

Didaktische Handreichung

Digitale Medien in der Schule

30-STE-PS4-03

Material:

**Schülerfeedbacksystem (Kahoot!) Artefakt zur allgemeinen
Trainingslehre im Fach Sport**

Name:

David Roth

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-----|---------------------------------------|----|
| 1 | Beschreibung des Materials | 3 |
| 1.1 | Rahmeninformationen zum Einsatz | 3 |
| 1.2 | Kurzbeschreibung | 3 |
| 1.3 | Voraussetzungen zur Verwendung..... | 4 |
| 2 | Voransicht des Materials | 5 |
| 3 | Geförderte Kompetenzen | 10 |
| | Literaturverzeichnis..... | I |



1 Beschreibung des Materials

1.1 Rahmeninformationen zum Einsatz

| | | | | | |
|---|--|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Unterrichtsfach | <i>Sport</i> | | | | |
| Thema | <i>Grundlagen der Sporttheorie und allgemeiner Trainingslehre</i> | | | | |
| Klassenstufe | <i>Klasse 11/12</i> | | | | |
| Lernbereich | <i>Lernbereiche (1), 3 & 4</i> | | | | |
| Positionierung innerhalb des Lernbereiches | <i>(Wo würden Sie die Anwendung des Materials empfehlen? Anfang, Mitte, Ende; Nach einem bestimmten Unterpunkt des Lernbereiches? ...)</i> | | | | |
| Lernphase | <i>Empfohlen wird das Material für die Festigungsphase als Rückmeldung über den Lernstand an die Lehrkraft</i> | | | | |
| Kompetenzniveaus nach DQR | Niveaus | 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
| | Fachkompetenz | | | X | |
| | Methodenkompetenz | | X | | |
| | Selbstkompetenz | X | | | |
| | Sozialkompetenz | X | | | |

1.2 Kurzbeschreibung

Gedacht ist das Quiz als Klausurvorbereitung, entweder als einzelnes oder möglich auch als wöchentliches Vorbereitungsquiz und somit als Feedback für den momentanen Lernstand in der Vorbereitung auf das Abitur. Die ausgewählten Lernbereiche decken im Groben ab, was die Grundlagen für das Gesamtverständnis der Trainingslehre und der Biomechanik darstellen. Sie sind aber so ausgewählt, dass auf ihnen aufgebaut werden kann und die Fragen von Woche zu Woche schwieriger bzw. komplexer werden. Die Bilder dienen besonders zur Visualisierung, beispielsweise bei Frage 6 auch zur Erläuterung wie die Übung „Oberarm-Curl“ aussieht. Die Frage 1 (Schaubild Superkompensation) ist eines der wichtigsten Schaubilder in der Trainingslehre, es setzt zudem eine Kompetenz im Umgang und Analyse von Schaubildern voraus und gibt mir als Lehrkraft ebenfalls Rückmeldung über diese Kompetenz von Schülerseite.



1.3 Voraussetzungen zur Verwendung

Technische Voraussetzungen:

*Die technischen Voraussetzungen erfordern einen Beamer und ein kompatibles internetfähiges Endgerät (PC, Laptop, Tablet, Smartphone,...) für den Präsentanten sowie ein internetfähiges Endgerät für jede*n Schüler*in. Zudem ist eine Internetverbindung nötig.*

Inhaltliche Voraussetzungen:

Die Schülerinnen und Schüler sollten mit dem Umgang von internetfähigen Endgeräten vertraut sein und selbstständig einem Link folgen können.

Um die Fragen sinngemäß richtig beantworten zu können sollten Sie bereits grundlegende Kenntnisse zur allgemeinen Trainingslehre haben und mit der Sporttheorie vertraut sein.

Anforderungen an die Lehrkraft:

Die Lehrkraft sollte über eine Art Moderationsfähigkeit verfügen, um die Fragen an-, ein- und auf sie überleiten zu können. Zudem muss ein Link freigeschaltet und veröffentlicht werden, weshalb grundlegende Kenntnisse in der Erstellung einer Präsentation bzw. einer Visualisierung/Bereitstellung eines solchen Links vorhanden sein sollten.



2 Voransicht des Materials

67

Welches Prinzip wird in diesem Schaubild dargestellt?

Time limit: 20 sec

Points: 1000

Answer options: Single select

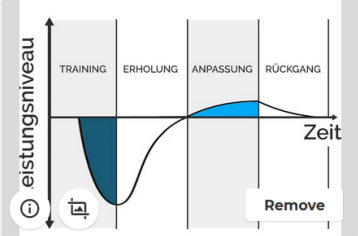


Image reveal: Original, 3x3, 5x5, 8x8

Das Mayer-Prinzip

Das Prinzip der Superkompensation

Das Prinzip der addierten Ermüdungen

Das Last-Kraft-Prinzip

Der Begriff "*Homöostase*" beschreibt den Gleichgewichtszustand eines offenen dynamischen Systems.

Time limit: 20 sec

Points: 1000

Image library, Upload image, YouTube link

True

False



Welches der Folgenden gehört **NICHT** zu den biomechanischen Prinzipien nach Hochmuth?

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

Single select

Drag and drop image from your computer

Image library

Upload image

YouTube link

Prinzip der Impulserhaltung



Prinzip des optimalen Beschleunigungswegs



Go-and-Stop-Prinzip



Prinzip der Anfangskraft



Was gehört **NICHT** zu einem klassischen Belastungsgefüge?

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

Single select

Drag and drop image from your computer

Image library

Upload image

YouTube link

Erwärmung



Intensität



Dichte



Umfang



Wer oder was ist WADA?

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

Single select

Drag and drop image from your computer

Image library Upload image YouTube link

- Wirtschafts-Agentur-Deutscher-Amateure
- West-American-Drug-Association
- Womans-Anti-Depression-Agency
- Welt-Anti-Doping-Agentur

Der bei den Oberarm-Curls **primär** trainierte Muskel (Agonist) ist der dreiköpfige *m. triceps brachii*

Time limit

20 sec

Points

1000



Image reveal

Original 3x3 5x5 8x8

- True
- False



Aufgabenpool „Digitale Medien in der Schule“ von Universität Leipzig (Roth) ist lizenziert unter einer

[Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Welche der Folgenden ist **KEINE** Form der konditionellen Fähigkeit *Kraft*?

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

Single select

Drag and drop image from your computer

Image library

Upload image

YouTube link

▲ Kraftausdauer



◆ Maximalkraft



● Sprungkraft



■ Schnellkraft



Ein Sarkomer besteht aus mehreren Bauteilen: aus den Z-Scheiben, dem Aktin und dem...

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

Single select

Drag and drop image from your computer

Image library

Upload image

YouTube link

▲ Ketin



◆ Tokin



● Myosin



■ Lumin



Bei **kurzen** (- 2 Min.) & **intensiven** Ausdauerleistungen überwiegt der **anaerobe** Energiegewinnungsweg.

Time limit

20 sec

Points

1000



Drag and drop image from your computer

Image library

Upload image

YouTube link

◆ True



▲ False



Der 10.000m-Lauf zählt zu welcher Form der Ausdauerleistung?

Time limit

20 sec

Points

1000

Answer options

☰ Single select



Remove

Image reveal



Original



3x3



5x5



8x8

▲ Sprint



◆ Kurzstrecke



● Mittelstrecke



■ Langstrecke



3 Geförderte Kompetenzen

(Beschreiben Sie die einschlägigen Kompetenzen, die durch Ihr Material gefördert werden. Nutzen Sie dafür das in der Übung eingeführte Kompetenzmodell)

Fachkompetenzen:

Fachwissen

Kompetenzniveau nach DQR

| 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
|---------|---------|---------|---------|
| | | X | |

(Das Artefakt ist für die Wissenskonsolidierung für das zuvor gelernte neue Fachwissen gedacht, welches dadurch gleichzeitig geprüft und gefördert wird)

Wissens-Transfer

Kompetenzniveau nach DQR

| 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
|---------|---------|---------|---------|
| | X | | |

(Das gelernte Fachwissen wird im Weiteren auch auf Schaubilder oder Bewegungen angewandt, welches die Fähigkeit des Wissenstransfers und damit die sportlichen Fachkompetenzen im Bereich Wissen fördert)

Methodenkompetenzen:

Beobachtung/Analyse

Kompetenzniveau nach DQR

| 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
|---------|---------|---------|---------|
| | X | | |

(Das Artefakt fördert die Beobachtung bzw. Analyse dahingehend, dass die SchülerInnen gefordert werden, Informationen aus Schaubildern und Texten zu entnehmen, diese zu verstehen und ihr Wissen darauf anzuwenden)

Medienkompetenz

Kompetenzniveau nach DQR

| 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
|---------|---------|---------|---------|
| X | | | |

(Um mit dem Aufbau eines Online Quiz umgehen zu können sind Kompetenzen im Umgang mit digitalen Medien vorausgesetzt und werden durch jede weitere Nutzung gleichzeitig gefördert)



Selbstkompetenz oder**Sozialkompetenz:**

Kompetenzniveau nach DQR

Selbstvertrauen

| 1 bis 2 | 3 bis 4 | 5 bis 6 | 7 bis 8 |
|---------|---------|---------|---------|
| X | | | |

(Das Artefakt erfordert Entscheidungen bei der Antwortauswahl und liefert umgehend Rückmeldung zur Antwort, wodurch die SchülerInnen Erfolge und Misserfolge wahrnehmen und einen entsprechenden Umgang damit lernen)



Literaturverzeichnis

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg. (2016). *Bildungsplan des Gymnasiums. Sport*. Stuttgart.

Sächsisches Staatsministerium für Kultus und Sport. (2004/2011). *Lehrplan Gymnasium Sport*. Dresden: Saxoprint.

Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung (ZSL). (2016). *Lehrerinnenfortbildung Baden Württemberg. Von Kompetenzorientierter Unterricht: Sport, Sekundarstufe 1 und Kursstufe*: https://lehrerfortbildung-bw.de/u_mks/sport/gym/bp2004/fb2/02_komp/ abgerufen

