

Evaluation des Unterrichtsvorhabens

Aufgabe

Trage in der Zielscheibe ein, inwiefern die folgenden Aussagen für dich zutreffen. Falls du voll zustimmst, kannst du ein Kreuz in der Mitte setzen, und wenn du weniger oder gar nicht zustimmst, kannst du dein Kreuz weiter außen setzen. Begründe kurz, warum du deine Kreuze an dieser Stelle gesetzt hast.

Ich kann mein
Training jetzt
gesundheitsorientiert
gestalten

Ich kann
fitnessbezogene
Inhalte in sozialen
Medien hinsichtlich der
gezeigten Körperbilder
und auch Workouts
bewerten

Mir hat das
Unterrichtsvorhaben
zum Thema soziale
Medien und Fitness
Freude bereitet

Ich kann theoretisches
Wissen, wie z. B. die
Belastungsparameter auf
mein eigenes Training
anwenden