



Lehrplanbezug Orientierungslauf - Realschule

- Sport -

Jahrgangstufe 05:

S 5.1 Gesundheit

Aerobe Ausdauer

(...)

- (...) Gruppenläufe mit und ohne Hindernisse (...)

(...)

S 5.3 Freizeit und Umwelt

Die Schüler sollen sich in ihrem neuen Umfeld bewegen und orientieren lernen. Bewegungserlebnisse im Freien, in verschiedenen Jahreszeiten, bei jedem Wetter sollen entwicklungsfördernde Reize setzen und für die Belange von Umgebung und Natur sensibilisieren.

Orientierung

- die Schüler sammeln erste Erfahrungen zum Orientieren und Zurechtfinden im Gelände und im Umgang mit einfachen Kartenskizzen

Sport im Freien und zu jeder Jahreszeit

- je nach den örtlichen Gegebenheiten und saisonalen Bedingungen ausdauerorientierte und freizeitrelevante Sportarten im Freien durchführen

(...)

Jahrgangstufe 06:

S 6.3 Freizeit und Umwelt

Die Schüler sollen sich im Schulumfeld zunehmend sicher orientieren. Bewegungserlebnisse im Freien, in verschiedenen Jahreszeiten und bei jedem Wetter setzen entwicklungsfördernde Reize und sensibilisieren für den Einfluss von Umweltbedingungen auf die sportliche Aktivität.

(...)

Orientierung

- in der Kleingruppe setzen die Schüler Posten im Schulgelände mithilfe von Kartenskizzen und laufen die Posten sternförmig oder im Dreieck an

Sport im Freien und zu jeder Jahreszeit

- je nach den örtlichen Gegebenheiten und saisonalen Bedingungen ausdauerorientierte und freizeitrelevante Sportarten im Freien durchführen (...)

S 6.4.2 Leichtathletik

(...)

- Additions- und Dauerläufe

- Sport (Fortsetzung) -

Jahrgangstufe 07:

S 7.1 Gesundheit

(...)

Aerobe Ausdauer

(...)

- Belastungsformen im Bereich der Grundlagenausdauer in verschiedenen Sportarten (...)

S 7.3 Freizeit und Umwelt

Die Schüler erschließen sich über das Schulumfeld hinaus weitere Bewegungsräume. Sie sollen Erfahrungen in Natursportarten sammeln und dabei mit elementaren Grundsätzen umweltverträglichen Sports bekannt gemacht werden (...).

Orientierung

- Erstellen einer Kartenskizze des erweiterten Schulumfelds
- in der Kleingruppe setzen die Schüler Posten im erweiterten Schulumfeld mithilfe von Kartenskizzen und laufen die Posten sternförmig oder im Dreieck an

Sport im Freien und zu jeder Jahreszeit

- je nach Qualifikation der Lehrkraft, den örtlichen Gegebenheiten und saisonalen Bedingungen ausdauerorientierte und freizeitrelevante Natursportarten im Freien durchführen (...)

S 7.4.2 Leichtathletik

(...)

- Dauerlauf mit und ohne Zusatzaufgaben

Jahrgangstufe 08:

S 8.1 Gesundheit

(...)

Aerobe Ausdauer

- verschiedene aerobe Belastungsformen im Bereich des Fettstoffwechsels (...) mit einer Belastungsdauer nicht unter 30 Minuten durchführen, z. B. (...) Orientierungslauf (...)

(...)

S 8.3 Freizeit und Umwelt

Die Schüler sollen sich über das Schulumfeld hinaus gezielt Bewegungsräume erschließen. Sie sammeln weitere Erfahrungen in Natursportarten und werden dabei mit Grundsätzen umweltverträglichen Sports vertraut (...).

Orientierung

- Verfeinern einer Kartenskizze des erweiterten Schulumfelds, z. B. durch Einzeichnen von Höhenlinien
- sich mit Karte und Kompass orientieren und Kartendetails in der Realität finden
- einfache Orientierungsläufe (z. B. Stern-OL, Linien-OL) in Kleingruppen durchführen und dabei Gesundheits- und Umweltfragen beantworten sowie Naturbeobachtungsaufgaben erledigen

Sport im Freien und zu jeder Jahreszeit

- je nach den örtlichen Gegebenheiten, saisonalen Bedingungen und Qualifikation der Lehrkraft ausdauerorientierte und freizeitrelevante Natursportarten im Freien durchführen (...)

S 8.4.2 Leichtathletik

(...)

- Dauerlauf mit und ohne Zusatzaufgaben

- Sport (Fortsetzung) -

Jahrgangstufe 09:

S 9.1 Gesundheit

(...)

Aerobe Ausdauer

- verschiedene aerobe Belastungsformen im Bereich des Kohlenhydratstoffwechsels (...) mit einer Belastungsdauer bis 30 Minuten durchführen, z. B. (...) Orientierungslauf (...)

(...)

S 9.3 Freizeit und Umwelt

Die Schüler sollen sich über das Schulumfeld hinaus gezielt Bewegungsräume erschließen. Sie sollen dabei weitere Erfahrungen in Natursportarten sammeln und mit Grundsätzen umweltverträglichen Sports vertraut werden (...).

Orientierung

- Verfeinern einer Kartenskizze des erweiterten Schulumfelds, z. B. durch Einzeichnen von Höhenlinien lernen, sich mit Karte und Kompass zu orientieren und Kartendetails in der Realität finden
- Orientierungsläufe in Kleingruppen durchführen und dabei Gesundheits- und Umweltfragen beantworten sowie Naturbeobachtungsaufgaben erledigen

Sport im Freien und zu jeder Jahreszeit

- je nach Qualifikation der Lehrkraft, den örtlichen Gegebenheiten und saisonalen Bedingungen ausdauerorientierte und freizeitrelevante Natursportarten im Freien durchführen (...)

S 9.4.2 Leichtathletik

(...)

- Dauerlauf mit und ohne Zusatzaufgaben

Jahrgangstufe 10:

S 10.1 Gesundheit

(...)

Aerobe Ausdauer

- im Team ein einfaches aerobes Ausdauertraining in einer geeigneten Sportart erstellen und regelmäßig auch außerhalb der Schule durchführen

(...)

S 10.3 Freizeit und Umwelt

Auf der Grundlage ihres bisher erworbenen Umweltbewusstseins, ihrer Orientierungsfähigkeit sowie ihrer Erfahrungen im Bereich der Natursportarten sollen die Schüler einen umweltverträglichen Freizeitsportführer für ihren Wohn- oder Schulort erstellen, der Auskunft gibt über (...) freizeitrelevante Sportmöglichkeiten im Freien zu jeder Jahreszeit.

- Erdkunde/Geographie -

Jahrgangstufe 05:

Ek 5.1 Arbeitstechniken

Die Schüler lernen grundlegende Arbeitstechniken kennen und wenden diese jahrgangsstufengemäß immer wieder an. Besonders üben und wiederholen sie den sicheren Umgang mit Plänen, Karten und dem Atlas. Die Erarbeitung der Arbeitstechniken soll, wo immer möglich, in die anderen Lehrplanabschnitte integriert werden.

- bei Unterrichtsgängen anzuwendende Arbeitstechniken beherrschen
- (...)
- einfache Kartierungen vornehmen (...)
- Himmelsrichtungen bestimmen (Kompass, Sonnenstand) (...)
- Entfernungen messen (Maßstabsleiste) (...)
- Höendarstellungen lesen (Höhenlinien, Höhenfarben) (...)
- die Legende einer Karte lesen (...)
- mit einfachen thematischen Karten, v. a. mit dem Stadtplan arbeiten (...)
- (...)

Quelle: Bayerisches Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung (ISB), www.isb.bayern.de