

Niveaubestimmende Aufgaben – Sport – Schuljahrgänge 9/10:

Fitness-Apps – die Qual der Wahl

1. Einordnung in den Fachlehrplan

Bewegungsfeld (Kompetenzschwerpunkt)

- Fitness fördern

Kompetenzbereiche:

- Erfahren, Gestalten und Leisten von Bewegung
- Wahrnehmen und Gesunderhalten des Körpers

zu entwickelnde (bzw. zu überprüfende) Kompetenzen:¹

- in digitalen Umgebungen selbstständig themenorientiert und zielgerichtet (Ideen, Anregungen, Musik etc.) recherchieren
- Umfang bzw. Intensität sportlicher Betätigung mittels digitaler Geräte erfassen, beurteilen und bewerten
- persönliche Daten und Privatsphäre in digitalen Umgebungen schützen

Bezug zu grundlegenden Wissensbeständen:

- Potentiale und Risiken des Umgangs mit digitalen Medien
- Gefahren in digitalen Umgebungen, Regeln des sicheren Umgangs
- digitale Aufnahme- bzw. Messverfahren

2. Anregungen und Hinweise zum unterrichtlichen Einsatz

- Die Einstiegsstunde hat das Ziel, die Schülerinnen und Schüler thematisch auf das Thema "Fitness fördern durch Fitness-Apps" einzustellen.
- Ziel ist es, eine App für den Alltag zu finden, um auch außerhalb der Schule bzw. nach der schulischen Laufbahn weiterhin an der Kräftigung der Muskulatur zu trainieren.
- Schülerinnen und Schüler sollen die zur Verfügung stehende Zeit nutzen, der Lehrer beobachtet die Einsatz- und Anstrengungsbereitschaft ("+1-Note").
- Das Erstellen des Produktes sollte als Hausaufgabe gegeben werden, um im Sportunterricht keine Bewegungszeit zu verlieren.
- Die Präsentation kann in verschiedenen Formaten erfolgen: fächerverbindend, als Abschlussstunde, als Galeriespaziergang ...
- Die Zeit je Präsentation sollte fünf Minuten nicht überschreiten.

¹ Davon abhängig, ob Lern- oder Testaufgabe entwickelt wurde.

Zeitliche Einordnung:

UE 1: "Fitness-Apps, die Qual der Wahl"

Einstieg in das Thema durch Bilder, eigene Erfahrungen, Rätsel, Videos usw. und anschließender Aufgabenbesprechung, evtl. Fragen klären ...

UE 1/2 – 5: *Die Schülerinnen und Schüler arbeiten am Arbeitsauftrag und testen verschiedene Apps.*
Anschließend Auswertung der Ergebnisse

3. Mögliche Probleme der Umsetzung

- Absprache der Schülerinnen und Schüler untereinander, so dass nicht jeder Schüler drei, sondern weniger Apps testet
- Akkulaufzeit des Endgerätes endet während der Sportstunde

4. Variationsmöglichkeiten

Der Schwerpunkt der Aufgabeninhalte kann variieren: Förderung der Muskulatur, Steigerung der Kondition usw.

Die Aufgabe kann wahlweise auch als Partnerarbeit durchgeführt werden.

Für die Präsentation der Schülerergebnisse und der Auswertung können verschiedene Optionen genutzt werden:

- Fächerübergreifende Zusammenarbeit mit dem Schulfach PC o. ä.
- Innerhalb eines Galerierundganges bspw. an einem Projekttag
- Innerhalb einer Sportstunde
- ...

5. Lösungserwartungen

Erwartungshorizont

- selbstständige, themenorientierte Recherche in digitalen Umgebungen (Ideen, Anregungen, Musik etc.)
- Umfang bzw. Intensität sportlicher Betätigung mittels digitaler Geräte erfassen, beurteilen und bewerten
- Einschätzung der Potenziale der gewählten Fitness-Apps für die Gesunderhaltung des Körpers sowie eine Schlussfolgerung für die persönliche Lebensführung ziehen
- Erstellung eines selbst gewählten Produktes