

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 55 (1998)

Heft: 5

Artikel: Aus Fehlern lernen!

Autor: Meier, Marcel K.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993028>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 12.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Es gelingt kaum, fehlerfrei zu spielen. Das gilt auch für die Besten. Es kommt darauf an, dass sich Spielerinnen und Spieler selbst davon überzeugen, dass Fehler immer wieder dazu gehören.

Marcel K. Meier, J+S-Fachleiter Tennis
Fotos: Daniel Käsermann

Niemand kann sich über den ganzen Wettkampf hinweg so konzentrieren, dass keine Fehler vorkommen. Fehler sind notwendig, um zu lernen. Sie zeigen auf, was noch verbessert werden kann.

Umgehen mit Fehlern

Fehlhandlungen und deren Folgen, die Handlungsfehler, spielen im Training mit Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle. Mädchen und Jungen machen bei den Sportarten auf Grund der hohen Anforderungen an geistige und motorische Voraussetzungen für Leistungen zwangsläufig

Umgang mit Defiziten bei den Sportsportarten

Aus Fehlern lernen!

immer wieder Fehler. Handlungsfehler sind deshalb als ein normaler Bestandteil der sportlichen Tätigkeit anzusehen. Der Umgang mit Fehlern ist für Leitende und Spielende ein bedeutender Bestandteil bei der täglichen Spielgestaltung.

Fehler und Defizite

Fehler sind Verhaltensweisen, welche Spielerinnen und Spieler hindern, ihre Ziele zu wählen oder die gewählten Ziele zu erreichen. Der Grund für Fehlleistungen sind immer irgendwelche Defizite. Fehler und damit verbundene Defizite gibt es auf allen Leistungsstufen, wobei zwischen Könnern und Anfängern erhebliche qualitative und quantitative Unterschiede vorkommen.

Spielleistungen als falsch zu bezeichnen und die entsprechenden Defizite zu ergründen, ist nicht immer einfach und hängt von vielen Faktoren ab. Das Schema «Catherine kann nicht spielen!?» gibt einen Überblick und Stichworte zu möglichen Defiziten.

Ohne Fehler keine Vervollkommenung

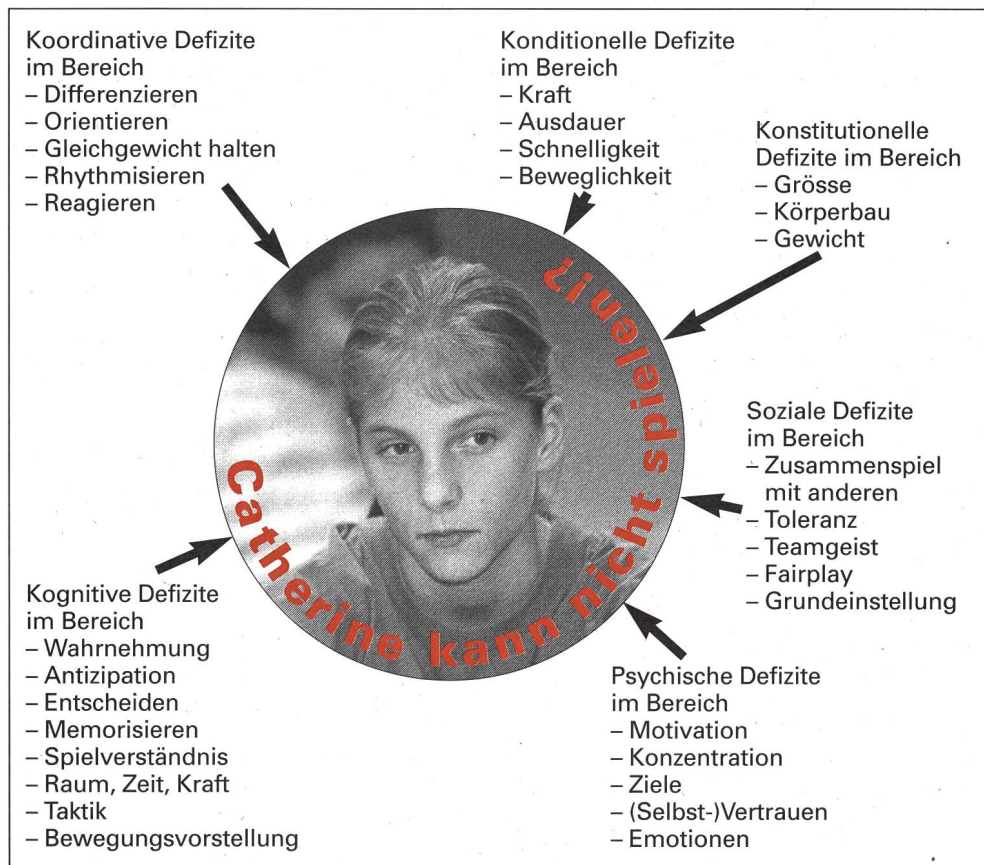
Der Fehler wird im Allgemeinen als etwas Negatives angesehen. Anerkennung und Lob erhalten die Kinder und Jugendlichen, wenn sie im Vergleich zu anderen wenig Fehler machen. Sie bemühen sich demzufolge, Fehler zu vermeiden. Wird diese Einstellung zum vorherrschenden Motiv im Training, so wird jeder Fehler als Misserfolg erlebt. Die Folge ist kein freudbetontes, sondern ein von negativen Gefühlen begleitetes Training, das der Entwicklung von Selbstvertrauen entgegenwirkt. Das muss nicht so sein. Lernen ohne Fehler ist unmöglich. Deshalb sind Fehler eine notwendige Voraussetzung für die Vervollkommenung der sportlichen Leistung. Das soll nicht heissen, dass der Fehler selbst etwas Positives ist. Entscheidend ist die Tatsache, dass Fehler Rückschlüsse zulassen, die für die Spielenden häufig von grösserer Aussagekraft sind als Rückmeldungen über die «normgerechte» Ausführung der sportlichen Technik.

Immer wieder neu

Wenn man bedenkt, dass die Leistung einer Person bei einer konkreten Handlung von bis zu einer Million individuellen Faktoren beeinflusst werden kann, so wird deutlich, dass sich zwei Torschüsse oder zwei Korbwürfe niemals gleichen können. Aktive Beeinflussung und Anpassung an die wechselnden äusseren sowie inneren Bedingungen sind deshalb wichtige Trainingsziele, um die Handlungszuverlässigkeit der Spielenden zu erhöhen. Dabei sollte aber von vornherein klar sein, dass die Fehlerwahrscheinlichkeit zwar durch Training und zielgerichtete Beeinflussung gesenkt werden kann, aber niemals den Wert null annehmen wird. Bei sportlichen Tätigkeiten gilt die Regel: Je höher die Anforderungen an die Reaktion und Präzision, desto höher auch die Fehlerwahrscheinlichkeit.

Die Hauptorientierung im Training mit Kindern und Jugendlichen sollte deswegen nicht darin bestehen, Fehler zu vermeiden, sondern in der Erkennung von Defiziten für die Vervollkommenung der Handlungsregulation, um die Fehlerwahrscheinlichkeit schrittweise zu verringern.

Ein Fehler kann nur dann positive Folgen haben, wenn die Leiterinnen



Wesentlichste Defizite, modifiziert von Meier (vgl. Nagel 1990, 51).

und Leiter zumindest die nachfolgenden fünf Aspekte berücksichtigen.

1. Bestimme den

Fehler immer individuell!

Zur Bestimmung von Defiziten sind ausser objektiven Parametern vor allem die subjektiven Leistungsvoraussetzungen zu berücksichtigen. Es wäre demzufolge völlig unangemessen, bei Anfängern eine nicht optimale sportliche Technik als Fehler oder Fehlhandlung zu bezeichnen. Voraussetzung für eine leistungsfördernde Fehlerbestimmung ist, den «Sollwert» exakt zu definieren. Erst wenn Kinder und Jugendliche wissen, was konkret zu tun ist, können sie überhaupt eine Fehlhandlung erkennen und entsprechende Schlussfolgerungen ziehen. Auf jeder Spielstufe kann man bestimmte «Techniken» empfehlen. Sie sollten aber folgende Eigenschaften aufweisen:

- Sie sollten leicht zu erlernen sein.
- Sie sollten – mit wenig Änderungen – ermöglichen, verschiedene Spielsituationen zu meistern.
- Sie sollten sich dem Fortschritt der Spielerinnen und Spieler ohne grosse Änderungen anpassen.

2. Analysiere die Gesamthandlung!

Von vielen Leiterinnen und Leitern werden Defizite ausschliesslich im Zusammenhang mit der sportlichen Technik gesehen («Bewegungstechnik»). Viele Fehler haben aber ihre Ursache in falschen Wahrnehmungen, Vorstellungen oder Entscheidungen, sind also vielmehr gedankliche Fehler. Die Analyse von Fehlern muss sich deshalb immer auf die Handlung als Ganzes beziehen.

Überprüfe ob das Handlungsziel überhaupt erreichbar ist. Es ist durchaus möglich, dass äussere, innere oder soziale Bedingungen zwangsläufig defizitär sind und zu Fehlern führen, die durch kurzfristige Korrekturmassnahmen nicht verhindert werden können.

3. Ermittle eine Rangfolge der Defizite!

Ein Fehler hat meistens mehrere Ursachen. Es kommt immer darauf an, den Primär- oder Hauptfehler zu erkennen, der oft andere Fehler (Fehlhandlungen) nach sich zieht. Es ist immer zu ermitteln, welche Fehlhandlung nur die Folge einer anderen ist. Schwierig wird die Fehleranalyse dann, wenn sich Fehler gegenseitig aufheben und dennoch gute Resultate zustande kommen. Die Vielzahl leistungsbestimmender Faktoren erschwert natürlich die Ermittlung der Fehlerursachen. Das Schema «Michael kann nicht spielen» verdeutlicht, welche Bereiche bei der Analyse



von Defiziten zumindest einbezogen werden sollten.

4. Korrigiere das «Richtige»!

Jede Fehlerkorrektur sollte immer vom Hauptfehler ausgehen. Dabei kommt es darauf an, nicht nur das Sichtbare im Dialog mit den Kindern und Jugendlichen anzusprechen, sondern alle, die den Defiziten zugrunde liegenden Regulationsvorgänge aufzudecken. Je differenzierter diese bewusst gemacht werden, um so effektiver können die abgeleiteten Korrekturmassnahmen sein. Dazu ein Beispiel: Bei einem jungen, leicht fortgeschrittenen Tennisspieler landen die meisten Bälle im Netz. Der Leiter korrigiert seine Bewegung: «Du musst unter den Ball gehen und den Schläger von unten nach oben führen.» Der Knabe versucht dies umzusetzen, doch wie könnte es auch anders sein, es gelingt nicht. Der Leiter gibt weitere Bewegungsanweisungen mit wenig Erfolg. Schliesslich fragt er seinen Schützling, wie hoch er den Ball über das Netz spielen möchte. «5 bis 10 Zentimeter, so wie die Grossen im Fernsehen», gibt der kleine Knirps zur Antwort. Etwas erstaunt erklärt der Leiter, dass dies bei den Profis nicht der Fall ist und es physikalisch gar nicht möglich ist, immer so knapp und erfolgreich über die Netzkante zu spielen. Beim nächsten Ballwechsel zielte der Junge 1 bis 2 Meter über das Netz und es gab einen Ballwechsel von 150 Mal hin und her.

Das Beispiel macht deutlich, dass Defizite meist nicht bei der Bewegung selbst liegen. Häufig sind es falsche Vorstellungen die zu Fehlern führen. Eine Fehlerkorrektur ist aber nur dann effektiv, wenn Kinder und Jugendliche die gegebenen Informationen für eine Verbesserung einsehen, aufnehmen, verarbeiten und umsetzen können.

Erfahrungen zeigen, dass Korrekturformen, welche nicht nur technische Bewegungsabläufe, sondern auch strategisch-taktische und soziale Verhalten berücksichtigen, in relativ kurzer Zeit gründliche und dauernde Spielverbesserungen ermöglichen.

5. Auch einmal «nicht» korrigieren

Fehler korrigieren ist ein hartes Brot. Für Leiterinnen und Leiter ist es schwierig, wenn sie Trainingsgruppen von zehn, zwölf oder fünfzehn Kindern und Jugendlichen haben und sie betreuen müssen. Schweift dann der Blick korrigierend über die spielende Gruppe, sehen Leiterinnen und Leiter Fehler über Fehler, jedenfalls vieles, was «Fehler» zu sein scheint: Wo soll man anfangen? Wie kommt man mit dem Korrigieren einigermassen durch?

Die Alltagspraxis weist denn auch häufig eine gehetzte, oberflächlich wirkende, von knappen Anweisungen geprägte Fehlerkorrektur auf und oft fällt selbst diese dem Praxisdruck zum Opfer. Allerdings:

Unter Umständen ist es sogar besser, eine Fehlerkorrektur unterbleibt ganz, als dass sie oberflächlich ausfällt.

Auch Spielerinnen und Spieler empfinden es als belastend oder nervend, wenn Korrekturen ihre Problematik nicht treffen.

Korrigieren

Analyse und Vorgehen

- Beobachten, beurteilen, beraten!
- Gewinne einen allgemeinen Eindruck vom Spiel deiner Spielerinnen und Spieler! Fordere – überfordere! Bringe sie an und über ihre Grenzen!
- Beobachte das Resultat der ganzen Aktion!
- Stelle einen Bezug zu den Voraussetzungen deiner Spielerinnen und Spieler her! Beurteile!
- Formuliere ein Lernziel, eventuell Teilziele!
- Wähle Übungen und führe sie durch!
- Überprüfe! Vergleiche Neues mit Altem und ziehe Konsequenzen!

Lernwirksame Korrekturen werden erreicht durch:

- Aufgaben stellen.
- Den Sinn der Korrektur bewusst machen.
- Gegensatzerfahrungen provozieren.
- Vorzeigen und Akzente setzen.
- Visuelle Mittel (Reihenbilder, Fotos, Video) einsetzen.
- Metaphern brauchen.
- Nur einen Fehler auf einmal – den Hauptfehler – korrigieren.
- Für das Sammeln von Erfahrungen Zeit lassen.
- Wenn möglich individuell korrigieren.
- Für notwendige Korrekturen überzeugen.
- Nicht (nur) sagen und zeigen, was falsch war, sondern zeigen wie man es «richtig» machen kann.

Selbstständigkeit

Befähige Kinder und Jugendliche, selbst Fehler zu erkennen und Korrekturmassnahmen einzuleiten. Die zielgerichtete Wahrnehmungsfähigkeit ist dafür eine wichtige Voraussetzung. Es kommt insbesondere darauf an, die handlungsrelevanten Informationen aus unterschiedlichen Sinnesgebieten zu nutzen. Die differenzierte Wahrnehmung möglicher Fehlerursachen führt

dann auch zur Ableitung effektiver Korrekturmassnahmen durch die Kinder und Jugendlichen selbst. Um hier entscheidende Fortschritte zu erreichen, sollten die Mädchen und Jungen bereits im Grundlagentraining Techniken variieren, Fehleranalysen selbstständig durchführen, Rückmeldungen der Leiterinnen und Leiter interpretieren – kurz: Das innere Bild durch eine bewusste Mitarbeit schrittweise verbessern. Die individuell optimale Handlungsfähigkeit wird auf diese Weise schneller und dauerhafter entwickelt, als wenn ständig auf das technische Leitbild orientiert und die zielgerichtete Verbesserung psychischer, sozialer und kognitiver Fähigkeiten dabei vernachlässigt wird.

Umgang mit Defiziten und GAG

Vor einem Jahr wurde hier die GAG-Methode beschrieben und an sportpraktischen Beispielen erläutert (Nr. 5/1997). Mit Defiziten umgehen lässt sich optimal mit GAG-Lektionen realisieren. Offene oder vorgegebene Spielsituationen werden gespielt. Aus der Analyse ergeben sich Ziele, Unterrichtsinhalte und entsprechende Übungen. Im zweiten Spielteil der Lektion werden die Spielsituationen wieder durchgespielt. Es können so Fortschritte und Schlussfolgerungen für die Zukunft gezogen werden.

Die nachfolgenden Beiträge sind den Themen

- Umgang mit sozialen Defiziten
 - Umgang mit psychischen Defiziten
 - Umgang mit kognitiven Defiziten
- gewidmet. Auf die Defizite im koordinativen, konditionellen und konstitutionellen Bereich, die in der Abb. 1 auch aufgeführt sind, wird nicht eingegangen. Sie wurden in letzter Zeit genügend oft behandelt.

Literatur

Nagel, V.: Bewegungen interpretieren statt «Fehler» korrigieren. Sportpädagogik 1/1990, S. 48–53.

Lernen und Lehren im Sportunterricht. Verschiedene Autoren in Magglingen 7, 8, 9, 10, 11/1994. ■

Sonderrabatt für Jugend+Sport- Gruppenreisen

65 Prozent billiger als Normalpreis auf Bahn, Bus, Schiff.
Auskunft erteilt Ihnen Ihr kantonales J+S-Amt und die ESSM Magglingen.



SBB

Neu:

Naturfreunde-Häuserverzeichnis

Fr. 15.- exkl. Porto.
Mit 88 günstigen Übernachtungs-
möglichkeiten im Jura, Voralpen,
Alpen.

Bestellung bei
Naturfreunde Schweiz
Zentralsekretariat, Postfach
Pavillonweg 3, 3001 Bern
Tel. 031 3016088
Fax 031 3016118

**Wir wollen
Antritte,
nicht
Fusstritte.**

Wir wollen
fairen Sport



Kanton Glarus

Massenlager für Lager, Kurse und Schulverlegungen

Massenlager mit rund 100 Schlafplätzen, Küche,
Aufenthaltsräumen, Sportplatz, evtl. zusätzliche Kursräume
nach Vereinbarung.

In der Umgebung: Wandermöglichkeiten, Hallenbad und
See, Sportplatz, verschiedene Skigebiete, Linthebene.

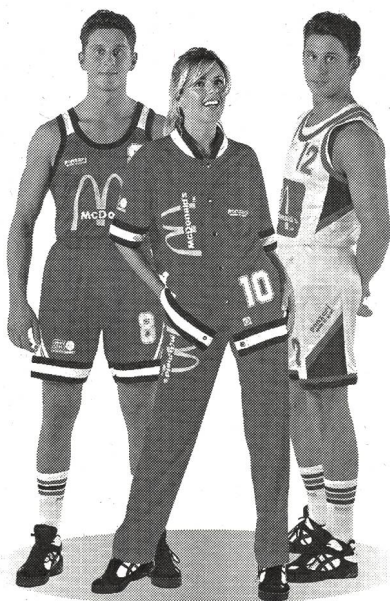
Vollpension nach Absprache möglich.

Wir haben 1998 noch Termine frei

Anfragen richten Sie bitte an:
Gemeinde Oberurnen, Herr Kurt Hunold
Telefon 055 617 2022, Fax 055 617 2025



Das besondere Dress für Ihren Verein



**Aus über 100
Grundmodellen
bestimmen Sie:**

- Modell und Farben
- die Stoffqualität
- die Aufschriften

14 000 Klubs in ganz
Europa sind von
Panzeri® ausgerüstet
worden.

Verlangen Sie
Informationen und
Gratisprospekte:

Vera Bühler
Grossmatt 16
6440 Brunnen
☎ 041/820 46 41
Fax 041/820 20 85
(auch abends)

Mit **PANZERI®** ist Ihr Klub preisgünstig anders gekleidet!

VISTA
WELLNESS

**Kurse für Turn- und Sportlehrer
Cours pour maîtres EP**

Kurs Nr./no cours	Ort/lieu	Datum/date
010	Zürich	21.6.98
011	Bern	12.9.98
012	Lausanne	5.9.98
020	Bern	8.11.98
021	Lausanne	17.10.98

Inhalte:

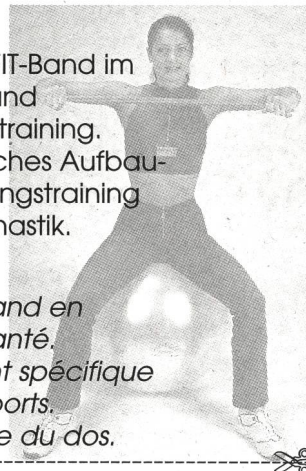
Kurs-Nr. 01_ FIT-Ball und FIT-Band im
Konditions- und
Gesundheitstraining.

Kurs-Nr. 02_ Sportspezifisches Aufbau-
und Ergänzungstraining
Rückengymnastik.

Contenu:

Cours no 01_ FIT-Ball/FIT-Band en
sport, loisir-santé.

Cours no 02_ Entraînement spécifique
à certains sports.
Gymnastique du dos.



**Ich interessiere mich für Ihr Angebot. Senden Sie
mir detaillierte Unterlagen zu folgenden Kursen:**

**Je m'intéresse à vos cours. Veuillez m'envoyer
tous les détails concernant le cours:**

☐ 01...

☐ 02...

☐ Bitte senden Sie mir Ihre Produktunterlagen
mit didaktischen Broschüren.

☐ Veuillez m'envoyer votre documentation
avec brochures didactiques.

Kursangebote für Fitness Instruktoren erhalten Sie
unter der gleichen Adresse.

Les informations pour les cours
pour instructeurs Fitness sont
obtenables à la même adresse.

VISTA Wellness AG/SA
Industriering 7 CH-3250 Lyss-BE
Tel. 032 387 70 30 (deutsch)
032 841 42 52 (français)
Fax 032 387 70 35



Name/nom _____
Beruf/profession _____
Adresse _____
Ort/Lieu _____
Tel. _____



MAC