

STJÄRN = ★ = KAMPEN

Springa - Korridor

Träningspass: Helt

Förberedelse: Mycket

Skapad av: Idébanken, None

Om uppdraget

I det här uppdraget ska ungdomarna få möjlighet att träna finorientering på korta sträckor för att så småningom lära sig att anpassa farten efter situationen.

Steg för Steg

[Du hittar allt om uppdraget här i Idébanken.](#)

Detta uppdrag kräver en del förberedelse med kartan. På kartan lämnar man en korridor synlig och tar bort karttecken runt denna korridor. Det går att skapa enklare eller svårare banor, beroende på gruppens nivå, men viktigt att tänka på är att det ska finnas ledstänger att hålla fast vid i korridoren.

Att tänka på

Som ledare är det i detta uppdrag viktigt att beskriva vikten av att använda ett terrängföremål som utgångspunkt där ungdomarna ska vika av så att de vet exakt var de lämnar ledstången. Betona även vikten av att kartan är rätt passad i alla lägen.

Efter övningen diskutera med ungdomarna om det var någon skillnad mot att springa en vanlig bana med raka streck. Svårare eller enklare? Varför var det svårare eller enklare?

Det här behöver ni

Kartor med en korridor som innehåller sträckor där ungdomarna ska finorientera mellan ledstängerna.

Mallkarta och skärmar om kontroller ska placeras ut på några platser i korridoren.