



Kompetenzkarte für eine Einheit		Erstellt am: 11.02.2017
Sport	11. Klasse	Letzte Änderung: 19.03.2020
Kugelstoßen (Angleittechnik)		
Zeitraumen: 3-4 Wochen (6-8 Stunden)		
Erfahrungs- und Lernfeld: Laufen, Springen, Werfen		
Lernmethodischer Schwerpunkt: Bewegungsfertigkeiten mittels Videofeedback erweitern.		
Prozessbezogene Kompetenzen (PK) laut Kerncurriculum		
Die Schülerinnen und Schüler...		
<ul style="list-style-type: none">- erwerben verschiedene Lernstrategien und Methodenkenntnisse (Methodenkompetenz),- geben gezielte Bewegungskorrekturen (Beobachtungsbögen, Videofeedback) Bewegungskorrekturen (Methodenkompetenz).- arbeiten in verschiedenen Sozialformen und Gruppenzusammensetzungen ziel- und sachorientiert (Sozialkompetenz),- helfen und sichern selbstverantwortlich Lern- und Übungsprozesse (Sozialkompetenz).		
Inhaltsbezogene (IK) laut Kerncurriculum		
Die Schülerinnen und Schüler...		
<ul style="list-style-type: none">- zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten,- wenden grundlegende Bewegungstechniken aus der Bewegungsfeldgruppe A (Kugelstoßen) an.- erklären grundlegende Sachverhalte der Bewegungs- und Trainingswissenschaft.		
Inhalte der Einheit		
1) Erproben verschiedener (Stand-)Stoßformen (Beidarmiges Stoßen, Frontalstöße aus der Schrittstellung) mit unterschiedlichen Handgeräten und Vergleich von Wurf- und Stoßbewegungen		
2) Erproben und Üben des Angleitens (Ausgangsstellung, Abdruck des Druckbeines, schnelles setzen von Druck- und Stützbein), Stecken der Gelenke bis zum Ausstoß.		
3) Stabilisierung des Standstoßes mittels Videofeedback.		
4) Bewertungsstunde		
Methoden:		
Bewegungsrückmeldung anhand von Videofeedback geben.		
Leistungsbewertung: Technikbewertung (60%) und Bewertung nach Leistungstabelle (40%)		