

Orientierungslauf – Lesen der Karte: 0 wie sich orientieren

Die Kinder lernen die Karte und die Wirklichkeit miteinander verknüpfen und visuell abzugleichen. Diese Inputs können den Lernenden mit auf den Weg gegeben werden.

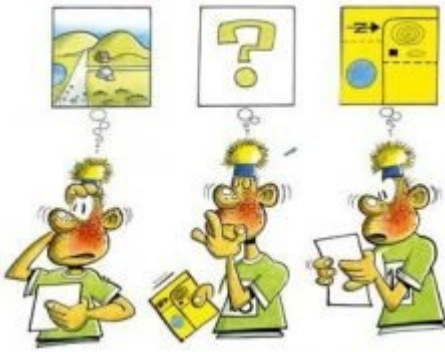
- Prospektives und retrospektives Kartenlesen sind zwei kognitiv unterschiedliche Arten, Karte und Wirklichkeit miteinander zu verknüpfen.
- Prospektives Kartenlesen bedeutet: Ich habe alles im Griff, ich agiere und weiss, was als nächstes kommen sollte.
- Retrospektives Kartenlesen bedeutet: Ich bin mir nicht so sicher, wie ich das Kartenbild interpretieren soll. Ich möchte zum Beispiel am Anfang eines Laufs oder nach einem Fehler Sicherheit gewinnen.
- Oder ich habe den Kartenkontakt verloren und muss mich auffangen.

Wichtig in jedem Fall ist: ins Gelände blicken und die Geländeinformationen bewusst wahrnehmen!

Vorwärtsgerichtet zu Planen

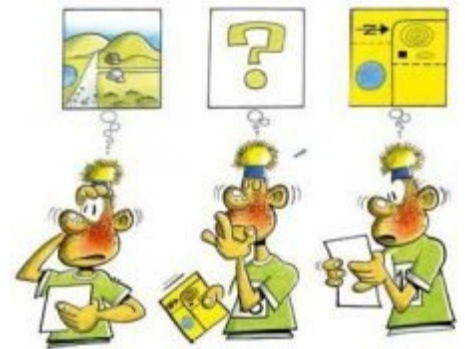
Du planst deine Route voraus und willst sie einhalten. Aus den Informationen der Karte entwickelst du in deiner Vorstellung ein dreidimensionales Geländemodell. Unterwegs betrachtest du das Gelände und vergleichst es mit deinem, im Kopf gespeicherten Modell. Stimmt es überein, befindest du dich auf der richtigen Route bzw. am gewünschten Ort.





Rückwärtsgerichtet zum Auffangen

Du weißt nicht genau, wo du dich befindest und willst dich auffangen. Aus den wesentlichen Merkmalen deiner Umgebung – des Geländes – entwickelst du in deiner Vorstellung ein zweidimensionales Kartenmodell. Auf der Karte suchst und findest du einen Ausschnitt, der deinem gespeicherten Modell entspricht. Du hast dich aufgefangen, d. h. du kennst deinen Standort.



Achte auf den Daumen



Gewöhne dich von Anfang an daran, deinen Standort auf der Karte mit dem Daumen zu markieren. Behalte den Daumen während des Laufens auf der Karte und führe ihn bei jedem Kontrollhalt nach.

Quelle: Ines Merz, Ausbildungsverantwortliche Swiss Orienteering



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO