Hitta - Keps-OL

Träningspass: Helt
Förberedelse: Mellan
Skapad av: Team Stjärnkampen,

Om uppdraget

Ofta pratar vi om att ”hitta” skärmarna i skogen. I själva verket är det kontrollföremålet som bör vara fokus att orientera sig fram till. Att sätta ut kontroller är en utmaning för de allra flesta och kräver en noggrann orientering för att de ska hamna rätt. Det här uppdraget går ut på att både sätta ut och plocka in kontroller i par med en kompis. För att underlätta för sin kompis gäller det att hela tiden orientera noggrant.

Steg för Steg

Välj ett lämpligt område och lägg ett antal olika slingor med 2-3 kontroller per slinga. Skriv ut kartor med en slinga på vardera karta.

Dela in ungdomarna i par och låt dem välja varsina 2-3 föremål att använda som kontrollmarkeringar. Det kan exempelvis vara en keps, tröja, vattenflaska eller liknande.

Ungdomarna börjar med att placera ut kontrollmarkeringarna på varsin slinga. Därefter möts de i boet och byter karta med varandra och plockar nu istället in kontrollerna. Därefter börjar de om med två nya slingor.

Om ni får tid över kan paret få varsin blank karta där de själva väljer kontrollpunkter som markeras på kartan för att sätta ut/plocka in.

Reflektera tillsammans efteråt: 1) Vad har vi lärt oss under dagens träning? 2) Fanns det något moment som var extra klurigt? 3) Hur kan vi använda det vi lärt oss idag till kommande orienteringsbanor?

Att tänka på

För att inte paren ska förväxla sina kontrollmarkeringar vid kontrollpunkterna kan ungdomarna själva välja vilken typ av kontrollmarkering de vill använda.

För att öka svårighetsgraden kan ni välja att plocka bort exempelvis stigar och liknande tydliga ledstänger från kartan. Om ni använder en karta med endast höjdkurvor rekommenderas att välja en mycket tydlig plats för boet så att ingen riskerar att tappa bort sig.

Det här behöver ni

- Kartor med slingor
- Eventuellt kartor utan banpåtryck
- Pennor
- Kontrollmarkeringar