73
4.6	Auswertung des Deutschen Motorik-Tests (DMT).....	76
4.7	Auswertung des Brustschwimmens.....	84
4.8	Zusammenhang des Brustschwimmens mit Komponenten des DMT	86
4.9	Resümee	91
5	FAZIT	93
6	LITERATURVERZEICHNIS.....	96
7	ANHANG	101
7.1	Anhang 1: DMT-Erfassungsbogen.....	101
7.2	Anhang 2: Muster-Urkunde DMT	102
7.3	Anhang 3: Mustertabelle für Normwerte und Leistungsklassen.....	103
7.4	Anhang 4: Rohdaten	104
7.5	Eigenständigkeitserklärung	109