



## Lehrplanbezug Orientierungslauf - Mittelschule

### - Sporterziehung -

#### **Jahrgangsstufe 5:**

##### **5.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) spielerische Erfahrungen mit dem Dauerlaufen (...)

##### **5.1.2 Bewegungserleben, Gewandtheit, Kreativität**

(...) Freude an der Bewegung (...)

##### **5.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) offene Spielideen, aber auch Spiele mit- und gegeneinander erleben und partnerschaftlich umsetzen (...)

(...) Aufgaben gemeinschaftlich lösen (Eth 5.2.1, 5.3.1)

##### **5.3.1 Umwelterfahrungen**

(...) Wahrnehmungs- und Orientierungsschulung beim Erleben von Vielfalt und Schönheit der Natur (z. B. Wald- und Orientierungslauf,...) (...)

##### **5.3.2 Beziehung und Konflikte**

Verletzlichkeit und Schutzbedürftigkeit der Natur wahrnehmen (z. B. Wald-, Ski-, und Orientierungslauf) und für Konflikte zwischen Sport und Umwelt sensibel werden (z. B. beim Verlassen des Weges während des Geländelaufs (KR 5.1.1, EvR 5.6.3)

##### **5.4.2 Leichtathletik**

(...) ausdauerndes Laufen (...)

...

**- Sporterziehung (Fortsetzung) -**

**Jahrgangsstufe 6:**

**6.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) spielerische Erfahrungen mit dem Dauerlaufen (z.B. bestimmte Streckenlängen mit verschiedenen Aufgaben)

**6.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) Situationen bewusst erleben und gestalten, in denen Chancengleichheit eine gewisse Rolle spielt (unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen durch geeignete Maßnahmen z. B. bei Staffeln oder Spielen ausgleichen) (...)

(...) Aufgaben gemeinsam lösen (...)

**6.3.1. Umwelterfahrungen**

(...) weitere Sport- und Bewegungseinheiten (auch Schulumfeld) unter verschiedenen Bedingungen kennen lernen (z. B. Geländelauf) (...)

**6.3.2 Beziehungen und Konflikte**

(...) erkennen, dass Sport und Bewegungseinheiten durch die vorgegebene Umwelt ermöglicht, aber auch begrenzt werden und begreifen, dass sportliche Aktivitäten zu Umweltbelastungen führen können (...)

**6.3.3 Verantwortung und handeln**

(...) grundlegende Verhaltensregeln zur Vermeidung von Umweltbelastung durch Sport beachten (...)

**6.4.2 Leichtathletik**

(...) Ausdauer- und Sprinttrainings in unterschiedlichen Variationen und Spielformen (...)

**Jahrgangsstufe 7:**

**7.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) Laufen unter Ausdaueraspekten üben (...)

**7.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) die eigenen Interessen mit den Interessen der Gruppenmitglieder abstimmen (...)

**7.3.1 Umwelterfahrungen**

Möglichkeiten erfahren, die das Schul- und Wohnumfeld für sportliche Aktivitäten bietet und dabei die regionalen Besonderheiten der natürlichen Umgebung kennen lernen. (z. B. Planung und Durchführung eines Orientierungslaufs) (...)

**7.3.2 Beziehung und Konflikte**

(...) die Zusammenhänge von Sport und Umwelt kennen lernen (...)

**7.3.3 Verantwortung und Handeln**

(...) erkennen, wie durch das Einhalten einfacher Verhaltensregeln Umweltbelastungen im Zusammenhang mit sportlichen Aktivitäten vermieden werden können (...)

**7.4.2 Leichtathletik**

(...) Läufe nach Dauermethode (...)

**- Sporterziehung (Fortsetzung) -**

**Jahrgangsstufe 8:**

**8.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) die Übungsformen der Jahrgangsstufe 7 fortführen und verschiedene Formen der Belastungsdosierung erproben (...)

**8.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) eigene Interessen mit dem Gruppenziel in Einklang bringen und die eigenen Fähigkeiten zum Gelingen gemeinsamer Vorhaben einsetzen (...)

**8.3.1 Umwelterfahrungen**

Sportliche Aktivitäten nach regionalen Gegebenheiten und Möglichkeiten aussuchen (...)

**8.3.2 Beziehung und Konflikte**

Kenntnisse über Wechselbeziehungen zwischen Sport und Umwelt vertiefen (z. B. Geländelauf...) (...)

**8.4.2 Leichtathletik**

(...) Weiterführen der Ausdauerschulung (...)

**Jahrgangsstufe 9:**

**9.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) den Wert regelmäßigen Ausdauertrainings für Gesundheit und Wohlbefinden erkennen (...)

**9.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) positive Gemeinschaftserlebnisse im Kleinen wie im Großen erfahren und mit konkurrierenden Interessen umgehen lernen (...)

**9.3.1 Umwelterfahrungen**

(...) die Notwendigkeit einer gesunden Umwelt für gesundheitsförderndes Sporttreiben erfahren (...)

**9.3.2 Beziehung und Konflikte**

Umweltschonende sportliche Freizeitaktivitäten erproben (...)

**9.4.7 Freizeitorientierter Sport**

(...) Jogging, Walking als lebensbegleitende Bereicherung erfahren (...)

**9.4.8 Verknüpfung der Lernbereiche**

(...) die Lernbereiche sinnvoll miteinander zu verknüpfen...eine enge Zusammenarbeit mit anderen Fachbereichen ist anzustreben (...)

...

**- Sporterziehung (Fortsetzung) -**

**Jahrgangsstufe 10:**

**10.1.1 Gesundheitsorientierte Fitnessfaktoren**

(...) den Wert regelmäßigen Ausdauertrainings für Gesundheit und Wohlbefinden erkennen (...)

**10.2.2 Handeln in der Gemeinschaft**

(...) auf Mitschüler zugehen und sie in gemeinsame sportliche Aktivitäten integrieren (...)

**10.3.1 Umwelterfahrungen**

(...) die Notwendigkeit einer gesunden Umwelt für gesundheitsförderndes Sporttreiben erfahren und Konsequenzen für die eigene Sportausübung erfahren (...)

**10.4.2 Leichtathletik**

(...) Läufe unterschiedlicher Intensität in der Halle, auf der Bahn und in unterschiedlichem Gelände durchführen (...)

**10.4.7 Verknüpfung der Lernbereiche in Projekten**

(...) die Lernbereiche sinnvoll miteinander zu verknüpfen...eine enge Zusammenarbeit mit anderen Fachbereichen ist anzustreben (...)

**- Geschichte/Sozialkunde/Erdkunde (GSE) -**

**Jahrgangsstufe 5:**

**5.4.3 Region und Umwelt – Arbeitsweisen, Arbeitstechniken**

- (...) mit topografischen Karten der Region arbeiten (...)

**Jahrgangsstufe 6:**

**6.6 Stadt und Land**

**6.6.3 Arbeitsweisen, Arbeitstechniken**

- (...) sich auf einen Ortsplan orientieren (...)

**- Mathematik -**

**Jahrgangsstufe 6:**

**6.5 Sachbezogene Mathematik**

- Aus Zeit- und Streckenplänen (...) lernen die Schüler Informationen zu entnehmen und diese mathematisch aufzubereiten.