

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung und Relevanz der Thematik.....	17
2	Theoretische Grundlagen	25
2.1	Spielfähigkeit und Sportspielfähigkeit.....	25
2.1.1	Sportspielfähigkeit im Kinderhandball	28
2.1.2	Vermittlung von Sportspielfähigkeit.....	30
2.1.3	Kernpunkte des Kapitels Spielfähigkeit und Sportspielfähigkeit.....	34
2.2	Taktik im Sportspiel in dem Zusammenhang mit bilateralem Training.....	35
2.2.1	Bedeutung der Taktik für die Sportspielfähigkeit, -leistung und -bewertung	40
2.2.2	Basistaktiken und taktische Basiskompetenzen.....	48
2.2.3	Spielkreativität und Spielintelligenz.....	52
2.2.4	Modelle taktischen Handelns.....	61
2.2.5	Kernpunkte des Kapitels Taktik im Sportsport in dem Zusammenhang mit bilateralem Training.....	69
2.3	Kognitionen im Sportspiel und mögliche Einflüsse von bilateralem Training.....	70
2.3.1	Antizipation	73
2.3.1.1	Antizipation und Handlungspräferenz	77
2.3.1.2	Antizipation im Handball unter besonderer Berücksichtigung der Linkshändigkeit	79
2.3.2	Wahrnehmung.....	84
2.3.3	Aufmerksamkeit	90
2.3.4	Kernpunkte des Kapitels Kognitionen im Sportspiel und mögliche Einflüsse von bilateralem Training.....	94
2.4	Lateralität im Sport	96
2.4.1	Grundlagen der Lateralität.....	98
2.4.1.1	Ätiologie der Lateralität	100
2.4.1.2	Motorische Lateralisierung und Veränderung der Präferenz.....	103

2.4.2	Lateralisation und Interaktion der Hemisphären.....	106
2.4.2.1	Spezialisierung der Hemisphären.....	109
2.4.2.2	Interhemisphärische Verbindungen und Informationsaustausch.....	114
2.4.3	Studienlage der Neuroplastizität im Handball.....	119
2.4.4	Kernpunkte des Kapitels Lateralität im Sport.....	123
2.5	Cross-Education	125
2.5.1	Cross-Education und Krafttransfer	126
2.5.2	Cross-Education und Fertigkeitstransfer	132
2.5.3	Kernpunkte des Kapitels Cross-Education.....	143
2.6	Bilaterales Training	144
2.6.1	Bilaterales Training im Kontext des Technik- und Taktiktrainings	145
2.6.2	Untersuchungen zum bilateralen Training	148
2.6.2.1	Trainingszeitraum und -umfang.....	153
2.6.2.2	Trainingsverhältnis der nicht-dominanten und dominanten Seite.....	154
2.6.2.3	Trainingsbeginn und anfängliche Trainingsseite.....	155
2.6.2.4	Trainingsalter	156
2.6.2.5	Handballspezifische Erkenntnisse.....	157
2.6.3	Kernpunkte des Kapitels Bilaterales Training.....	167
3	Zwischenfazit, Forschungsdesiderat und Hauptforschungsfragen.....	169
4	Empirischer Teil.....	173
4.1	Mixed Methods als Forschungsmethode.....	173
4.1.1	Primäre Mixed Methods Design Dimensionen	176
4.1.2	Sekundäre Mixed Methods Design Dimensionen	185
4.2	Design des quantitativen Studienstrangs	192
4.2.1	Forschungsfragen und Arbeitshypothesen.....	193
4.2.2	Studiendesign	198
4.2.3	Stichprobe.....	201

4.2.4	Überblick über die Pilotstudie	205
4.2.5	Trainingsprogramm	207
4.2.5.1	Pilotierung des Trainingsprogramms	207
4.2.5.2	Das entwickelte Trainingsprogramm	208
4.2.6	Erhebungsmethode Spieltestsituationen und konzeptorientiertes Expertenrating	210
4.2.6.1	Pilotierung und Validierung der Spieltestsituationen	211
4.2.6.2	Die entwickelten und validierten Spieltestsituationen	215
4.2.7	Kurzfragebogen zur Stichprobencharakterisierung	222
4.2.8	Längsschnittdesign und statistische Auswertungsansätze	223
4.3	Design des qualitativen Studienstrangs	229
4.3.1	Forschungsfragen	230
4.3.2	Überblick über den qualitativen Studienstrang	230
4.3.3	Prinzipien und Gütekriterien qualitativer Forschung	231
4.3.4	Experteninterview und theoretisches Sampling	232
4.3.5	Interviewleitfaden	237
4.3.6	Beschreibung der Datenerhebung und des Samples	240
4.3.7	Datentranskription	244
4.3.8	Qualitative Datenanalyse	245
4.4	Ergebnisse des quantitativen Studienstrangs	255
4.4.1	Interrater Reliabilität	255
4.4.2	Datenaufbereitung	257
4.4.3	Handhabung und Analyse von fehlenden Daten	258
4.4.4	Beschreibung der Stichprobe	261
4.4.5	Deskriptive Statistik der Spieltestsituationen	269
4.4.5.1	Spieltestsituation 1 „Raum kooperativ überbrücken“	269
4.4.5.2	Spieltestsituation 2 „Räume und Lücken erkennen“	274
4.4.5.3	Spieltestsituation 3 „Ziel ansteuern und Wurfauswahl“	278
4.4.5.4	Taktische Leistungsfähigkeit gesamt	282
4.4.5.5	Differenzierte Betrachtung der Interventionsgruppe	285
4.4.5.6	Kernpunkte der deskriptiven Statistik	289

4.4.6	Voraussetzungsüberprüfung parametrischer Analysen.....	291
4.4.7	Latente Wachstumskurvenmodelle mit Mplus	293
4.4.7.1	Latente Wachstumskurvenmodelle 1. Ordnung.....	296
4.4.7.2	LGCM 1. Ordnung für Spieltestsituation 1.....	301
4.4.7.3	LGCM 1. Ordnung für Spieltestsituation 2	312
4.4.7.4	LGCM 1. Ordnung für Spieltestsituation 3	319
4.4.7.5	Kernpunkte der latenten Wachstumskurvenmodelle 1. Ordnung	328
4.4.8	Latente Wachstumskurvenmodelle 2. Ordnung	331
4.4.8.1	Voranalyse LGCM 2. Ordnung.....	332
4.4.8.2	LGCM 2. Ordnung für die taktische Leistungsfähigkeit gesamt	336
4.4.8.3	Kernpunkte der latenten Wachstumskurvenmodelle 2. Ordnung.....	345
4.4.9	Latente Wachstumskurvenmodelle zur Analyse des bilateralen Trainings	346
4.4.9.1	Voranalyse LGCM 2. Ordnung.....	347
4.4.9.2	LGCM 2. Ordnung für bilaterales Training	348
4.4.9.3	LGCM 1. Ordnung mit parallelen Wachstumskurven.....	349
4.4.9.4	Kernpunkte der Analyse des bilateralen Trainings	363
4.5	Ergebnisse des qualitativen Studienstrangs.....	366
4.5.1	Definition und Charakterisierung.....	366
4.5.2	Bedeutsamkeit des bilateralen Trainings	371
4.5.3	Erfahrungen mit bilateralem Training	373
4.5.4	Angenommene Effekte	376
4.5.4.1	Präventive und rehabilitative Aspekte.....	378
4.5.4.2	Motivationale Aspekte.....	379
4.5.4.3	Koordinative Aspekte	380
4.5.4.4	Technische Aspekte	380
4.5.4.5	Taktische Aspekte.....	382
4.5.4.6	Kognitive Aspekte.....	383

4.5.5	Angenommene Auswirkungen auf die Sportspielfähigkeit.....	383
4.5.6	Erwartete Ergebnisse der Trainingsstudie	386
4.5.7	Trainingspraktische Fragestellungen	388
4.5.7.1	Besteht eine Niveau- und Altersabhängigkeit?	389
4.5.7.2	Ist Zeit ein limitierender Faktor?	392
4.5.8	Trainings- und Handlungsempfehlungen	394
5	Gesamtinterpretation und Diskussion der Ergebnisse	397
5.1	Konzeptualisierung von bilateralem Training.....	398
5.2	Effekte von bilateralem Training auf die Sportspielfähigkeit.....	401
5.2.1	Fokus auf technische Aspekte der Sportspielfähigkeit.....	401
5.2.2	Fokus auf taktische Aspekte der Sportspielfähigkeit	408
5.3	Trainingsempfehlungen	433
6	Limitationen und Empfehlungen für zukünftige Forschung	437
7	Fazit und Ausblick	445
	Literaturverzeichnis	449
	Abbildungsverzeichnis.....	479
	Tabellenverzeichnis	485
	Anhang	491