

Handbuch zur Portfoliobewertung

(Textgrundlage für menschliche Bewertung und KI-gestützte Bewertung via RAG)

0) Zweck und Grundprinzip

Dieses Handbuch beschreibt, **wie ein Prüfungsportfolio fair, nachvollziehbar und einheitlich** bewertet wird. Es übersetzt den Fragenkatalog in klare Prüfschritte und macht transparent, woran „gut“, „teilweise“ oder „nicht ausreichend“ festgemacht wird.

Wichtiges Prinzip: **Bewerten heißt belegen.**

Jede Aussage in der Bewertung soll auf **konkrete Stellen im Portfolio** zurückführbar sein (z. B. Seiten/Abschnitte). Das ist auch entscheidend für den späteren KI-Einsatz: Die KI soll nicht „raten“, sondern sich auf nachweisbare Textstellen stützen.

1) Überblick über die Struktur des Portfolios

Ein Portfolio wird anhand von **10 Bewertungsbereichen (A–J)** beurteilt. Jeder Bereich deckt einen klar abgegrenzten inhaltlichen Aspekt des Portfolios ab.

Die Bewertungsbereiche sind:

- **A** Ziel der Lernstandsmessung
- **B** Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 1
- **C** Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 2
- **D** Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 3
- **E** Gestaltung der Lernstandsmessung
- **F** Transparenzpapier
- **G** Durchführung der Lernstandsmessung
- **H** Beurteilungsfehler
- **I** Motivationsförderliche Rückmeldung
- **J** Gesamtbetrachtung des Portfolios



Insgesamt gibt es also 10 Bewertungsbereiche pro Portfolio.

2) Vorgehen beim Bewerten

Schritt 1: Grober Check (Vollständigkeit & Struktur)

- Inhaltsverzeichnis ansehen: Welche Teile sind vorhanden?
- Sind alle Aufgabenabschnitte auffindbar und logisch geordnet?
- Gibt es formale Pflichtbestandteile (z. B. Eigenständigkeitserklärung)?

Schritt 2: Anonymitätsprüfung

Bevor mit der inhaltlichen Bewertung der einzelnen Bereiche (A–J) begonnen wird, ist zu prüfen, **ob das Portfolio anonym bewertet werden kann.**

Anonymitätsprüfung:

- Sind Deckblatt und Eigenständigkeitserklärung entfernt?
- Sind persönliche Daten wie Name, Matrikelnummer oder Unterschrift im Portfolio sichtbar?
- Enthalten die Texte Hinweise auf die Identität der Person (z. B. Selbstnennungen)?

Schritt 3: Abschnittsweise Bewertung entlang der Bereiche A–J

- Jeden Bereich nacheinander prüfen.
- Pro Bereich: erst lesen, dann mit den Leitfragen abgleichen.
- Notieren, **wo** die Information steht (Abschnitt/Seite), damit die Bewertung überprüfbar bleibt.

Schritt 4: Konsistenz-Check

- Passen Ziel, Aufgaben, Erwartungshorizont und finale Lernstandsmessung zusammen?
- Widersprechen sich Aussagen an unterschiedlichen Stellen?
- Stimmen Instruktionen zwischen „Aufgabenkonstruktion“ und „finaler Lernstandsmessung“ überein?

A. Ziel der Lernstandsmessung

Was in diesem Abschnitt erwartet wird

Der Abschnitt „Ziel der Lernstandsmessung“ ist die Grundlage. Hier wird festgelegt:

- **Was** gemessen werden soll (Kompetenzen/Wissen),
- in welchem Kontext (Fach, Klasse, Thema),
- und ob das Ziel realistisch und passend zur Lerngruppe ist.

Ein gut formulierter Zielabschnitt macht es später möglich, Aufgabenqualität zu prüfen: Aufgaben sind nur dann „gut“, wenn sie tatsächlich auf dieses Ziel einzahlen.

Leitfragen (Bewertung)

- Wird klar beschrieben, **welches Ziel** verfolgt wird?
- Sind **Fach, Klassenstufe, Thema** eindeutig?
- Sind die angestrebten Kompetenzen sinnvoll, realistisch und zur Klassenstufe passend?
- Ist erkennbar, welche Lernzielebenen oder Anforderungsbereiche berührt werden (mindestens implizit)?

Typische Qualitätsmerkmale

Gut ist:

- Ziel ist konkret („Die Lernstandsmessung überprüft...“) und nicht nur allgemein („Thema Geometrie“).
- Man erkennt, was Lernende am Ende können sollen (z. B. „Formel anwenden“, „symmetrische Figur konstruieren und begründen“).
- Ziel passt zur Aufgabe: wenn im Ziel Analyse/Transfer vorkommt, müssen später Aufgaben das auch abprüfen.

Schwach ist:

- Ziel bleibt zu vage („Überprüfung Geometrie“) ohne Kompetenzbezug.
- Ziel passt nicht zur späteren Aufgabenwahl (z. B. Ziel „Transfer“, aber nur Multiple-Choice).

Punktvergabe: 0 / 1 / 1.5 / 2

B. Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 1

Erwartung an Aufgabe 1

Aufgabe 1 ist häufig die „Einstiegsaufgabe“ (oft gebunden). Sie soll zuverlässig prüfen, ob Grundlagen vorhanden sind. Sie muss eindeutig sein und eine objektive Bewertung ermöglichen.

Leitfragen

- Passt Aufgabe 1 inhaltlich zum Lernziel?
- Ist das Aufgabenformat angemessen (z. B. gebunden, wenn Fakten/Grundbegriffe geprüft werden)?
- Ist die Aufgabenstellung eindeutig, verständlich und ohne Interpretationsfallen?
- Ist erkennbar, welches Wissen oder welche Fähigkeit genau geprüft wird?

Worauf besonders achten

- **Eindeutigkeit:** Bei gebundenen Aufgaben muss klar sein, was richtig ist.
- **Keine Trickfragen:** Ziel ist Diagnostik, nicht „Fallen stellen“.
- **Passung:** Aufgabe muss das prüfen, was im Ziel/Unterthema steht (nicht Nebenschauplätze).

Punktvergabe: 0 / 1 / 1.5 / 2

C. Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 2

Erwartung an Aufgabe 2

Aufgabe 2 ist meist die „Kernaufgabe“ (häufig offen oder anspruchsvoller). Hier zählt:

- fachliche Korrektheit,
- passende Lernzielebene (Bloom),
- und vor allem: **ein brauchbarer Erwartungshorizont.**

Leitfragen

- Entspricht die Aufgabe der angegebenen Lernzielebene?
- Ist der Erwartungshorizont nachvollziehbar (Inhalte, Kriterien, Struktur)?
- Sind Bewertungskriterien transparent und objektiv genug?
- Ist die Aufgabe didaktisch sinnvoll und zur Lerngruppe passend?

Was ein guter Erwartungshorizont leisten muss

Ein Erwartungshorizont ist mehr als „das müsste drinstehen“. Er sollte:

- die wichtigsten erwarteten Inhalte nennen,
- erklären, wie bewertet wird (z. B. Kriterien, Punkte je Teilaspekt),
- so formuliert sein, dass zwei Bewertende zu ähnlichen Ergebnissen kommen.

Typische Schwächen

- Erwartungshorizont ist zu allgemein („Analyse gut“) ohne Kriterien.
- Punkteverteilung ist unklar oder passt nicht zum Anspruch.
- Bloom/Lernzielebene wird genannt, aber die Aufgabe prüft etwas anderes.

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

D. Aufgabenkonstruktion – Aufgabe 3

Erwartung an Aufgabe 3

Aufgabe 3 prüft oft Transfer, eigenständige Anwendung oder kreative Konstruktion. Bei offenen/halbgebundenen Aufgaben ist entscheidend, dass die Bewertung **trotz offener Lösungen** fair bleibt.

Leitfragen

- Ermöglicht die Aufgabe eigenständiges Denken, Anwendung oder Transfer?
- Ist das Aufgabenformat passend?
- Sind die Bewertungskriterien klar genug, um unterschiedliche Lösungen fair zu bewerten?
- Gibt es klare Anforderungen (z. B. „nenne 3 Kontexte“, „begründe“, „mit Beispiel“) damit Lösungen vergleichbar bleiben?

Gute Praxis für offene Aufgaben

- Kriterien statt Musterlösung: z. B. „Argumentation nachvollziehbar“, „Beispiele passend“, „Begründung vorhanden“.
- Mindestanforderungen nennen: Anzahl Aspekte, Struktur, Begründungspflicht.
- Typische Fehlerquellen vorweg entschärfen (z. B. Missverständnisse in der Aufgabenstellung).

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

E. Gestaltung der Lernstandsmessung

Erwartung an die „finale“ Version

Die finale Lernstandsmessung (oder Klassenarbeit) ist das Dokument, das Lernende tatsächlich bekommen würden. Es geht hier um Verständlichkeit, Layout, klare Instruktionen und Konsistenz zu den zuvor konstruierten Aufgaben.

Leitfragen

- Ist das Dokument übersichtlich, logisch aufgebaut und gut lesbar?
- Sind Aufgaben klar getrennt, sauber nummeriert und verständlich formuliert?
- Sind Hinweise (Zeit, Hilfsmittel, Darstellung) sinnvoll angegeben?
- Stimmen Instruktionen wortgleich bzw. inhaltlich überein mit der Aufgabenkonstruktion (keine stillen Änderungen)?

Typische Probleme

- In der „finalen“ Arbeit sind Aufgaben anders formuliert als in der Konstruktion.
- Bewertungslogik/Erwartungshorizont passt nicht zur finalen Version.
- Lernende bekommen zu wenig Kontext (z. B. fehlende Angaben, unklare Operatoren).

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

F. Transparenzpapier

Zweck

Das Transparenzpapier soll Lernende in die Lage versetzen, sich fair vorzubereiten. Es soll nicht „alles verraten“, aber klar sagen:

- welche Inhalte drankommen,
- welche Formate vorkommen,
- wie Bewertung grob funktioniert,
- und welche Vorbereitung sinnvoll ist.

Leitfragen

- Wird verständlich erklärt, was erwartet wird?
- Sind Inhalte, Aufbau und Aufgabenformate beschrieben?
- Gibt es sinnvolle Vorbereitungshinweise?
- Ist der Ton adressatengerecht (für Schüler:innen) und nicht wie ein interner Dozentenhinweis?

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

G. Durchführung der Lernstandsmessung

Erwartung

Hier wird beschrieben, wie die Lernstandsmessung durchgeführt wird: Rahmenbedingungen, Objektivität, Atmosphäre, Umgang mit Rückfragen etc.

Leitfragen

- Sind Zeit und Ort klar genannt und sinnvoll?
- Werden Maßnahmen zur Durchführungsobjektivität beschrieben (gleiche Bedingungen, Instruktionen)?

- Wird ein realistischer Ablauf beschrieben (z. B. Instruktionen vor Start, Umgang mit Fragen)?
- Gibt es Maßnahmen gegen Störungen/Unfairness (Handys, Sitzordnung etc.), ohne überzogen zu wirken?

Worauf achten

- „Objektivität“ heißt nicht „streng“, sondern: gleich, fair, nachvollziehbar.
- Bei sensiblen Maßnahmen (z. B. Toilettengang) sollte es realistisch und schulpraktisch klingen.

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

H. Beurteilungsfehler

Erwartung

Ein Beurteilungsfehler soll nicht nur definiert werden, sondern in einem realistischen schulischen Beispiel sichtbar werden – plus Gegenmaßnahmen.

Leitfragen

- Ist der ausgewählte Beurteilungsfehler korrekt erklärt?
- Ist das Beispiel plausibel und schulnah?
- Wird klar, wie der Fehler die Bewertung verzerrt?
- Werden sinnvolle Strategien genannt, um den Einfluss zu reduzieren (z. B. Rubrics, Anonymisierung, Zweitkorrektur)?

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

I. Motivationsförderliche Rückmeldung

Erwartung

Hier soll ein Feedbacktext entstehen, der Lernende ernst nimmt und motiviert – ohne Schönfärberei. Wichtig sind:

- konkrete Stärken,
- konkrete nächste Schritte,
- ein passender Ton,
- und eine klare Struktur (z. B. kriterial + individuell).

Leitfragen

- Spricht die Rückmeldung die Schülerin/den Schüler direkt an?
- Werden Stärken und Verbesserungsbereiche konkret benannt (nicht nur „du kannst das“)?
- Werden hilfreiche Strategien angeboten?
- Wirkt der Text individuell oder austauschbar?

Qualitätsmerkmale

Gut:

- konkreter Bezug auf Aufgaben/Leistung („Bei Aufgabe 2 hast du...“)
- realistische nächste Schritte („Übe X mit Y-Methode“, „achte auf...“)
- wertschätzend, aber ehrlich

Schwach:

- nur allgemeines Lob oder nur Kritik
- keine konkreten Hinweise, wie es besser geht

Punktvergabe

0 / 1 / 1.5 / 2

J. Gesamtbetrachtung des Portfolios

Ziel

Am Ende soll klar werden, ob das Portfolio insgesamt die Anforderungen erfüllt und ob die Bearbeitung stimmig ist.

Leitfragen

- Erfüllt das Portfolio insgesamt die Modulanforderungen?
- Ist ein roter Faden erkennbar?
- Passen Ziel → Aufgaben → Erwartungshorizont → finale Messung zusammen?
- Zeigt das Portfolio eigenständige Auseinandersetzung (nicht nur Schema-Abhaken)?

Typische „Stimmigkeitschecks“

- Wurde wirklich jede Aufgabe bearbeitet, oder fehlen Teile?
- Sind Lernzielebenen/Anforderungsbereiche plausibel (nicht nur „etikettiert“)?
- Sind Kriterien/Erwartungshorizonte brauchbar genug, um objektiv zu bewerten?

2) Regeln für KI-Nutzung (RAG) – kurz und praktisch

Wenn dieses Handbuch als Wissensbasis für eine KI dient:

- 1. Antworten nur mit Beleg:**
Jede KI-Antwort soll sagen, worauf sie sich stützt (Abschnitt/Seite/Zitat im Portfolio).
- 2. Keine Annahmen:**
Wenn etwas nicht im Portfolio steht, lautet die Antwort: „Nicht auffindbar / nicht angegeben“.
- 3. Ein Bereich pro Antwort:**
Die KI bewertet immer nur **einen Bereich (A–J)** auf einmal, damit es nachvollziehbar bleibt.
- 4. Neutraler Ton:**
Keine moralischen Urteile. Nur sachlich beschreiben, was vorhanden ist und was fehlt.

1 Lernzielauswahl (2 Punkte)

Ihre Aufgabe:

Erstellen Sie einen kurzen Entwurf Ihrer Lernstandsmessung.

Bearbeitungshinweise:

1. Was ist das diagnostische Ziel dieser Lernstandsmessung?
2. Geben Sie das **Fach**, **Klassenstufe** und das **übergeordnete Thema** (dies können Sie frei auswählen) der Lernstandsmessung an.
3. Wählen Sie **eines Ihrer Studienfächer** und geben Sie unter Berücksichtigung der entsprechenden **Bildungsstandards** der Kultusministerkonferenz **3 Unterthemen** zum Thema der Lernstandsmessung an.
Nutzen Sie Bildungsstandards Ihres Faches. Sind diese nicht vorhanden, greifen Sie auf andere Standards / Vorgaben Ihres Faches zurück.

Was ist das diagnostische Ziel dieser Lernstandsmessung?
Die SuS verstehen grundlegende Begriffe im sportlichen Training und können deren Definition sicher anwenden
Fach
Sport
Klassenstufe
11. Klasse Leistungskurs
Thema
Sportliches Training
Unterthemen
I. Trainingslehre
II. Auswirkungen von Training auf den Organismus
III. Planung & Analyse sportlichen Trainings
Zu entnehmen aus dem Lehrplan Sport für Sekundarstufe II (Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Weiterbildung, 1998, S.103)

2 Aufgabenkonstruktion und Auswertung (42 Punkte)

Ihre Aufgabe:

Konstruieren Sie zu jedem Unterthema eine Aufgabe (insgesamt 3 Aufgaben ohne Teilaufgaben).

Bearbeitungshinweise:

Achten Sie darauf, dass Sie bei den 3 Aufgaben alle 3 Anforderungsbereiche (nach KMK) und alle 3 Aufgabenformate (gebunden – halbgebunden – offen) abdecken. Konstruieren Sie also eine gebundene, eine halbgebundene und eine offene Aufgabe.

Nennen Sie **die Lernzielebene (LZE)** nach Bloom, die mit der jeweiligen Aufgabe abgeprüft wird (genau eine Lernzielebene pro Aufgabe angeben). Begründen Sie, inwiefern die von Ihnen konstruierte Aufgabe die Merkmale dieser **LZE nach Bloom** erfüllt. Beziehen Sie sich in Ihrer Begründung auch auf den **Kontext des vorausgegangenen Unterrichts**.

Begründen Sie auch, inwiefern das gewählte Aufgabenformat geeignet ist, diese LZE abzuprüfen. Nehmen Sie hierbei Bezug auf die Merkmale des Aufgabenformats (Vor- und Nachteile) und auf die von Ihnen konstruierte Aufgabe.

Bitte geben Sie zu der jeweiligen Aufgabe auch den Erwartungshorizont, die Punkteverteilung sowie die maximal erreichbare Punktzahl an. Formulieren Sie (ggf. in Stichworten) konkrete Auswertungskriterien. Geben Sie z. B. an, welche Antwortalternativen korrekt sind bzw. welche inhaltlichen, strukturellen und / oder sprachlichen Kriterien erfüllt sein müssen.

Achten Sie auf die Auswertungsobjektivität.

Hinweis: Wenn Sie Ihre Lernstandsmessung in einer anderen Sprache als Deutsch oder Englisch konstruieren, geben Sie bitte die Übersetzung mit an.

Aufgabe 1

Aufgabenformulierung

Welche der folgenden Aussagen beschreiben den Begriff der „Adaption“ im sportlichen Training? Wählen Sie eine der folgenden vier Antwortmöglichkeiten aus!

- ☐ A) Adaption bezeichnet den Wechsel von aerober zu anaerober Energiebereitstellung während einer Belastung.
- ☐ B) Adaption beschreibt die kurzfristige Erholung nach einer Trainingseinheit.
- ☐ C) Adaption ist die langfristige Anpassung des Körpers an wiederholte Trainingsreize.
- ☐ D) Adaption ist die Steigerung der Herzfrequenz während einer intensiven Belastung.

Ergänzen Sie die fehlenden Begriffe der Einflussfaktoren von Adaption in der untenstehenden Tabelle.

<i>Kategorie</i>	<i>Passender Einflussfaktor</i>
<i>Biologische Faktoren</i>	
	<i>Intensität und Häufigkeit des Trainings</i>
	<i>Nährstoffzufuhr und Hydration</i>
<i>Psychologische Faktoren</i>	

Erwartungshorizont inkl. Regeln der Punkteverteilung und max. erreichbarer Punktzahl	
<p>Für das korrekte Ankreuzen der Aussage C) erhält der SuS einen Punkt. Für jeden korrekt ausgefüllte und zugeordnete Lücke wird ebenfalls ein Punkt vergeben. Somit liegt die maximal zu erreichende Punktzahl bei dieser Aufgabe bei 5 Punkten.</p> <p><u>Musterlösung:</u> Aussage C) „Adaption ist die langfristige Anpassung des Körpers an wiederholte Trainingsreize“ ist korrekt.</p> <p>Biologische Faktoren: genetische Veranlagung, Alter Trainingsspezifische Faktoren: Intensität und Häufigkeit des Trainings Ernährungsbezogene Faktoren: Nährstoffzufuhr und Hydratation Psychologische Faktoren: Motivation und Stressbewältigung</p>	
Lernzielebene	Begründung Lernzielebene (inkl. Unterrichtsbezug)
<p>Wissen (Bloom- Stufe 1)</p>	<p>Die Aufgabe erfordert, dass die SuS bereits bekannte Begriffe und Definitionen korrekt wiedergeben. Sie lässt sich in den Anforderungsbereich 1 (Reproduktion) einordnen. Die Multiple-Choice-Frage zur Definition von Adaption erfordert lediglich das Erinnern und Erkennen der richtigen Antwort. Die Zuordnungsaufgabe prüft, ob die SuS die gelernten Einflussfaktoren korrekt einer Kategorie zuweisen können, was ebenfalls eine reine Reproduktionsleistung ist. Diese Inhalte wurden im Unterricht behandelt, sodass hier keine Anwendung oder Analyse, sondern nur die korrekte Reproduktion des Wissens erforderlich ist. Diese Inhalte wurden im Themenblock „Trainingslehre & sportliche Leistungsfähigkeit“ im Rahmen der Unterrichtseinheit zur physiologischen Anpassung an Trainingsreize behandelt. Dabei wurde die Adaption als zentraler Mechanismus der Superkompensation erläutert, bei der sich der Körper nach einer Belastung erholt und seine Leistungsfähigkeit über das ursprüngliche Ausgangsniveau hinaus steigert. In diesem Kontext wurden die vier Einflussfaktoren der Adaption (biologische, trainingsspezifische, ernährungsbezogene und psychologische Faktoren) besprochen und mit Beispielen aus unterschiedlichen Sportarten ergänzt. Diese Aufgabe überprüft daher, ob die SuS die grundlegenden Konzepte der Adaption erinnern und korrekt zuordnen können, ohne dass ein tieferes Verständnis notwendig ist.</p>
Aufgabenformat	Begründung des Aufgabenformates in Bezug auf die LZE
<p>Gebunden</p>	<p>Als gewähltes Aufgabenformat wurde sich für die gebundene Form entschieden. Die SuS können aus vorgegebenen Antwortmöglichkeiten wählen (Choice) und ordnen bereits gelernte Begriffe aus einer festgelegten Liste zu. Durch diese Art der Aufgabe, wird eine eindeutige Bewertung gewährleistet, die keinen Raum für Interpretationen lässt. Das gebundene Aufgabenformat eignet sich für die Lernzielebene „Wissen“, da ausschließlich die Abrufbarkeit von gelernten Inhalten erfordert wird und keine tiefere Verarbeitung. Die SuS wählen</p>

	und ordnen bereits bekanntes Wissen, ohne eine Anwendung auf neue Kontexte. Die Bewertung ist objektiv, da die Antworten eindeutig richtig oder falsch sind und kein Interpretationsspielraum gegeben ist. Dadurch ist eine hohe Reliabilität gewährleistet. Jedoch überprüft diese Aufgabe lediglich die unterste Ebene der Kognition. Es wird lediglich die Fähigkeit des „auswendig Lernens“ geprüft.
--	--

Aufgabe 2

Aufgabenformulierung	
<i>Erläutern Sie die Erfahrungen des Abiturienten (M1) und gehen Sie auf die Reizstufen- und Funktionszustandsregel ein.</i>	
Erwartungshorizont inkl. Regeln der Punkteverteilung und max. erreichbarer Punktzahl	
Die maximale Anzahl an Punkten beträgt in dieser Aufgabe 10 Punkte .	
<u>Kriterium</u>	<u>Punktvergabe</u>
Beschreibung der Situation des Abiturienten (M2) mit Fokus auf Trainingsverhalten und Leistungseinbruch.	1 Punkt
Erklärung der Funktionszustandsregel mit richtiger Aussage: „Je höher der Trainingszustand, desto größer muss der Reiz zur Erhaltung bzw. Steigerung sein.“	2 Punkte (1 Punkt für Regel, 1 Punkt für Bezug auf Situation)
Erklärung der Reizstufenregel mit richtiger Klassifikation der Reizintensitäten: „unterschwellig = keine Wirkung, schwach überschwellig = funktionserhaltend, stark überschwellig = anpassungsfördernd, zu starke = funktionsschädigend.“	2 Punkte (1 Punkt für richtige Erklärung, 1 Punkt für Anwendung auf den Fall)
Erkennen des Übertrainings und seiner Auswirkungen (z. B. Leistungsrückgang, muskuläre Ermüdung, ausbleibende Superkompensation).	2 Punkte (1 Punkt für korrekte Definition von Übertraining, 1 Punkt für Bezug zur Trainingsfehler des Abiturienten)
Bezug zur Superkompensation (richtige Erklärung, warum unzureichende Erholung zur Stagnation oder Leistungsabfall führt).	2 Punkte (1 Punkt für Definition, 1 Punkt für die Anwendung auf die Fallstudie)
Erkennen der Warnsymptome (z. B. verzögerte Erholung, Erschöpfung, stagnierende Leistung etc.)	1 Punkt
Musterlösung: (grün: Muss in der Antwort enthalten sein)	

- **Übertraining durch zu geringe bzw. kurze Pausen (Regeneration)** - Verschlechterung oder Stagnation der sportlichen Leistungsfähigkeit (über einen längeren Zeitraum) trotz unveränderten oder sogar gesteigerten Trainings ohne zugrunde liegende organische Erkrankung
- Warnsymptome sind eine Verschlechterung der Leistungsfähigkeit bzw. der Technik mit verzögerter Erholung im Training und das Auftreten von Befindlichkeitsstörungen wie das Gefühl einer schweren Arbeitsmuskulatur
- Funktionszustandsregel: **Je höher der Trainingszustand, desto größer muss der Reiz zur Erhaltung bzw. Steigerung sein.** Hier zu starker Reiz ohne ausreichende Erholung
- Reizstufenregel: unter-schwellige Reize = keine Wirkung, schwach überschwellige Reize = funktionserhaltend, stark überschwellige Reize = optimale Anpassungserscheinungen (Verbesserung), **zu starke Reize = funktionsschädigend**
- **Reizfolge mit unzureichender Erholung**

Lernzielebene	Begründung Lernzielebene (inkl. Unterrichtsbezug)
Anwenden (Bloom- Stufe 3)	<p>Die SuS müssen das erlernte Wissen über die Reizstufenregel und die Funktionszustandsregel auf die spezifische Situation des Abiturienten übertragen. Dies erfordert mehr als nur das reine Wiedergeben von Fakten (Bloom-Stufe 1) oder das bloße Erklären eines Konzepts (Bloom-Stufe 2). Sie sollen die gelernte Theorie auf eine reale Problemsituation anwenden und nachvollziehen, warum der Trainingsfehler zur Leistungsstagnation geführt hat. Die Aufgabe befindet sich dementsprechend trivialerweise in AFB II (Transfer).</p> <p>Die Konzepte wurden in der Unterrichtseinheit „Trainingslehre & Belastungssteuerung“ behandelt. Hierbei haben sie gelernt, wie sich unterschiedliche Reize auf den Organismus auswirken und welche Faktoren für eine optimale Trainingssteuerung wichtig sind. Dabei haben die SuS erfahren, dass eine falsche Belastungssteuerung zu Übertraining führen kann. In dieser Aufgabe müssen sie das erlernte Wissen auf das Beispiel des Abiturienten übertragen (anwenden), um dessen Trainingsfehler zu analysieren.</p>
Aufgabenformat	Begründung des Aufgabenformates in Bezug auf die LZE
halbgebunden	<p>Das gewählte Aufgabenformat ist halbgebunden, da die SuS ihre Antworten in einem vorgegebenen Rahmen formulieren müssen. Sie haben eine klare inhaltliche Leitlinie (Erfahrungen des Abiturienten, Reizstufenregel), müssen jedoch eigene Formulierungen für die Erklärung wählen. Sie wenden ihr Wissen über Trainingsprinzipien aktiv an und erklären die Ursache für den Leistungseinbruch des Abiturienten. Die Aufgabe bietet eine klare Bewertung durch feste inhaltliche Vorgaben,</p>

	wodurch die SuS ganz klar die Schwerpunkte wissen (<i>Reizstufen- und Funktionszustandsregel</i>). Dennoch müssen die SuS konkret formulieren, da es keine Antwortmöglichkeiten gibt
--	--

Aufgabe 3

Aufgabenformulierung	
Nennen und bewerten Sie anhand des Beispiels des Abiturienten aus Aufgabe 2 die beteiligte Trainingsprinzipien (zwei) und Belastungsnormative (3), die in seinem Trainingsprogramm Anwendung finden.	
Erwartungshorizont inkl. Regeln der Punkteverteilung und max. erreichbarer Punktzahl	
Die maximale Anzahl an zu erreichenden Punkten beträgt 10 Punkte für diese Aufgabe.	
Für jedes genannte Trainingsprinzip: 1 Punkt (2 Punkte) Für jede genannte Belastungsnormative 1 Punkt (3 Punkte)	
Für jedes Trainingsprinzip, das korrekt bewertet wird (Fehler im Plan): 1 Punkt (2 Punkte) Für jede Belastungsnormative, die korrekt bewertet wird : 1 Punkt (3 Punkte)	
Musterlösung:	
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Belastungsnormative:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Belastungsintensität: zu starke Belastung, da immer maximales Tempo bei den Läufen • Belastungsumfang: 1000m-Strecke als moderate Distanz • Gegenseitige Abhängigkeit wichtig: Intensität hoch = Umfang niedrig (und andersherum) • Belastungsdichte: Zeit zwischen der Belastung - nicht relevant, da nur ein Lauf pro Training • Belastungshäufigkeit/Trainingshäufigkeit: durch tägliches maximales Training viel zu kurze Pausen (keine Erholung) und zu starke Reize • <u>Trainingsprinzipien:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Prinzip des trainingswirksamen Reizes: Höhe der Belastungsintensität (maximales Tempo) • Prinzip der individualisierten Belastung: unterschiedliche Trainingszustände von Sportlern • Prinzip der progressiven Belastung: systematische und kontinuierliche Erhöhung der Belastung • Prinzip der optimalen Belastungsfolge: Reihenfolge der Trainingsinhalte (Technik und Taktik) • Prinzip der optimalen Relation von Belastung und Erholung: Superkompensation– neue Belastung zum falschen Zeitpunkt • Prinzip der optimalen Relation von allgemeiner und spezieller Ausbildung: allgemeiner Ausdauer- aufbau und dann Sprintausdauer • Prinzip des optimalen Trainingsaufbaus: langfristige Planung 	
Lernzielebene	Begründung Lernzielebene (inkl. Unterrichtsbezug)
Bewerten	

(Bloom- Stufe 5)	<p>Die SuS müssen nicht nur Trainingsprinzipien und Belastungsnormative erkennen, sondern eine Bewertung der Trainingsmethoden des Abiturienten vornehmen. Sie argumentieren, ob das Training sinnvoll war oder angepasst werden muss, und begründen ihre Schlussfolgerungen. Das erfordert eine kritische Reflexion und geht über reine Wissenswiedergabe oder Anwendung hinaus.</p> <p>Diese Aufgabe knüpft an den Unterrichtsblock „Trainingssteuerung und Belastungsnormative“ an, in dem die Prinzipien effektiven Trainings erarbeitet wurden. Die SuS wenden dieses Wissen kritisch an und bewerten die Trainingssteuerung anhand eines realistischen Beispiels.</p>
Aufgabenformat	Begründung des Aufgabenformates in Bezug auf die LZE
offen	<p>Diese Aufgabe ist offen, da die SuS ihre eigene Bewertung der Trainingsmethoden des Abiturienten formulieren müssen. Sie müssen sich mit den Prinzipien auseinandersetzen, diese erkennen und ihre Argumentation individuell begründen. Sie werden animiert, eine eigene Einschätzung der Trainingsplanung abzugeben, diese zu begründen.</p> <p>Durch das offene Aufgabenformat erfolgt zudem ein kritisches hinterfragen für die Bewertung. Da die Bewertung hierbei subjektiv erfolgen kann, sind klare Bewertungskriterien unerlässlich, welche obig angefertigt wurden und dem Erwartungshorizont zu entnehmen sind.</p>

3 Lernstandsmessung, wie Sie sie den Schülerinnen und Schülern vorlegen würden (*max. 7 Punkte*)

Ihre Aufgabe

Gestalten Sie nachfolgend Ihre Lernstandsmessung so, wie Sie sie Ihren Schülerinnen und Schülern vorlegen würden.

Bearbeitungshinweise:

Verwenden Sie ausschließlich Ihre 3 konstruierten Aufgaben aus Aufgabe 2 und beachten Sie die Gestaltungskriterien einer Lernstandsmessung. Achten Sie auf Wortgleichheit in der Instruktion zwischen Aufgabe 2 und 3.

Hinweis: An dieser Stelle ist keine Übersetzung notwendig, falls Ihre Lernstandsmessung in einer Fremdsprache formuliert wurde.

>>fügen Sie ab der nächste Seite Ihre „finale“ Lernstandsmessung ein<<

Kursarbeit 11. Klasse Sport
Themenschwerpunkt: Sportliches Training

Punkte: __/25P.

MSS-Punkte:

Note:

Name:

Datum: 20.03.2025

Bearbeite die nachfolgenden Aufgaben bitte in der angegebenen Reihenfolge oder mit Angabe der jeweiligen Nummern. Verwenden Sie für **Aufgabe 2 & 3** ausschließlich die ausgeteilten Doppelbögen und versehen Sie diese bitte mit Nummer und Name. Schreiben Sie sauber, strukturiert und übersichtlich. Achtet auf die Rechtschreibung.

Viel Erfolg 😊

Aufgabe 1: Körperliche Anpassung durch Training (AFB I: Reproduktion)

Welche der folgenden Aussagen beschreiben den Begriff der „Adaption“ im sportlichen Training? Wählen Sie eine der folgenden vier Antwortmöglichkeiten aus und kreuzen Sie an!

- ☐ A) Adaption bezeichnet den Wechsel von aerober zu anaerober Energiebereitstellung während einer Belastung.
- ☐ B) Adaption beschreibt die kurzfristige Erholung nach einer Trainingseinheit.
- ☐ C) Adaption ist die langfristige Anpassung des Körpers an wiederholte Trainingsreize.
- ☐ D) Adaption ist die Steigerung der Herzfrequenz während einer intensiven Belastung.

Ergänzen Sie die fehlenden Begriffe der Einflussfaktoren von Adaption in der untenstehenden Tabelle.

(Motivation & Stressbewältigung; Trainingsspezifische Faktoren; genetische Veranlagung & Alter; Ernährungsbezogene Faktoren)

<i>Kategorie</i>	<i>Passender Einflussfaktor</i>
<i>Biologische Faktoren</i>	
	<i>Intensität und Häufigkeit des Trainings</i>
	<i>Nährstoffzufuhr und Hydration</i>
<i>Psychologische Faktoren</i>	

(___./ 5Pkt.)

Aufgabe 2: Trainingslehre (AFB II: Transfer)

Erläutern Sie die Erfahrungen des Abiturienten (M1) und gehen Sie auf die Reizstufen- und Funktionszustandsregel ein.

„Für meine Abiturprüfung im LK Sport habe ich in der Leichtathletik aus der Gruppe der Mittel- und Langstreckenläufe den 1000m-Lauf ausgewählt. Meine Bestzeit lag bis dahin bei mäßigen 3:20 Minuten. Kurz vor der Prüfung wollte ich noch mal hart trainieren, da ich wusste, dass ich bei langen Strecken eher schwache Laufzeiten erziele. In den zwei Wochen vor der Prüfung lief ich an jedem Tag die 1000 Meter in höchstmöglichem Tempo. Das fiel mir von Tag zu Tag schwerer. Trotzdem hoffte ich, bei der Prüfung eine gute Form zu haben. Leider bin ich im abschließen- den 1000- m-Lauf bei der Prüfung regelrecht eingebrochen. Ich wollte alles geben, aber meine Beine wurden immer schwerer. Die Zeit von 3:35 Minuten wäre ich auch ohne vorheriges Training gelaufen.“

M1– Bericht eines Abiturienten

Quelle: Gelbe Reihe (2018): Trainingslehre. Materialien SII. Braunschweig: Westermann

(___/ 10 Pkt.)

Aufgabe 3: Trainingsplanung (AFB III: Reflexion)

Nennen und bewerten Sie anhand des Beispiels des Abiturienten aus Aufgabe 2 die beteiligte Trainingsprinzipien (zwei) und Belastungsnormative (3), die in seinem Trainingsprogramm Anwendung finden.

(___/ 10 Pkt.)

4 Transparenzpapier (*max. 9,5 Punkte*)

Ihre Aufgabe:

Erstellen Sie ein Transparenzpapier zu Ihrer Lernstandsmessung (siehe Aufgabe 2 bzw. 3). Dieses ist so angelegt, dass es den Schülerinnen und Schülern dazu dient, sich adäquat auf die Lernstandsmessung vorzubereiten.

Bearbeitungshinweis:

- Berücksichtigen Sie bei der Erstellung die Hinweise aus der Online-Einheit zum Thema und aus der Literatur.
- Ergänzen Sie fehlende Informationen (z.B. Quellen und Hilfen) selbständig.

Hinweis: Das Transparenzpapier bitte auf Deutsch formulieren, auch wenn Sie Ihre Lernstandsmessung in einer Fremdsprache formuliert haben.

Leistungskurs Sport

Transparentpapier für die 2. Kursarbeit Sport am 20.03.2025

Thema: Sportliches Training

*Liebe Kursteilnehmer*innen,*

die kommende Kursarbeit wird sich um das in den vergangenen Wochen behandelte Thema „sportliches Training“ handeln. Dieses Transparenzpapier dient als Hilfsmittel zur optimalen Vorbereitung auf die Anforderungen der Kursarbeit.

Rahmenbedingungen

Am 20.03.2025 werden wir im Raum 203 in der 4. Stunde die Kursarbeit schreiben. Ich bitte Sie, rechtzeitig zu erscheinen (15 Minuten vorher), damit die 45min Bearbeitungszeit pünktlich beginnen kann. Es werden Ihnen Doppelbögen von der Schule ausgeteilt.

Aufbau

Die Kursarbeit wird aus 3 Aufgaben bestehen. Eine dieser Aufgaben wird eine Zuordnungsaufgaben, Lückentexte oder Multiple Choice Aufgaben sein. Zudem werden zwei Aufgaben Freitext Aufgaben sein. Alle Anforderungsbereiche werden abgefragt, d.h. AFB I-III. Somit repräsentieren die Aufgaben die Anforderungsbereiche *Reproduzieren, transferieren und reflektieren*.

AFB I – Reproduktion: Fakten auswendig abrufen – achte auf präzise Begriffe.

AFB II – Transfer: Erkläre, wie ein theoretisches Konzept auf ein Beispiel angewendet wird.

AFB III – Reflexion: Bewerte kritisch – begründe deine Argumentation mit Fachwissen!

Inhalte

Für die Arbeit müssen Sie...

Inhalte und Themen	Übungsmaterial	Stunde
... die Grundlagen der Adaption im Training erklären und verschiedene Anpassungsprozesse im Körper beschreiben können.	- Skript „Trainingslehre Grundlagen“ (S.12-18) - Buch: Sportwissenschaft kompakt (Kapitel 3.1)	05.03.2025
... die Belastungsnormative definieren und auf ein praktisches Trainingsbeispiel anwenden können.	- Arbeitsblatt 2: Belastungssteuerung - Buch: Sportphysiologie (S. 45-50)	08.03.2025
... die Trainingsprinzipien benennen und deren Bedeutung für eine langfristige Leistungssteigerung erläutern können.	- Arbeitsblatt 5: Prinzipien der Trainingssteuerung - Skript „Sporttheorie für Leistungskurse“ (S. 22-28)	12.03.2025
... das Reizstufenmodell und die Funktionszustandsregel anwenden und auf ein Fallbeispiel übertragen können.	- M1 – Fallstudie „Übertraining bei Läufern“ - Buch: Trainingslehre für Fortgeschrittene (Kap. 4.3)	15.03.2025
... die Zusammenhänge zwischen Belastung, Erholung und Superkompensation reflektieren können.	- Skript „Trainingsplanung und Regeneration“ (S. 30-37) - Videoanalyse: „Regenerationsstrategien im Leistungssport“	18.03.2025

Ich wünsche euch viel Erfolg !

Denken Sie an das optimale Verhältnis von Belastung und Erholung, auch beim Lernen 😊

5 Durchführung der Lernstandsmessung (max. 8 Punkte)

Ihre Aufgabe:

Beschreiben und begründen Sie die Rahmenbedingungen der Durchführung Ihrer Lernstandsmessung (Zeit und Ort). Gehen Sie hierbei auch darauf ein, worauf Sie achten würden, um eine reibungslose Durchführung der Lernstandsmessung zu gewährleisten. Nennen Sie mindestens drei konkrete Maßnahmen. Es sollte auf jeden Fall der Umgang mit Rückfragen sowie die Vorbeugung von Täuschungsversuchen enthalten sein. Beschreiben Sie außerdem, wie Sie die Prüfungsdurchführung für die SchülerInnen möglichst **angenehm und angstfrei** gestalten können. (Mut zusprechen, Zeitdruck rausnehmen, Anreize für nach der Stunde, frische Luft,)

Beachten Sie die Gewährleistung der **Durchführungsobjektivität. (jemand anderes weiß genau wie es abläuft)**

Bitte schreiben Sie maximal 400 Wörter.

Die Lernstandsmessung für den Leistungskurs Sport (11.2) findet am 20.03.2025 in Raum 203 in der vierten Schulstunde statt. Dieser Raum wurde bewusst gewählt. Er bietet durch seine Lage im oberen Stock eine ruhige Prüfungsumgebung, isoliert vom Treppenhaus. Zudem gewährleistet dieser Raum ausreichend Platz, um Täuschungsversuche zu vermeiden und das Klima angenehm zu halten. Des Weiteren wurde sich bewusst für die 3. Schulstunde entschieden, da eine große Pause im Anschluss folgt, welche zum Stressabbau dienen kann. Nach einer Klausur ist die Freude zum Austausch groß, was dadurch gewährleistet ist. Die Bearbeitungszeit beträgt 45 Minuten, wobei alle SuS dazu aufgefordert werden, spätestens 15 Minuten vor Prüfungsbeginn zu erscheinen, um organisatorische Abläufe, wie die Platzwahl und das Bereitlegen der Materialien, nicht in die Prüfungszeit einfließen zu lassen. Hierzu wurden alle Lehrkräfte informiert.

Um eine einheitliche und objektive Prüfungsdurchführung zu garantieren, wird der gesamte Ablauf der Lernstandsmessung detailliert dokumentiert. Eine einheitliche Instruktion zu Beginn der Prüfung stellt sicher, dass alle SuS dieselben Informationen zu den Aufgaben und organisatorischen Vorgaben erhalten. Falls eine andere Lehrkraft die Aufsicht übernimmt, wird eine detaillierte Prüfungsanleitung bereitgestellt, um eine standardisierte Durchführung zu gewährleisten. Dadurch bleibt die Durchführungsobjektivität erhalten und die Bedingungen für alle Teilnehmer:innen sind fair.

Während der Prüfung sind Rückfragen ausschließlich zur Aufgabenstellung erlaubt, um Verständnisprobleme zu klären. Inhaltliche Hilfestellungen werden nicht gegeben, um die Chancengleichheit zu wahren. Alle Rückfragen und deren Antworten werden laut für die gesamte Gruppe wiederholt, sodass alle SuS die gleichen Informationen erhalten.

Zur Vermeidung von Täuschungsversuchen werden mehrere Maßnahmen ergriffen. Die Sitzordnung wird mit ausreichendem Abstand zwischen den SuS gestaltet, um Abschreiben zu erschweren. Darüber hinaus müssen Taschen und Handys vor Prüfungsbeginn an einer festgelegten Stelle deponiert werden, um die Nutzung unerlaubter Hilfsmittel auszuschließen. Zusätzlich werden die Doppelbögen von der Schule gestellt, sodass Täuschungsversuche dadurch ausgeschlossen werden.

Da Prüfungen häufig Stress verursachen können, wird die Lernstandsmessung so gestaltet, dass sie eine möglichst angenehme und angstfreie Prüfungsatmosphäre schafft. Vor der Prüfung wird stoßgelüftet, um ausreichend Sauerstoff in den Raum zu lassen. An jedem Platz platziert die Lehrkraft eine kleine Schokotafel in Form eines Kleeblatts. Die SuS dürfen während der gesamten Zeit essen und trinken. Ein wichtiges Element ist zudem die Transparenz über den Prüfungsablauf, weshalb die SuS vorab ein Transparenzpapier erhalten (siehe oben), das den Prüfungsumfang und die Anforderungen klar definiert. Eine positive Einstimmung vor der Prüfung durch eine kurze motivierende Ansprache („Ihr habt euch vorbereitet, ihr schafft das!“), kann die Nervosität reduzieren.

6 Beurteilungsfehler (max. 4 Punkte)

Ihre Aufgabe:

Wählen Sie aus den im Folgenden genannten Beurteilungsfehlern, die Sie in der entsprechenden Lerneinheit kennengelernt haben, einen aus und beschreiben Sie für diesen ein konkretes schulnahes Ereignis.

- Halo-Effekt
- Primacy-Effekt
- Recency-Effekt
- Kontrastfehler
- Reihenfolgefehler
- emotionale Beteiligung

Zeigen Sie anschließend für das von Ihnen beschriebene Ereignis beispielhaft auf, wie Sie als Lehrkraft diesen Einfluss geringhalten können.

Nennung des ausgewählten Beurteilungsfehlers:

Halo- Effekt

Beschreibung eines konkreten schulnahen Ereignisses für diesen Beurteilungsfehler (max. ½ Seite):

Der Halo-Effekt beschreibt den Einfluss eines dominanten Merkmals auf die Gesamtbewertung einer Person. Im schulischen Kontext kann dies bedeuten, dass eine Lehrkraft einen Schüler oder eine Schülerin aufgrund einer bestimmten Eigenschaft insgesamt positiver oder negativer beurteilt. Ein Beispiel hierfür wäre eine Sportlehrkraft, die einen Schüler mit überdurchschnittlicher Fitness generell als sportlich begabt wahrnimmt.

In einer Weitsprungprüfung im Sportunterricht treten mehrere SuS an. Ein Schüler, der regelmäßig an schulischen Wettkämpfen teilnimmt und für seine sportlichen Leistungen auch außerhalb des Schulsports bekannt ist, springt in etwa gleich weit wie ein Mitschüler, der im Unterricht nicht durch herausragende sportliche Leistungen auffällt und keine herausragende Fitness/ Athletik mitbringt. Der Lehrer bewertet die Technik und Sprungkraft des als sportlich geltenden Schülers jedoch als besser, obwohl beide ähnliche Ergebnisse erzielen. Der Mitschüler, der nicht als sportlich wahrgenommen wird, erhält eine strengere Bewertung für dieselbe Leistung und somit eine schlechtere Note im subjektiv erscheinenden Kriterium der Technik. Weshalb hier die Rede von „subjektiv erscheinenden Kriterium“ ist, wird im nachfolgenden erklärt.

Möglichkeiten des Umgangs mit dem oben beschriebenen Ereignis (max. ½ Seite):

Um den Halo-Effekt in der schulischen Bewertung möglichst gering zu halten, sollten Lehrkräfte bewusst Maßnahmen zur Objektivierung von Beurteilungen ergreifen. Eine zentrale Methode ist die Verwendung klar definierter Bewertungskriterien, die unabhängig von der persönlichen Einschätzung eines Schülers angewendet werden. Im Beispiel des Weitsprungs könnten objektive Messwerte wie die gesprungene Distanz, die Einhaltung der Absprungzone und die Landung nach einem festen Kriterienkatalog bewertet werden. Zudem dienen sogenannte Kriterienbögen der Objektivität. Diese sollten bereits

vor der Prüfung, in der Übungsphase verteilt werden. Dadurch wissen die SuS um die wichtigen Kriterien in der Bewertung der Technik.

Eine weitere Maßnahme ist die anonyme oder standardisierte Bewertung. Dies kann bedeuten, dass bei der Leistungsüberprüfung keine Namen mit den Ergebnissen verknüpft werden oder die Auswertung durch eine Zweitkorrektur von einer anderen Lehrkraft ergänzt wird. So wird es übrigens auch an der JGU gehandhabt. Auch Videoaufzeichnungen von sportlichen Bewegungsabläufen können helfen, die Leistung sachlicher zu analysieren und direkte Vergleiche zwischen SuS zu ermöglichen.

Zudem kann es hilfreich sein, dass Lehrkräfte regelmäßig ihre eigene Wahrnehmung reflektieren und sich bewusst mit möglichen Wahrnehmungsverzerrungen auseinandersetzen. Fortbildungen zur diagnostischen Kompetenz oder der Austausch mit Kolleg:innen über Bewertungsmaßstäbe können dabei helfen, den Halo-Effekt zu erkennen und ihm entgegenzuwirken.

Durch diese Maßnahmen wird sichergestellt, dass alle SuS fair und unabhängig von ihrer allgemeinen Wahrnehmung durch die Lehrkraft bewertet werden. Dies trägt langfristig dazu bei, Chancengleichheit im schulischen Umfeld zu fördern.

7 Motivationsförderliche Rückmeldung (max. 8,5 Punkte)

Ihre Aufgabe:

Verfassen Sie einen lernförderlichen Kommentar für Schülerin Lisa, die die von Ihnen erstellte Lernstandsmessung geschrieben hat.

Lisas Noten:

aktuelle Lernstandsmessung: 4+

letzte Lernstandsmessung: 3

vorletzte Lernstandsmessung: 3-

Klassendurchschnitt: 2,6

Bearbeitungshinweise:

Richten Sie Ihre Rückmeldung an Lisa, d.h. sprechen Sie Lisa direkt an.

Denken Sie sich bitte alle weiteren Informationen aus, die Sie noch benötigen, z. B.

- den Lernaufwand und Lernfortschritt von Lisa
- die Anzahl richtig gelöster Aufgaben
- die mündliche Mitarbeit von Lisa
- Arbeitsverhalten von Lisa während des Tests

...

Achten Sie darauf, die verschiedenen Aspekte der Rückmeldung klar zu trennen (Bezugsnormen).

Hinweis: Den lernförderlichen Kommentar bitte auf Deutsch formulieren, auch wenn Sie Ihre Lernstandsmessung in einer Fremdsprache formuliert haben.

Liebe Lisa,

Es ist wichtig zu sehen, dass du dich engagierst und dass du versucht hast, dein Wissen bestmöglich anzuwenden. Lass uns nun gemeinsam schauen, wo du stehst und wie du deine Leistung in Zukunft weiter verbessern kannst.

Wenn wir deine vergangenen Ergebnisse betrachten, sehen wir, dass du in der letzten Lernstandsmessung eine **3** und davor eine **3-** hattest. Deine aktuelle **4+** zeigt, dass du momentan etwas Schwierigkeiten hattest. Es ist aber auch erkennbar, dass du immer noch nah an deiner bisherigen Leistung bist. Vielleicht hast du in dieser Phase weniger Zeit zum Lernen gehabt oder du hattest während des Tests Schwierigkeiten, dein Wissen abzurufen.

Im Vergleich zum Klassendurchschnitt von **2,6** hast du diesmal eine etwas schwächere Leistung gezeigt. Das bedeutet aber nicht, dass du grundsätzlich weniger kannst – viele deiner Mitschüler:innen hatten ebenfalls Schwierigkeiten mit einigen Aufgaben. Besonders in den Transferaufgaben hatten mehrere Schüler:innen Probleme. Das zeigt, dass dieses Thema generell anspruchsvoller war. Lass dich also vom Klassendurchschnitt nicht entmutigen!

Bei den grundlegenden Wissensfragen (AFB I) hattest du kaum Schwierigkeiten, besonders bei den Zuordnungsaufgaben hast du sehr sicher gearbeitet. Deine Stärken liegen klar in der Reproduktion von Wissen. Herausfordernder waren für dich jedoch die **Transferaufgaben (AFB II)** und die **offenen Reflexionsfragen (AFB III)**. Diese erfordern nicht nur das Wiedergeben von Wissen, sondern auch die

Anwendung auf neue Situationen und eine eigenständige Bewertung. Dies ist ein wichtiger Entwicklungsschritt in deiner Lernprogression. Sie zeigen insgesamt vorallem im Themengebiet „körperliche Anpassung durch Training“ deine Stärken.

Um die Leistung weiter zu verbessern, könnten folgende Strategien hilfreich sein:

- Bessere Verknüpfung von Wissen und Anwendung: Versuchen Sie, Begriffe nicht nur auswendig zu lernen, sondern sie mit Beispielen aus dem eigenen Sportalltag zu verbinden. Das erleichtert das Abrufen in neuen Kontexten
- Selbstreguliertes Lernen: Nutzen Sie Techniken wie das "Think-Aloud-Verfahren", bei dem laut über eine Aufgabe nachdenkst, um deine Denkprozesse bewusst zu steuern
- Mündliche Mitarbeit als Übung für Transferaufgaben: Nutzen Sie den Unterricht gezielt, um Fragen zu stellen oder Begriffe mündlich zu erklären. Dadurch trainieren Sie genau die Fähigkeit, die in der Prüfung gefordert ist
- Erweiterung der Selbstkontrollstrategien: Planen Sie feste Lernzeiten ein und überprüfe am Ende jeder Woche selbst, welche Inhalte sicher und welche noch Wiederholung brauchen.

Lisa, ich bin mir sicher, dass Sie das Potenzial haben, sich wieder zu steigern! Die bisherigen Ergebnisse zeigen, dass Sie über eine gute Basis verfügen. Der nächster Schritt wird sein, den Übergang von der reinen Wissenswiedergabe hin zur sicheren Anwendung und Reflexion zu schaffen. Gemeinsam können wir daran arbeiten – lassen Sie uns dazu gerne nach dem Unterricht über eine individuelle Lernstrategie sprechen! Zudem reden wir hier über die Theorie. In der Praxis weisen sie vielfältiges sportliches Können auf, was die Theorie wieder ausgleichen kann!

Bleiben Sie motiviert, Sie schaffst das! 😊

Sportliche Grüße

Herr 