

**www.schul-ol.de**

**- Unterrichtsbeispiele für OL im Freien -**

## Normal-OL auf dem Schulareal

Beim Normal-OL (= Bahnen-OL) werden die Posten in der vorgegebenen Reihenfolge auf frei wählbaren Routen angelaufen.

Die Schüler starten einzeln oder in kleinen Teams in gleichmäßigen Zeitabständen. Die Zeitabstände sollen so gewählt werden, dass ein Auflaufen möglichst vermieden oder minimiert wird. Gewonnen hat, wer in kürzester Zeit alle Kontrollen richtig gestempelt hat.

Der Normal-OL ist eine der am einfachsten zu organisierenden OL-Varianten. Auch die Auswertung erfolgt in der Regel recht rasch. Der Normal-OL auf dem Schulareal eignet sich vor allem zum Einstieg in den OL, da keine komplizierten Regeln zu befolgen sind und das Gelände bekannt ist.

Wenn keine Posten zur Verfügung stehen, können sich auch Trassierbänder oder Zettel mit Buchstaben oder Zahlen, die die Schüler dann notieren müssen, an den Standorten befinden.

### Vorbereitungen:

- Ausreichend OL-Karten und ggf. Kontrollkarten für Schüler vorbereiten
- Startreihenfolge der Schüler festlegen
- Musterlochungen erstellen
- Posten im Gelände setzen

### Mögliche Problemfelder beim Sportunterricht:

- Die Schüler können im offenen Schulgelände weit sehen und deshalb leicht anderen nachlaufen.
- Das Schulareal ist möglicherweise zu klein für einen ausreichend langen Normal-OL
- Die Schüler laufen zum Teil in großer Entfernung vom Startplatz bzw. Lehrer (Aufsicht)
- Wegen der Startabstände sind nicht alle Schüler gleichzeitig beschäftigt.

