

Stundenbilder

Orientierungslauf in der Schule

Spiele zum Aufwärmen oder als Abschluss

Himmelsrichtungen fangen

- Auf einer ebene Fläche im Schulgarten wird ein quadratisches Spielfeld mit Seilen vorbereitet. Die Seile werden nach Norden, Süden, Osten und Westen ausgerichtet.
Im Turnsaal können die vier Seitenwände bzw. die äußeren Linien des Turnsaales verwendet werden
- Mit den Kindern wird anhand von Hinweisen wie Kompass, Stand der Sonne oder der Umgebung besprochen, wo welche Himmelsrichtung ist.
- Im Norden wird mit den Kindern gemeinsam ein Hütchen als Hilfe aufgestellt. Für die Klassen der ersten Schulstufe kann man auch jede Himmelsrichtung mit den Buchstaben N, S, O, W markieren.
- Ein Kind darf in die Mitte des Spielfeldes gehen. Alle anderen Kinder stellen sich hinter das Seil im Norden.
- Die LehrerInnen ruft nun den Kindern eine Himmelsrichtung zu. Daraufhin müssen die Kinder das Spielfeld queren, um sich hinter das Seil der zugerufenen Himmelsrichtung zu stellen. Das Kind in der Mitte versucht dabei so viele Kinder wie möglich zu fangen. Alle gefangenen Kinder sowie alle Kinder, die zu einem falschen Seil gelaufen sind, werden auch zu Fängern.
- Dieses Spiel geht so lange, bis alle Kinder in der Mitte des Spielfeldes sind.
- Variationen:
 - Bei älteren Kindern kann man auch die Hilfhimmelsrichtungen (NO, SO, NW, SW) mit einem Hütchen in der Ecke markieren und im Spiel verwenden.
 - Der Fänger darf selbst die Himmelsrichtung rufen, zu welcher die Kinder laufen sollen.
 - Es gibt immer nur ein Kind in der Mitte: Sobald ein Kind gefangen wurde, ist dieses der neue Fänger.



Aufwärmspiele mit Bechern (Zahlen 1-20)

- Dieses Aufwärmspiel passt zum Hauptteil "OL mit Stecknadeln"
- Die Becher (Plastikbecher von IKEA mit auf der Unterseite Zahlen von 1-20 beschriftet) werden auf einer Wiese (ca. 10x10 Meter) durcheinander verkehrt aufgestellt. Die Zahlen sollen lesbar sein.

- **ZAHLENLAUF:** Alle SchülerInnen stellen sich in einer Linie auf. Ihre Aufgabe ist es nun, alle Becher in der Reihenfolge von 1-20 mit dem Zeigefinger zu berühren. Ziel ist es als Erste/Erster bei der Nummer 20 angelangt zu sein.
- **“ICH PACKE IN MEINEN KOFFER”-LAUF:** Die SchülerInnen stellen sich in Zweiertteams (SchülerIn 1 und SchülerIn 2) auf die Startlinie. SchülerIn 1 läuft los und berührt mit dem Zeigefinger einen beliebigen Becher und klatscht mit SchülerIn 2 ab. SchülerIn 2 läuft los, berührt den Becher von SchülerIn 1 ,anschließend einen neuen beliebigen Becher und klatscht mit SchülerIn 1 ab. SchülerIn 1 berührt die zwei vorherigen Becher und wieder einen neuen dazu. Dies kann so lange gespielt werden, bis die SchülerIn sich keinen neuen Becher mehr merken können.
- **BECHER EINSAMMELN:** Alle SchülerInnen laufen zwischen den Bechern kreuz und quer. Eine Farbe wird gerufen und die SchülerInnen versuchen sich einen Becher in dieser Farbe zu schnappen. Die geschnappten Becher werden in der Hand gehalten und weiter gelaufen. Es wird so lange eine Farbe gerufen, bis alle Becher eingesammelt sind.

Laufspiel mit Zahlen 1-30

- Materialien: 30 festere Zettel – zB. Pappteller – mit den Zahlen von 0-30.
- Vorbereitung: Die Zahlen werden aufgedeckt durcheinander im Raum oder auf der Wiese aufgelegt
- Ablauf:
 - Die erste Aufgabe ist es, die Zahlen von 0 bis 30 abzulaufen. Dabei wird jede Zahl mit der Hand berührt. Dies geht auch als Wettkampfspiel: Zwei Kinder können gegeneinander laufen, indem einer von 0 bis 30 läuft und der Gegner von 30 bis 0.
 - Alle Kinder befinden sich auf einer Startlinie: Ein Datum (z.B. das eigene Geburtsdatum, der heutige Tag, ...) wird genannt und alle Kinder versuchen dieses schnellst möglichst durch Berühren der richtigen Zahlen abzulaufen.
 - Gerade / Ungerade Zahlen (Vorwärts & Rückwärts)
 - Jede dritte Zahl, jede vierte Zahl (Vorwärts & Rückwärts)
 - Dreier teams: Ein Kind stellt eine Rechnung, deren Lösung sich im Zahlenraum von 1 bis 30 befindet. Die Lösung muss dann von den zwei anderen angelaufen werden. Ziel: Wer ist schneller bei der richtigen Zahl?

Tiernamen Laufspiel

- LINK (Druckvorlage im Anhang)
- Im ganzen Schulhof werden die ausgedruckten Zettel (Tiernamen_Laufspiel Datei im Anhang) mit verschiedenen Tieren verteilt. Jedes Kind bekommt nun ein Tier (Karte 8) zugeteilt. Nun müssen die Schüler jenen Zettel finden, auf dem das genannte Tier in der ersten Spalte zu lesen ist. Haben sie diesen gefunden, müssen sie sich das Tier merken, das in der ersten Zeile in der

zweiten Spalte steht. Jetzt muss das Tier wieder auf einer anderen Karte in der ersten Spalte gefunden werden und dann merkt man sich wieder das Tier, welches daneben ist und sucht es wieder auf einem anderen Zettel.

- Fertig ist jenes Kind, das zuerst bei einem Tierbild angekommen ist, welches in der letzten Zeile und auf der rechten Seite steht. Die Kinder kommen nun zum Lehrer und geben ihr Abschluss-Tier bekannt. Anhand der Kontrollkarte (Karte 8) kann man nun überprüfen, ob die Kinder auch das richtige Ergebnis erzielt haben.
- Variante: Ev. Aufschreiben der einzelnen Tiere auf einen Zettel. Hier können auch Lernwörter bzw. Vokabel anstatt der Tiere/Sportarten eingesetzt werden, um diese im Laufen zu festigen.

Namen-Bewegungskreis

- Die Kinder stellen sich im Kreis auf. Jedes Kind überlegt sich eine Bewegung, die zu ihm passt. Das kann zum Beispiel mit seinem/ihrer Hobby zu tun haben (Handball, Fußball, Computerspiele; Lesen etc.).
- Dann sagen die Kinder reihum ihren Namen und machen die Bewegung dazu. Alle anderen wiederholen den Namen und machen ebenfalls die Bewegung dazu.
- Jedes Kind wiederholt zunächst den Namen und die Bewegung des vorherigen Kindes, dann nennt es seinen eigenen Namen und macht eine typische Bewegung dazu.

Domino-Staffel

- Die Kinder bilden zwei oder drei Gruppen und stellen sich für einen Staffellauf auf. Am anderen Ende des Turnsaales bzw. ca. 15 Meter entfernt liegen alle Domino-Steine.
- Jede Gruppe bekommt einen Dominostein. Das erste Kind muss sich die Symbole vom ersten Dominostein merken und zu den anderen Dominosteinen laufen, um dort einen passenden zu finden.
- Sobald er diesen am Start-Dominostein angelegt hat, kann das nächste Kind laufen.
- Dies geht so lange, bis kein Dominostein mehr passt.

Schatzssucher/Schatzsucherin

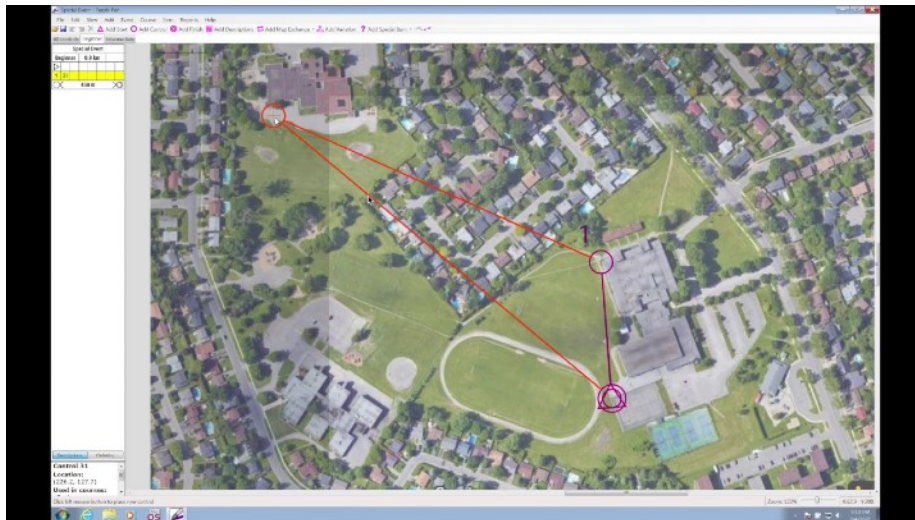
- Zwei Kinder werden als Schatzssucher definiert.
- Alle anderen Kinder sind die Schatzbeschützer. Unter ihnen werden 3 Murmeln (Schatz) verteilt. Alle Schatzbeschützer machen Fäuste (mit oder ohne Murmeln).
- Die Schatzssucher versuchen die Schatzbeschützer zu fangen. Ein gefangenes Kind muss die Faust aufmachen, um zu zeigen ob sich in der Faust ein Schatz befindet. Ein gefangener Schatz muss abgegeben werden, anschließend macht das Kind die Faust wieder zu und läuft weiter.
- Der Schatz soll unter den Schatzbeschützern immer weitergegeben werden, um es den Schatzsuchern schwerer zu machen. Das Spiel endet, wenn alle Schätze gefunden wurden.

Hauptteile Orientierungslauf

Orientierungslauf Bahn/ Score/ Linien/ Memory

Karten – Vorbereitung

- Orientierungslauf-, Wander- oder Luftbildkarte vom gewünschten Gebiet.
OEFOL, GEOLAND, GOOGLE MAPS, OOMAP
- Strecke mittels Bahnlegungsprogramm oder per Hand einzeichnen.
PURPLE PEN Anleitung: Youtube Video



Bahnlegung = Start, Kontrollpunkte (Posten) und Ziel in einer Karte einzeichnen und somit eine bestimmte Strecke definieren.

- Orientierungslauf: Die Posten müssen in einer gewissen Reihenfolge abgelaufen werden. Der Weg zwischen den Posten kann beliebig gewählt werden.
- Score OL: Die Posten können in einer beliebigen Strecke abgelaufen werden. Der Weg zwischen den Posten kann beliebig gewählt werden. Hierfür kann eine maximale Zeit vorgegeben werden. Die Posten können je nach Entfernung oder Schwierigkeit unterschiedlich viele Punkte wert sein.
- Linien-OL: Eine vorgegebene Strecke muss genau abgelaufen werden.
- Memory-OL: Auf der Karte ist nur der erste Punkt eingezeichnet. Dort befindet sich wieder eine Karte mit dem nächsten Punkt, usw. .

Kontrollpunkte

Für eine Bestätigung, dass der Läufer/die Läuferin den Kontrollpunkt erreicht/passiert hat, gibt es mehrere Möglichkeiten dies zu überprüfen:

- Orientierungslaufschirm mit Kontrollzange
(Günstige Version: https://www.decathlon.at/10-postenschirme-mit-clip-id_8544014.html)
- Den Läufer/die Läuferin vom Kontrollpunkt ein Foto machen lassen.

- Überprüfung mittels GPS-Daten (Garmin, Strava)
- Vorab aufgenommene Fotos müssen dem Gelände zugeordnet werden.
- Absperrband/Papier in Folie als Kontrollpunkt aufhängen
 - Buchstaben als Kontrollcode
 - Zahlen – der Läufer summiert alle Zahlen und nennt im Ziel das Ergebnis
 - Bei den Kontrollpunkten muss ein Rätsel gelöst werden
- Handy-App “iOrienteering”

Orientierungslauf mit der Handy App Orienteering

APP

- <https://www.iorienteering.com>
- Für die Zeitnehmung muss die APP am Handy (Android und Apple) installiert werden.
- Die Streckenvorbereitung muss über die Webseite erfolgen.
- Ein Benutzer kann kostenlos registriert werden. Dieser kann bis zu 20 Unterbenutzer erstellen unter denen mehrere LäuferInnen laufen können ohne die eigenen Daten angeben zu müssen.

Kontrollpunkte

Für eine Bestätigung, dass der Läufer/die Läuferin den Kontrollpunkt erreicht/passiert hat gibt es zwei Möglichkeiten:

- GPS: Die Läufer bekommen ein Signal vom Handy, wenn sie den Kontrollpunkt erreicht haben. Im Gelände kann ein Postenschirm zur Bestätigung aufgehängt werden, ist aber für die Zeitnehmung nicht erforderlich.
- QR-Code: Die App erstellt für jeden Kontrollpunkt einen QR-Code, welcher im Gelände aufgehängt wird. Diesen scannen die LäuferInnen mit dem Handy über die App.

Karten – Vorbereitung

- Orientierungslauf-, Wander- oder Luftbildkarte vom gewünschten Gebiet.
OEFOL, GEOLAND, GOOGLE MAPS, OOMAP
- Strecke mittels Bahnlegungsprogramm digital oder per Hand auf der Karte einzeichnen.

PURPLE PEN

Bahnlegung = Start, Kontrollpunkte (Posten) und Ziel in einer Karte einzeichnen und somit eine bestimmte Strecke definieren.

- Linear: Die Posten müssen in einer gewissen Reihenfolge abgelaufen werden. Der Weg zwischen den Posten kann beliebig gewählt werden.
- Score OL: Die Posten können in einer beliebigen Strecke abgelaufen werden. Der Weg zwischen den Posten kann beliebig gewählt werden. Hierfür kann eine maximale Zeit vorgegeben werden. Die Posten können je nach Entfernung oder Schwierigkeit unterschiedliche Punkte wert sein.

- Die Punkte werden in der APP lagerichtig auf der Google-Karte eingetragen.
 - GPS: Hierbei muss darauf geachtet werden, dass solche Standorte gewählt werden, die auf der Google-Karte gut ersichtlich sind und über ein GPS-Signal erreichbar sind (Vorsicht bei hohen Häusern und Innenhöfen).
 - QR-Code: Die Postenstandorte müssen auf der Karte nicht lagerichtig eingezeichnet werden, da die LäuferInnen den QR-Code ohne GPS-Daten scannen. Achtung! Wenn die Posten nicht lagerichtig sind, unbedingt “Karte verbergen” bei den Einstellungen auswählen, da dies sonst für die LäuferInnen bei der Appnutzung zur Verwirrung führen kann.
Bei Sicherung der Strecke werden die QR-Codes erstellt.

Kontrollpunkte

Für eine Bestätigung, dass der Läufer/die Läuferin den Kontrollpunkt erreicht/passiert hat, gibt es zwei Möglichkeiten dies zu überprüfen:

- GPS: Die Läufer bekommen ein Signal vom Handy, wenn sie den Kontrollpunkt erreicht haben. Im Gelände kann ein Postenschirm zur Bestätigung aufgehängt werden, ist aber für die Zeitnehmung nicht erforderlich.
- QR-Code: Die App erstellt für jeden Kontrollpunkt einen QR-Code, welcher im Gelände aufgehängt wird. Diesen scannen die LäuferInnen mit dem Handy über die App.

Durchführung

- Die Karten werden ausgedruckt.
- Die QR-Codes oder die Posten für die GPS-Nutzung werden im Gelände am richtigen Standort aufgehängt.
- Die LäuferInnen installieren die App und melden sich mit dem eigenen Namen oder einem Unterbenutzer an.
- QR-Code:
 - Über die “Eventsuche” kann das Training ausgewählt werden. Alternativ kann der “Einrichtungs-QR-Code” eingescannt werden.
 - Sobald der “Start QR-Code” gescannt wurde, läuft die Zeit und die LäuferInnen können das Training beginnen.
 - Die einzelnen Kontrollpunkte werden mittels “QR-Code” eingescannt.
- GPS:
 - Über die “Eventsuche” kann das Training ausgewählt werden.
 - Sobald man sich am Startstandort befinden kann man das Training mittels APP starten.
 - Jeder Kontrollpunkt wird über die App registriert sobald man sich am lagerichtigen Ort befindet.
 - Das Ziel beendet die Zeitnehmung, wenn man sich am Zielort befindet.

Alternative

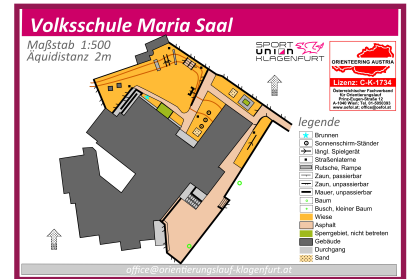
<https://usynligo.no>, [Actionbound](#)

Stecknadel-Orientierungslauf

Orientierungslauf am Schulgelände.

Karten – Vorbereitung

- Pro Schulklasse wird eine Karte (Luftbild oder Orientierungslaufkarte) vom Schulgelände benötigt. Bei einer höheren Schüleranzahl sind zwei Ausdrucke für eine bessere Übersicht von Vorteil. Es können auch zwei unterschiedliche Kartenformen vom gleichen Gebiet verwendet werden.
- Die Karten werden auf eine Pinnwand gepinnt.
- Für jeweils 2 SchülerInnen wird eine Stecknadel und ein Plastikbecher, die jeweils mit der gleichen Nummer markiert sind, bereitgestellt.



Gelände – Vorbereitung

- Für diesen Orientierungslauf muss im Vorfeld im Gelände nichts markiert werden.

Ablauf

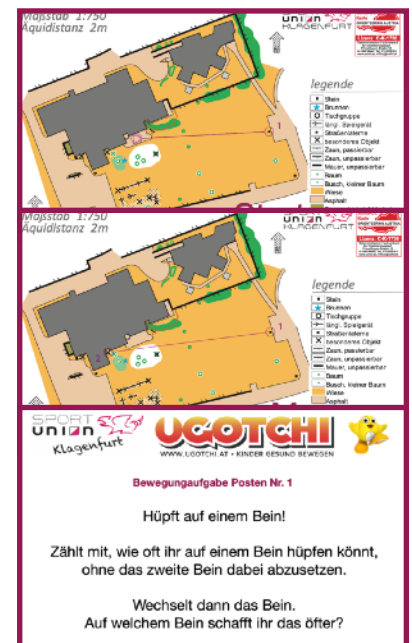
- Die Pinnwand mit den Orientierungslaufkarten liegt auf einem Tisch, welcher zentral im zur Verfügung stehenden Schulgelände steht.
- Die Karten, Orientierungslauf, Luftbild oder beide, werden erklärt und der Standort des Tisches als Start eingezeichnet.
- Die SchülerInnen werden in Zweiertteams eingeteilt und bekommen jeweils einen Becher. Einer des Teams darf, während sein Teamkollege die Augen geschlossen hält, diesen Becher nun irgendwo im Schulgelände verstecken und muss den Standort des Bechers mit der dazugehörigen Pinnnadel auf der Karte markieren. Sein Teamkollege darf diesen Becher, nachdem er die Pinnnadel auf der Karte lokalisiert hat, im Schulgelände suchen gehen. Dann darf dieser den Becher verstecken und den Standort mit der Pinnnadel markieren.
- Dies können die SchülerInnen öfter wiederholen. Die Verstecke werden dabei immer ausgefallener, wichtig ist jedoch das die Pinnnadel stets lagerichtig gesteckt wird.

Orientierungslauf mit Bewegungsaufgaben

Orientierungslauf am Schulgelände.

Karten – Vorbereitung

- Für jeden Posten muss eine Karte vorbereitet werden, auf der der Standort, auf den man sich gerade befindet sowie der nächsten Posten markiert ist. Zur Überprüfung ob alle Posten angelaufen wurden, kann man noch ein Lösungswort (ein Buchstabe pro Posten) auf die Karte schreiben.
 - Auf der ersten Karte befindet sich der Start (Dreieck) und der erste Posten (Kreis mit Postennummer)
 - Auf jeder weiteren Karte befindet sich der Standort-Posten und der nächste Posten (da muss ich hin).
 - Auf der letzten Karte ist der letzte Posten sowie das Ziel (Doppelkreis) markiert.
- Für jeden Posten wird eine Bewegungsaufgabe erstellt (diese sollte zum Gelände passen) und die Anleitung auf ein A4 Blatt geschrieben.
- Die Karte sowie die Bewegungsaufgabe werden in eine Klarsichtfolie (vorne und hinten) gegeben.



Gelände – Vorbereitung

- Bei jeden Postenstandort wird die Klarsichtfolie aufgehängt, die den Kindern den richtigen Standort sowie den nächsten Posten zeigt.
- Die erste Karte (Start) wird am Start aufgehängt oder von der LehrerIn den Kindern direkt am Start gegeben.
- Falls Materialien für die Bewegungsaufgaben gebraucht werden, müssen diese auch dort platziert werden.

Ablauf

- Die Kinder sind immer zu zweit unterwegs.
- Wenn die Lösungen aufgeschrieben werden sollen, benötigen sie einen Stift und einen leeren Zettel (=Lösungsblatt).
- Die Kinder bekommen am Start die erste Karte und dürfen sich den Weg zum 1. Posten anschauen. Wenn sie die Strecke wissen, dürfen sie loslaufen. Die Karte bleibt am Start
- Beim Posten
 - schreiben die Kinder den Lösungsbuchstaben auf ihr Lösungsblatt,
 - lesen die Bewegungsaufgabe und führen diese gleich aus,

- schauen sich den Weg zum nächsten Posten an und laufen dann gleich hin.
- Wenn die Kinder alle Posten gefunden, alle Buchstaben abgeschrieben haben und alle Bewegungsaufgaben erfüllt haben werden sie vom letzten Posten direkt ins Ziel geführt. Hier können die Lösungswörter (Wort von hinten nach vorne lesen) verglichen werden und die Erfahrungen, die sie bei den Bewegungsaufgaben gemacht haben, ausgetauscht werden.

Zusatz

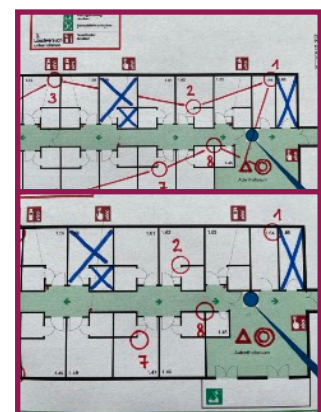
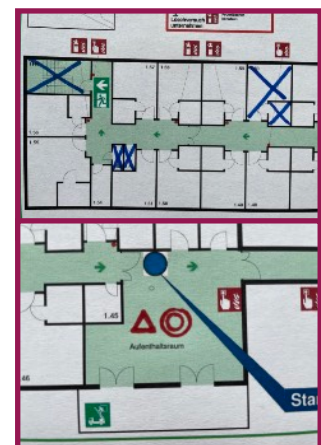
- Die Karten müssen pro Posten nur jeweils einmal ausgedruckt werden, da diese am Postenstandort hängen bleiben und dadurch von allen Kindern verwendet werden können.

Fluchtplan-OL in der Schule

Von jedem Schulgelände gibt es einen Fluchtplan. Eine gute Möglichkeit, diesen mit den Kindern spielerisch und in Bewegung zu erarbeiten, ist ein "Fluchtplan-Orientierungslauf".

Karten – Vorbereitung (diese kann auch mit den SchülerInnen der 4. Klasse durchgeführt werden)

- Auf dem Fluchtplan werden die Räume mit einem blauen X markiert, die von den SchülerInnen nicht betreten werden dürfen (Toiletten, Konferenzzimmer, Klassenzimmer, in denen Unterricht stattfindet).
- Ein Start- und ein Zielbereich wird definiert und in der Karte mit einem roten Dreieck für den Start und einem Doppelkreis für das Ziel eingezeichnet. Hierfür bietet sich die Aula, der Turnsaal oder eine beliebige Klasse an.
- Mit roten Kreisen und aufsteigender Nummerierung werden die Postenstandorte auf der Karte markiert.
 - Wenn die Posten mit Verbindungsstrichen verbunden werden, wird die Reihenfolge, in der die Posten abgelaufen werden sollen, vorgegeben.
 - Wenn die Posten nicht mit Verbindungsstrichen verbunden werden, können die Kinder selbst entscheiden, in welcher Reihenfolge sie die Posten ablaufen wollen.



Gelände – Vorbereitung

- Für jeden auf der Karte markierten Postenstandort wird im Schulgelände ein “Posten” platziert, zum Beispiel auf den Boden gelegt, mit Tixo an die Wand geklebt oder mit einem Hütchen aufgestellt. Dieser Posten sollte einen Code beinhalten, den die Kinder auf einen Kontrollzettel übertragen. Je nach Schulstufe kann dieser Code variieren, wodurch Lernstoff mit Bewegung spielerisch wiederholt und gefestigt werden kann, wie:
 - Bereits gelernte Buchstaben, die die Kinder abschreiben
 - Blockschrift-Buchstaben in Schreibschrift abschreiben
 - Lösung einer Rechenaufgaben
 - Fragen zum Sachunterricht beantworten (auch als Multiple-Choice möglich)
 - Bewegungsaufgaben, die an diesem Standort durchgeführt werden müssen
 - Wenn keine Zusatzaufgabe erwünscht ist, können unterschiedliche Stempel als Posten platziert werden. Diese werden auf die Kontrollkarte gestempelt.

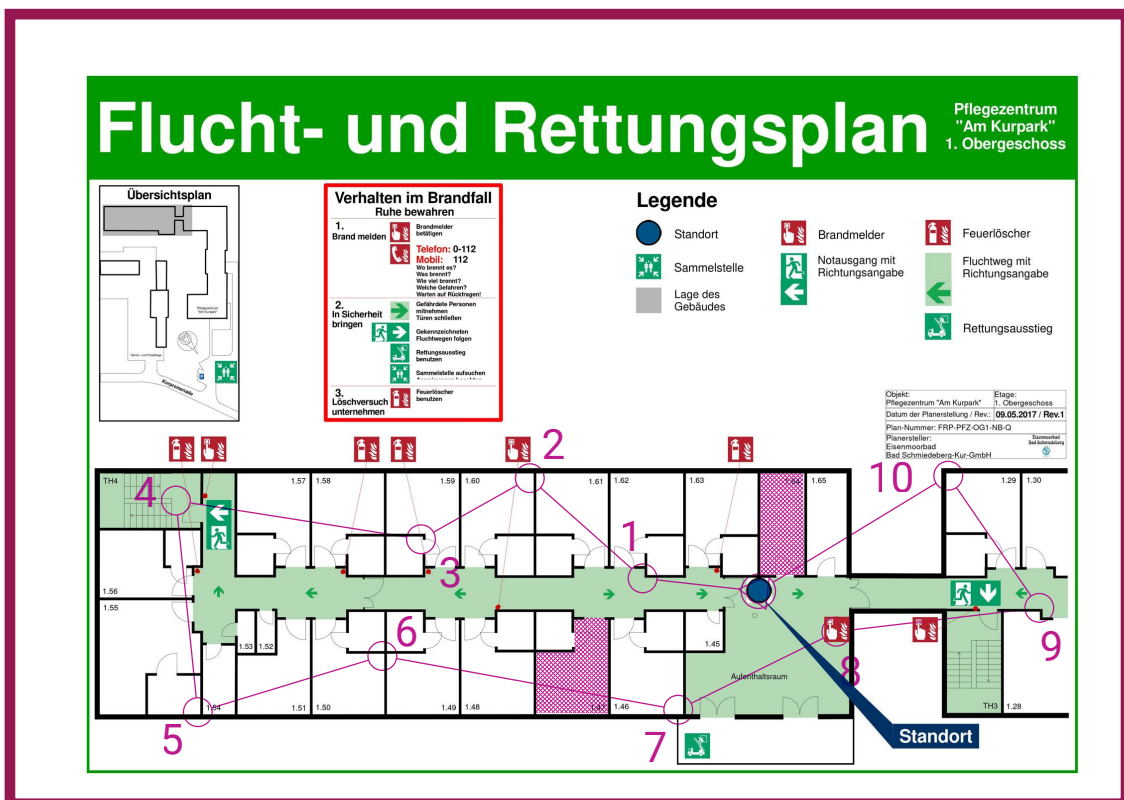


Abbildung 1: Beispiel Orientierungslauf auf einer Fluchtplan-Karte

Ablauf

- Jedes Kind (alleine oder im Team) bekommt eine Fluchtplan-OL Karte sowie eine Kontrollkarte. Wenn die Lösungen aufgeschrieben werden sollen, benötigen sie zusätzlich einen Stift.
- Die Kinder laufen die Bahn ab und schreiben die Lösungen auf die Kontrollkarte.

- Wenn die Posten auf der Karte nicht verbunden sind, dürfen sie die Anlaufreihenfolge selbst wählen.
- Die Lösungen werden vom Lehrer/von der Lehrerin überprüft. Alternativ können die Kinder auch die Lösungen untereinander vergleichen und eine falsche Lösung gemeinsam beim Posten korrigieren.

Zusatz

- Wenn mehrere Bahnen vorbereitet werden, können die Kinder diese Bahnen hintereinander ablaufen. Dafür werden bei der Planung zuerst alle Posten definiert und diese in unterschiedlichen Reihenfolgen zu verschiedenen Bahnen verbunden.
- Wenn die Planung mit den Kindern gemeinsam erfolgt, kann, nachdem ein gemeinsames Postennetz erstellt worden ist, jede/r SchülerIn mit diesen Posten eine eigene Bahn zeichnen. Dies hat den Vorteil, dass dann die Bahnen der MitschülerInnen abgelaufen werden können.
- Es ist nicht notwendig, dass jede Karte für jeden Schüler, jede Schülerin ausgedruckt wird, da die Bahnen, nachdem sie abgelaufen wurden, getauscht werden können.

Anhang

- Im Anhang befindet sich ein Beispiel einer Kontrollkarte, die ausgedruckt werden kann. In die Felder 1-12 werden die Posten-Codes notiert.

LINKS für den OL in der Schule

OEFOL

- ▶ Alle Informationen bezüglich Schulsport Orientierungslauf der Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf
- ▶ Schulreferenten der Bundesländer
- ▶ Scholorientierungslaufkarten
- ▶ Diverse Behelfe für Orientierungslaufeinheiten in Schulen

Orientierungslaufkarten

- ▶ GEOLAND
 - Kostenloses Geodatenportal der Bundesländer
 - Basiskarten & Luftbilder
- ▶ GOOGLE MAPS
 - Luftbilder
- ▶ OOMAP
 - Pseudo-Orientierungslaufkarten, dieses Programm ermöglicht auch eine Bahnlegung

Bahnlegungsprogramme

- ▶ PURPLE PEN
 - Kostenloses Programm: Start, Kontrollpunkte und Ziel auf einer Karte (muss als Hintergrunddatei -JPG- geladen werden) einzeichnen

Auswertungsprogramme

- ▶ SPORTIdent für Schulen, Sportident-Center
 - Zeitnehmungssystem, Hard- und Software
 - Sportident Set: School-Set, O-Starterset
- ▶ EasyGec
 - Kostenloses einfaches Zeitnehmungssystem für den PC. Grüner Smily für eine korrekte Bahn. Info: <https://www.go4orienteering.org/easygec/?lang=en>

Unterlagen Orientierungslaufspiele

- ▶ GO4Orienteering
 - Übungssammlung Orientierungslaufspiele für Schulen und Vereine
 - Komplettes Paket von SI-Stationen, SI Karten und Übungen - Produkt

Materialien

- ▶ OL-SHOP, SPORTVOGL

- Online Shops für diverse Orientierungslaufmaterialien, Bücher
- ▶ DECATHLON Suche “GEONAUT”
- Stabiler Orientierungslaufschirm mit Kontrollzange - Produkt
- Günstige Einsteigermaterialien

Orientierungslaufen mit APP

- ▶ Actionbound
 - Orientierungslaufen mittels GPS-Zeitnehmung oder QR-Code. Es müssen keine Posten im Gelände gesetzt werden. Bei den Posten können auch Fragen und Aufgaben gestellt werden.
- ▶ iOrienteering
 - Statt Posten werden QR-Codes im Gelände versteckt, durch das QR-Code scannen in der APP werden die Posten in der App registriert. Eine Rangliste wird erstellt.
- ▶ UsynligO
 - Orientierungslaufen mittels GPS-Zeitnehmung der App. Es müssen keine Posten im Gelände gesetzt werden. Das Handy registriert den Posten mittels GPS und gibt ein Signal wenn der Posten-Standort erreicht wurde.

Anhang

- Bewegungsaufgaben
- Laufspiel mit Tiernamen / Sportarten