



**Orient - Young explorers
re-discover local communities
through orienteering**

IO1 - ORIENT ANTHOLOGIE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





**Orient - Young explorers re-discover
local communities through orienteering**

O1 - ORIENT ANTHOLOGIE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

INHALT

Einleitung.....	6
Die ORIENT-Anthologie: Eine Zusammenfassung.....	8
Sammlung bewährter Verfahren zum Orientierungslauf für soziale Inklusion.....	9
Methodischer Schwerpunkt.....	27
Erfahrungen.....	29
Schlussfolgerung	31
Bibliographie.....	32
ORIENT: das Team.....	35

EINLEITUNG

Das vorliegende Dokument wurde im Rahmen des Projekts ORIENT – Young explorers re-discover local communities through orienteering (622532-EPP-1-2020-1-IT-SPO-SCP) entwickelt, einem 30-monatigen Projekt, das vom Programm Erasmus + SPORT der Europäischen Union kofinanziert wird.

ORIENT entstand aus der Idee, junge Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund durch einen bestimmten Breitensport zusammenzubringen: den Orientierungslauf. Das Projekt zielt darauf ab, soziale Inklusion zu stärken und den Aufbau von Kapazitäten und Gemeinschaften zu fördern, indem jungen Menschen aus verschiedenen sozialen und kulturellen Gruppen die Möglichkeit geboten wird, Kontakte zu knüpfen und neue Fähigkeiten zu entwickeln.

ORIENT verfolgt einen Multi-Stakeholder-Ansatz, der die Zusammenarbeit zwischen den Interessenträgern, nämlich Sporttrainer*innen und Vertreter*innen zivilgesellschaftlicher Organisationen, fördert. Dieser Ansatz wird Sporttrainer*innen die Mitarbeiter*innen von NGOs mit innovativen Methoden ausstatten, um die Teilnahme gefährdeter junger Menschen an sportlichen Aktivitäten auf Gemeindeebene zu fördern. Durch die Praxis von Outdoor-Aktivitäten werden junge Menschen ermutigt, über Fragen der sozialen Inklusion nachzudenken und gleichzeitig städtische und natürliche lokale Kontexte zu entdecken.

Ziel dieses Dokuments ist es, die Wirksamkeit des Orientierungslaufs als Sport zu belegen, der dazu in der Lage ist, soziale Inklusion zu verbessern und das Gemeinschaftsgefühl zu fördern. Es stellt eine Sammlung bewährter Verfahren im Bereich des Orientierungslaufs für soziale Inklusion vor, setzt einen methodischen Schwerpunkt und analysiert die Lehren aus einer in Italien, Griechenland, Österreich, Bosnien und Herzegowina, Zypern und Bulgarien durchgeführten Sekundär- und Feldforschung.

Das ORIENT-Curriculum wird die Grundlage für die Umsetzung der im Projekt vorgesehenen Aktivitäten schaffen.



DAS PROJEKT

Das ORIENT-Projekt hat folgende Ziele:

- Einbeziehung vulnerabler junger Menschen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht oder sozial ausgegrenzt sind, in Sportaktivitäten auf Gemeindeebene;
- Ausstattung von Sporttrainer*innen sowie Sportverbänden und Mitarbeiter*innen zivilgesellschaftlicher Organisationen (CSOs), die im Bereich der sozialen Inklusion tätig sind, mit Instrumenten, um die Beteiligung vulnerabler junger Menschen in der lokalen Gemeinschaft durch einen Breitensport (Orientierungslauf) zu fördern.
- Stärkung der sozialen Inklusion in allen Partnerländern bei gleichzeitiger Sensibilisierung für gesellschaftliche Barrieren und soziale Ausgrenzung; Förderung langfristiger und positiver Veränderungen auf lokaler Ebene.

Zu den während der Projektlaufzeit geplanten Aktivitäten gehören:

- Sammlung von inspirierenden bewährten Praktiken, Instrumenten und Methoden unter Verwendung von Orientierungslauf für soziale Inklusion (IO1)
- Entwicklung eines Curriculums zum Orientierungslauf für soziale Inklusion für Sporttrainer*innen & CSOs (IO2)
- Erstellung einer Toolbox für Orientierungsstrecken für Jugendliche (IO3)
- Co-Erstellung eines Kompendiums mit «Routes of Inclusion» aus partizipativen Mapping-Workshops und einem Orientierungslauf (IO4)
- Ausarbeitung eines Manifests zum Potenzial von Orientierungslauf für soziale Inklusion (IO5)

Schließlich erwartet ORIENT, die folgenden Ergebnisse zu erzielen:

- ORIENT ANTHOLOGY: Bewährte Verfahren, Instrumente und Methoden für die Verwendung von Orientierungslauf für soziale Inklusion.
- ORIENT CURRICULUM: Grundlagen des Orientierungslaufs und innovative Methoden zur Förderung der Beteiligung vulnerabler junger Menschen an Aktivitäten im Bereich des Orientierungslaufs.
- GEARS & IDEAS: eine Toolbox für Orientierungslaufrouuten
- ORIENT COMPENDIUM: "WEGE ZUR INKLUSION": mitgestaltet von Sporttrainer*innen, Mitarbeiter*innen zivilgesellschaftlicher Organisationen und Jugendlichen durch partizipatives Mapping.
- ORIENT MANIFESTO: mit Ergebnissen und Empfehlungen zum Potenzial des Orientierungslaufs für soziale Inklusion.

DIE ORIENT-ANTHOLOGIE:

EINE ZUSAMMENFASSUNG

Die ORIENT-Anthologie ist das Ergebnis der Sammlung von Wissen, Werkzeugen und Methoden im Zusammenhang mit der Praxis des Orientierungslaufs für soziale Zwecke, die in allen Partnerländern des Projekts als Sekundärforschung und Feldforschung durchgeführt wurde und an der 60 Sporttrainer*innen und CSO-Mitarbeiter*innen sowie 60 junge Menschen mittels Fragebögen und Interviews beteiligt waren.

Die Anthologie gliedert sich in drei Abschnitte:

1

1. Sammlung bewährter Verfahren im Bereich Orientierungslauf für soziale Inklusion

In diesem Abschnitt werden ausgewählte, erfolgreiche Orientierungslaufinitiativen vorgestellt, die in Partnerländern und auf internationaler Ebene zuvor durchgeführt wurden. Eine konkrete Analyse und Erläuterung des Potenzials des Orientierungslaufs bei der Arbeit mit vulnerablen jungen Menschen, die unter sozialer Ausgrenzung leiden wird dabei bereitgestellt.

2

Methodischer Schwerpunkt

In diesem Abschnitt wird eine Reihe anpassungsfähiger und reproduzierbarer Methoden vorgestellt, um auf Orientierungslauf basierende Aktivitäten anzuregen, die die soziale Eingliederung junger Menschen unterstützen können. Dieser Abschnitt ist der erste Schritt zur Identifizierung von Methoden und Werkzeugen, ~~die in das ORIENT-Curriculum~~ aufgenommen und weiterentwickelt werden sollen.

3

Lessons learned

Dieser Abschnitt wird Schlussfolgerungen auf der Grundlage der Ergebnisse der Analyse bewährter Verfahren und der Feldforschung enthalten und Stärken und Schwächen der vorgeschlagenen Ansätze hervorheben.

Diese Anthologie stellt eine Inspirationsquelle für neue Sportinitiativen und neue Formen des Engagements vulnerabler junger Menschen dar. Es bereitet so den Boden für die Entwicklung des ORIENT-Curriculums; Es dient sowohl als Forschungsstudie als auch als Grundlage für die lokale Ausbildung von Sporttrainer*innen und CSOs-Mitarbeiter*innen.

SAMMLUNG BEWÄHRTER VERFAHREN ZUM ORIENTIERUNGSLAUF FÜR SOZIALE INKLUSION



SAMMLUNG BEWÄHRTER VERFAHREN

ZUM ORIENTIERUNGSLAUF FÜR SOZIALE INKLUSION

Dieser Abschnitt enthält einen Bericht über den Kontext und die Situation der Partnerländer in Bezug auf soziale Ausgrenzung, Sport und Orientierungslauf sowie eine Sammlung bewährter Verfahren zu Orientierung im Hinblick auf soziale Inklusion mit dem Ziel, die Bedürfnisse in den Partnerländern zu verstehen und aus bestehenden Praktiken gute Methoden zu ermitteln, die das Potenzial des Orientierungslaufs für die soziale Inklusion junger Menschen aufzeigen.

Die Übersicht ist das Ergebnis der Daten, die das ORIENT-Konsortium durch die Sekundär- und Feldforschung gesammelt hat. Um kohärent, relevant und vergleichbar zu sein, wurde die Forschung nach spezifischen Leitlinien durchgeführt, um die Erhebung vergleichbarer Daten in allen Partnerländern zu gewährleisten. Die Feldforschung ergänzte die durch die Sekundärforschung gesammelten Daten, indem sie die Perspektiven der wichtigsten Interessengruppen sammelte:

➔ **Sporttrainer*innen und Mitarbeiter*innen** zivilgesellschaftlicher Organisationen wurden konsultiert, um ihre Erfahrungen mit Orientierungslauf zu untersuchen

➔ **Vulnerable Jugendliche** wurden befragt, um die Barrieren, die sie daran hindern, uneingeschränkt an ihrer Gemeinschaft teilzuhaben, besser zu verstehen und ihr Engagement im Orientierungslauf zu erfassen.

Soziale Ausgrenzung

Die Europäische Kommission definiert soziale Ausgrenzung wie folgt: "Soziale Ausgrenzung bezieht sich auf die vielfältigen und sich verändernden Faktoren, die dazu führen, dass Menschen vom normalen Austausch, den Praktiken und den Rechten der modernen Gesellschaft ausgeschlossen werden" (Kommission der Europäischen Gemeinschaften, 1993). Jüngsten EUROSTAT-Daten zufolge sind EU-weit 21,4 % der Bevölkerung von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht.

Allgemein liegt dieser Prozentsatz in fast allen EU-Ländern, die an der ORIENT-Projektpartnerschaft beteiligt sind, über dem EU-Durchschnitt. In Italien ist mehr als jeder Vierte von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht, wobei 25,6 % der Bevölkerung zu dieser Kategorie gehören. In Griechenland liegt diese Quote bei einer von drei Personen. In ähnlicher Weise erzielte Bulgarien den höchsten Prozentsatz aller EU-Mitgliedstaaten mit 32,8% der Gesamtbevölkerung. Länder wie Kroatien (23,3 %) und Zypern (22,3 %) teilen ähnliche Prozentsätze, obwohl sie vor unterschiedlichen Herausforderungen stehen. Bosnien und Herzegowina ist ebenfalls stark von Armut und sozialer Ausgrenzung betroffen. Die Arbeitslosenquote im Land beträgt 20,5%, und fast 1 von 2 jungen Menschen ist nicht beschäftigt, was eine der höchsten Quoten der Welt darstellt (Weltbank, 2017). Junge Menschen gelten als diejenigen, die stärker von sozialer Ausgrenzung bedroht sind. Die jüngsten Eurostat-Zahlen zeichnen ein ziemlich besorgniserregendes Bild in Europa: Im Jahr 2019 lag die Armutsgefährdungs- oder Sozialexklusionsquote junger Menschen im Alter von 16 bis 29 Jahren in der EU-27 bei 25,1 %, was etwa 18,6 Millionen jungen Menschen entspricht. Obwohl die Zahl der gefährdeten jungen Menschen zwischen 2014 und 2018 um 3,4 Punkte gesunken ist, ist die aktuelle Quote immer noch etwas höher als vor der Finanzkrise 2008. Unter den EU-Mitgliedstaaten wurde 2019 der höchste Anteil junger Menschen (im Alter von 16 bis 29 Jahren), die stark materiell benachteiligt waren, in Griechenland (19,4 %) beobachtet, gefolgt von Bulgarien (19,1 %) und Zypern (11,9 %). (EUROSTAT, 2021b)

Im Folgenden wird ausführlich auf die Situation im Zusammenhang mit der sozialen Ausgrenzung in den einzelnen Partnerländern eingegangen, in denen die Vulnerabilität junger Menschen in Bezug auf die Möglichkeiten der Eingliederung offensichtlich ist:

ÖSTERREICH

Trotz der Tatsache, dass Österreich einen geringeren Anteil an von Armut oder sozialer Ausgrenzung (ARPE) bedrohten Bevölkerung hat, ist dieses Risiko für gefährdete Gruppen insgesamt höher. Insbesondere die Chancenungleichheit für Kinder ist hoch. Die ARPE-Quote für Kinder gering qualifizierter Eltern war 2017 um 57,7 % höher als für die Kinder von hochqualifizierten Eltern (Caritas, 2020). Laut Statistik Austria waren im Jahr 2019 303 000 Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren von Armut oder sozialer Ausgrenzung betroffen. Aus geschlechtsspezifischer Sicht sind 21% der Frauen zwischen 18 und 34 Jahren von sozialer Ausgrenzung bedroht, verglichen mit 19% der Männer in der gleichen Altersgruppe (Weinberger, 2019). Es ist auch wesentlich zu beachten, dass Migrant*innen eher sozial ausgegrenzt werden als die lokale Bevölkerung. Im Jahr 2019 waren 33% der ausländischen Staatsbürger*innen im Alter von 20 bis 64 Jahren von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht; im Vergleich dazu 13,2% der Österreicher*innen (Eurostat, 2021c).

BOSNIEN UND HERZEGOWINA

Die Dimensionen der sozialen Ausgrenzung in Europa in Bosnien und Herzegowina sind vielfältig. Sie beinhalten den Ausschluss aus vielen verschiedenen Bereichen des sozialen Lebens wie Beschäftigungsfähigkeit, Bildung, Wohnen und Unterkunft, soziale Beziehungen, Respekt usw. Von einem dieser Bereiche ausgeschlossen zu sein, impliziert in der Regel auch einen Ausschluss aus anderen Bereichen des sozialen Lebens. Die von sozialer Ausgrenzung bedrohten Personen in Bosnien und Herzegowina sind Kinder und Jugendliche, die in abgelegenen ländlichen Gebieten leben, Frauen, die Opfer geschlechtsspezifischer Gewalt sind, ältere Menschen, Flüchtlinge, Menschen mit Invalidität und Behinderungen. (Europäische Kommission, 2016)

BULGARIEN

Bulgarien hat in der EU den höchsten Anteil an Menschen, die von Armut und sozialer Ausgrenzung bedroht sind. Die am stärksten gefährdeten Gruppen sind: Personen im nicht erwerbstätigen Alter (z. B. Kinder und ältere Menschen); Familien mit Kindern; benachteiligte Gruppen auf dem Arbeitsmarkt und außerhalb des Arbeitsmarktes, insbesondere arbeitslose Jugendliche mit Grundschul- oder niedrigem Bildungsabschluss oder ohne berufliche Qualifikation und Schlüsselkompetenz; Menschen mit Behinderungen; vulnerable Vertreter*innen der Roma-Gemeinschaft; Obdachlose und Personen, die in schlechten Wohnverhältnissen leben (Republik Bulgarien, 2020).

ZYPERN

Laut Eurostat waren 17,6% der Zyprioten im Jahr 2020 von sozialer Ausgrenzung bedroht (EUROSTAT, 2021d), verglichen mit 21,9% in der gesamten Europäischen Union. Da nur 19 % der unter 18-Jährigen von Armut bedroht waren, hatte Zypern eine der niedrigsten Quoten in der gesamten Europäischen Union. Dennoch ist das Armutsrisiko bei älteren Menschen (65 Jahre oder älter) höher (22,5 %) als im EU-Durchschnitt (20,4 %). Was das Risiko der sozialen Ausgrenzung aufgrund des Geschlechts betrifft, so sind Frauen in Zypern stärker von Armut betroffen. Im Gegensatz zu dem in vielen anderen Ländern verzeichneten Trend ist der Anteil der Haushalte mit armutsgefährdeten Kindern niedriger (16 %) als der Anteil der Haushalte ohne Kinder (19,6 %) (In Zypern, 2021).

GRIECHENLAND

Gemäß dem griechischen Gesetz Nr. 4019/2011 werden gefährdete Gruppen in zwei Kategorien eingeteilt:

- Spezifische schutzbedürftige Gruppen, zu denen auch Gruppen der Gesellschaft gehören, die aufgrund physischer und psychischer Faktoren oder aufgrund kriminellen Verhaltens Schwierigkeiten in ihrem sozialen und wirtschaftlichen Leben haben. Zu diesen Gruppen gehören Menschen mit Behinderungen (körperlich, geistig, kognitiv oder sensorisch), Menschen, die derzeit oder früher drogenabhängig waren, HIV-Positive, Gefangene oder Ex-Häftlinge und jugendliche Straftäter.
- Besondere Bevölkerungsgruppen, zu denen auch gesellschaftliche Gruppen gehören, die aus finanziellen, sozialen oder kulturellen Gründen Schwierigkeiten haben, sich in den Arbeitsmarkt zu integrieren. Zu diesen Gruppen gehören arbeitslose Jugendliche, arbeitslose Frauen, Arbeitslose über 50 Jahre, Langzeitarbeitslose, Alleinerziehende und Mitglieder von Familien mit vielen Kindern (drei oder mehr Kinder), misshandelte Frauen, Analphabet*innen, Bewohner*innen abgelegener Berg- und Inselregionen, Menschen mit unterschiedlichen Kulturen, Einwander*innen und Flüchtlinge.

ITALIEN

Im Jahr 2018 waren über 27% der italienischen Bevölkerung von sozialer Ausgrenzung bedroht (ISTAT, 2020a), und mit der Covid-19-Pandemie ist dieser Prozentsatz gestiegen, wobei die am stärksten gefährdeten Gruppen am stärksten betroffen sind: Migrant*innen, junge Menschen und Frauen, die bereits weniger sichere sowie ungelernte Arbeitsplätze und prekäre Arbeitsbedingungen hatten. Da die Staatsbürgerschaft nach wie vor eine wichtige Rolle bei der Bestimmung der individuellen sozioökonomischen Bedingungen spielt, sind Migrant*innen und Asylsuchende derzeit eine der am stärksten gefährdeten Gruppen in Italien: Laut ISTAT gab es 2019 fast 1,4 Millionen Ausländer*innen in absoluter Armut mit einer Inzidenz von 26,9%, verglichen mit 5,9% der nationalen Bürger*innen. Italien ist ein Land mit einer großen Anzahl von NEETs: Im Jahr 2019 waren 27,8 % der 20- bis 34-Jährigen weder erwerbstätig noch in Ausbildung (EUROSTAT, 2020a). NEETs sind von Marginalisierung bedroht, weil sie dem Arbeitsmarkt und den Ausbildungswegen fernbleiben. Unter den jugendlichen Menschen stellen diejenigen aus dem Ausland oder mit Migrationshintergrund eine der am stärksten von Ausgrenzung bedrohten Gruppen dar. Im Jahr 2020 lag der Anteil der NEETs bei 26,2 % bei italienischen Staatsbürger*innen im Alter von 18 bis 29 Jahren und bei 40,8 % bei Drittstaatsangehörigen (ISTAT, 2020b). Auch junge Frauen sind sozialer Ausgrenzung ausgesetzt, da der Anteil der NEETs bei Frauen (33,2 %) höher ist als bei Männern (22,5 %) (EUROSTAT, 2020a). In ähnlicher Weise erleben Menschen mit Behinderungen eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, aufgrund der physischen und sozialen Barrieren, die sie im Alltag erleben, sozial isoliert zu sein. Behinderung ist oft mit schlechten sozioökonomischen Bedingungen verbunden, da Menschen mit Behinderungen Schwierigkeiten haben, eine Beschäftigung zu finden und uneingeschränkt an der Gesellschaft teilzunehmen.






Im Vergleich zu den Partnerländern erleben Jugendliche häufig Ausgrenzung von Bildung und vom Arbeitsmarkt im Allgemeinen. Seit COVID-19 ist ein Anstieg der Arbeitslosigkeit und der Verlust von Arbeitsplätzen eine der Hauptauswirkungen auf junge Menschen: Es wird geschätzt, dass die Jugendarbeitslosenquote in der EU von 14,9% auf 17,1% gestiegen ist (EUROSTAT, 2021a), wobei junge Menschen zu den am stärksten von der Pandemie Betroffenen gehören.

Sport und soziale Ausgrenzung

Die Sekundäranalyse beleuchtet die Tatsache, dass Partnerländer auch eine der niedrigsten Quoten an Personen aufweisen, die in Sport- oder Fitnessaktivitäten involviert sind. So üben beispielsweise nur 11 % der Menschen in Bulgarien mindestens einmal pro Woche körperliche Aktivitäten aus, in Griechenland 23 %, in Italien 26 % und in Zypern 39 %. Dies sind extrem niedrige Prozentsätze im Vergleich zum EU-Durchschnitt von 44% (EUROSTAT, 2018). In ähnlicher Weise könnten in Österreich mit Kosten verbundene körperliche Freizeitaktivitäten von Armutsbetroffenen weniger verfolgt werden: 22% können sich solche Aktivitäten für ihre Kinder nicht leisten, während dies nur 3% ohne Armutsrisiko angaben.

Speziell in Bezug auf junge Menschen zeigen die Ergebnisse der Befragten, dass die wichtigsten Herausforderungen bei der Teilnahme am Gemeinschaftsleben in folgende Kategorien eingeteilt werden können::

Herausforderungen bei der Teilhabe junger Menschen am Gemeinschaftsleben:

-  **Wirtschaftliche Barrieren**
Vielen jungen Menschen fehlen die finanziellen Mittel, um in sportliche Aktivitäten zu investieren, die oft mit hohen Kosten (wie Mitgliedsbeiträgen und teurer Ausrüstung) verbunden sind.
-  **Zeitmangel**
Viele junge Menschen finden es schwierig, Arbeit, Studium, Elternschaft und häusliche Pflichten mit anderen Verpflichtungen in Einklang zu bringen. Die meisten Befragten haben nur wenig Zeit, um sich Sport zu widmen, da die Arbeit ihre oberste Priorität ist.
-  **Logistische Schwierigkeiten**
Junge Menschen, die außerhalb des Stadtzentrums leben, haben weniger Möglichkeiten, sich aktiv an der Gemeinschaft und insbesondere am Sport zu beteiligen, da sie weit von Betrieben und Einrichtungen entfernt sind.
-  **Mangel an Informationen**
Viele Jugendliche beklagten den Mangel an Informationen über bestehende Angebote.
-  **Mangel an inklusiven und zugänglichen Programmen**
Junge Migrant*innen berichteten von Einschränkungen und Schwierigkeiten bei der Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten aufgrund von Sprachbarrieren oder bürokratischen Hindernissen.

Da sportliche Aktivitäten vulnerablen Gruppen helfen können, am Gemeinschaftsleben teilzunehmen und neue Fähigkeiten zu erwerben, die auf andere soziale Kontexte (wie Schule oder Arbeit) angewendet werden können, kann Sport als Instrument der Sozialisierung und Integration betrachtet werden.

Orientierungslauf und soziale Inklusion

Angesichts des Potenzials des Sports für soziale Inklusion nimmt ORIENT den Orientierungslauf als Breitensport wahr, um dieses Potenzial aufgrund seiner Formenvielfalt, seines Formats und seiner Möglichkeit zur Zusammenarbeit und zum Austausch zu nutzen. Auch wenn die Mehrheit der Befragten Orientierungslauf nicht kannte, sprachen sich alle, die damit vertraut waren, dafür aus, den Orientierungslauf zur Förderung der Inklusion vulnerabler Gruppen einzusetzen.

Obwohl Orientierungslauf in Nordeuropa und Nordamerika ein sehr beliebter Sport ist, ist er in den Partnerländern nicht sehr bekannt. Dies kann aus kulturellen Gründen und an der Komplexität des Orientierungslaufs liegen, der technisches Fachwissen erfordert, um auf hohem Niveau umgesetzt zu werden, da es eine spezielle Kartierung erfordert, aber auch die Schulung der Teilnehmer*innen in grundlegenden Orientierungsfähigkeiten, wie z.B. der Verwendung eines Kompasses und dem Lesen einer Karte.

Es gibt viele Arten von Orientierungsläufen und jede hat unterschiedliche Möglichkeiten, für soziale Inklusion von Jugendlichen angepasst zu werden. Dazu gehören:



Fußorientierung (FootO) — Klassischer Orientierungslauf, der Wandern mit Navigation verbindet.



Mountainbike-Orientierungslauf (MTBO) — Kombination aus Mountainbiken und Navigation, wobei der Schwerpunkt auf der Routenwahl liegt. Mountainbike-Orientierungsläufer*innen erhalten eine topografische Karte mit Wanderwegen und Informationen zu deren Befahrbarkeit.



Ski-ORIENTIERUNGSLAUF (SkiO) — Art des Orientierungslaufs beliebt in Bergregionen. Ski-Orientierungsläufer*innen kombinieren Skifahren mit Navigation.



Stadtorientierung — Orientierungslauf durch eine Stadt oder eine andere bebaute Umgebung. Die Arten von Herausforderungen, mit denen städtische Orientierungsläufer*innen (wie fahrende Fahrzeuge und Fußgänger*innen) konfrontiert sind, unterscheiden sich stark von denen, mit denen Orientierungsläufer*innen in der freien Natur konfrontiert sind. In den meisten Partnerländern wird Orientierungslauf jedoch hauptsächlich in ländlichen Gebieten praktiziert. Orientierungslauf in Naturgebieten ist attraktiver aufgrund der vielfältigen Landschaft in diesen Ländern, die vom ländlichen Raum bis zu den Bergen reichen.



Orientierungslauf (TrailO) — Diese Art des Orientierungslaufs beinhaltet eine genaue Ablesung der Karte und des Geländes. Orientierungsläufer*innen müssen Köder und die entsprechenden Kontrollpunkte auf der Karte identifizieren. Er wird in der Regel auf Wanderwegen durchgeführt und ist für körperlich beeinträchtigte Teilnehmer*innen zugänglich. Es gibt weder eine Zeitmessung zwischen den Punkten noch Routenoptionen.



Radio-ORIENTIERUNGSLAUF (Radio-O) — Radio-Orientierungsläufer*innen verwenden einen gerichteten Funkempfänger, einen Kompass und eine Karte (nur mit markiertem Start und Ziel), um den Standort der Sender im Wald zu bestimmen, die beste Reihenfolge zu wählen, in der sie zu finden sind, und schließlich zu ihnen zu gelangen.

Neben diesen traditionellen Formen gibt es weitere spezifische Arten des Orientierungslaufs, wie Kanu-Orientierung, Reitorientierung, Kletter-Orientierung, Bergsteigen, Snowboard-Orientierung, Kitesurfen-Orientierung, Kajak-Orientierung und neue Varianten wie virtueller Orientierungslauf, Staffel Orientierungslauf und Nachtorientierung.

Die Befragten glauben, dass Orientierungslauf genutzt werden kann, um die soziale Inklusion von Gruppen mit spezifischen Anforderungen, insbesondere mit folgendem Hintergrund, zu fördern:



Junge Menschen mit Migrationshintergrund: Für sie kann Orientierungslauf eine einmalige Gelegenheit sein, die Städte ihrer Aufnahme und neue Leute kennenzulernen. Durch sportliche Aktivitäten können sie die lokale Gemeinschaft und ihre Kultur entdecken, mit Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund interagieren und ihre lokalen Netzwerke verbessern.



Junge Menschen mit Behinderungen und besonderen Bedürfnissen: Sie können einige Formen von Orientierungslauf mit wenig oder gar keinen Anpassungen praktizieren. Im Trail-Orientierungslauf (TrailO) können sich Sportler*innen mit körperlichen Behinderungen mit nicht beeinträchtigten Sportler*innen messen. Im Präzisions-Orientierungslauf (PreO) sind Standorte für Rollstuhlfahrer*innen zugänglich, und Präzision ist wichtiger als Geschwindigkeit, da das Lesen von Karten viel komplexer ist.

Es liegt auf der Hand, dass der Orientierungslauf ein erhebliches Potenzial zur Förderung der sozialen Inklusion bietet. Die Mehrheit der Sporttrainer*innen und Mitarbeiter*innen von CSOs, die an der Umfrage teilgenommen haben, vertrauen darauf, dass Orientierungslauf ein gutes Instrument zur Förderung der sozialen Inklusion von Randgruppen sein könnte. Aufgrund seiner Gruppendynamik und seiner begrenzten Wettbewerbsfähigkeit kann der Orientierungslauf jungen Menschen helfen, Fähigkeiten zu entwickeln und gleichzeitig ihr Selbstvertrauen und ihr Selbstwertgefühl stärken.

Bewährte Verfahren

Aufgrund der zahlreichen Möglichkeiten, die der Orientierungslauf bietet und den Erfahrungen, wie dieser mit verschiedenen Zielgruppen auf der ganzen Welt umgesetzt wurde, haben die Partner*innen eine Reihe bewährter Verfahren auf lokaler, nationaler und transnationaler Ebene gesammelt, aus denen Methoden extrapoliert und an ORIENT-Aktivitäten mit jungen Menschen angepasst werden können, die in Partnerländern unter sozialer Ausgrenzung leiden.

Hier einige der interessantesten Aktivitäten:

SKOL-SPRINTEN PROJEKT



Durchführende Organisation

Dalaportens OL



Land, Jahr

Schweden, seit 2016



Zielgruppe

Kinder und Jugendliche von 6 bis 15



Überblick

Inspiriert von den Erfahrungen des Skol-Sprintens definierte Göran Andersson einige grundlegende Richtlinien für die Ausbildung des Orientierungslaufs in der Schule.



Relevanz für ORIENT

Die Karten und Entwicklungsschritte können im Rahmen des ORIENT-Projekts nützlich sein.

STEPS OF DEVELOPMENT

Orienteering's steps of development are adapted to the school's goals according to Lgr11* and Gy11*, and the curriculum in physical education. It gives concrete examples of navigation skills that must be demonstrated at this level. The higher the level is, the higher the qualitative requirements will be.

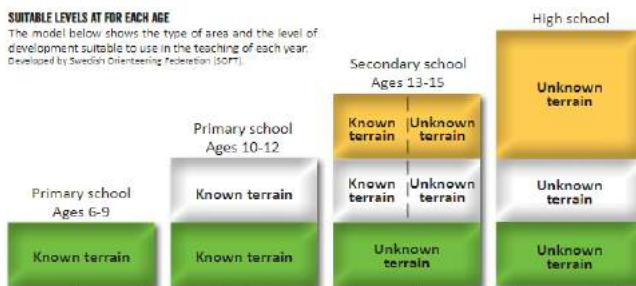
Developed by Swedish Orienteering Federation (SÖFT).

*The Swedish National Agency for Education

14. Deeper understanding height. Depressions, ridges and dips as control.
13. Route choices in hilly terrain.
12. Compass and map reading to the checkpoint.
11. Compass and map reading towards distinct handrail.
10. Understanding of height. Highest point. When is it uphill and when is it downhill?
9. Understanding of colours and symbols showing runnability.
8. Short cut towards distinct handrail.
7. Paying attention to terrain objects beside the handrail.
6. Thinking ahead, choose a route, short or long.
5. Knowing the term and be able to orientate along distinct handrails.
4. Orientate the map using the terrain and the compass, "thumb your map" and "red to red".
3. Understand the concept of "where you are on the map" (start), and "where to go" (the control).
2. Knowing the colours of the map and the most common map's symbols.
1. Map understanding, what is a map?

SUITABLE LEVELS AT FOR EACH AGE

The model below shows the type of area and the level of development suitable to use in the teaching of each year. Developed by Swedish Orienteering Federation (SÖFT).



Known terrains means the school yard and areas in the school's immediate vicinity.

Unknown terrains means a nearby forest area of outdoor character close to the school.

Göran Andersson; "Cool, Awesome, Educational Orienteering at school ages 6-15" Silva Sweden AB, 2020.



Nützliche Links

[Cool, Awesome and Educational; Orienteering at school, ages 6-15 by byorientering - issuu](#)

SUMMER SCHOOL OF ORIENTEERING



Durchführende Organisation

PSD PTT Prijatelji prirode (PSD PTT Naturfreunde)



Land, Jahr

Bosnien Herzegovina, 2013



Zielgruppe

Kinder und Jugendliche



Überblick

Die Aktivität wurde in Form einer Sommerschule durchgeführt, die in zwei Teilen abgehalten wurde und die Grundkenntnisse des Orientierungslaufs und Techniken zum Zeichnen von Orientierungslaufkarten umfasste. Die Schule fand im Kontext intensiver Vorbereitungen für den Olympischen Sarajevo Orienteering Cup - OSOC 2013 statt, ein Wettkampf, der am 17. und 18. August 2013 auf dem Gelände von Veliko Polje, Mount Igman und im Veliki Park in Sarajevo stattfand. Dies ist einer der ersten Wettbewerbe dieser Art im Land nach den Standards der IOF (International Orienteering Federation).



Relevanz für ORIENT

Dieses bewährte Verfahren kann als Inspiration dienen, um Orientierungslaufaktivitäten mit jungen Menschen zu entwickeln.



Nützliche Links

N/A

AIRBORNE INITIATIVE



Durchführende Organisation

Airborne Initiative Trust



Land, Jahr

England, 2020



Zielgruppe

Junge Straftäter*innen



Überblick

Die Airborne Initiative ist eine Wohltätigkeitsorganisation, die 5-tägige Kurse im Freien vor Ort in Dartmoor finanziert und unterstützt, die junge Menschen und junge Erwachsene herausfordern und ihnen helfen, ihr Potenzial zu entfalten, nachdem sie das Gefängnis verlassen haben. Während des Kurses machen die Kandidat*innen Erfahrungen mit Kartenlesen und Orientierungslauf, Höhlenforschung, Flussdurchquerung, Abenteuertraining, Führungs- und Teambuilding-Übungen sowie Wildcamping. Die Airborne Initiative bietet den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, Führungs- und Teamfähigkeiten zu entwickeln, die dazu beitragen, ihr Selbstwertgefühl aufzubauen und ihnen ein Erfolgserlebnis zu vermitteln (The Airborne Initiative, 2021).

In den letzten 4 Jahren hat die Wohltätigkeitsorganisation 30 Kurse auf Dartmoor für über 300 jugendliche Straftäter*innen durchgeführt. Es gibt Hinweise darauf, dass junge Menschen, die an dem Kurs teilnehmen, seltener rückfällig werden. Die Rückfallquote von Delinquenten, die im ersten Jahr aus dem Gefängnis entlassen wurden, beträgt derzeit 65 %, während sie bei Absolvent*innen dieses Kurses nur 13,7 % beträgt.



Relevanz für ORIENT

Die meisten Aktivitäten, die im Zusammenhang mit Airborne Activity gemacht wurden, sind schwer auf den Kontext des ORIENT-Projekts übertragbar. Die Idee, Orientierungslauf mit anderen Aktivitäten zu kombinieren, um die Soft Skills junger Menschen zu verbessern, kann jedoch wiederholt werden.



Nützliche Links

<https://airborneinitiative.org/about>

SPORT ALS MITTEL FÜR SOZIALE INKLUSION



Durchführende Organisation

CEIPES - International centre for the Promotion of Education and development (Internationales Zentrum für Bildungs- und Entwicklungsförderung)



Land, Jahr

Italien, 2015



Zielgruppe

Jugendleiter*innen, Jugendarbeiter*innen oder Vertreter*innen von NGOs, Gemeindezentren, Jugendclubs, Schulen, lokalen Behörden, lokalen Regierungen oder anderen öffentlichen Einrichtungen, nicht-formalen Gruppen von Jugendlichen



Überblick

Ziel der Aktivität war es, den Sport als pädagogisches und soziales Instrument zu fördern, das hilfreich ist, um junge Menschen in Bezug auf Lebenskompetenzen, Einstellungen, Werte und soziale Integration zu unterstützen (SALTO Educational Tools Portal, 2014). Das Projekt umfasste: Orientierungslaufaktivität und Outdoor-Parkspiel und Nachbesprechung. Nach dem Training waren die Teilnehmer*innen in der Lage, Sport als pädagogisches und soziales Inklusionsinstrument zu nutzen und jungen Menschen zu helfen, ihr sportliches Potenzial in einer lebenslangen Perspektive zu nutzen (z. B. Arbeit, Schule, nicht formale oder formale Aktivität).



Relevanz für ORIENT

ORIENT möchte Sporttrainer*innen ebenfalls beibringen, Orientierungslauf als Werkzeug zu verwenden. Daher könnte es einige der Elemente dieses Projekts beinhalten, dessen Zielgruppen NGOs, Jugendclubs usw. sind. Einige nützliche Elemente sind:

- die Walk-and-Talk-Debatte über Inklusion, die körperliche Aktivität und Reflexion darüber, was soziale Inklusion bedeutet, kombiniert;
- die Expertensitzung, in der ein Orientierungslauf-Experte den Auszubildenden einen klareren Einblick in den Orientierungslauf geben und ihre/seine Erfahrungen teilen kann.

Das hohe Maß an Interaktion ist auch ein Element, das im ORIENT-Projekt einen Mehrwert darstellen und zum Erfolg verhelfen könnte.



Nützliche Links

N/A

ORIENTEERING IN SCHOOLS (ORIENTEERING IN SCHULEN)



Durchführende Organisation

Orienteam & Alto Salso, in Kooperation mit FISO



Land, Jahr

Italien, laufend



Zielgruppe

Mittelschüler*innen



Überblick

Dank der Finanzierung des Nationalen Operationellen Programms (PON) 2014-2020 „Für Schule – Fähigkeiten und Lernumfeld“ wurden mehrere Orientierungslaufprojekte an verschiedenen Schulen von Palermo durchgeführt, insbesondere in benachteiligten Gebieten mit erhöhtem Schulabbruchrisiko. Ziel der Projekte war es, Kinder in Sport- und Freizeitaktivitäten einzubeziehen, positive Lebensstile und die soziale Inklusion zu fördern.

Nachdem die Schüler den Umgang mit dem Kompass und das Lesen der topografischen Karte erlernt hatten, nahmen sie an Aktivitäten teil, die es ihnen ermöglichten, grundlegende Orientierungstechniken zu üben und mit Orientierungslaufinstrumenten sicherer zu werden. Nach wenigen Sitzungen waren sie in der Lage, das Schulgelände zu kartieren und auf dem Schulhof oder im Außenbereich zu navigieren. Am Ende des Jahres konnten die Schüler*innen an den Landesmeisterschaften im Scholorientierungslauf teilnehmen, den durchschnittlich 800 junge Teilnehmer*innen besuchten. Leider mussten die Projekte während der Covid-19 Epidemie aufgrund der Schulschließungen eingestellt werden.



Relevanz für ORIENT

Die Integration des Orientierungslaufs in den Lehrplan hat eine deutliche Verbesserung der interdisziplinären Kompetenzen der SchülerInnen (nachdem Orientierungslauf eine Vielzahl von wissenschaftlichen Disziplinen wie Geographie, Mathematik, Geometrie, Naturwissenschaften betrifft) und der Soft Skills (Kommunikation, Entscheidungsfindung, Führung, Zusammenarbeit) bewirkt. Darüber hinaus hat der Orientierungslauf das Selbstbewusstsein und die Eigenständigkeit der Jugendlichen gestärkt und ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden gesteigert. Zusätzlich halfen Outdoor-Aktivitäten jungen Menschen, die Natur zu entdecken und eine positive Einstellung zum Umweltschutz zu entwickeln.



Nützliche Links

<https://www.fisosicilia.com/pronto-a-partire-il-23-campionato-scolastico-regionale/>

WORLD SCHOOLS ORIENTEERING CHAMPIONSHIP



Durchführende Organisation

MIUR (Bildungsministerium) & Internationaler Schulsportverband



Land, Jahr

Italien, 2017



Zielgruppe

Jugendliche im Alter von 14-20



Überblick

Die Studentenweltmeisterschaft von Palermo ist die größte Orientierungslaufveranstaltung, die jemals in Italien durchgeführt wurde. Beteiligt waren etwa 1000 junge Sportler*innen (im Alter von 14 bis 20 Jahren) aus 27 europäischen Ländern, 160 Schullehrer*innen und 100 Freiwillige. Die Veranstaltung fand vom 22. bis 28. April 2017 statt und die Mittel- und Langstreckenrennen fanden im Naturschutzgebiet „Bosco della Ficuzza“ auf Sizilien statt.



Relevanz für ORIENT

Die Studentenweltmeisterschaft von Palermo war eine wunderbare Gelegenheit, Inklusion und den Austausch zwischen Kulturen zu fördern. Als Teil des Programms nahmen junge Leute am „Interkulturellen Festival“ teil, bei dem jede Delegation einen Stand organisierte, um ihr Land und ihre Kultur durch Bilder und Videos vorzustellen oder um einen ‚Geschmack ihrer lokalen Traditionen zu vermitteln‘ (typische kulinarische Spezialitäten, Volkstänze usw.). Am letzten Tag nahmen die Teilnehmer*innen an der „Freundschaftsstaffel“ in der Innenstadt von Palermo teil. Bei dieser Veranstaltung handelte es sich um einen informellen Wettbewerb, bei dem sich junge Leute aus verschiedenen Ländern zusammenschlossen und einen Weg finden mussten, um den Bewerb abzuschließen. Der Schwerpunkt lag auf Kooperation statt Konkurrenz, mit dem Ziel, den kulturellen Austausch zwischen den Teilnehmer*innen zu fördern.



Nützliche Links

<https://www.youtube.com/watch?v=Ug2u69Zu670>

STRATEGIE FÜR JUGENDLICHE 'JEDER JUNIOR ZÄHLT'



Durchführende Organisation

Britischer Orientierungslaufverband



Land, Jahr

Großbritannien, 2015



Zielgruppe

Jugendliche im Alter von 14-25



Überblick

Obwohl Orientierungslauf im Vereinigten Königreich beliebter und verbreiteter ist als in anderen europäischen Ländern, führte die geringe Beteiligung junger Menschen dazu, dass die Britische Föderation ein Programm initiierte, um junge Menschen für den Orientierungslauf zu gewinnen und dauerhaft zu engagieren. Diese Strategie zielt darauf ab, Orientierungslaufvereinen Orientierungshilfe zu geben und sie dabei zu unterstützen, die Beteiligung und das Engagement junger Menschen am Orientierungslauf zu erhöhen. Um den Orientierungslauf attraktiver und zugänglicher für junge Menschen aller Leistungsstufen zu machen, hat "South Yorkshire SYO" - der lokale Orientierungslaufclub für die Gebiete Sheffield, Doncaster, Rotherham und Barnsley - eine Reihe von Initiativen für Mitglieder und Neueinsteiger entwickelt (z. B. wöchentliche Gruppensitzungen, monatliche Coachingsitzungen, Schulturniere). „SYO“ hat es geschafft, Jugendliche und Erwachsene gemeinsam einzubeziehen und Eltern zu ermutigen, sich in Orientierungslaufclubs zu engagieren und dort ehrenamtlich zu arbeiten. Das Programm brachte die erwarteten Ergebnisse, nachdem „SYO“ nun mehr als 100 Junioren hat, was etwa 40% der Gesamtmitglieder entspricht.



Relevanz für ORIENT

Das Rahmenprogramm „Jeder Junior Zählt“ enthält Ratschläge und Vorschläge, die an den lokalen Kontext angepasst werden können, um die Beteiligung junger Menschen am Orientierungslauf zu erhöhen. Hier sind einige Beispiele:

- Begegnungen schaffen zwischen Schulen (oder Jugendorganisationen) und Orientierungslaufclubs, die jungen Menschen ermöglichen, von den Juniorensportaktivitäten zum Amateur- und Berufsorientierungslauf aufzusteigen.
- Jungen Menschen die Möglichkeit bieten, Spaß zu haben und Freundschaften zu schließen, während sie Orientierungslauf praktizieren (z. B. Jugendlager)
- Sowohl jungen Menschen als auch ihren Familien kostenlose Coaching-Sitzungen anbieten.
- Ermutigung und Unterstützung von jungen Menschen sich in der Gestaltung, Organisation und Durchführung von Orientierungslaufaktivitäten und -projekten zu beteiligen.
- Unterstützung von Jugendlichen bei der Gründung von Orientierungslaufvereinen und der Übernahme organisatorischer Aufgaben.



Nützliche Links

<https://www.britishorientering.org.uk/everyjunior matters>

SOFIA: WALKING IN A SHOES OF A LOCAL



Durchführende Organisation

Iana Tour



Land, Jahr

Bulgarien, 2019 - aktuell



Zielgruppe

Turist*innen und Bewohner*innen von Sofia



Überblick

Es zielt darauf ab, die Wahrzeichen der städtischen Umgebung auf einer unter den Einwohner*innen von Sofia beliebten Spazierroute kennenzulernen. Die Teilnehmer*innen erhalten eine Karte mit eingezeichneter Route, und auf der Rückseite der Karte befinden sich Fotos von Details bekannter und wenig bekannter Sehenswürdigkeiten, die sich auf dieser Karte befinden. Die Idee besteht darin, dass sie die Orte und ihre Geheimnisse entdecken und ein Foto ("Selfie") mit ihnen machen müssen. Damit die Aufgabe als erledigt anerkannt wird, müssen sie die Fotos einem Inspektor (Mitarbeiter*in des Museums von Sofia oder des Touristeninformationszentrums) zeigen, der die Fotos überprüft und den Teilnehmer*innen einen symbolischen Preis – eine Urkunde – überreicht.



Relevanz für ORIENT

Das Spiel zielt darauf ab, die Wahrzeichen der städtischen Umgebung auf einem beliebten Spaziergang der Einwohner*innen von Sofia kennenzulernen.



Nützliche Links

IanaTour.com

KOMPASS PROJEKT



Durchführende Organisation

Bulgarischer Orientierungslaufverband



Land, Jahr

Europa, 2020-2021



Zielgruppe

Eliteathlet*innen, Trainer*innen und Lehrer*innen



Überblick

Das vom Erasmus Plus Sportprogramm geförderte Projekt Compass setzte ein kreatives Bildungsmodell um, das auf der Umsetzung von Sportorientierung in den Lehrplänen für Leibeserziehung, Geographie und Biologie in Schulen basiert. Das Hauptziel des Projekts ist die Verbreitung und Schaffung bewährter Praktiken in der Bildung durch Sportberatung und die Einführung der Leitlinien der Europäischen Union zur Gewährleistung einer dualen Karriere für Profisportler*innen. Das Ergebnis des Projekts wird ein Trainingsprogramm für Sportunterricht und Biologie durch integrierte Orientierungsmodule sein, das gemeinsam mit den nationalen Orientierungsvereinen und Schulen entwickelt wird. Damit wird der pädagogische Wert des Orientierungslaufs bewiesen und Spitzensportler*innen nach der Zeit als Profisportler*innen neue Realisierungsmöglichkeiten eröffnet.



Relevanz für ORIENT

Gerade dann, wenn für sportliche Höchstleistungen ein hoher Trainings- und Wettkampfeinsatz erforderlich ist, bestehen häufig Schwierigkeiten bei der Vereinbarkeit von Sport und Bildung. Die Mehrheit der jungen Leute, die in Sportvereine eintreten, scheidet im Teenageralter aus, weil sie Schwierigkeiten haben, Studium und Sport zu vereinbaren. Dies führt dazu, dass Orientierungslauf ein professioneller Sport ist, der hauptsächlich von Erwachsenen ausgeübt wird, mit einer geringen Anzahl von Junioren, die an Mainstream-Events teilnehmen. Ziel des COMPASS-Projekts ist es, einen neuen dualen Karriereweg für Sportler*innen zu erarbeiten, der es ihnen ermöglicht, neben der Ausbildung eine sportliche Karriere zu beginnen, zu entwickeln und abzuschließen. Durch den Wegfall der Wahl zwischen Sportkarriere und Ausbildung wird das Projekt mehr Schüler*innen ermutigen, sich für eine Sportkarriere zu engagieren.



Nützliche Links

<http://compass.orienteering.bg/index/49-about.html>

<https://www.youtube.com/channel/UC9HQJLBFN4x6-xCY5iy4oEw>

ORIENTEERING IN SCHULEN



Durchführende Organisation

Variant 5 Orienteering Club



Land, Jahr

Bulgarien, 2018



Zielgruppe

Schüler*innen



Überblick

Ziel des Projekts war es, möglichst viele Menschen für den Orientierungslauf kennenzulernen und zu engagieren. Jeder Verein des Landes konnte an diesem Projekt teilnehmen, das eine Kartierung einer Schule und die Einbeziehung der Schüler in die Orientierungslaufausbildung erforderte. Insgesamt wurden 24 Orientierungslaufkarten entwickelt / aktualisiert.



Relevanz für ORIENT

Orientierungslauf an die Schulen zu bringen kann mehr junge Menschen dazu inspirieren, sich mit dem Orientierungslauf zu beschäftigen.



Nützliche Links

https://variant5.org/?page_id=2

ORIENTEERING CHAMPIONSHIP



Durchführende Organisation

Orienteering Club "NSA-SIVEN", Nationale Sport Akademie (NSA) "Vassil Levski



Land, Jahr

Bulgarien, 2017



Zielgruppe

Student*innen der Akademie



Überblick

250 Athlet*innen aus 32 Vereinen aus dem ganzen Land nahmen an dem traditionellen Orientierungslaufwettbewerb teil, der anlässlich des 75-jährigen Bestehens der Nationalen Sportakademie (22. und 23. April 2017) in der Region Sofia ausgetragen wurde. Dadurch wurde eine zusätzliche Motivation für die jungen Athlet*innen geschaffen, sich noch besser auf die jeweiligen Wettkämpfe vorzubereiten und ihre Leistung zu erbringen.



Relevanz für ORIENT

Die Fähigkeit, junge Menschen zum Orientierungslauf zu inspirieren und zu motivieren.



Nützliche Links

<https://www.nsa.bg/bg/competitions/id,898>

METHODISCHER SCHWERPUNKT



Steenstraat

MARKT

Wilaas De
Kouermarjin-
straat

Geertrui-
straat

Philips

METHODISCHER SCHWERPUNKT

Dieser Abschnitt enthält eine Analyse der Methoden, die aus den gesammelten Best Practices sowie aus der Sekundär- und Feldforschung extrapoliert wurden. Die in diesem Abschnitt vorgestellten Methoden sollten die Inspiration und Grundlage für die Entwicklung des ORIENT-Curriculums sein, da sie anpassbar und replizierbar sind, um orientierungsbasierte Aktivitäten zu fördern, die die soziale Eingliederung junger Menschen unterstützen können.

Type	Beschreibung
Umsetzung durch Schulungen und Events	Orientierungslaufaktivitäten werden in Form von Schulungen und Veranstaltungen durchgeführt. Durch die Schaffung der Voraussetzungen für die Ausübung von Outdoor-Gruppenaktivitäten kann Orientierungslauf die Vernetzung zwischen Mitgliedern einer Gemeinde fördern. Ein Befragter einer griechischen Sportorganisation berichtete zum Beispiel, dass sie Orientierungsläufe mit geflüchteten und lokalen Student*innen organisieren, die jeweils in Paare eingeteilt sind, um so eine gemeinsame Basis zu schaffen, in der schutzbedürftige Personen und nicht gefährdete Personen interagieren und zusammenarbeiten können. Das Bilden von Kleingruppen mit Gleichaltrigen kann jungen Menschen die Möglichkeit bieten, Spaß zu haben und Freundschaften aufzubauen, während sie Orientierungslauf üben.
Zusammenarbeit mit lokalen Institutionen und Gemeindeorganisationen	Eine erhöhte Beteiligung an sportlichen Aktivitäten von jungen Menschen mit unterschiedlichem sozialem und ethnischen Hintergrund, ist von grundlegender Bedeutung, um Wege für Schulen und Orientierungsläufe zu schaffen. Der Unterricht im Orientierungslauf in der Schule gilt als eine der besten Möglichkeiten, die soziale Eingliederung junger Menschen zu fördern. Schulen können einige Hindernisse und sowie Hürden im Engagement junger Menschen beseitigen, z. B. durch den Transport zu und von Sportanlagen und die Verfügbarkeit von Sportbekleidung und -ausrüstung. Gleichzeitig hat sich die Umsetzung innovativer Sportprojekte in der Schule als wirksam erwiesen, um die Zahl der Schulabbrecher*innen zu senken.
Vermischung von Orientierungslauf mit anderen pädagogischen Ansätzen	Aufgrund seines Potenzials, das Lernen und die Motivation zu steigern und gleichzeitig mit verschiedenen Fächern kombiniert zu werden, kann der Orientierungslauf in die Lehrpläne für den Sportunterricht aufgenommen werden.
Anpassung der Aktivitäten an die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen	Nach Ansicht der Befragten sind nicht-formale Bildung, kooperatives Lernen und Learning by Doing die am besten geeigneten und effektivsten pädagogischen Ansätze, um sportliche Aktivitäten mit jungen Menschen durchzuführen. Da Orientierungslauf eine Mischung aus praktischem und theoretischem Wissen beinhaltet, gaben viele Sporttrainer*innen an, die Aktivierung von Vorwissen zu nutzen, um Orientierungslauf zu unterrichten. Einige Fachleute berichteten, dass sie die gleichen Methoden für alle Teilnehmer*innen anwenden, unabhängig von ihrem sozialen Hintergrund, da sie gelernt haben, dass es eine gute Möglichkeit darstellt, soziale Barrieren durch Sport zu überwinden. Für andere erfordert die Arbeit mit Menschen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind, maßgeschneiderte Ansätze, individuelle Anpassung und zusätzliche Unterstützung. Bei einigen Wettkämpfen können die Regeln oder die Ausrüstung angepasst werden, um beeinträchtigte Athlet*innen zu fördern. Teilnehmer*innen mit Behinderung können daher sowohl am Mainstream-Orientierungslauf als auch an einem Wettbewerb teilnehmen, der ausschließlich für diese bestimmte Gruppe reserviert ist. Mit der entsprechenden Ausrüstung und speziellen maßgeschneiderten Programmen kann jeder Orientierungslauf ausüben (Langbein, Blasch & Chalmers, 1981).
Anpassung der Aktivitäten an lokale Kontexte	Unter den Varianten, die von Sporttrainer*innen erwähnt werden, finden wir Orientierungslauf als Schatzsuche und Orientierungslauf zur Förderung des Tourismus, der an die Möglichkeiten angepasst ist, die sich in jedem lokalen Kontext bieten.

LEHREN





LEHREN

Aus der Analyse der Sekundär- und Feldforschung und der best practices geht hervor, dass die Teilnahme am Sport als vorteilhaft für die Entwicklung junger Menschen angesehen wird, nicht nur in Bezug auf die körperliche Gesundheit, sondern auch in Bezug auf die kognitive, soziale und emotionale Gesundheit. Insbesondere der Orientierungslauf hat sich als wirksames Instrument erwiesen, um die soziale Inklusion vulnerabler junger Menschen zu erreichen.

Um soziale Inklusion vulnerabler Personen zu fördern, müssen nach Ansicht der Mehrheit der Befragten sportliche Aktivitäten speziell an deren Bedürfnisse angepasst werden. Damit dies der Fall ist, sollten Ausbilder*innen, die mit Menschen arbeiten, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind, über einschlägige Fähigkeiten und eine angemessene Ausbildung verfügen. Die Ausübung des Orientierungslaufs mit jugendlichen Menschen erfordert Studium und Planung sowie spezifische pädagogische Ansätze, die dafür geeignet sind. Bei der Arbeit mit Jugendlichen ist es von grundlegender Bedeutung, das Sportprogramm unter Berücksichtigung der Bedürfnisse und Interessen der Gruppe ständig zu überprüfen, anzupassen und zu ändern. Junge Menschen suchen nach Erfahrungen, die Spaß machen, aber sie suchen auch nach Erfahrungen, die einen Zweck haben. Um relevant zu bleiben, muss sich der Sport mit breiteren Interessen und Prioritäten verbinden. Unter diesem Gesichtspunkt kann Orientierungslauf mit vielen anderen Aktivitäten in Verbindung gebracht und in einer Vielzahl von verschiedenen Kontexten umgesetzt werden.

Orientierungslauf erwies sich als äußerst wertvolles Instrument zur Förderung der sozialen Inklusion, das marginalisierten und benachteiligten Gruppen wie Menschen mit Migrationshintergrund und von Diskriminierung bedrohten Menschen die Möglichkeit bietet, ihre lokale Gemeinschaft besser kennen zu lernen und sich leichter zu integrieren. Orientierungslauf bietet auch Menschen mit Behinderung die Möglichkeit, ihre Talente zu zeigen und Stereotypen in Frage zu stellen.

Die Verbreitung des Orientierungslaufs für soziale Inklusion in großem Maßstab bringt jedoch ihre eigenen Herausforderungen mit sich. Eine davon ist die Knappheit der Ressourcen, da Sportvereine und Jugendorganisationen oft nicht über das Fachwissen und die finanziellen Mittel verfügen, um diese Art von Aktivitäten umzusetzen. Aus diesem Grund müssen Sporttrainer*innen und Beschäftigte zivilgesellschaftlicher Organisationen zusammenarbeiten, um Menschen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind, dafür zu gewinnen. Um dies zu tun, müssen sie verschiedene Strategien anwenden, wie zum Beispiel:

-  Förderung sportlicher Aktivitäten in städtischen Vororten und armen Gebieten, da die Nähe zu gefährdeten Gruppen ein Schlüsselfaktor für deren Teilnahme ist. .
-  Zusammenarbeit mit lokalen Institutionen und Gemeindeorganisationen, um benachteiligte junge Menschen zu erreichen und ihnen den Sport näher zu bringen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es am wahrscheinlichsten ist, dass jugendliche Menschen durch Sport positive Ergebnisse erzielen, wenn Praktiker*innen auf kollaborative Weise zusammenarbeiten.

SCHLUSSFOLGERUNG

Aus der Analyse der bewährten Verfahren ging hervor, dass Orientierungslauf jungen Menschen helfen kann, eine Vielzahl von Fähigkeiten wie Entscheidungsfindung, Führung und Teamarbeit zu entwickeln, während sie gleichzeitig ihr Selbstvertrauen stärken und die Sozialisation fördern. Die durch den Orientierungslauf geförderten Fähigkeiten sind eng mit dem Ziel verbunden, integrative Gesellschaften zu schaffen.

Orientierungslauf kann eine entscheidende Rolle bei der Förderung des Wissens über die lokalen Gegebenheiten in verschiedenen Ländern und eines Gefühls der Handlungsfähigkeit und des positiven Wandels auf lokaler Ebene spielen. Durch die Praxis des Orientierungslaufs können junge Menschen ihre lokale Umgebung in einem neuen Licht betrachten, als eine Dimension für den Austausch und die Zusammenarbeit als Team, um so gemeinsame Ziele zu erreichen und die Grundlage für die integrativere Gesellschaften zu schaffen. Orientierungslauf kann Sporttrainer*innen und lokale CSOs unterstützen und ihre Kapazitäten für den Aufbau von Gemeinschaften verbessern und sie gleichzeitig mit neuen Werkzeugen und Methoden ausstatten, um junge Menschen zu engagieren und ihnen zu helfen, sich in die Gesellschaft zu integrieren. In einem solchen Rahmen wird erwartet, dass die vom ORIENT-Projekt geförderte Maßnahme und ihr dualer Ansatz, der auf Sport und aktiver Förderung des sozialen Lebens basiert, die soziale Eingliederung und den sozialen Zusammenhalt in allen beteiligten Ländern verbessern werden.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der Orientierungslauf ein enormes Potenzial zur Stärkung der sozialen Bindungen zwischen verschiedenen sozialen und kulturellen Gruppen hat - die Förderung der Teilnahme und die Stärkung des Gefühls der Zugehörigkeit zu einer gemeinsamen Gemeinschaft - und die allgemeine Fähigkeit hat, soziale Inklusion vulnerabler junger Menschen zu fördern.

BIBLIOGRAPHIE

AEK FC. (2021). Welcome Through Football. <https://www.aekfc.gr/newsdetails/welcome-through-football-126442.htm?lang=el&path=-1016379602> .

Austrian Orienteering Association (2019a). Regelwerk Kartenkontrolle und -subventionen. Retrieved June, 2021 from Kartenreferat-Regelwerk-2019.pdf (oefol.at).

Austrian Orienteering Association (2019b). Folder Orientierungslauf. Retrieved June, 2021 from ÖFOL-Folder-final.pdf (oefol.at).

Austrian Orienteering Association (2021). Referat Orientierung. Retrieved May, 2021 from ÖFOL - Österreichischer Fachverband für Orientierungslauf (oefol.at)

Caritas (2017). Caritas Cares. Poverty and social exclusion among young people - Italien Report.

Caritas (2020). Caritas cares! Country Report 2019 Austria. Retrieved June, 2021 from Caritas-Cares-Report-Austria_singles.pdf.

CESIE (2016). Athlisi. Comparative report on training needs analysis for coaches and sport clubs in relation of social inclusion of children from disadvantaged Zielgruppen.

Cyprus international orienteering festival (2021). 2nd Cyprus International Orienteering Festival <https://cyprusorienteering.com/>.

COF (2021). About Orienteering. Retrieved May, 2021 from About Orienteering (archive.org).

Commission of the European Communities (1993). Social Exclusion-Poverty and Other Social Problems in the European Community.

Côté, J. and Fraser-Thomas, J. (2007). Youth involvement in sport. In P.R.E. Crocker (Ed.), Introduction to sport psychology: A Canadian perspective (pp. 266-294). Toronto: Pearson Prentice Hall.

Die Armutskonferenz/EAPN (2020). Poverty Watch Report Austria 2020. Retrieved June, 2021 from poverty_watch_report_austria_2020.pdf (armutskonferenz.at).

European Commission (2016). Commission Staff Working Document: Bosnia and Herzegovina 2016 Report Accompanying the document Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions.

European Youth Portal (2021). Patchwork: Skills to build solidarity [Text]. European Youth Portal - European Commission. https://europa.eu/youth/solidarity/placement/21462_en.

EUROSTAT (2018). Disability and need for assistance.

EUROSTAT (2020a). Statistics on young people neither in employment nor in education or training.

EUROSTAT (2020b). Employment rate of women and men in the EU.

EUROSTAT (2020c). Over 20% of EU population at risk of poverty or social exclusion in 2019. Retrieved May, 2021 from Over 20% of EU population at risk of poverty or social exclusion in 2019 - Products Eurostat News - Eurostat (europa.eu).

EUROSTAT (2021a), Eurostat statistics explained: Unemployment statistics. https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Unemployment_statistics#Youth_unemployment.

EUROSTAT (2021b). Young people - social inclusion. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Young_people_-_social_inclusion .

EUROSTAT (2021c). Migrant integration statistics – at risk of poverty and social exclusion. Retrieved May, 2021 from Migrant integration statistics - at risk of poverty and social exclusion - Statistics Explained (europa.eu).

EUROSTAT (2021d). At risk of poverty visualised. <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20211017-1>

Fairplay (2021). The work area Sport & Social Inclusion introduces itself. Retrieved May, 2021 from fairplay | Social inclusion.

Federal Ministry of Social Affairs, Health, Long-term Care and Consumer Protection (2020). Überblick of the horizontal issue of disability in Austria. Retrieved June, 2021 from Überblick (sozialministerium.at).

Hnilica, T. (2001). Orientierungslauf in der Schule. Retrieved June, 2021 from Microsoft Word - SkriptumSchul-OL_Hnilica_.doc (oefol.at).

In-Cyprus (2021). Eurostat: 17.6% of Cypriots were at risk of poverty and social exclusion in 2020. <https://in-cyprus.philenews.com/eurostat-17-6-of-cypriots-were-at-risk-of-poverty-and-social-exclusion-in-2020/>

International Orienteering Federation. (2021). Orienteering. <https://orienteering.sport/orienteering/>

ISTAT (2020a), "Poverty in Italien – Year 2019".

ISTAT (2020b), Table NEET 'young people neither in employment, education or training', 2020. <http://dati.istat.it/Index.aspx?QueryId=42588&lang=en>.

Kicken ohne Grenzen (2021). Ausgangslage. Retrieved May, 2021 from Kicken ohne Grenzen – Bildung durch Fußball (kicken-ohne-grenzen.at).

Langbein E., Blasch B. & Chalmers B. (1981). "An orienteering program for blind and visually impaired persons".

Lugsteiner, Karin (2020). Orientierungslauf verleiht Flügel. Ein Lehr- und Lernbehelf zur Grundausbildung im Orientierungslauf. Eggerdruck, Imst.

Macquet, A.-C., Eccles, D., and Barraux, E. (2012). What Makes an Orienteer an Expert? A Case Study of a Highly Elite Orienteer's Concerns in the Course of Competition. *Journal of Sports Sciences*, 30 (1), pp.91-99.

Mpalourdos, D., Sarris, N., Tramountanis, A., & Chrysakis, M. (2014). Socially vulnerable groups and discrimination in the labor market. *Papazisi*. https://www.ekke.gr/oecd/wp-content/uploads/2014/01/EKKE_VSGs_Greece_el.pdf .

Nalo, N. (2021). PSD PTT Prijatelj Prirode. Retrieved 23 May 2021, from <https://planinarenje.ba/planinarski-imenik/planinarska-drustva/psd-ptt-prijatelj-prirode> .

Offroader.gr. (2021). Orienteering. <https://www.offroader.gr/x/index.php/specials-gr/134-special/1295-orienteering> .

Orienteering USA. (n.d.). What is Orienteering. Orienteering USA. Retrieved July 16, 2021, from <https://orienteeringusa.org/explore/what-is-orienteering/> .

Orienteering (2021). Types of Orienteering. Retrieved May, 2021 from Types of Orienteering | Orienteering.

Orienteering USA (2021). What is Orienteering. Retrieved May, 2021 from What is Orienteering - Orienteering USA.

Planinarski savez BiH/FBiH » – Komisija za orijentaciju. (2021). Retrieved 16 May 2021, from <https://psbih.ba/orijentacija/#> .

Planinarski savez BiH/FBiH » Balkan Mountaineering Orienteering Competition 2019. (2021). Retrieved 22 May 2021, from <https://psbih.ba/balkan-mountaineering-orienteering-competition-2019/> .

Planinarski savez BiH/FBiH » Najavljujemo "46. South East Autumn Tour". (2021). Retrieved May 2021, from <https://psbih.ba/najavljujemo-46-south-east-autumn-tour/> .

Planinarski savez BiH/FBiH » ZAVRŠENO BALKANSKO PRVENSTVO U PLANINARSKOJ ORIJENTACIJI – BMUMOC 2019. (2021). Retrieved 23 May 2021, from <https://psbih.ba/završeno-balkansko-prvenstvo-u-planinarskoj-orijentaciji-bmumoc-2019/>.

Radoczky, V. (2007). How to Design a Pedestrian Navigation System for Indoor and Outdoor Environments. *Location Based Services and TeleCartography* 301-316. Springer. Doi:10.1007/978-3-540-36728-4_23.

Retrieved 23 May 2021, from <https://advokat-prnjavorac.com/zakoni/Zakon-o-sportu-u-Bosni-i-Hercegovini.pdf> .

Retrieved 23 May 2021, from <http://www.findglocal.com/BA/Ilidza/285789158211603/Atletsko-orijentacijski-klub-Ilidza>.

Roughguides (2021). Sports and Outdoor activities in Cyprus. <https://www.roughguides.com/cyprus/sports-outdoor-activities/> .

SALTO Educational Tools Portal. (2014). Sport as a tool for social inclusion | Educational Tools Portal. <https://educationaltoolsportal.eu/en/tools/sport-tool-social-inclusion> .

Sportfm.gr. (2020). Basketball 4All: The great initiative of Ho largos BC. <https://www.sport-fm.gr/article/basket/greece/Basketball-4All-i-spoudaia-prwtoboulia-tou-xolargou/4147765> .

Statistics Austria (2020). Press release: 12.247-087/20. Retrieved May, 2021 from Poverty and Social Inclusion (statistik.at).

The Airborne Initiative. (2021). About the Airborne Initiative | The Airborne Initiative. <https://airborneinitiative.org/about/>.

The Republic of Bulgaria (2020). National Strategy for Reducing Poverty and Promoting Social Inclusion. <https://www.mlsp.government.bg/eng/social-inclusion> .

USA, O., & Turbyfill, R. (2013). *Discovering Orienteering*. Champaign: Human Kinetics.

Visit Cyprus (2021). Reaching New Heights in Cyprus! <https://www.visitcyprus.com/index.php/en/discovercyprus/nature-3/climbing/item/17-reaching-new-heights-in-cyprus> .

Weinberger, Lisa Maria (2019). Inequalities in Austria. Reducing rising inequalities requires policy coherence and strong political measures. Retrieved June, 2021 from 1.3.a-report-AT-1.pdf (sdgwatcheurope.org).

What is Orienteering - Orienteering USA. (2021). Retrieved 16 May 2021, from <https://orienteeringusa.org/explore/what-is-orienteering/> .

World of O. International orienteering calendar (2020). Cyprus International Orienteering Festival <http://cal.worldofo.com/?id=11011> .

World of O. Maps (2015). Orienteering maps from Cyprus. <http://omaps.worldofo.com/index.php?c=Cyprus&s=views> .

ORIENT: DAS TEAM



CESIE

Koordinator

CESIE ist ein Europäisches Zentrum für Studien und Initiativen mit Sitz in Palermo, Sizilien. Es wurde 2001 gegründet, inspiriert von der Arbeit und den Theorien des Soziologen, Aktivisten und Pädagogen Danilo Dolci (1924-1997).

www.cesie.org



KMOP – ZENTRUM FÜR SOZIALES HANDELN UND INNOVATION

KMOP – Social Action and Innovation Centre mit Sitz in Athen ist eine gemeinnützige Organisation mit über 40 Jahren Erfahrung in der Unterstützung vulnerabler Gruppen.

www.kmop.gr



WUS AUSTRIA – WORLD UNIVERSITY SERVICE AUSTRIA (WUS AT)

World University Service (WUS) Austria mit Sitz in Graz ist eine NGO, die sich für die Förderung des Menschenrechts auf Bildung auf der Grundlage von Wissenschaftsfreiheit und Universitätsautonomie einsetzt. Heute hat die Organisation einen regionalen Fokus auf die Länder von Südost- und Osteuropa und hat eine Zweigstelle in Prishtina.

www.wus-austria.org



SARAJEVO SUSRET KULTURA / SARAJEVO TREFFEN DER KULTUREN

Sarajevo Meeting of Culture (SMOC) ist eine Nichtregierungsorganisation, die 2012 mit dem Ziel gegründet wurde, die vielfältige Kultur von Bosnien und Herzegowina innerhalb und außerhalb seiner Grenzen zu fördern.

<http://smoc.ba/en>



ZENTRUM FÜR SOZIALE INNOVATION (CSI)

Das Center for Social Innovation (CSI) ist eine Forschungs- und Entwicklungsorganisation, die sich auf die Förderung sozialer Innovationen konzentriert, die lokale, nationale, regionale und globale Entitäten positiv verändern können.

www.csicy.com



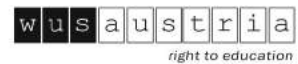
BULGARISCHER SPORTENTWICKLUNGSVERBAND

Der Bulgarische Sportentwicklungsverband wurde 2010 gegründet und ist eine NGO, die sich der Entwicklung des Sports und der Verbesserung der Sportkultur widmet.

www.bulsport.bg



orientproject.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.