Niveaubestimmtende 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]](#footnote-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.

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

1. Davon abhängig, ob Lern- oder Testaufgabe entwickelt wurde. [↑](#footnote-ref-1)