

„JUGEND TRAINIERT“

Actionbound

Deutsche Schulsportstiftung

Kennenlernen einer digitalen App zum Lernen und zur Wissensvermittlung zum Thema Jugend trainiert für Olympia & Paralympics und Ernährung im Wintersport.

Sekundarstufe I (und II)
(vorwiegend ab Klasse 7)

Unterrichtsfächer:
Sport, Biologie (auch für den fächerübergreifenden Unterricht geeignet)



Zeitaufwand

Das Kapitel ist auf eine Unterrichtseinheit angelegt, für die eine Doppelstunde (und eventuell eine Einzelstunde zur Auswertung) eingeplant werden sollte. Die Vorbereitung kann auch als Hausaufgabe bearbeitet werden.

1

Allgemeine Informationen, Vorbereitung und Datenschutz

2

Actionbound „Jugend trainiert“

2.1 „Jugend trainiert“ und seine Wintersportarten

2.2 Wissen über Ernährung

2.3 Sportpraxis

2.4 Besonderheiten der Ernährung im Wintersport



Arbeitsmaterial (abrufbar über den QR-Code am Tabellenende)

M_1	Actionbound: Informationen und Hinweise für Lehrkräfte
M_2	Informationsblatt Actionbound – Nutzungsbedingungen und Datenschutz
M_3	Handout „Jugend trainiert“-Actionbound
M_4	Druckvorlagen QR-Codes zu den Stationen
M_5	Wissen über Ernährung – Wörter zum Lückentext
M_6	Ernährung im Wintersport – Fachtext
M_7	Auswertung und alternative Durchführungsoptionen
M_8	Analoger Actionbound
M_9	Analoger Actionbound: Lösungen
M_10	Druckvorlage LösungsCodes der Stationen des analogen Actionbounds



Didaktische Hinweise

Die Unterrichtseinheit soll Theorie und Praxis verbinden, nach dem Prinzip „Lernen mit und durch Bewegung“. Sie eignet sich damit besonders für den fächerübergreifenden Unterricht in den Fächern Sport und Biologie bzw. Sporttheorie. Die Wissensvermittlung wird spielerisch mit Rätseln und anderen Aufgabenstellungen verpackt, für den die Schüler innerhalb des Bounds Punkte sammeln können. Die Ausarbeitung eines zusammenfassenden Plakats schafft die Transferleistung, das Wissen aus der App langfristig erhalten und weiternutzen zu können. Des Weiteren gibt es Anregungen, zukünftig eigene Actionbounds in den Unterricht zu integrieren.

Der Actionbound ist so konzipiert, dass Schüler diesen einzeln oder in Gruppen absolvieren können und kein spezifisches Vorwissen benötigen. Es wird die Bearbeitung in Zweier- bis Vierer-Gruppen empfohlen.

Sollte die Durchführung über die App nicht möglich sein, können die Aufgaben auch in analoger Form umgesetzt werden. Hierzu stehen Arbeitsblätter und Erwartungshorizonte (M_7 bis M_10) bereit.



Quellen und
weiterführende Links



THEMA 1

ALLGEMEINE INFORMATIONEN, VORBEREITUNG UND DATENSCHUTZ

Actionbound bietet tolle Möglichkeiten, Lerninhalte digital aufzubereiten. Lernen im digitalen Raum wird aber auch immer wieder von Unsicherheiten begleitet – von technischer Umsetzung bis zur Sicherheit der Daten stellen sich viele Fragen.

Hintergrundinformationen und Hinweise zum Datenschutz sind daher in den Materialien M_1 und M_2 zusammengefasst dargestellt.

 M_1 – M_3

THEMA 2

ACTIONBOUND „JUGEND TRAINIERT“

Der Actionbound in dieser Einheit ist in vier Stationen aufgeteilt. Alle wichtigen Schritte zur Vor- und ggf. Nachbereitung werden in der Beschreibung der einzelnen Stationen genannt.

Die Umsetzung sollte in ca. 90 Minuten machbar sein. Ein Grundgedanke bei Actionbound ist es, die digitale und die reale Welt zusammenzubringen und Lernen an mobilen Endgeräten mit Bewegungserfahrungen zu verknüpfen. Eine Umsetzung ausschließlich im Klassenzimmer sollte daher nur im Notfall erfolgen. Je nach Ausstattung einer Schule kann das gesamte Gelände einbezogen werden.

Alle Informationen zur Durchführung des Spiels erhalten die Schüler auf ihrem Smartphone/Tablet nach dem Starten der App. Sollten sie an der einen oder anderen Stelle mal nicht weiterkommen, können sie sich Hinweise anzeigen lassen. Dies führt zwar zu einem Punkteabzug, dafür sollte es dann aber leichter sein, die Frage bzw. Aufgabe zu lösen.

Die Schüler können bei jeder Aufgabe sehen, wie viele Punkte sie für die richtige Lösung erhalten. Das Spiel ist so konzipiert, dass man auch bei Nichterfüllung einer Aufgabe zur nächsten Aufgabe gelangen kann.

2.1 „Jugend trainiert“ und seine Wintersportarten

Die Schüler müssen die erste Station über einen QR-Code finden und beantworten Quizfragen zu Jugend trainiert für Olympia & Paralympics und den Wintersportarten beim Bundesfinale. Anschließend müssen sie die praktische Aufgabe „Wandsitzen“ absolvieren.

Lernziele:

- Schüler machen sich mit der digitalen Lern-App vertraut.
- Sie lernen Jugend trainiert für Olympia & Paralympics kennen.
- Sie betätigen sich sportlich im Klassenraum.

Vorbereitung:

QR-Code kopieren und (leicht) versteckt am Smartboard bzw. an der Tafel anbringen, ausreichend Platz zum „Wandsitzen“ schaffen (ggf. außerhalb des Klassenraums im Hausflur).

 M_4

2.2 Wissen über Ernährung

Die Schüler suchen die zweite Station. Dort recherchieren sie zum Thema Ernährungsempfehlungen und sortieren Produkte entsprechend der Ernährungspyramide. Anschließend füllen sie einen Lückentext zur Bedeutung von Ernährung im Sport aus. Die einzusetzenden Begriffe finden sie in dem Raum als Papiausdruck. Den Abschluss bildet eine Schätzfrage zum Kalorienverbrauch einer Wintersportart.

Lernziele:

- Schüler kennen die Ernährungspyramide und wissen, wie sich diese zusammensetzt.
- Sie wissen um die Wichtigkeit der Kohlenhydrate als Energielieferanten im Sport.
- Sie bekommen einen Überblick zum Kalorienverbrauch verschiedener Sportarten.



2.3 Sportpraxis

Die Schüler suchen die dritte Station und werden selbst sportlich aktiv, indem sie Übungen in Anlehnung an die Wintersportarten von „Jugend trainiert“ auf dem Schulhof machen.

Lernziele:

- Schüler lernen Bewegungspausen als Mittel der Unterrichtsgestaltung kennen („Bewegter Unterricht“).
- Sie können sportliche Übungen anhand von Bildern und Videos umsetzen.

Vorbereitung:

QR-Code kopieren und an einem großen Baum gut sichtbar auf dem Schulhof anbringen.

Vorbereitung:

QR-Code kopieren und in der Mensa/Schulkantine/Cafeteria anbringen (falls nicht vorhanden, einen geeigneten Raum suchen, der mit Ernährung im Zusammenhang steht, z.B. den Getränkeautomaten; alternativ eine „Mensa“ über Beschriftung auszeichnen), Arbeitsblatt M_5 für jede Gruppe kopieren und in dem Raum (leicht) versteckt auslegen.

2.4 Besonderheiten der Ernährung im Wintersport

Die Schüler suchen die vierte Station. Sie lesen einen Fachtext zur Thematik und beantworten ein Quiz zu dem Material. Danach gestalten sie ein Plakat über das gesamte Wissen des Bounds, insbesondere zu den Besonderheiten der Ernährung im Wintersport.

Lernziele:

- Schüler machen sich mit dem Umgang mit Fachliteratur vertraut.
- Sie stellen das gelernte Wissen auf einem Plakat kurz und prägnant dar.

Vorbereitung:

QR-Code kopieren und in der Bibliothek bzw. dem Lernraum o.ä. anbringen, Arbeitsblätter kopieren und im Raum gut sichtbar auslegen, Gruppenarbeitsplätze zum Bearbeiten des Fachtextes und zur Plakatgestaltung zur Verfügung stellen.



SAMMELBAND ALS OPEN-ACCESS-PUBLIKATION

Pietsch | Doll-Tepper | Fritz | Lämmer [Hrsg.]

Bildungspotenziale der Olympischen Idee



ACADEMIA



BEGLEITET UNS AUF DEM WEG NACH PEKING

TEAM



冬
天



Top Partner



Allianz



Sparkasse



@TEAMD
TEAM DEUTSCHLAND
TEAMDEUTSCHLAND
TEAM DEUTSCHLAND
@TEAMDEUTSCHLAND

#WirfuerD #TeamD
WWW.TEAMDEUTSCHLAND.DE