Download

Patrycja Frenz, Elena Iaccarino-Lutkat, Martin Klauke

Aufgaben für Turnbeutelvergesser

Rückschlagspiele

VORSCHAU

Downloadauszug aus dem Originaltitel:

netzwerk lernen
Auer

zur Vollversion

Aufgaben für Turnbeutelvergesser

Rückschlagspiele

VORSCHAU

Dieser Download ist ein Auszug aus dem Originaltitel
Aufgaben für Turnbeutelvergesser
Schüler ohne Sportsachen und vom Sportunterricht Befreite sinnvoll beschäftigen
Über diesen Link gelangen Sie zur entsprechenden Produktseite im Web.
http://www.auer-verlag.de/go/dl7042
netzwerk lernen
zur Vollversion

Vorwort

Wer kennt das nicht? Schüler[1], die ständig – fast chronisch – ihren Turnbeutel vergessen. Sie können nicht am Sportunterricht teilnehmen und stören gleichzeitig am Rand sitzend mit ihren Unterhaltungen und Kommentaren den Unterricht. Nicht selten ist dies der Alltag der Sportlehrer.
Die Gründe für das Vergessen der Sportsachen sind vielschichtig: mangelnde Motivation zur Bewegung, Leistungsdruck, Angst vor bestimmten sportlichen oder sozialen Herausforderungen oder einfach nur fehlende Zeit für Hausaufgaben bzw. für die Vorbereitung auf eine Klassenarbeit, was nun kurzerhand in der Sportstunde nachgeholt wird. Als Sportlehrer sollte man stets abwägen, ob das Vergessen der Sportsachen eine einmalige Ausnahme ist oder ob der Schüler seine Sportkleidung bereits häufiger und bewusst vergessen hat. Ist Letzteres der Fall, sollte der Lehrer auf jeden Fall nach den Ursachen fragen. Hierbei sollte er aber auch sich selbst und seinen Unterricht nicht ganz ausklammern. Er sollte stets hinterfragen, ob sein Sportunterricht abwechslungsreich, gut organisiert und altersgerecht ist.

Aufbau des Bandes

Der vorliegende Band basiert auf der Idee, Turnbeutelvergessern – also denjenigen Schülern, die ihre Sportsachen vergessen haben – sowie Schülern, die nicht am Sportunterricht teilnehmen können (wenn sie z. B. krankheitsbedingt vom Sportunterricht befreit sind, eine Verletzung haben usw.), sportartbezogene sowie sportartübergreifende Aufgaben zu geben. Die Aufgaben sind zum Teil bereits während der Sportstunde, zum Teil als Hausaufgabe zu bearbeiten. Auf diese Weise sind die Schüler während der Sportstunde sinnvoll beschäftigt, sie setzen sich mit der Sportart bzw. fachbezogenem Allgemeinwissen auseinander und bereiten die Informationen auf, dass sie in der folgenden Unterrichtsstunde präsentiert bzw. direkt im Unterricht angewendet werden können.

Die meisten Arbeitsblätter sind wie folgt aufgebaut:

Aufgabe, die sich auf bereits vorgegebenen Materialien bezieht

Weiterführende Aufgabe (z. B. Informationssammlung, Recherche)

Aufbereitung der Informationen für die Mitschüler

Tipps für die Präsentation bzw. zur praktischen Umsetzung in der nächsten Sportstunde

1 Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler immer auch die Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich bei Lehrer und Lehrerin etc.

Muster zur Vorschau Ansicht

netzwerk lernen

zur Vollversion

Vorwort

Die Aufgaben sind in zwei Schwerpunkte untergliedert:
1. Sportartspezifische Aufgaben
2. Sportartübergreifende und allgemeine Aufgaben

Die Übersichtstabelle zu allen Aufgaben (S. 7 ff.) verschafft dem Sportlehrer einen schnellen Überblick darüber, in welcher Jahrgangsstufe die Aufgabe eingesetzt werden kann, welche Sozialform sich für diese Aufgabe anbietet, wo die Aufgabe bearbeitet werden muss (Sporthalle, Klassenzimmer usw.) und welche Materialien benötigt werden.

Sicherheit im Sportunterricht

Bei einigen Aufgaben sollen sich die Schüler selbst weitere Übungsformen oder Spiele ausdenken und diese in der nächsten Sportstunde gemeinsam mit ihren Mitschülern ausprobieren. Der Sportlehrer hat in diesen Fällen darauf zu achten, dass alle Sicherheitsvorkehrungen getroffen sind und die Sicherheit gewährleistet ist. Er ist für die Sicherheit im Sportunterricht verantwortlich.
Tipp: Der Sportlehrer vereinbart mit den Schülern, dass sie die geplanten Übungsformen bzw. Spiele vorab mit ihm durchsprechen.

Praktische Tipps zur Durchführung

Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, sollte der Sportlehrer bereits im Vorfeld einige Vorkehrungen und Vereinbarungen mit den Schülern treffen.
- Da der Sportlehrer wohl nicht immer seine Lehrertasche in der Turnhalle dabei hat, sollte er sich eine Mappe mit Kopien der Aufgabenblätter anlegen, die er in seiner Umkleide hinterlegt. Auf diese Weise hat er die Aufgaben in der Turnhalle jederzeit verfügbar.
- Da nicht alle Aufgaben in der Turnhalle bearbeitet werden können, sollte der Sportlehrer sich im Vorfeld darum bemühen, dass die benötigten Räumlichkeiten zur Verfügung stehen, z. B. ein Raum mit Internetanschluss zur Internetrecherche. Hier empfiehlt es sich, vorab Vereinbarungen mit allen Lehrern treffen und zur Verfügung stehende Räume jeweils zu notieren.
- Weiterhin sollte der Sportlehrer bereits zu Beginn des Schuljahres mit den Schülern vereinbaren, dass sie sich im Falle vergessener Sportsachen frühzeitig – vor Unterrichtsbeginn – beim Sportlehrer melden und stets ihre Schultasche bzw. Schreibmaterialien (Stifte und Schreibblock) in die Turnhalle mitnehmen.

Bei einigen Aufgaben erstellen die Schüler ein Quiz bzw. ein Rätsel. Dieses kann, nachdem es in der Sportstunde gespielt wurde, an einem separaten Platz in der Turnhalle hinterlegt werden, sodass es jederzeit wieder eingesetzt werden kann, evtl. auch als Beschäftigung für Schüler, die ihre Sportsachen vergessen haben.

Muster zur Vorschau Ansicht

netzwerk lernen
zur Vollversion

Übersichtstabelle zu allen Aufgaben

	Jahrgangs-stufe	Anzahl der Schüler	Ort	Material
S. 35 Leichtathletik – Fragen zum Text	5–8	1	überall; für Erweiterung Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), PC (für Erweiterung)
S. 36 Leichtathletik – Präsentation von Unterrichtselementen	7–10	1, 2	überall	Stifte, Extrablatt, Tonkarton weiß (DIN A4)
S. 37 Leichtathletik – Tabu®	5–10	1, 2	Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A6)/Karteikarten (halbiert), PC
S. 38 Schwimmen – Lückentext	5–10	1, 2	überall; für Erweiterung Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), evtl. Laminiergerät, PC (für Erweiterung)
S. 40 Schwimmen – Regelkatalog	5–8	1, 2, mehrere	Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A4), evtl. Laminiergerät, PC
S. 41 Schwimmen – Präsentation von Unterrichtselementen	5–8	1, 2	überall, evtl. Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A4), evtl. Laminiergerät, evtl. PC
S. 42 Schwimmen – Suchsel	5–10	1, 2	überall	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A5)/Karteikarten, Wörterbuch (Englisch)
S. 44 Rückschlagspiele – Lückentext	5–8	1, 2	überall; für Erweiterung Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), PC (für Erweiterung)
S. 46 Rückschlagspiele – Präsentation von Unterrichtselementen	5–10	1, 2	überall; evtl. Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A4), evtl. PC
S. 47 Rückschlagspiele – Textinformationen erfassen	5–8	1	überall, evtl. Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), evtl. PC
S. 49 Rückschlagspiele – Tabu®	5–10	1, 2	Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A6)/Karteikarten (halbiert), PC
S. 50 Turnen – Recherche	5–10	2, mehrere	Raum mit Internetzugang/Schulbibliothek	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A5)/Karteikarten, Turnbücher, PC
S. 51 Turnen – Lückentext	5–8	1, 2	überall; für Erweiterung Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), PC (für Erweiterung)
S. 53 Turnen – Schlüsselbegriffe finden	7–10	1, 2	überall; für Erweiterung Raum mit Internetzugang	Stifte, Extrablatt, Tonkarton/Plakat (DIN A3), PC (für Erweiterung)
S. 55 Turnen – Präsentation von Unterrichtselementen	5–10	1, 2	überall	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A4)
S. 57 Turnen – Rätsel	5–10	1, 2	überall	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A5)/Karteikarten, Wörterbuch (Englisch)
S. 58 Aerobic – Recherche	5–10	1, 2, mehrere	Raum mit Internetzugang/Schulbibliothek	Stifte, Extrablatt, Tonkarton (DIN A5)/Karteikarten, Aerobic-Bücher, PC

Muster zur Vorschau Ansicht

netzwerk lernen

zur Vollversion

Rückschlagspiele – Lückentext

Setze in den folgenden Lückentext die passenden Begriffe ein.

Schlaghand Vorhand Schlagwinkel Rückschlagspiel
Einzel Doppel Rückhand Ausholbewegung
Rotation seitlich vor dem Körper Ballgeschwindigkeit
höchsten einhändig beidhändig
diagonal gegenüberliegende Ballwechsel Aufschlag
links gegenüberliegenden rechts

Tennis ist ein _____, das von zwei (_____) oder vier (_____) Spielern gespielt wird. Die Grundschlagarten des Tennis sind, wie auch bei anderen Rückschlagspielen, _____, _____ und _____.

Bei der Vorhand wird der Ball auf der Seite der _____ gespielt (bei einem Rechtshänder rechts, bei einem Linkshänder links). Der Vorhandschlag wird mit einer _____ eingeleitet. Der Ball wird idealerweise etwa hüfthoch _____ getroffen. Bei der Rückhand wird der Ball auf der der Schlaghand _____ Seite geschlagen (bei einem Rechtshänder _____, bei einem Linkshänder _____).

Der Rückhandschlag kann sowohl _____ als auch _____ ausgeführt werden. Der Aufschlag leitet einen _____ ein. Der aufschlagende Spieler steht beim Aufschlag hinter der Grundlinie und muss den Ball in das _____ kleinere Feld der gegnerischen Spielhälfte spielen. Der Aufschlag kann, wie bei einem Grundlinienschlag, je nach taktischer Auslegung mit unterschiedlicher _____ gespielt werden. Den günstigsten _____ und die höchste _____ erreicht man, wenn der Ball über Kopfhöhe geworfen und am _____ Punkt getroffen wird.

Muster zur VORSCHAU Ansicht

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

zur Vollversion

Rückschlagspiele – Lückentext

Fasse die wichtigsten Informationen aus dem Text in eigenen Worten zusammen. Schreibe deine Zusammenfassung auf ein Extrablatt.

Informiere dich über die weiteren Schlagarten bzw. Schlagbezeichnungen des Tennis. Was kennzeichnet die einzelnen Schlagarten? Wodurch zeichnen sie sich jeweils aus?
Gestalte anschließend ein Informationsplakat für deine Mitschüler. Überlege dir hierzu, wie du die verschiedenen Schlagarten beschreiben und anschaulich darstellen kannst.

Schlagarten Tennis

Muster zur VORSCHAU Ansicht

Zu Beginn der nächsten Sportstunde informierst du deine Mitschüler über die drei Grundschlagarten sowie über weitere spezielle Schlagarten des Tennis. Anschließend kannst du mit deinen Mitschülern darüber diskutieren, welche Schlagarten des Tennis auch bei anderen Rückschlagspielen zum Einsatz kommen, welche Schlagarten speziell beim Tennis von Bedeutung sind und warum usw.

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

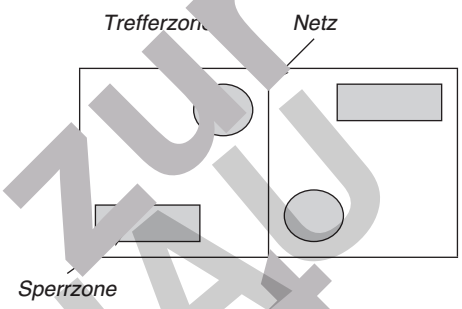
netzwerk lernen
zur Vollversion

Lies dir die folgende Spielbeschreibung des Rückschlagspiels „Treffer-oder Sperrzonen“ aufmerksam durch. Überlege dir, welche Materialien benötigt werden (z.B. auch um die Zonen zu markieren), und denke dir weitere Varianten für dieses Spiel aus. Es steht frei, welche Schläger, Bälle usw. verwendet werden. Überlege dir außerdem, wie sich das Spiel anleiten und umsetzen lässt.

Treffer- oder Sperrzonen

Benötigte Materialien:

Spielaufbau:



Spielablauf:

- *In beiden Spielhälften sind markante Treffer- und Sperrzonen festgelegt, die während des Spiels angespielt bzw. vermieden werden sollen.*
- *Trefferzone: Für jeden angespielten Ball, der in der Trefferzone landet/aufkommt, erhält der Spieler einen Punkt.*
- *Sperrzone: Für jeden gespielten Ball, der in der Sperrzone landet/aufkommt, wird dem Spieler ein Punkt abgezogen.*
- *Derjenige Spieler, der als Erster zehn Punkte erreicht hat, hat das Spiel gewonnen.*

Varianten:

Muster zur Vorschau Ansicht

Recherchiere im Internet nach weiteren Spielformen für Rückschlagspiele bzw. überlege dir selbst weitere Spiele und schreibe diese auf ein Extrablatt.

Gestalte Spielekarten für deine Mitschüler. Überlege dir hierzu, welche Materialien benötigt werden, wie sich der Spielaufbau anschaulich darstellen lässt und wie du den Spielablauf möglichst verständlich erklären kannst.

In der nächsten Sportstunde werden sowohl das Spiel „Treffer-oder Sperrzonen“ samt deiner Varianten als auch die von dir erfundenen Spiele gespielt. Du erklärst deinen Mitschülern den Spielablauf und leitest sie an. Während des Spiels bist du der Schiedsrichter und überwachst, ob die Vorgaben und Regeln eingehalten werden.

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

zur Vollversion

Rückschlagspiele – Textinhalte erfassen

Lies die folgende Kurzbeschreibung der Schlagarten des Badminton. Zeichne anschließend die unterschiedlichen Fluglinien des Badmintonballes – je nach Schlagart – in das Badmintonfeld (nächste Seite) ein.

Schlagarten Badminton

Der **Clear** ist ein hoher und weiter Ball, der möglichst nahe an die Grundlinie gespielt wird. Meist wird er weit über den Spieler hinausgeschlagen. Das Risiko, den Ball dabei ins Aus zu schlagen, ist hoch.

Der **Drive** ist ein schneller und flacher Ball aus der Feldmitte in die Feldmitte. Er wird auf Augenhöhe knapp über das Netz geschlagen. Viele Spieler haben Schwierigkeiten, den Driveball anzunehmen, da es nicht leicht ist, den Ball auf Augenhöhe zu schlagen.

Der **Smash** ist ein schneller, hart geschlagener, geradliniger Ball, der steil nach unten ins Feld geschlagen wird. Der Smash ist ein Schmetterball und der klassische Angriffsschlag.

Der **Drop** ist ein kurzer Ball, der knapp hinter dem Netz absinkt.

Bei einem **Stop** steht der Spieler nahe am Netz. Der Ball wird so knapp wie möglich über die Netzkante gehoben, der Ball sinkt knapp hinter dem Netz wieder ab. Der Schläger wird bei einem Stop locker in der Hand gehalten und agiert passiv – d. h., der Ball springt wie von selbst über das Netz auf die Seite des Gegners.

Muster zur Vorschau Ansicht

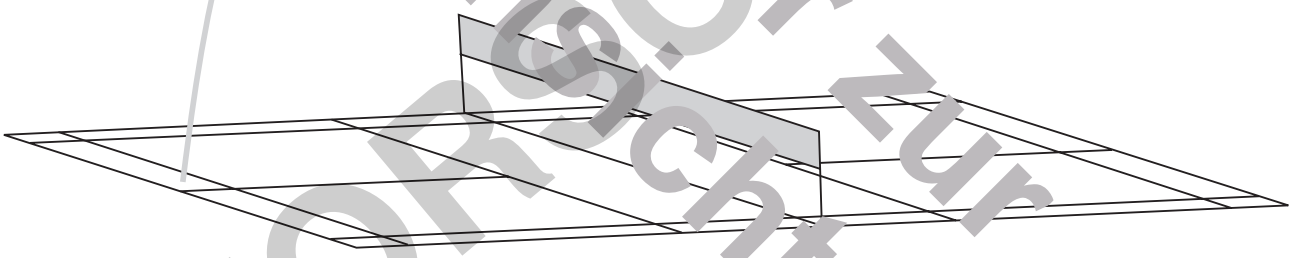
Überlege dir für jede Schlagart in welcher Spielsituation dieser Ball gespielt werden könnte. Recherchiere, wenn nötig, im Internet und schreibe deine Überlegungen bzw. Recherheergebnisse auf ein Extrablatt.

Gestalte für deine Mitschüler ein Informationsplakat über die verschiedenen Schlagarten des Badminton. Überlege dir hierzu, wie du die einzelnen Techniken anschaulich darstellen und verständlich beschreiben kannst.

Zu Beginn der nächsten Sportstunde stellst du deinen Mitschülern die verschiedenen Schlagarten des Badminton vor.
Anschließend kannst du mit deinen Mitschülern darüber diskutieren, in welcher Spielsituation welche Technik besonders geeignet ist. Du bist der Experte.
Im Anschluss könnt ihr die Schlagarten ausprobieren.

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

netzwerk lernen
zur Vollversion



Muster zur Ansicht
VORSCHAU

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

netzwerk lernen
zur Vollversion

Rückschlagspiele – Tabu®

Überlege dir zu den in dem Kasten aufgeführten Begriffen aus dem Bereich Rückschlagspiele jeweils drei bis vier Schlagwörter, die den Oberbegriff näher beschreiben. Recherchiere hierzu, wenn nötig, im Internet. Notiere die Begriffe sowie die dazu passenden Schlagwörter auf einem Extrablatt.

Rückschlagspiel Badmintonschläger Federball Aufschlag
Stemmschritt Tennisschläger Court Schiedsrichter
Tiebreak Vorhand Spielfeld Balwechsel
Squash Stirnwand Spin

Überlege dir fünf weitere Begriffe, die sich dem Bereich Rückschlagspiele zuordnen lassen. Finde anschließend zu jedem dieser Begriffe drei bis vier Schlagwörter, die den Oberbegriff näher beschreiben. Notiere die Begriffe sowie die dazu passenden Schlagwörter auf einem Extrablatt.

Lege für deine Mitschüler Tabu®-Karten nach dem folgenden Muster an. Notiere im oberen Bereich der Karte jeweils den Oberbegriff und darunter die dazugehörigen Unterbegriffe.

Tennis
Volleys Tiebreak Wimbledon

Das Quiz kann zu Beginn der nächsten Sportstunde im Klassenverband gespielt werden.

Spielvorschlag: Tabu®-Master gegen Klasse

- Einer deiner Mitschüler zieht eine Tabu®-Karte. Seine Aufgabe ist es nun, seinen Mitschülern den Oberbegriff zu erklären. Er darf dabei jedoch nicht die unterhalb des Oberbegriffs aufgeführten Tabu®-Wörter verwenden.
- Du überwachst, ob sich dein Mitschüler an diese Vorgabe hält. Verwendet er einen der vorgegebenen Begriffe, geht die Karte an dich.
- Derjenige Schüler, der den Begriff errät, darf den nächsten Begriff erklären.
- Wird der Begriff nicht innerhalb einer Minute erraten, wird die Lösung präsentiert und die Karte geht an dich.

Muster zur Vorschau Ansicht

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat/M. Klauke: Aufgaben für Turnbeutelvergesser
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

netzwerk lernen
zur Vollversion

Fragen zum Text, S. 35

1. Unter Doping versteht man die Verabreichung bzw. Einnahme von verbotenen Substanzen oder die Nutzung von unerlaubten Methoden zur Steigerung der sportlichen Leistung.
2. Sportler, die dopen, sind meist krankhaft ehrgeizig. Das einzige Ziel dieser Sportler ist es, sowohl über den Gegner als auch über den Sport selbst zu siegen – ohne Rücksicht auf ihre eigene Gesundheit und Fairplay. Um im Spitzenleistungssport erfolgreich zu sein, muss ein Sportler täglich mehrere Stunden trainieren. An einem bestimmten Punkt ist er aber an seiner persönlichen Leistungsgrenze angelangt. Es besteht keine Möglichkeit mehr, mit normalen und legalen Trainingsmethoden die Leistung zu steigern. An diesem Punkt besteht die Gefahr, dass Sportler dopen. Außerdem merken viele Sportler, dass ihre körperliche Fitness im Alter abnimmt. Diesem natürlichen Lauf versuchen sie entgegenzuwirken.

Schwimmen

Lückentext, S. 38

Die Begriffe sind in der folgenden Reihenfolge einzusetzen:

Brustschwimmen, gleichzeitig, außen, Hochleistungssportlern, über Wasser, Wasserwiderstand, Anstellwinkel, Formung, Höhe, Grätschbeinschlag, Armzug, Kraulschwimmen, auf den Grund/Boden, seitlich gedreht, Horizontalen, gleichzeitig, Beinschläge, wechselseitigen, kontinuierlichen

Suchsel, S. 42

E	T	F	L	I	D	E	H	D	W	Q	Z	D	S	C	G	J	K	A	L	I	P	B	E	I	R	[illegible]	F	U	[illegible]
D	Q	U	Y	B	M	P	I	W	A	X	G	I	C	H	I	E	R	K	B	D	R	G	H	J	A	S	W	[illegible]	[illegible]
A	H	K	F	I	E	G	N	U	M	T	A	K	I	L	O	E	A	W	S	S	U	R	K	[illegible]	C	G	E	[illegible]	[illegible]
W	H	J	G	K	L	F	A	W	E	D	H	E	W	I	R	S	H	K	O	T	E	S	[illegible]	O	Z	U	I	O	D
F	H	F	T	K	O	P	F	S	P	R	U	N	G	M	L	U	I	W	F	Q	C	G	[illegible]	R	E	H	N	A	S
O	P	T	R	F	R	S	F	H	V	K	W	E	G	L	P	M	D	V	N	R	K	D	W	[illegible]	Y	Q	G	I	K
D	F	J	E	W	Q	E	C	B	M	G	D	P	U	Z	W	F	H	K	D	[illegible]	[illegible]	O	T	[illegible]	E	G	H	M	[illegible]
C	B	G	M	K	R	W	Z	H	R	H	V	S	T	A	R	T	S	P	R	[illegible]	N	[illegible]	S	E	B	M	H	L	J
A	Q	A	N	B	L	I	T	E	W	M	H	W	A	J	T	[illegible]	[illegible]	S	[illegible]	[illegible]	H	[illegible]	D	W	F	G	E	G	[illegible]
V	D	B	E	G	E	Z	B	K	U	I	K	Z	R	T	S	E	[illegible]	A	L	[illegible]	[illegible]	R	W	Q	T	Z	I	O	[illegible]
P	F	O	S	F	A	F	E	R	Z	N	M	K	L	O	T	E	W	[illegible]	M	H	Q	V	G	R	E	K	O	L	[illegible]
A	J	V	S	J	T	E	C	N	I	N	M	M	K	Z	[illegible]	[illegible]	A	E	[illegible]	[illegible]	W	Z	I	Q	R	P	[illegible]	F	D
Z	G	W	O	G	H	J	K	U	M	W	E	Q	B	[illegible]	H	[illegible]	[illegible]	O	D	I	O	T	B	F	D	[illegible]	[illegible]	I	M
A	E	X	L	D	H	R	E	E	I	Z	D	S	G	[illegible]	[illegible]	V	[illegible]	T	S	M	R	E	Z	U	I	R	[illegible]	[illegible]	[illegible]
M	A	A	F	R	J	K	N	Z	U	O	F	[illegible]	R	I	I	E	[illegible]	D	W	E	M	Z	U	M	P	K	M	E	[illegible]
A	S	O	T	P	R	H	R	M	C	A	S	T	[illegible]	I	K	[illegible]	D	M	K	L	E	D	R	I	[illegible]	[illegible]	B	N	E
S	F	U	E	H	L	O	[illegible]	A	C	[illegible]	A	G	[illegible]	[illegible]	N	L	L	H	F	N	E	M	Y	[illegible]	[illegible]	Z	[illegible]	[illegible]	Z
E	I	O	J	K	M	D	[illegible]	U	F	[illegible]	B	[illegible]	K	L	O	E	K	W	D	A	V	H	[illegible]	[illegible]	[illegible]	W	W	[illegible]	[illegible]
Y	V	R	Z	L	M	B	[illegible]	[illegible]	L	Q	[illegible]	[illegible]	Z	I	O	P	H	L	N	G	[illegible]	[illegible]	[illegible]	C	A	[illegible]	[illegible]	[illegible]	F
Y	B	M	Z	[illegible]	H	Q	[illegible]	[illegible]	E	S	D	J	A	B	N	J	E	U	F	[illegible]	E	[illegible]	[illegible]	Q	G	Z	E	[illegible]	[illegible]
L	O	F	R	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	N	[illegible]	N	J	R	L	A	W	W	S	U	[illegible]	[illegible]	A	O	[illegible]	[illegible]	U	R	W	[illegible]
A	D	T	U	C	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	A	Q	N	T	G	J	U	[illegible]	L	U	H	F	[illegible]	[illegible]	X	D	T	N	I	H	[illegible]
T	G	E	L	I	O	[illegible]	Z	E	[illegible]	E	N	C	G	T	K	[illegible]	[illegible]	[illegible]	R	J	F	[illegible]	[illegible]	I	O	G	J	N	[illegible]
W	A	S	S	E	R	W	[illegible]	D	E	R	S	T	A	N	D	T	[illegible]	D	[illegible]	[illegible]	[illegible]	Z	A	M	I	P	O	T	V
J	S	D	C	F	J	Z	P	B	R	W	H	T	W	N	K	O	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	C	F	E	W	N	D	D	[illegible]
A	D	T	R	E	J	U	P	K	M	D	Z	N	E	T	I	E	L	[illegible]	[illegible]	T	Z	K	D	R	A	N	K	O	P
E	W	E	R	G	D	B	C	M	I	Z	P	O	Z	L	M	T	E	[illegible]	[illegible]	S	F	T	E	C	H	N	I	K	H

Rückschlagspiele

Lückentext, S. 44

Die Begriffe sind in der folgenden Reihenfolge einzusetzen:

Rückschlagspiel, Einzel, Doppel, Vorhand, Rückhand, Aufschlag, Schlaghand, Ausholbewegung, seitlich vor dem Körper, gegenüberliegenden, links, rechts, einhändig, beidhändig, Ballwechsel, diagonal gegenüberliegende, Rotation, Schlagwinkel, Ballgeschwindigkeit, höchsten

Textinhalte erfassen, S. 47

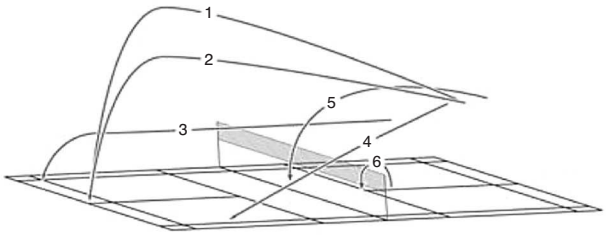
Clear: Einen Clear spielt man am besten, wenn einen der Gegner unter Druck setzt, um sich so aus einer engen Situation zu lösen und den Gegner laufen zu lassen.
Drive: Der Drive ist im Doppel sehr beliebt. Stehen die Gegner „vorne – hinten“, kann der Vordere den schnellen Ball nur selten erreichen und der Hintere diesen nicht schmettern.
Smash: Der Smash wird meistens gespielt, wenn der Gegner den Ball entweder bei einem Clear zu kurz spielt oder bei einem Drive zu hoch, denn dann kann der Ball am besten fest und schnell heruntergeschlagen werden.
Drop und Stop: Einen Drop spielt man, um den Gegner zu hetzen und wenn man selbst Zeit hat, den Ball zu platzieren.

Musterseite zur Ansicht

netzwerk lernen

zur Vollversion

Lösungen



1. Befreiungs-Clear
2. Angriffs-Clear
3. Drive
4. Smash
5. Drop
6. Drop am Netz

Turnen

Recherche, S. 50
1. Friedrich Ludwig Jahn (1807) — **2.** Deutscher Turner-Bund, Deutscher Olympischer Sportbund — **3.** Geräteturnen und Bodenturnen — **4.** Reck, Barren, Pauschenpferd, Ringe, Boden, Stufenbarren, Schwebebalken, Bock, Kasten, Pferd, Sprungtisch — **5.** 50–70 Sek. — **6.** Salti, Überschläge, andere akrobatische Elemente — **7.** Felgaufschwung, Riesenfelge, Kontergrätsche — **8.** 9 m — **9.** zehn Sprünge, d. h. zehn Tuchbewegungen — **10.** Anzahl der Rotationen um die Körper-Längsachse bei Schrauben und die Körper-Querachse bei Salti — **11.** 12 x 12 m — **12.** „Frei Heil!“ — **13.** Seil, Reifen, Ball, Keule, Band — **14.** 195 cm — **15.** Aerobic, Beckenbodengymnastik, Funktionsgymnastik, Krankengymnastik / Physiotherapie, Pilates, Wassergymnastik, Wirbelsäulengymnastik, Rhythmische Sportgymnastik, Ästhetische Gruppengymnastik

Lückentext, S. 51
Die Begriffe sind in der folgenden Reihenfolge einzusetzen:
Turnvater, körperliche Ertüchtigung, politischen Bewegung, nationaler Interessen, französische Besatzung, August von Kotzebues, Freiluftverbots, Halle, Geräteturnen, Olympischen Spielen, Gründungssportarten, Deutsche Turner-Bund, fünf, zweitgrößte, Geräteturnen, Aerobic, Gymnastik, schönste Turnen

Schlüsselbegriffe finden, S. 53
1. Sichern — **2.** Helfen — **3.** Helfen als Lernhilfe — **4.** Helfen zur Unfallverhütung — **5.** Helfen als Mittel zum Angstabbau — **6.** Helfen zur Gewährleistung des Bewegungserfolgs

Rätsel, S. 57
Koordination, Turnmatte, Stufenbarren, Sprungbrett, Trampolin, Disziplin, Körpergewicht, Handstand, Dehnung, Radwende

Aerobic

Recherche, S. 59
1. Kenneth Cooper (USA, 1960er) — **2.** Aerodance, Step Aerobic, Kickpower, Bodytoning, Bodypump, Bodybalance, Ballkorobic — **3.** Warm-up, Cardio, Cool-down I, Cool-down II — **4.** Jane Fonda, 1982 — **5.** verbale und nonverbale Anweisungen an die Teilnehmer — **6.** Paris — **7.** Die Betonung wird auf einen anderen Beat als die „Eins“ gelegt, sodass die Choreografien möglich werden — **8.** Koordinationsfähigkeit, Kommunikation mit der Gruppe, heute meist gelenkschonende Übungen, Ausdauer-/gesundheitsfördernde Übungen — **9.** High Impact: Schrittmuster, bei denen für kurze Zeit beide Füße den Bodenkontakt verlieren → höhere Belastung; Low Impact: Schrittmuster, bei denen immer ein Fuß Bodenkontakt behält → geringe Belastung — **10.** Übereinstimmung von Körper und Geist → inneres Gleichgewicht und innere Ruhe

Lückentext, S. 59
Herz und Kreislauf, Boom, vorbeugen, kontrolliertes Training, Cooper-Test, Ausdauerleistung, Test, 12-Minuten-Lauf, zurückgelegte Strecke, konditionellen, positive Auswirkungen, Aerobics, Ausdauertraining, aeroben Bereich

Schlüsselbegriffe finden S. 61
1. Koordinative Fähigkeiten — **2.** Leistung und Zusammenspiel der koordinativen Fähigkeiten — **3.** Differenzierungsfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: komplexen Krafttrainingsübungen mit Maschinen, Hanteln und in der Funktionsgymnastik; einfachen, alltäglichen Bewegungen (z. B. Bücken, Einbeinstand) — **4.** Gleichgewichtsfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: Gleichgewichtsübungen — **5.** Kopplungsfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: Kombination von Bein- und Armbewegungen, beim Aufbau von Choreografien — **6.** Orientierungsfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: Choreografien mit Drehungen, Wendungen, Umspringen usw. — **7.** Reaktionsfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: Bewegung auf Musik oder Zeichen des Aerobictrainers — **8.** Rhythmusfähigkeit. Sie kommt zum Einsatz bei: Bewegung auf den Rhythmus der Musik

Rätsel, S. 65
Ausdauer, Grundschritt, Training, Bewegung, Choreografie, Gymnastik, Musiktempo, Motivation, Kreislauf, Muskulatur

Muster zur Vorschau Ansicht

netzwerk lernen
zur Vollversion

Muster zur VORSCHAU Ansicht

Impressum

© 2013 Auer Verlag
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Autor: Patrycja Frenz, Elena Iaccarino-Lutkat, Martin Klauke
Illustrationen: Steffen Jähde

www.auer-verlag.de

netzwerk lernen

zur Vollversion