



Das ausschließliche Nutzungsrecht für dieses Foto
unterliegt der Universität Koblenz-Landau.
Die Nutzung beschränkt sich ausschließlich
auf die Verwendung in dieser Präsentationsvorlage.



DOSB GOES KNSU

DIGITALE MATERIALIEN ZUR VORBEREITUNG DES DEUTSCHEN SPORTABZEICHEN IN DER GRUNDSCHULE



Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

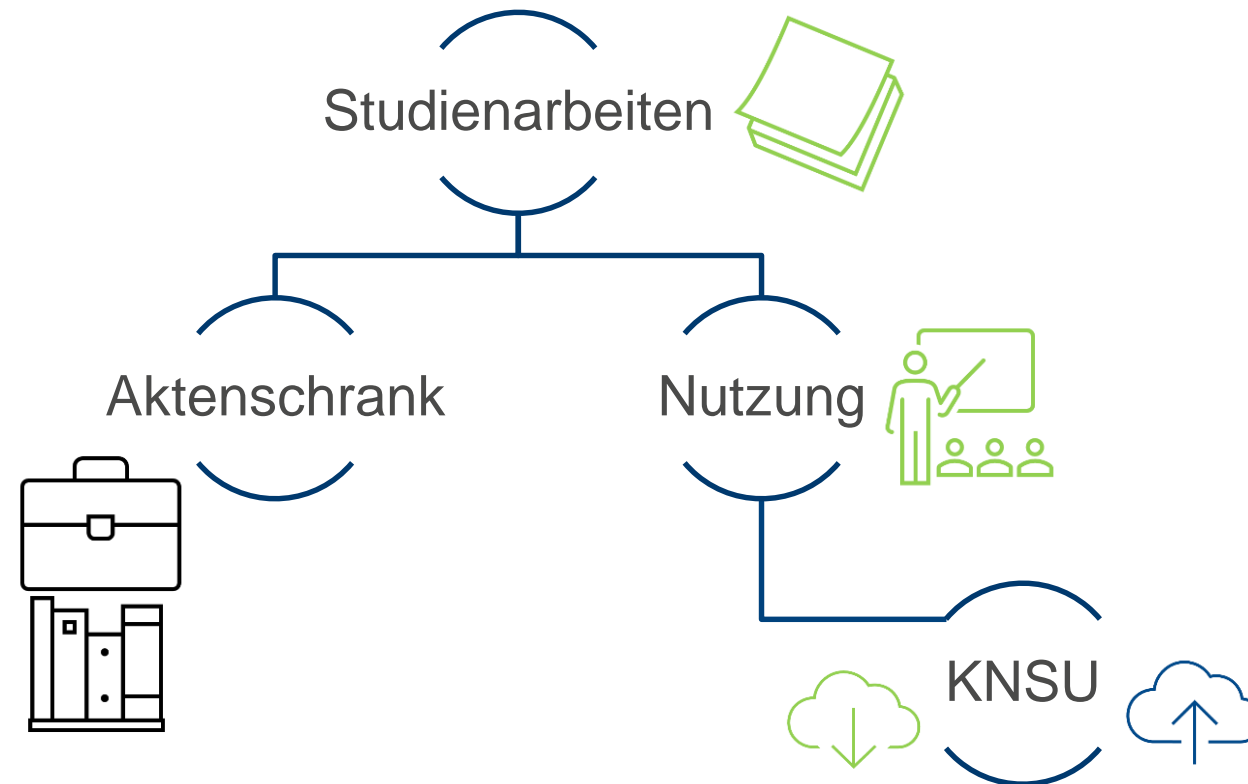
Projekt





KNSU

KOMPETENZNETZWERK SPORTUNTERRICHT



Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

DAS PORTAL



KNSU

KOMPETENZNETZWERK SPORTUNTERRICHT



Ein Angebot der



UNIVERSITÄT
KOBLENZ · LANDAU



Koblenz
Landau

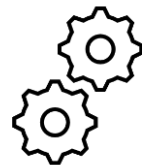


Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt



Verzahnung von Studium und Beruf



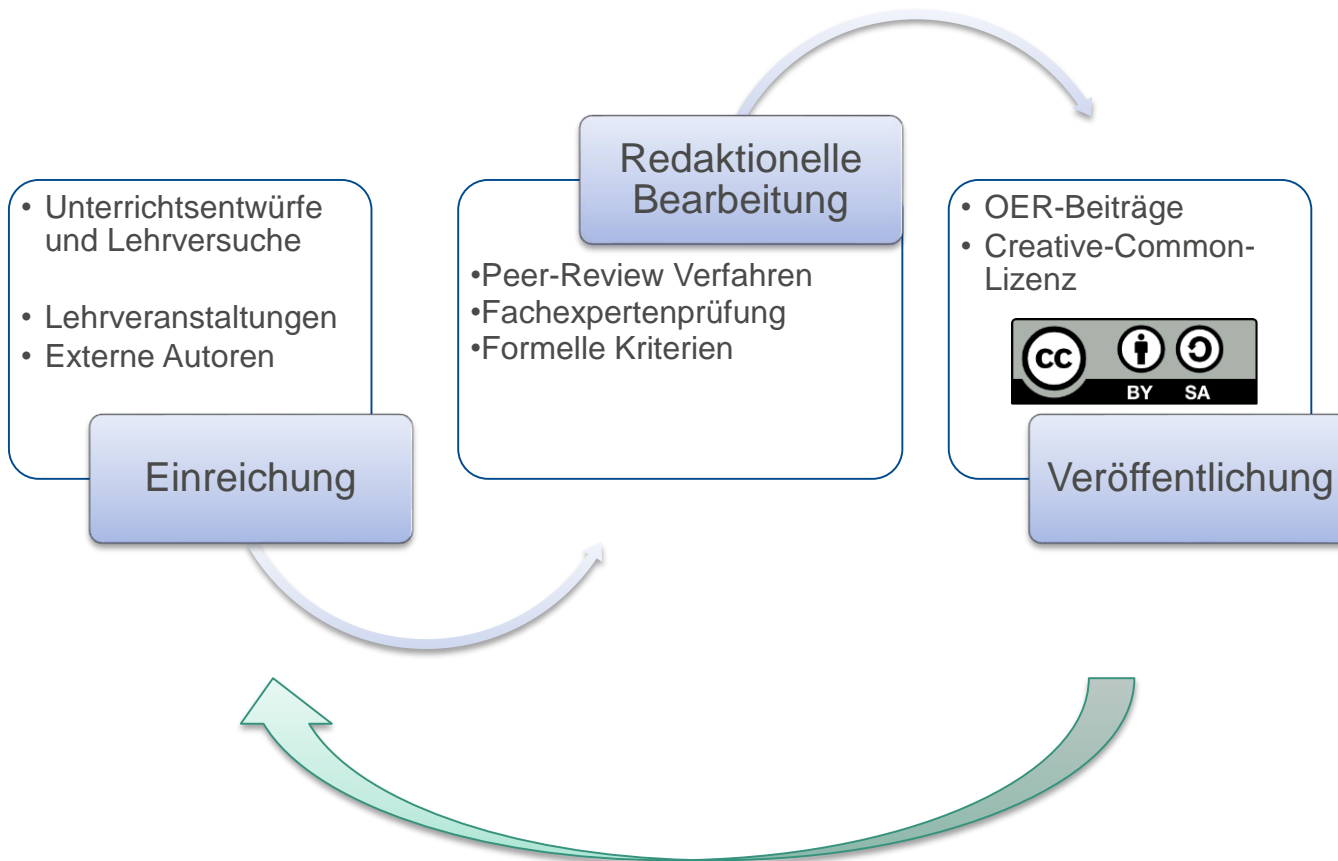
Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

ENTSTEHUNG DER BEITRÄGE



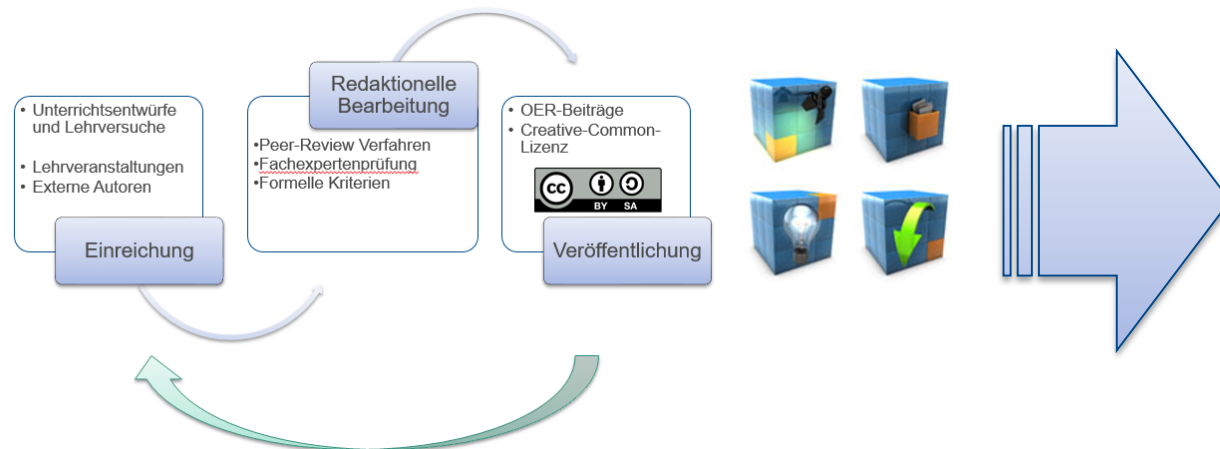
Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

INTEGRATION IN DIE LEHRE



Modul 8

*Grundlagen der
Projektplanung, -
durchführung, -evaluation
und Projektrealisierung*

Digitale Kompetenzen

- *KMK Strategie* zur Bildung in der digitalen Welt
- *DigCompEdu*

Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt



Startseite | Neueste Beiträge | Übung der Woche | Suchen ...

Individualsportarten | Spilsportarten | Weitere Sportbereiche | Sport und ... | Werkbank

- Gerätturnen
 - Basiselemente und Grundtätigkeiten
- Gymnastik und Tanz
 - Geräte und Turnelemente
- Leichtathletik
 - Gymnastikelemente
- Schwimmen
 - Helfen und Sichern
 - Terminologie und Struktur

Das **Kompetenznetzwerk** ist eine Datenbank von zur fachlichen Unterstützung in den Bereichen Bewegungs- und Gesundheitsbildung.

In den Beiträgen sind alle personenbezogenen Bezeichnungen geschlechtsneutral zu verstehen.

Die videogestützte Lernplattform KNSU bietet kompetente und frei verfügbare Beiträge:

- Unterrichtsideen und Lehrbeispiele
- Arbeitsmaterialien
- Technikkarten und Methodik
- Sporttheorie

Welche Idee steckt hinter KNSU?
[Informationen zum Mitmachen](#)

- Bank
- Barren-Bodenbarren
- Gitterleiter-Sprossenwand
- Großer Gymnastikball
- Großer Kasten-Kastenteile
- Kleiner Kasten
- Leiter-Kasten-Reck
- Minitramp
- Pferd
- Reck-Doppelreck
- Ringe-Taue
- Schwebebalken-Bodenbalken



Hochschulbildung



Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

DAS DOSB - SPORTABZEICHEN



Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

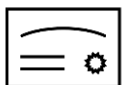
Projekt



Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter



Höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsportes



Überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit

SPORTABZEICHEN EVENTS



© Treudis Naß



© Treudis Naß / Schwimmabnahme 2018 Eberswalde



© Treudis Naß / Tourstopp Greifswald 2018



Handbuch
Sportabzeichen-Tour 2022
(Stand Januar 2022)

Nationale Förderer



Einleitung

KNSU

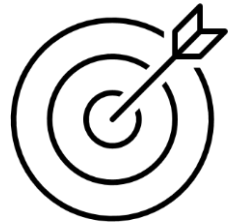
Sport-
abzeichen

Projekt

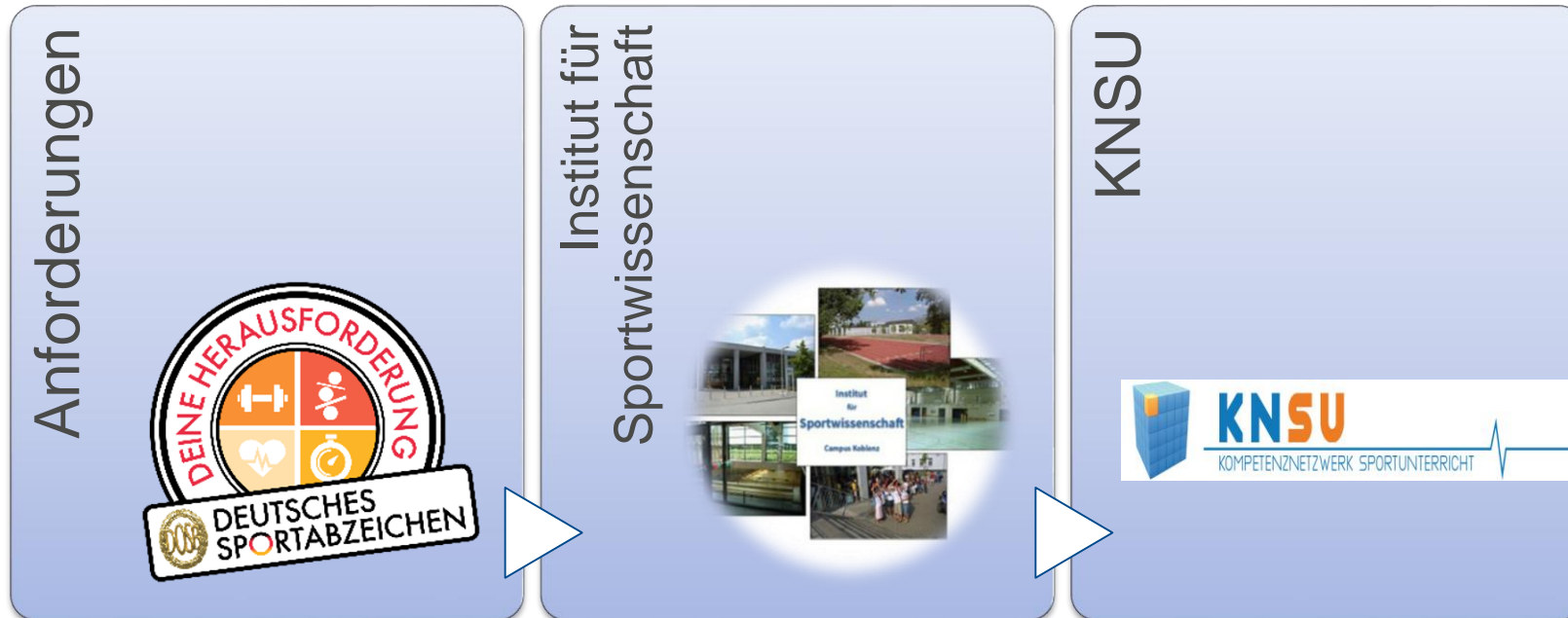
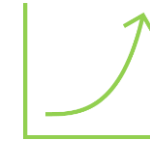
BALD WIEDER HIER ...

... die Städte der 19. Sportabzeichen-Tour 2023.

ZIELSETZUNG



Popularität im Grundschulalter



Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

Anforderungen



6-9 JAHRE

	Sportart	Übung
Ausdauer	Leichtathletik	Dauer-/Geländelauf
Kraft	Leichtathletik	Schlagball/Wurfball
	Leichtathletik	Standweitsprung
	Gerätturnen	Schulterstand
	Gerätturnen	Kerze/Nackenstand
Schnelligkeit	Leichtathletik	30m Lauf:
		<ul style="list-style-type: none"> • Start • Hochstart • Tiefstart
	Schwimmen	25m Schwimmen:
		<ul style="list-style-type: none"> • Beckenstart • Kraulchwimmen • Wende
	Gerätturnen	Sprunghocke als Stützsprung
Koordination	Gerätturnen	Schrittsprung
	Leichtathletik	Drehwurf
	Seilspringen	<ul style="list-style-type: none"> • Grundsprung vorwärts • Grundsprung mit Zwischensprung
		<ul style="list-style-type: none"> • Galoppschritt
	Gerätturnen	Gehen auf dem Schwebebalken (vw., rw., sw.)
Gerätturnen	Hüftumschwung	

Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

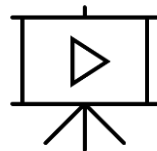
Projekt



DIDAKTISCHE AUFBEREITUNG

Institut für Sportwissenschaft

- Technikbeschreibungen
- Vier-Lernstufenplan
- Kooperation mit Sportfachverbänden



Grundschule
eternich
berdorf

KNSU DEUTSCHES SPORTABZEICHEN - WERFEN ÜBER 4 LERNSTUFEN

Lernstufenplan

Über vier Lernstufen soll das Werfen spielerisch mit variantenreichen Übungen erlernt werden. Die Lernstufen beinhalten zwei bis vier Leistungsmerkmale, die von allen Schülerinnen und Schülern erreicht werden sollten, um in die nächste Lernstufe übergehen zu können. Auf jeder Lernstufe wird die Gesamtbewegung ausgeführt, wobei der Lernschwerpunkt auf den ausgewiesenen Bewegungsmerkmalen liegt. Die anderen Merkmale sind zu vernachlässigen. Bei Leistungsunterschieden lassen sich mit den optional aufgelisteten Merkmalen Differenzierungen im Unterricht vornehmen.

Stufe 1 - Wurfauslage

- Wurfauslage einnehmen (Rechtshänder → linkes Bein vorne / Linkshänder → rechtes Bein vorne)
- Blick in Wurfrichtung

Optional, aber nicht verpflichtend:

- Hinteres Bein leicht gebeugt
- Ballhaltung

Stufe 2 - Gewichtsverlagerung

- Gebeugtes hinteres Bein
- Gewichtsverlagerung auf das linke Bein
- Führe den Ellenbogen gebeugt am Kopf vorbei

Optional, aber nicht verpflichtend:

- Ballhaltung
- Abwurfwinkel ca. 45°

Stufe 3 - Abwurfbewegung

- Der Ellenbogen wird in Kopfhöhe am Kopf vorbei geführt
- Ballabwurf über dem Kopf im ca. 45° Winkel
- Die Hüfte wird zum Abwurf nach vorne gedreht. Dabei bleibt der Wurfarm möglichst lange gestreckt hinten → Bogenspannung entsteht

Optional, aber nicht verpflichtend:

- Ballhaltung
- Hintere Fußspitze hält Bodenkontakt

Stufe 4 - Gesamtbewegung

- Ballhaltung
- Der Oberkörper bleibt aufrecht in Wurfrichtung
- Gewichtsverlagerung beim Abwurf auf das vordere Bein, dabei stehen bleiben und nicht nach vorne fallen
- Hintere Fußspitze hält Bodenkontakt

2020 WWW.KNSU.DE Seite 3

Einleitung

KNSU

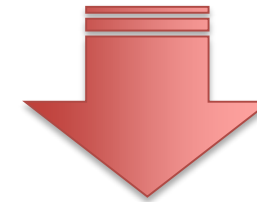
Sport-
abzeichen

Projekt

DIDAKTISCHE AUFBEREITUNG



- Ende Sommersemester 2023
- 18 Beiträge



Startseite	Neueste Beiträge	Übung der Woche	Suchen ...			
Individualsportarten	Spisportarten	Weitere Sportbereiche	Sport und ...	Technikkarten	Werkbank	Deutsches Sportabzeichen
Geräturnen	Neueste Beiträge					
Gymnastik und Tanz	Grundlagen					
Leichtathletik	Entspannung					
Schwimmen	Gymnastik					
Schweizer Handstand	Kampftanz					
Qi - Gong	Rhythmik	Rhythmusschulung				
Pyramiden - Reise um die Welt	Tanz	Rhythmikfolgen				
Anspannung und Entspannung m	Theater					
Präventive Maßnahmen zur opti	Improvisation					
Körperspannung - Pyramiden - Lockerung						
Überwindungsparcours - Es geht hoch hinaus						

Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt

BEISPIEL

KNSU » DEUTSCHES SPORTABZEICHEN – WASSERSTART «

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN –
WASSERSTART



KNSU DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU
Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren:
Daniush Hager Wolfgang Lehmann
Jannika Pung Peter Thiessen

Grundschule
etternich
berdorf

DOSB

2021 WWW.KNSU.DE  WWW.DEUTSCHES-SPORTABZEICHEN.DE Seite 1

Einleitung

KNSU

Sport-
abzeichen

Projekt



KNSU

KOMPETENZNETZWERK SPORTUNTERRICHT



Hochschulbildung



Nationale Förderer



VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT