

ORIENTERING

Arbetsområde

I detta arbetsområde arbetar vi med att med olika hjälpmedel ta sig från A till B. Det handlar också om att vara fysiskt aktiv i naturen.

Hur orienterar man, vilka olika hjälpmedel finns? (GPS, mobiltelefon, kompass, orienteringskarta, stadskarta mm.)

Vad?

Syfte med undervisningen

Genom undervisningen i ämnet Idrott & Hälsa ska eleverna ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att:

- Att eleverna utvecklar allsidiga rörelseförmågor och intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen
- Genomföra och anpassa utevistelser och friluftsliv efter olika förhållanden och miljöer

Konkretiserade mål

I arbetsområdet Orientering, ska du få möjlighet att utveckla din förmåga att:

- att orientera i okända miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel för positionering
- Ha kunskaper om rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten

Hur?

I undervisningen ska vi:

- Genomgång av karta och kompass (väderstreck, passa kartan,)
- Kartkunskap (karttecken, ekvidistans, skala)
- Olika tekniker för orientering (kompasskurs, tumgrepp, vägval, ledstänger, utgångspunkter på kartan)
- Kartpromenad.
- Praktisk tillämpning i relativt känd och lättare terräng.