
Lernaufgaben mit und auf dem Ipad Einsatz von Apps im Sportunterricht

Weiterbildung für Lehrpersonen

28. Oktober 2020

Sara Seiler

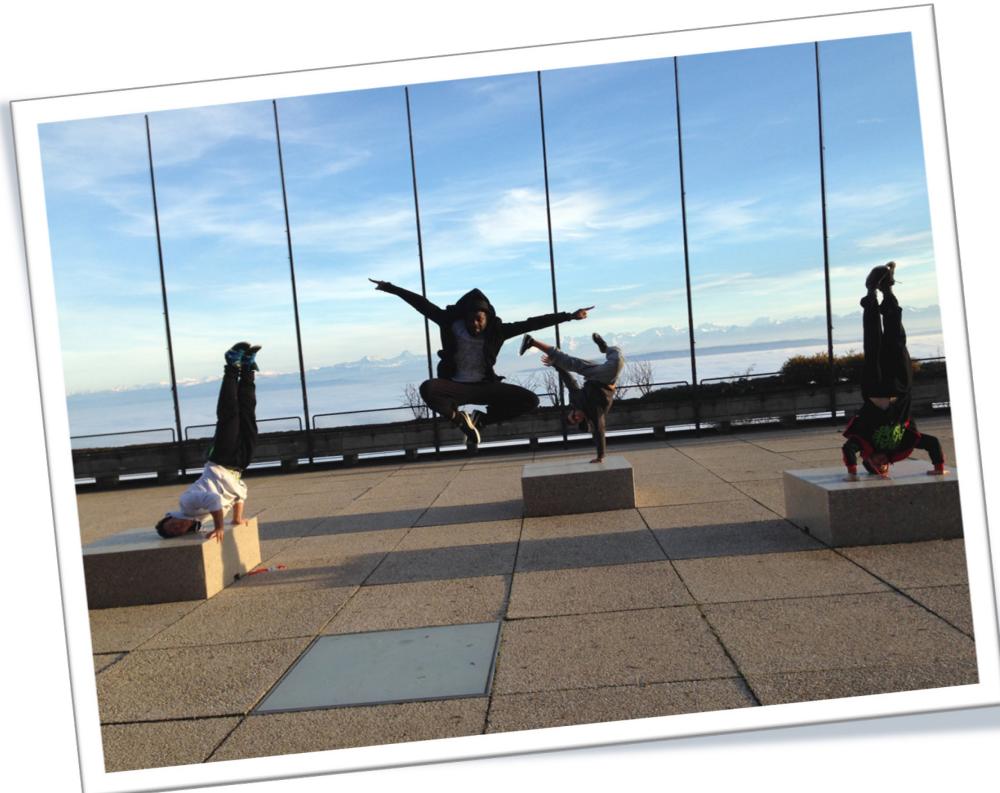


Foto: Sara Seiler

Inhaltsverzeichnis

1 Allgemeines ...	3
1.1 ... zum Einsatz von Tablets und Apps im Sportunterricht	3
1.2 ... zum Musikeinsatz im Sportunterricht	3
1.2.1 sich auf und mit Musik bewegen	3
1.2.2 Lieder auszählen	7
2 Apps für den Einsatz von Musik im Sportunterricht	8
2.1 <i>Tempo – Metronom mit Setlisten</i>	8
2.1.1 Zusatz: Rhythmuschulung / Rhythmisierungsfähigkeit	9
2.2 <i>Anytune pro</i>	11
2.2.1 Zusatz: Lieder, die uns Bewegungen vorgeben	12
2.2.2 Zusatz: Kurze, schnelle Schrittvariationen	12
2.3 <i>Seconds pro</i>	13
2.3.1 Zusatz: HIIT Training	13
3 Weitere Apps für den Einsatz im Sportunterricht	14
3.1 <i>Video Stopwatch</i>	14
3.2 <i>BaM Video Delay – bust a move</i>	15
3.3 <i>CoachNote</i>	15
3.4 <i>Who`s next</i>	16
3.4 <i>Kahoot!</i>	16
3.5 <i>Mentimeter</i>	16

1 Allgemeines ...

1.1 ... zum Einsatz von Tablets und Apps im Sportunterricht

Im Internet sind viele Angebote zu finden die Apps vermarkten. Spezifisch für den Sportunterricht sind zwei Seiten zu empfehlen.

Unter <http://www.sportpaedagogik-online.de/smartphone1.html> sind allgemeine Informationen zum Einsatz des Tablets und von Apps im Sportunterricht zusammen gefasst. Dort werden die Vorteile und Möglichkeiten des Einsatzgebietes verdeutlicht, wie z.B. das Tablet als Analysetool für individuelles Bewegungslernen bspw. im Technikerwerb oder zur Demonstration von Bewegungsvorbildern bspw. im Le Parcour oder beim Skateboarden. Weiter kann das Tablet auch als Dokumentationsmedium zur Leistungsbewertung eingesetzt werden oder als Analyse- und Feedbackmedium in Gruppenprozessen.

Auf der oben genannten Seite findet sich eine Zusammenstellung von Smartphone-Apps, die vor allem für Schüler/innen interessant sein können und mit dem aktuellen Thema oder Ziel des Sportunterrichts verknüpft werden können. Zum Beispiel bei der Vorbereitung auf einen anstehenden Cooper Test oder für die allgemeine Verbesserung der Ausdauer.

Über den Link „Apps im Sportunterricht“ wird man auf die Seite <http://www.ipadatschool.de/index.php/apps-nach-faechern/sport-xl> weiter geleitet. Dort sind diverse Apps für Lehrpersonen aufgelistet und hinsichtlich der Einsatzmöglichkeit zu unterschiedlichen Fächern zugeordnet.

Für exaktere Bewegungsanalysen, die tendenziell eher im Vereinssport und Leistungssport zum Einsatz kommen, stellt die Seite <http://pads.wiesan.de/pad-projects/u-projekte/sport/bewegungsanalyse-mit-dem-ipad/> weitere vier Video-Apps vor.

Unter <http://www.elearning-im-sport.de/> finden sich Informationen zum Einsatz von Tablets und eBooks im Unterricht. Die Seite ist von zwei Professoren der Uni Münster und wird stetig ergänzt. Aktuell sind nicht alle Verknüpfungen aktiv. Es werden auch Workshops angeboten.

Die zweite wichtige Zusammenstellung nützlicher Tools findet sich unter <http://www.sportunterricht.ch/tools/>. Es werden Links zu nützlichen Software-Angeboten aufgelistet, Onlineseiten erläutert und Apps vorgestellt (nach Themen bzw. Sportarten sortiert).

1.2 ... zum Musikeinsatz im Sportunterricht

1.2.1 sich auf und mit Musik bewegen

Musik im Unterricht kann verschiedene Funktionen erfüllen (**Einsatzziele**):
Sie kann

- als Hintergrund eine Stimmung, eine Atmosphäre erzeugen und anregen
- als Bewegungsbegleitung Bewegungen unterstützen
- Struktur und Form für Abläufe geben
- zu Gestaltungen anregen und motivieren
- die (Bewegungs-)Intensität steuern



Entsprechend gibt es verschiedene **Einsatzbereiche** von Musik im Sportunterricht:

- Gestaltungen, Choreographien, Improvisation
- Bewegungslernen, Bewegungsunterstützung
- Aufwärmen, Konditionstraining, Circuittraining
- Entspannung
- Hintergrundmusik, Einstimmung oder Ausklang
- Bei Wettkämpfen und Vorführungen Teil der Komposition sein

Folgendes ist beim **Einsatz von Musik im Sportunterricht** zu beachten:

- die Lehrperson sollte wissen, wann, warum und wozu die Musik einsetzt wird.
- die Lehrperson sollte die ausgewählte Musik pädagogisch und methodisch vertretbar einsetzen.
- die Lehrperson sollte den Musikstil und das Musiktempo jeweils den Ausführenden (Alter, Zusammensetzung der Gruppe, Länge der Hebelarme-Bewegungstempo, Können,) anpassen.

Musikauswahl und Vorbereitung müssen sorgfältig vorgenommen werden. Diese Arbeit ist zeitintensiv und darf nicht unterschätzt werden.

Richtlinien für Bewegungsbegleitung bzw. für bevorzugte Grundbewegungstempo hängen von folgenden Faktoren ab:

- dem Bewegungsumfang
- der Bewegungstechnik
- der Phase des Bewegungslernens

Grundbewegungen oder Einsatzbereich: Tempo = Grundschlag (Beat) pro Minute [bmp]

- Musik zum Aufwärmen (Gehen/Federn) (100 – 120 bpm)
- Musik zum Hüpfen (120 – 140 bpm)
- Musik zum Laufen/Joggen (150 – 180 bpm)
- Herz-Kreislauf am Ort (105-115 bpm)
- Herz-Kreislauf mit Bewegung (95 -105 bpm)
- Stretch out (< 80 bpm)

Quellen:

Reimann, E. & Bucher, W. (2000). Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.) Lehrmittel Sporterziehung. Bern: EDMZ.

Greder, F., Harder, C. & Markmann, M. (2003). Musik und Bewegung, J+S Dokumentation. Magglingen: BASPO.

Nächste Seite: www.sportunterricht.ch

Tempo verschiedener Bewegungsarten

Sich zu Musik bewegen macht einfach Spass. Doch welches Tempo gehört zu welcher Bewegungsart?

Alle Werte sind BPM (Schläge pro Minute).

Gymnastik	BPM
Gehen	120
Laufen	160-180
Schwingen	120
Federn	120
Hüpfen	128
Dehnen	40-60
Kräftigen	60
Aerobic 130-140	
Gymnastik mit Handgeräten	
Ball	116-124
Keulen	116-120
Reif	112-116
Seil	112-116
Rope Skipping 120-140	
Geräteturnen	
Barren	48-54
Stufenbarren	60-80/120
Pferdpauschen	60-80
Ringturnen	52-60
Schaukelringe	48-56
Trampolin	40-44
Reck	44-50
Minitrampolin	60/120/240
Aquafit	
Laufen/Gehen	100-120
Hüpfen	80-95
Kräftigen	60-80
Dehnen	40-60

Es empfiehlt sich „Musikordner“ zu erstellen mit Lieder des ähnlichen Tempos.

Zusammengestellte Musik-Listen unter:

<http://www.sportdidaktik.ch/fachdidaktik/--musik-im-sportunterricht.html>

Musik-Vorschläge zur Entspannung (zum Dehnen, für Yoga oder Pilates, zum Ausklang, etc.)

- Café del Mar (verschiedene Alben)
- Karunesh („Colours of light“, „Sky beyond“, „Sounds of the heart“)
- Mental Centering
- Putumayo (World Music)
- Suresha Hill („Secrets“)

Tempo festlegen mit Hilfe von BPM-Counter (online oder als App):

→ um die Beats pro Minute (= das Tempo) festzulegen und die Musik der Geschwindigkeit nach zu sortieren:

App:
BMP Counter

Online:
<http://www.all8.com/tools/bpm.htm>
<http://www.beatsperminuteonline.com>
<http://www.abyssmedia.com/bpmcounter/>



Einsatz der App MoveYa

1.2.2 Lieder auszählen

Um Lieder auszählen zu können brauchen wir folgende Informationen.
 Man zählt immer auf 8 Schläge (das entspricht einer Phrase). Dies sind in der Popmusik zwei Takte, da ein Takt vier Schläge hat (man spricht auch von einem 4/4 Takt).
 Ein Count kann als einfachen Strich „I“ notiert werden.
 In Choreographien werden üblicherweise einzelne Phrasen („||||| 8 Counts) mit Bewegungen gefüllt/gestaltet.

Takt	4 Taktschläge (Counts)
Phrase	2 Takte oder 8 Taktschläge
Musikbogen	8 Takte oder 4 Phrasen oder 32 Taktschläge
4/4 Takt	Besteht aus 4 Taktschlägen a Viertelnote.
3/4 Takt	Besteht aus 3 Taktschlägen a Viertelnote

Selbstverständlich gibt es auch Takte, die nicht aus vier Taktschlägen bestehen. Zum Beispiel der bekannte Walzer ist ein $\frac{3}{4}$ Takt. Das heißt, man zählt in einem Takt nur drei Schläge. Weiter gibt es noch den 2/4 und den 6/8 Takt.

Es macht Sinn, Liedstücke „auszuzählen“, um die Struktur des Liedes zu kennen. Dadurch können einzelnen Phrasen des Liedes aufgeteilt und mit Bewegung gestaltet werden. Gleiche Liedphrasen entsprechen dann meistens auch gleichen Bewegungen.

Vorgehen bei der Auswahl von Musik

1. Musik auswählen
2. Musik hören
3. Tempo bestimmen
4. Taktart erkennen/Akzente hören
5. Rhythmus hören
6. Form bestimmen
7. Phrasen bestimmen
8. Dynamik bestimmen
9. Passende Bewegungsabläufe suchen

VERWENDUNGSZWECK (Einsatzziel
und Einsatzbereich) IM AUGE
BEHALTEN!!!

2 Apps für den Einsatz von Musik im Sportunterricht

2.1 **Tempo – Metronom mit Setlisten**

Metronom-App zur Taktschulung



Einsatzmöglichkeiten:

- Body-Percussion
- Rhythmusshulung
- Tänze (v.a. Standardtänze)
- Gehör-Schulung – Koordination Klang und Bewegung

Vorteile:

- ↑ Tempo läuft weiter, auch wenn das Gerät gesperrt ist
- ↑ 5 Modi: Grundlage, Voreinstellungen, Setlist, Probe und Auftritt mit unterschiedlichen Aufgaben und Optionen
- ↑ Viele verschiedene TaktSignaturen
- ↑ Betonungen anpassen oder Schläge ausschalten
- ↑ Tempo-Antipp-Funktion
- ↑ Speichern der eigenen „Songs“
- ↑ Visuelle Anzeige (Pendel-Animation oder pulsierendes LED)

Beispiel, wie die App im Workshop zum Einsatz kommt:

„Aufwärm-Begrüßungsritual“

App läuft im Hintergrund, damit alle den gleichen Takt haben, dadurch muss die LP nicht laut zählen oder klatschen.

Sollte jemand aus dem Rhythmus kommen, ist der Einstieg in den nächsten Takt erleichtert.

Das Tempo kann zu Beginn noch langsamer sein und dann etwas schneller werden.

Dadurch kann die Bewegungsabfolge/Choreographie auf das Zieltempo (z.B. eines Liedes) hin geübt werden.

2.1.1 Zusatz: Rhythmuschulung / Rhythmisierungsfähigkeit

Definition:

Die Rhythmisierungsfähigkeit erlaubt es, Bewegungen von aussen und von innen vorgegebenen Rhythmen anzupassen (Friedrich, 2011, S. 189). Sie befähigt Sportler sich in gleichmäßigen Rhythmen oder im Rhythmus der Musik zu bewegen, ihre Bewegungen dem Rhythmus anderer oder einer Musik anzupassen, Rhythmus zu erfassen und in der Bewegung zu realisieren (vgl. ebd.).

Dabei spielen

- dynamisch-zeitliche Gliederungen eines Bewegungsablaufes,
- Wechsel in der Dynamik von Bewegungsabläufen,
- Akzente und Impulsetzungen im Bewegungsablauf,
- sowie Anspannung und Entspannung

eine wichtige Rolle.

Rhythmisierungsfähigkeit ist in der Ausführung aller zyklischen (z.B. Schwimmen, Skilanglauf, Hürdenlauf) und azyklischen Bewegungen (z.B. Kombination Laufen-Springen, Anlaufrhythmen, etc.) von Bedeutung.

Um Rhythmusverständnis, und Rhythmisierungsfähigkeit zu schulen eignen sich Gegenstände die in Rhythmen bewegt werden können, wie zum Beispiel Bälle, Stöcke (Besen), Hölzer, Seile, etc.; aber auch der eigene Körper (→ Bodypercussion) zum Klatschen, Stampfen, Schnipsen und/oder Schnalzen.

Entweder können Rhythmen vorgegeben werden und Andere bewegen sich darauf oder ein Rhythmus wird selbst definiert und neu „erfunden“.

Herausforderungen/Besonderheiten bei der Rhythmuschulung:

Die Rhythmuschulung stellt spezifische fachdidaktische Forderungen an die Thematisierung und Umsetzung.

Rhythmuschulung bedingt ein „Aufeinander-Hören-können“ und „Gehört-werden“. Deshalb sollte grundsätzlich auf Musik in der ersten Phase der Rhythmuschulung verzichtet werden. Die Schüler erschaffen mit ihrem Körper (Bodypercussion) selber Musik bzw. lassen den Rhythmus erklingen.

Durch verschiedene Organisationsformen (Kleingruppen-, Einzel- und Partnerarbeit) kann das gemeinschaftliche Sich-Bewegen gefördert und die Orientierung an Mitschülern/anderen Teilnehmern geschult (akustisch, visuell und motorisch) werden. Es sollte genügend Zeit für das Üben der rhythmischen Bewegungen bleiben, da hier der Fokus der Rhythmuschulung liegt. Vorgaben eignen sich hierbei um den Schwierigkeitsgrad zu regulieren und Zeit für die Erarbeitung bzw. das Ausprobieren von eigenen Rhythmen zu sparen.

Später könnte eine Zusammenstellung einzelner Rhythmuselemente zu einer Choreographie überleitet oder eine Gestaltungseinheit ergänzen.

Beispiele:**• Stampfkreis**

Alle TN stehen Schulter an Schulter im Kreis. Man geht im Seitenschritt (Step touch); Zählweise 1 und 2 und 3 und 4 und. Aufgabe: einen Schritt nach rechts, einen nach links, dann zwei nach re, zwei nach li, etc. bis in jede Richtung 6 Schritte gegangen sind.

• Klatschgasse

Paarweise gegenüber stehen in einer Reihe. Die Paare werden durchgezählt. Alle „gerade“ Paare klatschen vor dem Körper, alle „ungerade“ Paare hinter dem Körper. Ein Paar versucht durch die Gasse durchzulaufen ohne berührt zu werden.

• Laufen mit vorgegebenen Klatschrhythmen

Jeder bekommt einen Zettel mit einem Klatschrhythmus (> vgl. Gruppe App „Tempo“). In der Kleingruppe laufen die TN hinter-/nebeneinander her. Währenddessen bringt der Erste seinen Klatschrhythmus den Anderen bei. Ziel: Sie laufen solange, bis der Rhythmus in der Gruppe einwandfrei klappt und alle im Grundrhythmus joggen und dabei klatschen. Dann ist der Nächste aus der Gruppe an der Reihe.

• Rhythmussschulung an der Reifenbahn

In Partnerarbeit werden verschiedene Aufgaben (synchron) an der Reifenbahn geübt:

1. re li raus; re li raus; re li raus; ...
2. rechte Seite, linke Seite, li in die Mitte; rechte Seite, linke Seite, re in die Mitte; ...
3. 1x re, 2x li, 3x re, 1x li, 2x re, 3x li, ...
4. lang, kurz-kurz, lang, kurz-kurz-kurz, lang, ...
5. Beine im 2er Rhythmus, Arme in Kombinationsübung oder die Hände Klatschen einen anderen Rhythmus
6. Eigene Ideen erfinden (einer macht vor, der andere macht nach)

• Partnerübungen mit kräftigenden Elementen (vgl. „Begrüßungsritual“)

- Klatsch-Begrüßung mit Partner 1
- Klatschfalle mit Partner 2
- Klatschkampf mit Partner 3
- LGS mit Abklatschen (Hände) Wechsel in Rücklage mit Abklatschen (Füße) mit Partner 1
- Grätsche sitzend (Pa1) und springend (Pa2) mit Partner 2
- LGS mit drüber springen mit Partner 3

→ je nach Zeit und Machbarkeit werden alle Elemente nacheinander aneinander gereiht. Zählweise immer 1-4 das Element; 5-8 Wechsel zum neuen Partner.

• Ich packe meinen „Rhythmus-Koffer“

- Vorzeigen eines Rhythmus oder einer Bewegung (4 Counts)
- Alle machen nach und der Nächste zeigt etwas vor (erweitert)
- Alle machen beide Bewegungen hintereinander, etc.

• Body Percussion

Body Percussion Choreographie (> Bsp. siehe Zusatz Handout auf Nachfrage)

2.2 Anytune pro

App um Musik zu beschleunigen oder zu verlangsamen



Einsatzmöglichkeiten:

- Für Lieder die uns Bewegungen vorgeben
- Für das Erlernen von Choreografien, die bereits auf ein Lied abgestimmt sind
- Um Teile aus Musikstücken mehrmals zu nutzen, zu schneiden, zu variieren

Vorteile:

- ↑ Greift auf die eigene Playlist zurück
- ↑ Einfache Bedingung
- ↑ Musik schneiden
- ↑ Loops definieren
- ↑ Eigene „Songs“ zusammenstellen und abspeichern

Ein kurzes Video Tutorial zeigt die wesentlichen Möglichkeiten auf:

<http://anytune.us/help/>



2.2.1 Zusatz: Lieder, die uns Bewegungen vorgeben

- Mani Matter: Dr`Parkingmeter → Beispielsweise beim Wort „Zwanzgi“ einen Streckssprung machen, beim Wort „Auto“ sich einmal im Kreis drehen, beim Wort „Post“ mit den Händen den Boden berühren.
- Cha Cha Slide: <https://www.youtube.com/watch?v=gIdLRftdrH8>
- Beyoncé: Move your body: https://www.youtube.com/watch?v=wc_PizWNp6k

2.2.2 Zusatz: Kurze, schnelle Schritt-kombinationen

Beispiel „Laufen/Springen“ (Musik: The Ketchup Song)

1	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Nach vorne laufen
2	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Überkreuzt seitlich laufen
3	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Rückwärts laufen
4	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Grosses „S“ nach hinten laufen
5	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Einen Kreis laufen
6	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Auf den Zehenspitzen laufen
7	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Auf den Fersen laufen
8	I (eine Phrase = 8 Schläge)	4x auf der Außenseite laufen, 4 x auf der Innenseite laufen

Beispiel „Step-touch Kombination“

1	I (eine Phrase = 8 Schläge)	4 x „Gorilla“ = Step touch mit Schulterbewegung aufzu, Hände in der Hüfte
2	I (eine Phrase = 8 Schläge)	4 x Side Step/Beine schliessen/Side Step/Beine schliessen, ...dabei ganz tief in die Knie gehen
3	I (eine Phrase = 8 Schläge)	Step touch (seitlich, Blick frontal nach vorne) mit Armbewegung re Arm strecken, beide Arme vor der Brust zusammen, li Arm strecken, beide Arme vor der Brust zusammen
4a	- (1/2 Phrase = 4 Schläge)	1/1 Drehung
5	- (1/2 Phrase = 4 Schläge) Achtung schnell! „und“ „8“	Klatschen Grätschsprung Klatschen und die Beine zusammen schliessen (springen) Grätschsprung und tief in die Hocke gehen Beine schliessen wieder → von vorne....

Beispiel Reihenläufe

(immer vier Schritte, dann eine Bewegung, ein Sprung, eine Übung auf 4 Counts)

- Step re / li mit Arme
- Jump grätsche / zusammen / jump grätsche / zusammen
- Kreuzen, öffnen, kreuzen, öffnen, kreuzen, öffnen, kreuzen, öffnen
- Tep vor, tep zurück, pas de bourée
- Boxschritt tief
- Drei Sprünge im Kreis, Grätsche tief
- V-Step
- Nur Arme in seit – hoch – wechsel – seit, Beine marschieren
- ...

2.3 Seconds pro

App um „Timer“ festzulegen, wie lange welche Art von Musik laufen soll (oder auch Pausen).



Einsatzmöglichkeiten:

- Aufwärmen
- Circuittraining (Krafttraining)
- Stationen/Posten in Spielsportarten
- Fitnessbereich (HIIT)

Vorteile:

- ↑ Greift auf die eigene Playlist zurück (einzelne Songs oder ganze Listen)
- ↑ Es sind auch Playlisten (z.B. mit verschiedenen Tempi) zu erstellen, die im Shuffle abgespielt werden
- ↑ Grosses Display, welches mit Farbe hinterlegt werden kann
- ↑ Verschiedene Töne für Pausen, Halbzeit, Ende einer Phase auswählbar
- ↑ Die selbst definierten „Timer“ kann man abspeichern, immer wieder verändern und anpassen

Unter <http://www.runloop.com/seconds-pro/manual/3.0.2> ist das User-Manual zu finden. Es gibt ebenfalls gute kurze Videos, die die Möglichkeiten der App aufzeigen.

2.3.1 Zusatz: HIIT Training

High-intensity-interval-training (HIIT), ist eine erweiterte Form des Intervall-Trainings. Das Training kennzeichnet sich durch abwechselnde Phasen von kurzen intensiven anaeroben Übungen mit weniger intensiven oder sogar ruhenden Erholungsphasen. HIIT ist eine Form von Herz-Kreislauf-Training. Übliche HIIT Sitzungen dauern zwischen 4-30 Minuten. Diese kurzen, intensiven Workouts verbessern die sportliche Leistungsfähigkeit und die allgemeine Kondition, den Glukose-Stoffwechsel und erhöhen die Fettverbrennung.

Ein Beispiel von HIIT Training:

3 x 4 Übungen à 1 Minute Belastung mit 15-20 Sekunden Pause (Dauer total: 15 Minuten)

1. Übung: „Salamander“
In der Stütz/Bankposition abwechselnd die Knie anziehen, nach aussen drehen und wieder strecken.
2. Übung: „Skifahrer“
Aus der tiefen Hocke in den Schrittsprung springen und wieder zurück. Arme zum Ausgleich seitlich mitnehmen.
3. Übung: „falsche Liegestütz“
Aus der Stütz/Bankposition, die Ellbogen tief ablegen, danach in den Seitstütz drehen, in dieser Position die Hüfte absenken und wieder in die Ausgangsposition (Stütz/Bankposition) zurück. Dann die von vorne und zur anderen Seite wechseln.
4. Übung: „Bergsteiger“
In der Stützposition springen die Füsse immer in Schrittstellung hin und her.

3 Weitere Apps für den Einsatz im Sportunterricht

3.1 Video Stopwatch

Die universale "Video Stopwatch" ist eine einfache Videoapp, mit deren Hilfe sich Zeitabläufe, wie z. B. Wettkämpfe, auf die Hundertstelsekunde genau vermessen lassen.



(siehe <http://www.ipadatschool.de/index.php/apps-nach-faechern-d/sport-l/2662-video-stopwatch>)

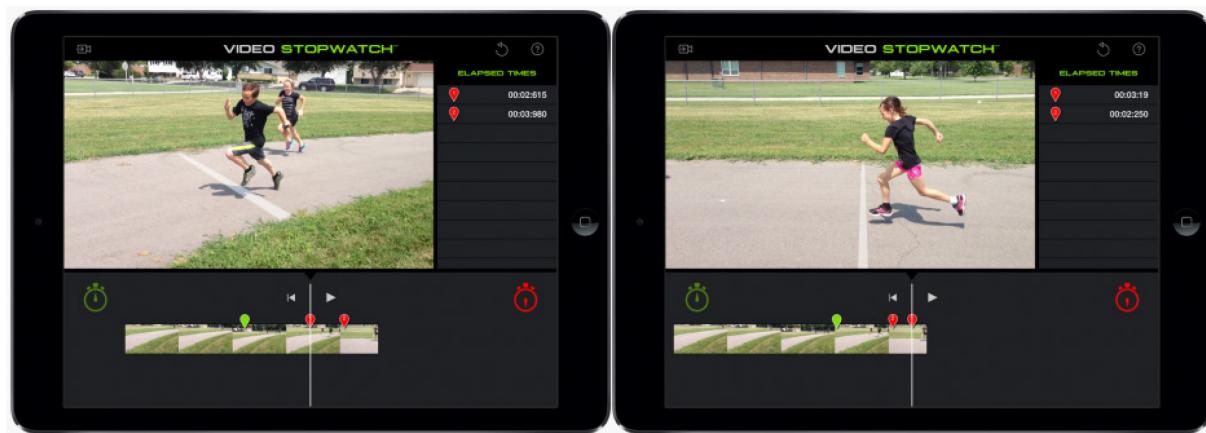
Einsatzmöglichkeiten:

- Wettkämpfe
- Sportfeste / Sporttag
- Kein Zeitennehmen und notieren

Vorteile:

- ↑ Dabei funktioniert die App sehr einfach und ist auch dementsprechend leicht zu bedienen.
- ↓ Leider fehlt der App noch eine Exportmöglichkeit für die gemessenen Zeiten, sodass diese lediglich per Screenshot gesichert werden können. Für die meisten Fälle sollte das allerdings auch ausreichen.

Unter <http://www.videostopwatchapp.com/> sind die Einsatzmöglichkeiten aufgezeigt und der Link zum Downloaden zu finden.



3.2 BaM Video Delay – bust a move

„See what your coach sees and analyze yourself!“
App die zeitverzögert aufzeigt was zuvor geschehen ist



Einsatzmöglichkeiten:

- Stationstraining
- Techniktraining
- Selbstkorrektur, -Analyse und -korrektur

Vorteile:

- ↑ Während der Bewegung muss man nicht auf die Wirkung oder Ausführung achten (wie das z.B. bei der Spiegelwand vorkommen kann)
- ↑ Videos sind nur 15 Minuten sichtbar und werden dann wieder gelöscht (> kein Datenspeicherproblem)
- ↑ Portrait und Landschaft Aufnahmen
- ↑ Zeitverzögerung zwischen 25 Sekunden und zwei Minuten
- ↑ 2x2 Modus: vier verschiedene Verzögerungen gleichzeitig

Unter <http://www.videostopwatchapp.com/> sind die Einsatzmöglichkeiten aufgezeigt und der Link zum Downloaden zu finden.

3.3 CoachNote

Interactive App um Sportspiele zu analysieren und zu beschreiben

Einsatzmöglichkeit:

Als interaktives Whiteboard in der Sporthalle oder im Freien auf Aussensportanlagen zu nutzen.
Vorgefertigte Felder erleichtern das Erläutern von Spielzügen, Situationen und Möglichkeiten.



Unter <https://itunes.apple.com/us/app/coachnote-sports-coachs-interactive-whiteboard/id495635047?mt=8> kann diese App gedownloadet werden.

Ein Benutzervideo auf YouTube hilft für die schnelle Anwendung:
<https://www.youtube.com/watch?v=tx7Jt5OvcnQ>

Alternative die App Taktikboard

3.4 Who`s next

App zur randomisierten Auswahl von einzelnen Teilnehmern oder der Zusammenstellung zufälliger Gruppen.



Einsatzmöglichkeit:

Praktisches Tool für Lehrer und Dozenten, das immer dann zur Anwendung kommen kann, wenn es darum geht, zufällig Schüler auszuwählen oder Gruppen zusammenzustellen.

Auswahl einer Reihenfolge von Teilnehmern, etc.

Unter <https://play.google.com/store/apps/details?id=de.mphil.whosnext&hl=de>
Kann diese App gedownloadet werden.

3.4 Kahoot!

Play, create, host quizzes, even on the go
Calling all students, teachers, office heroes, trivia fans and lifelong learners! Whether you feel creative, want to learn something new or are up for some fun and competition – get Kahoot!'ing anywhere, anytime!



Unter <https://itunes.apple.com/app/apple-store/id1131203560?mt=8>
Kann diese App gedownloadet werden.

www.kahoot.com → zum Einloggen und Erstellen von Umfragen (Quiz, etc.)
www.kahoot.it oder die kahoot! App → zum Teilnehmen an einer Umfrage

3.5 Mentimeter

Interactive presentations, workshops, and meetings

Mentimeter is an easy-to-use tool that makes facilitators and presenters look like stars. No installations or downloads required - and it's free!

www.mentimeter.ch → zum Einloggen und Erstellen von Umfragen, Präsentationen, etc.
www.menti.com → zum Teilnehmen an einer Umfrage

Ein Benutzervideo auf www.mentimeter.com hilft für die schnelle Anwendung.