

**ADH-Schriftenreihe des Hochschulsports  
Band 13**

**Treutlein/Funke/Sperle**

# **Körpererfahrung im Sport**

**Wahrnehmen - Lernen - Gesundheit fördern**

**Meyer & Meyer Verlag**

Bibliothek das S  
der Fürstlichsn

# Inhaltsverzeichnis

## Vorwort

### 1. Grundlagen

Jürgen Funke-Wieneke (in Diskussion mit Gerhard Treutlein): . . . . .	9
<b>Grundlagen unseres Ansatzes</b>	
Jürgen Schimmel/Gerhard Treutlein: . . . . .	29
<b>Körpererfahrung, Bewegung, Sport, Spiel und Gesundheit - Gesundheit bewahren und fördern, Gesunde belehren und sensibilisieren</b>	
Wolfgang Knörzer/Adalbert Olschewski/Martin Schley: . . . . .	57
<b>Entspannung im körpererfahrungsorientierten Sport</b>	

### 2. Körpererfahrung in den Individualsportarten

Gerhard Treutlein: . . . . .	67
<b>Körperwahrnehmung und Körpererfahrung in der Leichtathletik</b>	
Heinz Janalik: . . . . .	107
<b>Lebenslange Körpererfahrungen durch Judo</b>	
Jürgen Funke-Wieneke: . . . . .	131
<b>Die Perspektive der Körpererfahrung und ihre Bedeutung bei der gezielten Vermittlung im Turnen</b>	
Peter Unger: . . . . .	141
<b>Faszination Wasser</b>	
Heinz Janalik: . . . . .	155
<b>Warum das "Anfänger-Sein" nicht genießen? Elementare Erlebnisse und Erfahrungen im Skikurs mit Anfängern</b>	
Gerhard Treutlein: . . . . .	169
<b>Körpererfahrung im Skilauf - eine vernachlässigte Perspektive</b>	
Nico Sperle: . . . . .	185
<b>Körpererfahrung im alpinen Skifahren</b>	

Frank Schäfer: . . . . .	201
<b>Körpererfahrung und Klettern - Aspekte zu einer Umgestaltung des Lehr-Lernprozesses</b>	
Stefan Köhler: . . . . .	211
<b>Ringens - eine Sportart jenseits der Vorurteile</b>	
<b>3. Körpererfahrung in den Sportspielen</b>	
Hubert Schneider: . . . . .	225
<b>Körpererfahrung im Tennis</b>	
Karl Heinz Leist/Jürgen Loibl: . . . . .	239
<b>Basketball - grundsätzliche Überlegungen und erste praktische Schritte</b>	
Peter Weinberg: . . . . .	255
<b>Was die Hände über (den) Kopf auf das Spielfeld bringen. Oder: Körpererfahrung im Volleyball</b>	
Bernd Ruhnau: . . . . .	265
<b>Körpererfahrung im Handball</b>	
Gerhard Hamsen: . . . . .	275
<b>Körpererfahrung im Fußball</b>	
<b>4. Körpererfahrung in der Vor- und Nachbereitung</b>	
Wolfgang Knörzer: . . . . .	287
<b>Körpererfahrungsübungen - Hilfen zur Verbesserung der Körperbewußtheit</b>	
Angelika Förster: . . . . .	297
<b>Atmung und Bewegung: Über die psychophysiologische Wirkung von Atemübungen auf den Organismus</b>	
Gerhard Treutlein/Michael Preibsch: . . . . .	309
<b>Begleitung eines körpererfahrungsorientierten Sporttreibens</b>	
<b>5. Literaturverzeichnis. . . . .</b>	<b>317</b>
<b>6. Die Autoren. . . . .</b>	<b>333</b>
<b>Information zur ADH-Schriftenreihe</b>	<b>340</b>