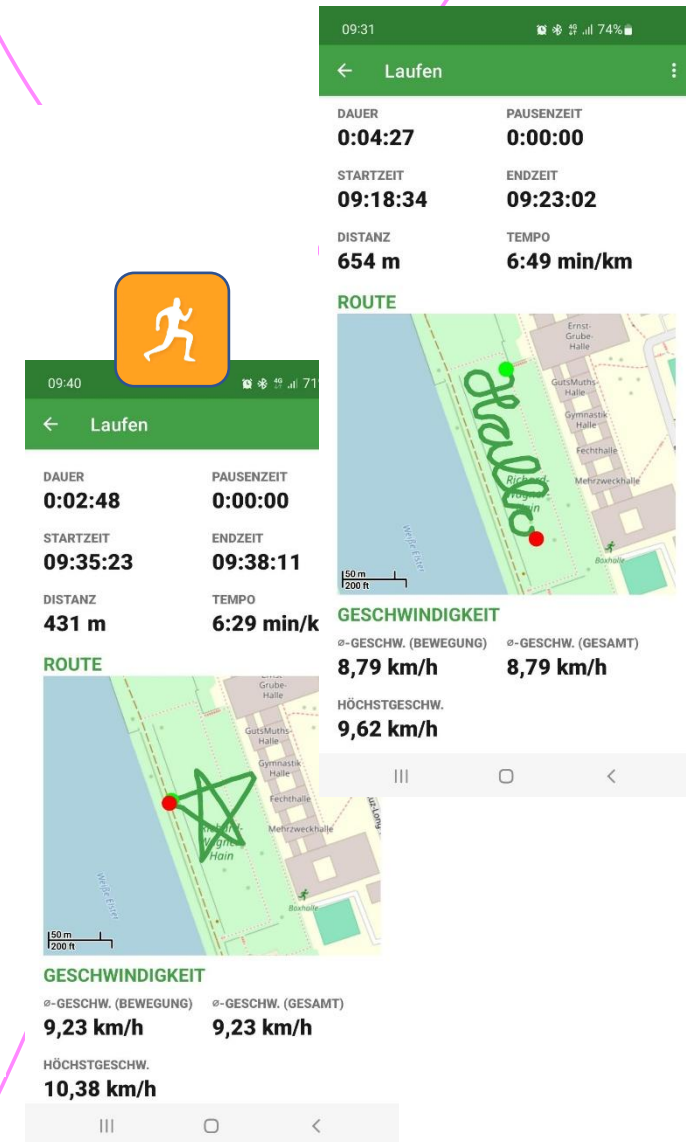


Stationskarte Figuren und Wörter

Aufgabenstellung:

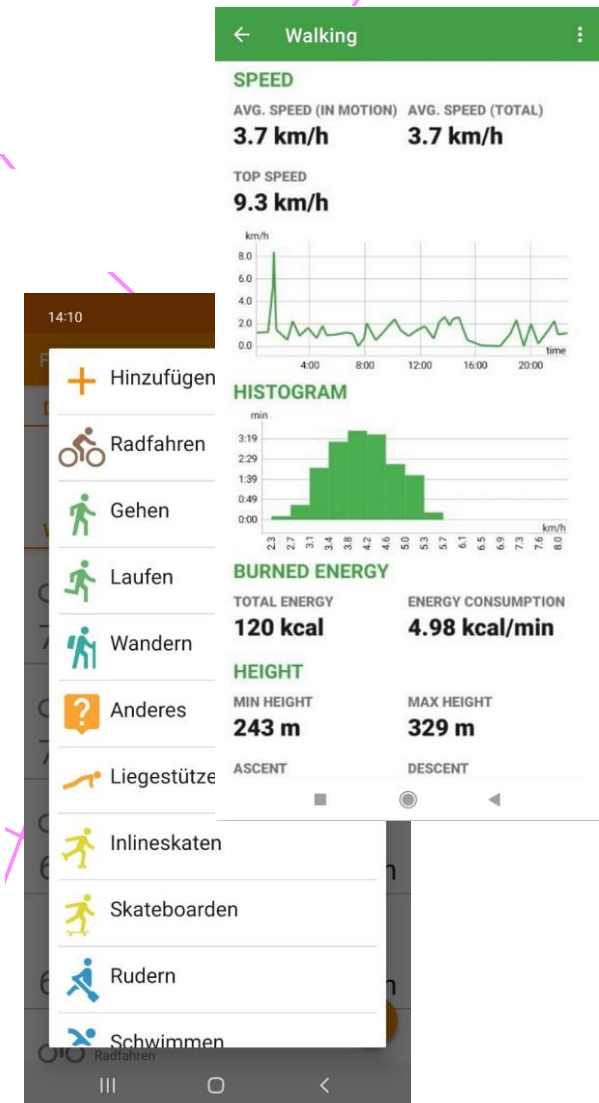
- Findet euch in **Kleingruppen** von 2 bis 3 Personen zusammen
 - **Aufgabe 1:** Sucht euch ein beliebiges Wort aus (Sport, frei!, Hallo), welches ihr in Schreibschrift ohne Absetzen in eine Karte/Gelände der App laufen möchtet
 - **Aufgabe 2:** Sucht euch eine Formation (Stern, Kreis, Mosaik, Haus des Nikolaus, usw.) aus, welche ihr in eine Karte/Gelände der App laufen möchtet
- **Orientiert** euch im Gelände und plant das Vorgehen
- Öffnet die App und **startet** gleichzeitig das Tracking mit dem Beginn des Laufs
- Kontrolliert **nicht** euren Laufweg in der App während der Bewegung
- **Nutzt** den Sportplatz/das Gelände in seiner **maximalen** Länge und Breite
- Wenn ihr die Formation abgeschlossen habt **beendet** ihr das Tracking
- **Kontrolliert** im Anschluss:
 - Wie ist euch die Form gelungen?
 - Konntet ihr den Raum gut nutzen? Gab es Herausforderungen?
 - Wer hatte die höchste Pace oder die größte Distanz?



Stationskarte Freies Laufen

Aufgabenstellung:

- Findet euch in **Kleingruppen** von 2 bis 3 Personen zusammen
- **Lauft 15 Minuten** ohne eine Pause zu machen
- Versucht eine **maximale Distanz** für euch zu erreichen
- Ein Streckenverlauf ist nicht vorgegeben
 - **Nutzt** den Sportplatz oder das Schulgelände (optional angrenzende Parks)
 - **Meidet** enge Kurven (eventuell ungenaues Tracking) oder Gebäude (Verlust oder Verfälschung des GPS-Signals)
- Öffnet die App und **startet** gleichzeitig das Tracking mit dem Beginn des Laufs
- Kontrolliert **nicht** euren Laufweg in der App während der Bewegung
- Wenn ihr die Zeit abgeschlossen habt **beendet** ihr das Tracking
- **Kontrolliert** im Anschluss:
 - Wie **genau** war das Tracking, gibt es Abweichungen von eurem tatsächlichen Laufweg?
 - Welche **Geschwindigkeiten** seid ihr am meisten gelaufen? (Histogramm)
 - Seid ihr eher eine **konstante** Geschwindigkeit gelaufen oder liegen große **Schwankungen** vor?
 - Deckt sich die Angabe der Höhenmeter mit eurem Lauf?
 - Was war die maximale/minimale und Durchschnittsgeschwindigkeit?



Impressum

Autor: Daniël Bohm
Sportpädagogik
Universität Leipzig
daniel.bohm@uni-leipzig.de



Projekt: Digital-ästhetische Souveränität von Lehrkräften als Basis kultureller, künstlerischer, musikalischer, poetischer und sportlicher Bildung in der digitalen Welt (DiäS).

Teilprojekt: EFT-A* Sportliche Bildung digital; Fördernummer: 01JA23K08I

Gestaltung: Daniël Bohm, Software: Canva.com, Icons: Lernen:Digital, Screenshots und Grafiken: FitoTrack

Version: Final 2025

Lizenz: CC BY-SA 4.0 – Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen



Dieses Produkt ist unter der Lizenz CC BY SA 4.0 veröffentlicht. Von der Lizenz ausgenommen sind Logos, Zitate sowie anders gekennzeichnete Materialien und Abbildungen. Der Urheber soll bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Daniël Bohm, Kompetenzverbund lernen: digital, entstanden im Projektverbund DiäS – Teilprojekt Sportliche Bildung digital.



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU



UNIVERSITÄT
LEIPZIG

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend