

Thema:

Ein Computerprogramm zur Unterstützung des mentalen Trainings, der in einem Sportverein des Deutschen Schützenbundes e. V. organisierten jugendlichen Sportschützen

Annotation:

Das Computerprogramm hat die Aufgabe, junge Sportschützen ab dem Alter von 10 Jahren im Training durch Wettkampfsimulationen auf reale Wettkampfsituationen vorzubereiten. Dazu soll es insbesondere die Sportler mit den mentalen Belastungen in Wettkämpfen konfrontieren und vertraut machen. Die Simulationsergebnisse werden durch das Programm ausgewertet und dokumentiert, so dass die Sportler nach jeder Wettkampfsimulation gemeinsam mit ihrem Trainer Fehlerquellen und Probleme zum einen analysieren und zum anderen beheben bzw. lösen können. Mithilfe des Computerprogramms wird es möglich, besser die sportlichen Reserven der jungen Schützen zu erschließen und dafür gezielt verbesserte Trainingsmethoden zu erarbeiten. Die grafische Benutzeroberfläche des Computerprogramms ist adäquat den realen Wettkampfbedingungen gestaltet worden und weist spezielle Hilfestellungen für die Sportler und dem Trainer auf. Das Computerprogramm wurde mehrfach im realen Training von jugendlichen Sportlern gemeinsam mit ihrem Trainer getestet, durch den Programmierer verbessert und erneut getestet. Die Entwicklung des Computerprogramms war auch damit verbunden, dass regelmäßige Absprachen mit einem Trainer und Informatiklehrers erfolgten.