

Informationen zum Modul „Erwärmungsformen“

Termine: Kurs 2 – 19.11.2021 / Kurs 1 – 17.12.2021

Aufgabe:

Gestaltet Sie in 5 Gruppen (etwa 3-5 Teilnehmer) eine **thematische allgemeine Erwärmung**. Wählen Sie eins der unten stehenden Themen aus. Um Vielfalt zu gewährleisten sprechen Sie bitte die Themenwahl untereinander ab.

Themen: Musik, Bänke, Medizinbälle, Reifen, Alltagsgegenstände (z.B. Zeitung...)

Beachten Sie die **Belastungsgestaltung** und die zeitlichen Vorgaben von **12-15 Minuten**.

Alle Erwärmungsteam-Mitglieder werden in die Gestaltung als Moderator oder Assistent einbezogen, jeder sollte dabei kurze Erklär- bzw. Redeanteile bekommen. Alle anderen Teilnehmer sind die ausführenden „Schülerinnen und Schüler“.

Der Umfang der Planung sollte maximal eine A4-Seite sein (eventuelle ausführlichere Erklärungen / Skizzen bitte als Anhang).

Senden Sie bitte Ihre schriftliche gemeinsame Vorbereitung an Frau Watzke und Herrn Dennin per Mail.

Vorbereitungsmöglichkeit in eigenverantwortlicher Lernzeit am 12.11.21

Abgabe der Planung per Mail: Kurs 2 - 16.11.2021
Kurs 1 - 14.12.2021

Für Ihre benötigten Geräte und Materialien sind Sie selbst verantwortlich.

Nach jeder Erwärmung findet eine gemeinsame Auswertung statt.

Auswertungskriterien:

Kriterium	Punkte
1. <u>Auswahl der Übungen (Gruppenbewertung)</u> Passend zum Thema, angemessener Schwierigkeitsgrad, angemessene Belastung, optimale Zeitausnutzung, Originalität	5
2. <u>Organisation / Durchführung (Gruppenbewertung)</u> Alle Erwärmungsteam-Mitglieder eingebunden, alle benötigten Materialien vorhanden, Korrektur der Ausführungen, eigene Erwärmung abgesichert	4
3. <u>Sprache / Auftreten (individuelle Bewertung)</u> - verständlich Erklärungen, motivierend, überzeugend - anschauliche Demonstration - optimaler Lehrerstandpunkt (möglichst alle Teilnehmergut zu sehen)	4
4. <u>schriftliche Vorbereitung (Gruppenbewertung)</u> Struktur / Inhalt entsprechend der Vorgaben, pünktliche Abgabe	2

Vorschlag für den Entwurf einer schriftlichen Erwärmungsplanung

Kurs:

Datum der Erwärmung:

Namen der Erwärmungsteam-Mitglieder:

Thema:

Geeignet für Klassenstufen:

Literatur:

Zeit	Name der Übung	Erklärung / Hinweise	Organisation (eventuell Skizze)	Material

Wir wünschen kreative Ideen und gute Abstimmung untereinander.
Sollten Sie Fragen haben schreiben Sie uns bitte eine Mail.

Mit sportlichen Grüßen

Ilka Watzke und Frank Dennin