

Ablaufschema

Situation

Schule	ETH Zürich	Lehrperson	Katja Kellenberger
Klassenzimmer, Ort	Raum RZ F 21	Klasse (Anzahl)	8 Mitstudierende
Datum	Donnerstag 02.07.2020	Zeit	13:00 – 17:00 Uhr

Unterrichtsziele/ Themenübersicht	- Die Lernenden können den Begriff Ermüdung für sportliche Aktivität definieren und wissen weshalb es zu Ermüdung kommt. - Die Lernenden unterscheiden vier Formen der Ermüdung und kennen mögliche physiologische Ursachen. - Die Lernenden können die vier Ermüdungsbegriffe in einem physiologischem Übersichtsschema zuordnen. - Die Lernenden erarbeiten selbstständig die physiologischen Hintergründe zu einem der vier Ermüdungsbegriffe mit Hilfe von Arbeitsblättern und stellen ihr gewonnenes Wissen den Mitstudenten in Form eines Kurzvortrages vor	Arbeitsaufträge	- Übung 1: Partnerarbeit zweit „Was ist Ermüdung?“ Auf Zettel aufschreiben - Arbeitsauftrag: Erarbeiten der vier Ermüdungsbegriffe zu zweit mit Kurzvortrag im Plenum
Benötigtes Material und Medien	- Kleine Zettel für Einstieg Übung 1 - Arbeitsblätter für Arbeitsauftrag - Flipcharts und dicke Filzstifte - A3 Blatt der Übersicht physiologischen Model - Laptop, PowerPoint Präsentation & Pointer	Literatur/ Links	https://www.youtube.com/watch?v=JeIR1GW8USo

Methoden: LV = Lehrvortrag; GA = Gruppenarbeit; KP = Klassengespräch; LP = Lehrperson; L = Lernende; VL = Vortrag durch Lernende

Lektionsablauf

Zeit	AVIVA	Inhalt	Begründung	Methode	Material
30sec. 3'	Ankommen	1) Kurze Begrüssung durch LP 2) Advanced Organizer: Youtube Video von Marathon Läufer Callum Hawkins → https://www.youtube.com/watch?v=JeIR1GW8USo 2018 schottischer Rekordhalter im Marathon 2:08 kollabiert kurz vor dem Ziel auf der letzten Meile mit 2 min Vorsprung	Lernende Abholen für Lektion, spannender Einstieg		Folien Powerpoint Präsentation → Verlinkung Youtube Film
2'		3) Vorstellen des heutigen Themas „Ermüdung im Sport“	Lernende Abholen für Lektion, aktuelle Beispiele zeigen	LV – LP	Powerpoint Folien mit Bilder
4'	Vorwissen	Übung 1: Einstieg zu zweit (mit Nachbar) «Was ist Ermüdung?» Aufschreiben lassen auf Zettel Im Plenum diskutieren, Leitung durch LP	Vorwissen aktivieren und überprüfen. Was wissen die die Lernenden bereits zu diesem Thema?	GA – L	Powerpointfolien
1'		1) Lernziele vorstellen	Ziele der Lektion vorstellen. Was sollen sie am Schluss der Lektion können? Relevanz für L aufzeigen	KG – LP&L LV - LP	Kleine Zettel & Stifte Powerpointfolien

1'		2) Physiologisches Übersichtschema «repetieren» Kurz vorstellen durch LP	Vorwissen/ Inhalte der «vergangenen» Lektionen kurz auffrischen	LV – LP	Powerpointfolien
1'		3) 3 Zentrale Fragen der Lektion vorstellen Was ist Ermüdung? Wieso entsteht Ermüdung? Wo entsteht Ermüdung?	Konkreter Ablauf der Lektion vorstellen & Aufgabe vorstellen welche auf L zukommen	LV - LP	Powerpointfolien
3'	Informieren	1) Was ist Ermüdung? Definition des Begriffes für uns und diese Lektion 2) Wieso entsteht Ermüdung? Frage an Klasse: Weshalb ist Ermüdung unangenehm?	Wissensvermittlung an L durch LP	LV – LP KG & LV - LP	Powerpointfolien Powerpointfolien
2'	Verarbeiten/ Informieren	1) Wo entsteht Ermüdung? – 3. Frage der Lektion Letzte Frage der Lektion aufgreifen 4 Modelle vorstellen Arbeitsauftrag erklären und Ziel des Auftrages erklären Gruppen bilden & Arbeitsblätter verteilen	Weiterführung der Thematik & Sicherstellen das Arbeitsauftrag korrekt ausgeführt wird.	LV – LP	Powerpointfolien

13'		2) Erarbeiten des Arbeitsauftrag zu zweit Verteilen der Gruppen im Klassenzimmer LP als passive Hilfe	L Erarbeiten und repetieren die physiologischen Prozesse im Körper bei sportlicher Ermüdung selbstständig	GA – L	Flipchart & Filzstifte
12'		1) Kurz Vorträge im Plenum mit FlipChart Jede zweier-Gruppe trägt die wichtigsten Inhalte ihres Teams im Plenum vor. Jede Gruppe hat 2 min Zeit	L üben ihre Präsentations-Fähigkeiten und lernen die wichtigsten Punkte einer Thematik vor einem Publikum vorzustellen	VL – L	
2'	Abschluss	2) Zusammenfassung der 4 Modelle durch LP Mit Übersicht des physiologischen Modells and der Wandtafel mit aufgehängten Zettel der Lernenden der Einstiegsübung zu Beginn der Lektion	Sicherstellen das alle wichtigen Inhalte Ermüdungsmodelle bei den Lernenden angekommen sind.	GA – L	Flipchartwand/ Tafel
1'		3) Abschluss der Lektion Bedanken für den Einsatz Take Home Message Evt. Hausaufgabe → Lesen der anderen Arbeitsblätter		LV & KG L & LP	A3 physiologisches Übersichtsmodell an Wandtafel & Powerpointfolien