



Einführungsreihe

J+S-Kids – Grundlagen Orientierungslauf

Autorengruppe

Ursula Spycher, J+S Expertin Kids / J+S Leiterin Orientierungslauf
Annelies Meier, J+S Expertin Kids / Orientierungslauf
Christina Wehrli, J+S Kids Leiterin / J+S Leiterin Orientierungslauf
Patrick Kunz, J+S Experte Orientierungslauf
Urs Jordi, J+S Experte Orientierungslauf
Jost Hammer, J+S Fachleiter OL / J+S Experte Kids / Orientierungslauf

Rahmenbedingungen

Alter	ab 5 Jahren: Niveau einfach ab 8 Jahren: Niveau mittel
Gruppengrösse	5-12 Kinder pro Leitungsperson
Kursumgebung	Schulareal oder Spielplatz; Lektionen 3, 4, 5 sowie 7 bis 10 sind auch in einem überschaubaren Waldstück durchführbar
Sicherheitsaspekte	Mögliche Gefahrenquellen wie befahrene Strassen, Mauern, Felsen, Zäune etc. beachten. Vorsicht in Gebieten mit Zecken: Insektensprays und Kleidung mit langen Ärmeln und Beinkleider zur Prävention; Eltern darauf hinweisen. Weitere Informationen unter www.zecken.ch

Lektionsübersicht

Nr.	Lektionstitel	Zielsetzung	Voraussetzungen	Niveau
1	Wimmelbild	<ul style="list-style-type: none">Objekte des Areals kennenlernen und sie benennen können	keine	einfach
2	Bilder-OL	<ul style="list-style-type: none">Farben und Zahlen übenGrafische Darstellungen den realen Objekten zuordnen	Farben und Zahlen bis 12 kennen	einfach
3	Foto-OL	<ul style="list-style-type: none">Die auf Fotos abgebildeten Objekte auf dem Schulareal finden	keine	einfach
4	Stempelsprint	<ul style="list-style-type: none">GeländegängigkeitAusdauer verbessernWettkampfatmosphäre schnuppern	keine	einfach
5	Schnur-OL	<ul style="list-style-type: none">Schulung des räumlichen Gedächtnisses	keine	einfach
6	Signaturen der Schularealkarte	<ul style="list-style-type: none">Signaturen kennenlernen	Lektionen 1 und 2	mittel
7	Schatzsuche	<ul style="list-style-type: none">eine räumliche Situation zeichnen können	keine	mittel
8	Irrgarten	<ul style="list-style-type: none">Raumorientierung fördern	keine	mittel
9	Stern-OL / Schmetterlings-OL	<ul style="list-style-type: none">einfache Posten anlaufen könnenWettkampfatmosphäre schnuppern	Lektionen 6 und 8	mittel
10	Postennetz-OL	<ul style="list-style-type: none">Wettkampfatmosphäre schnuppern	Lektion 9	mittel



Materialbeschaffung

Postenmaterial

- Einfache Posten können ohne grossen Aufwand selbst hergestellt werden. Eine Anleitung findet sich unter www.swiss-orienteeing.ch → J+S → J+S-Kids → *zusätzliches Unterrichtsmaterial*
- Postenstangen, -schirme und -zangen sowie elektronische Postensysteme SportIdent können oft bei lokalen OL-Vereinen ausgeliehen werden. Für Kontaktadressen siehe www.swiss-orienteeing.ch → *Links* → *Vereine* oder www.swiss-orienteeing.ch → *OL-Materialstelle*

Schularealkarten

- Schularealkarten von vielen Schulgeländen existieren bereits oder werden durch lokale OL-Vereine erstellt. Für Kontaktadressen siehe unter www.swiss-orienteeing.ch → *scool* → www.scool.ch → *Schularealkarten* → *Kartensuche*

Unterrichtsmaterial

- Das Lehrmittel It'sCOOL enthält weiterführendes Unterrichtsmaterial und besteht aus einem Schuber mit sieben Heften sowie einer Spiele- und Textfragenbox, mit denen die Schülerinnen und Schüler stufengerecht ins Kartenlesen im Schulzimmer, im Schularéal und später im Wald eingeführt werden. Bestelladresse: www.swiss-orienteeing.ch → *OL-Materialstelle*