

# ..... Inhalt

	<b>Vorwort Ralf Schumann</b> .....	<b>7</b>
<b>1</b>	<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Der Nachwuchstrainer im Sportschießen</b> .....	<b>17</b>
<b>3</b>	<b>Kindersportbücher adäquat nutzen</b> .....	<b>39</b>
<b>4</b>	<b>Lehr-, Lern- und Erziehungsmethoden</b> .....	<b>51</b>
	4.1 Die methodischen Grundformen der Bildung .....	51
	4.1.1 Die darbietende Methode .....	52
	4.1.2 Die erarbeitende Methode .....	58
	4.1.3 Die aufgebende Methode .....	59
	4.1.4 Ideomotorisches Training .....	61
	4.2 Die methodische Gestaltung der Erziehung .....	62
	4.2.1 Methoden des Überzeugens .....	63
	4.2.2 Methoden des Gewöhnens .....	68
	4.2.3 Methoden des pädagogischen Stimulierens .....	73
<b>5</b>	<b>Didaktisch-methodische Grundlagen</b> .....	<b>79</b>
<b>6</b>	<b>Üben und Trainieren lehren</b> .....	<b>89</b>
<b>7</b>	<b>Pädagogische Führung und Selbstständigkeit</b> .....	<b>93</b>
	7.1 Zur Effektivität des Lernprozesses .....	98
	7.2 Psychische Regulation der Lerntätigkeit .....	101
<b>8</b>	<b>Förderung der Zielbildung</b> .....	<b>103</b>
	8.1 Besonderheiten im Nachwuchstraining .....	108
	8.2 Lern- und Trainingsziele .....	110
	8.3 Zielbildung als Orientierungsgrundlage .....	111
<b>9</b>	<b>Förderung der Motivation</b> .....	<b>113</b>
	9.1 Wie lässt sich Motivation fördern? .....	116
	9.2 Was passiert im Kopf des Sportschützen? .....	118

9.3	Motivationsfördernde Rahmenbedingungen . . . . .	119
9.4	Besonderheiten im Kinderbereich . . . . .	120
9.5	Weitere Aspekte der Motivation . . . . .	122
9.6	Positive Verstärkung . . . . .	125
<b>10</b>	<b>Förderung der Selbstkontrolle und der Selbstbewertung . . . .</b>	<b>133</b>
10.1	Kontrolle und Selbstkontrolle im Training . . . . .	136
10.2	Kriterien der Kontrolle und Selbstkontrolle . . . . .	141
	<b>Anhang . . . . .</b>	<b>147</b>
	Der Kinderfreundlichkeits-Pass . . . . .	148
	Gemeinsam gegen Doping . . . . .	150
	Fragebogen zur Selbsteinschätzung der Sportler . . . . .	152
	Fragebogen zum Trainer . . . . .	153
	Leistungs- und Trainingsübersicht . . . . .	154
	Stärken-Schwächen-Analyse . . . . .	156
	Testbogen zur Lerntypanalyse . . . . .	158
	Wettkampfprotokoll – Luftgewehr (Anfänger) . . . . .	160
	Wettkampfprotokoll – Luftgewehr (Fortgeschrittene) . . .	161
	Wettkampfprotokoll – Luftpistole (Anfänger) . . . . .	162
	Wettkampfprotokoll – Luftpistole (Fortgeschrittene) . . .	163
	<b>Literatur . . . . .</b>	<b>165</b>
	<b>Bildnachweis . . . . .</b>	<b>167</b>