

Medientipp: ETH bietet Materialien für den Sportunterricht

Die ETH Zürich stellt auf EducETH wertvolle Unterrichtsmaterialien zur Verfügung, So auch für den Sportunterricht. Im Fokus der Sportpublikationen stehen hochintensive Trainingsformen (High Intensity Training, HIT) für den Sportunterricht. Ein regelmässiger Blick auf die Website lohnt sich!



High Intensity Training (HIT) hat sich im Leistungs- und Vereinssport als effektive und effiziente Form zur Leistungssteigerung erwiesen. Inwiefern bewähren sich HIT-Formen auch im Sportunterricht? Was gilt es bezüglich Voraussetzungen und Umsetzung zu berücksichtigen, damit auch Schüler/innen maximal profitieren?

Verschiedene HIT-Trainings aus dem Spiel-, Lauf- und Fitnessbereich werden in konkreten Unterrichtssituationen erprobt und evidenzbasiert mittels Pulserfassung und Tests auf ihre Wirksamkeit untersucht. Daraus werden methodisch-didaktische Empfehlungen mit Material für die praktische Umsetzung im Unterricht abgeleitet.

[Zu den Unterrichtsmaterialien Sport \(HIT\)](#)

Die Unterrichtsbeispiele werden laufend ergänzt und weiterentwickelt. Ziel ist es, (Sport-)Lehrpersonen eine breite Palette von HIT-Formen und -Erfahrungen zur Verfügung zu stellen, um für die eigene Klasse passende Settings zu finden und anwenden zu können.

Unterrichtsmaterialien der ETH

EducETH stellt Unterrichtsmaterialien für Gymnasien, Fachhochschulen und Berufsschulen zur Verfügung. Dabei genügen die publizierten Beiträge hohen Qualitätsstandards.

Fachdidaktische Qualität: Die meisten der auf EducETH publizierten Unterrichtsmaterialien gehen aus der ETH-Lehrerbildung hervor. Qualitativ gute Einheiten werden einem fachdidaktischen Review unterzogen und danach publiziert.

Fachliche Qualität: Seit 2006 werden die Unterrichtsmaterialien zusätzlich einer Fachperson der ETH Zürich zur fachlichen Überprüfung vorgelegt (fachliches Review). Damit soll gewährleistet werden, dass die Beiträge vom fachlichen Standpunkt aus korrekt sind und dem neusten Stand der Forschung entsprechen.

- [Unterlagen für alle Fächer](#)

Quelle: [EducETH - ETH-Kompetenzzentrum für Lehren und Lernen](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO