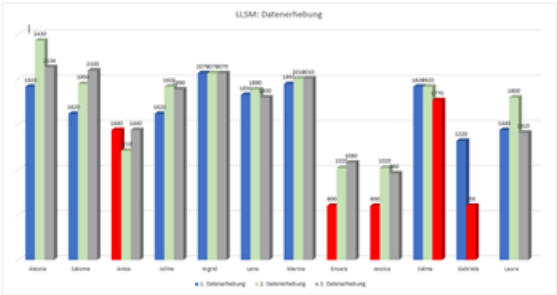
Kategorien: Luuise, Sport, fachlich, Klasse 7

Aufbau von Ausdauer im Sportunterricht

Auswertungsinstrument



Datenerhebung (rot = nicht durchgehalten)

Methode	Zur Steigerung der Motivation erhebt die LP Daten zu den individuellen Leistungen der SuS und erstellt anschliessend Diagramme, welche die Fortschritte der SuS deutlich machen.
Knacknuss	Die grosse Mehrheit der SuS brechen 12-Minuten-Joggingtrainings vorzeitig ab.
Ziel	Die SuS sollen mithilfe von Informationen zum Thema Aufbautraining und mit wiederholten Trainings so viel Ausdauer aufbauen, dass sie 12 Minuten lang joggen können.
Zeitbedarf	Vorbereitung: < 1h Durchführung: > 10 min Datenauswertung: > 10 min
Material	Fragebogen, Malstäbe, Stoppuhr, Schreiber
Methode detailliert	• Lehrerinput über Ausdauer, Heranführen der SuS an die 12 min mit wiederholten Laufübungen/Trainings. • Zeitnahmen durch LP; SuS joggen 12 min in Halle zur Musik. • LP notiert das Erreichen oder Nichterreichen der 12 min, sammelt Daten zur Distanz, macht sie durch Diagramme sichtbar; SuS füllen Fragebogen zur Befindlichkeit während des Joggens aus, geben so eine Rückmeldung.
Urheberschaft	Die Methode wurde entwickelt, erprobt und dokumentiert im Fach Sport mit SuS der 7. Klasse.

CC BY NC ND