**Aufgabenformular**

Standardillustrierende Aufgaben veranschaulichen beispielhaft Standards für Lehrkräfte, Lernende und Eltern.

Hinweis: Wünschenswert ist die Entwicklung von mehreren Aufgaben zu **einer** Kompetenz, die die Progression der Standards (A – H) abbilden.

|  |  |
| --- | --- |
| **Fach** | Sport |
| **Kompetenzbereich** | Bewegen und Handeln  |
| **Kompetenz** | Weitspringen |
| **Niveaustufe(n)** | C/D |
| **Standard** | Die Schülerinnen und Schüler können mit Anlauf einbeinig (rechts und links) in die Weite springen. |
| **ggf. Themenfeld** | Laufen, Springen, Werfen, Stoßen |
| **ggf. Bezug Basiscurriculum (BC) oder übergreifenden Themen (ÜT)** | ÜT: Gesundheitserziehung |
| **ggf. Standard BC** | BC Sprachbildung: Die SuS können Informationen aus Texten und Abbildungen zweckgerichtet nutzen. |
| **Aufgabenformat** |
| **offen**  | **halboffen**  | **geschlossen x** |
| **Erprobung im Unterricht:** |
| **Datum**  | **Jahrgangsstufe:**  | **Schulart:**  |
| **Verschlagwortung** |  |

**Folgende Aufgaben illustrieren den Standard:**

Aufgabe 1

Laufe in einem hohen Tempo an und springe von einem Kastenteil auf eine Weichbodenmatte.

Beachte dabei:
a) Bringe beim Absprung das Schwungbein (grau) nach vorn (Abb. 1).
b) Bleibe während der Flugphase in der Schrittstellung:
 Schwungbein vorn, Sprungbein hinten (Abb. 2).
c) Führe das Sprungbein zur Landung aktiv und schnell nach vorn. (Abb. 3)

Aufgabe 2

Laufe so schnell wie möglich an und springe aus der Absprungzone weit in die Sprunggrube.
Beachte dabei:
a) Bringe beim Absprung das Schwungbein nach vorn.
b) Bleibe während der Flugphase in der Schrittstellung:
 Schwungbein vorn, Sprungbein hinten.
c) Führe das Sprungbein zur Landung aktiv und schnell nach vorn.



\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Abb. 1 Abb. 2 Abb. 3

Material:

Kastendeckel, Weichbodenmatte, Weitsprunggrube

 LISUM

Darstellung Weitsprung: <http://www.sportunterricht.de/lksport/schrittweitl.html>

**Erwartungshorizont:**

Die Schülerinnen und Schüler können die Schrittweitsprungtechnik ausführen.

 LISUM

Darstellung Weitsprung: <http://www.sportunterricht.de/lksport/schrittweitl.html>