

# STJÄRN = ★ = KAMPEN

---

## Hitta - Micro-OL

Träningspass: Helt

Förberedelse: Mellan

Skapad av: Team Stjärnkampen,

---

## Om uppdraget

Ibland kommer vi till partier i skogen där det är riktigt klurigt, där det är stor risk att vi inte riktigt har koll på var vi befinner oss och därför lätt missar vid kontrolltagningen. I det här uppdraget ska vi utmana oss själva genom att befinna oss i ett svårare parti under en längre tid men verkligen få till kartläsningen ändå. Syftet är att öva på att läsa kartan väldigt noggrant och verkligen få kläm på kontrolltagningen.

## Steg för Steg

Välj ett skogsområde som är ordentligt klurigt.

Lägg en bana med korta sträckor och mycket riktningsförändringar. Försök i den mån det går att lägga in lite vägvalssträckor. Förstora upp kartskalen till exempelvis 1:5 000. Se [kartexempel](#).

Instruera ungdomarna att hela tiden jobba aktivt med kartläsningen så att kontrolltagningen blir så smidig som möjlig. Påminn dem om sådant ni kanske övat på tidigare, som tumgreppet, sista säkra, att vara noggranna med riktingen, etc.

Reflektera tillsammans efteråt: 1) Vad har vi lärt oss under dagens träning? 2) Fanns det någon del av banan som var extra klurig? 3) Hur kan vi använda det vi lärt oss idag till kommande orienteringsbanor?

## Att tänka på

I det här uppdraget är det viktigast att hela tiden ha en god kartkontakt och hela tiden stämma av kartbilden med verkligheten. Anpassa löphastigheten efter sträckans svårighet.

## Det här behöver ni

Kartor

- Kompass