

SICK SACK



Denna övning med tillhörande illustration är till vit nivå.

Syfte

Att öva på att snedda över en öppen yta utan att följa en ledstång.

Plats

Öppet område som är cirka 50-100 meter på tvären och 100 meter eller längre på längden. Det kan vara en gräsmatta (ex fotbollsplan), asfalts-/grusplan, åker eller kanske ett lättframkomligt hygge. Det kan finnas några träd i området, men det är viktigt att man enkelt kan se över till den andra sidan. Det öppna området ska vara tydligt avgränsat. Om det inte finns tydliga naturliga avgränsningar kan man avgränsa området med ett heldraget snitselband där det är otydligt.

Utrustning

Kontrollställningar, skärmar, elektroniska stämplingsenheter.
Kartor med några olika banvarianter och eventuellt kompasser.

Förberedelser

Gör ett kartutsnitt över det öppna området. Använd en stor skala, gärna 1:1 000-1:2 000.

Fördela ut 3-5 kontroller per långsida. Kontrollerna behöver inte placeras vid en egentlig kontrollpunkt, men det är viktigt att det framgår var kontrollerna ska placeras.

Lägg några banvarianter som går fram och tillbaka över det öppna området. Se exempel nedan.

Sätt ut kontrollställningar med skärm och gärna elektroniska stämplingsenheter. Om man vill göra övningen svårare genomför man den utan skärmar, eller med bara stämplingsenheter utplacerade direkt på marken.

Genomförande

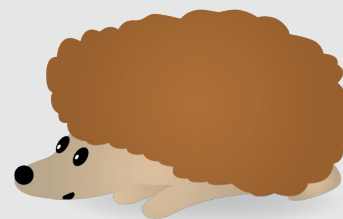
Övningen kan genomföras med, eller utan kompass. Om kompass används, börja med att gå igenom hur den används. Är deltagarna ovana att använda kompass är det lämpligt att enbart förklara hur man använder sig av den för att passa kartan. Om deltagarna är mer vana och har kompasser med vridbara kompasshus eller av "Spectratyp" kan man även förklara hur man använder dessa funktioner.

Övningen kan även genomföras utan kompass. Repetera i så fall hur kartan passas efter naturen och var tydlig med att man behöver vara noggrann för att klara övningen.



Bild: Exempel på en sick sack bana

SICK SACK



Fortsättning genomförande

Uppgiften för deltagarna är att försöka orientera till kontrollerna genom att ta sig över den öppna ytan. Antingen kan man instruera om att de ska försöka pricka så rakt som möjligt eller så kan tips ges om att man medvetet kan sikta lite vid sidan om och sedan följa kanten på det öppna området (avspärrningen) till kontrollen.

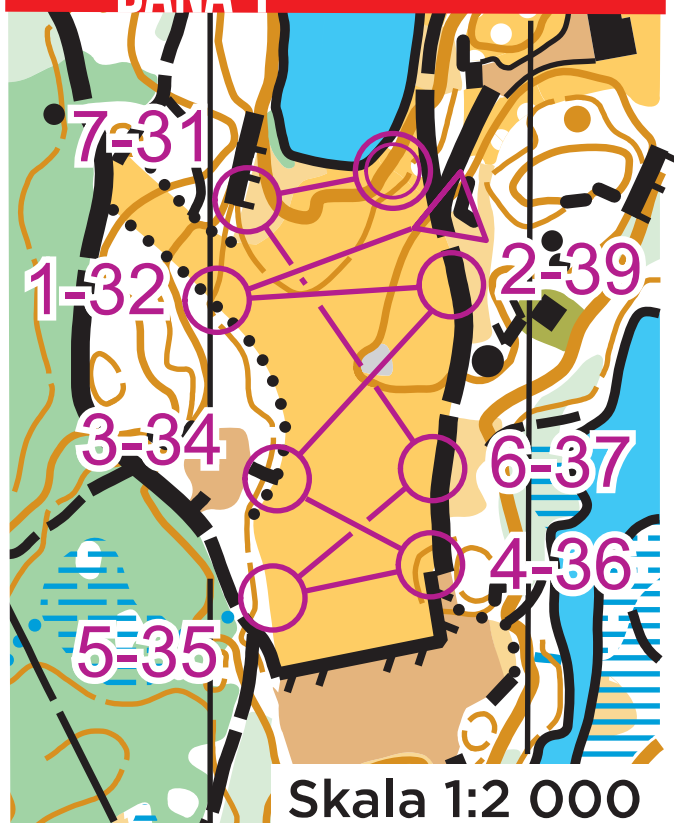
Det är lämpligt att ha en ledare vid starten som kan ge tips inför nästa bana, men om man har ledarresurser är det bra om man även kan ha någon ledare på vardera långsida, som kan se att det flyter på och hjälpa till vid behov.

EXEMPELBANOR SICK SACK

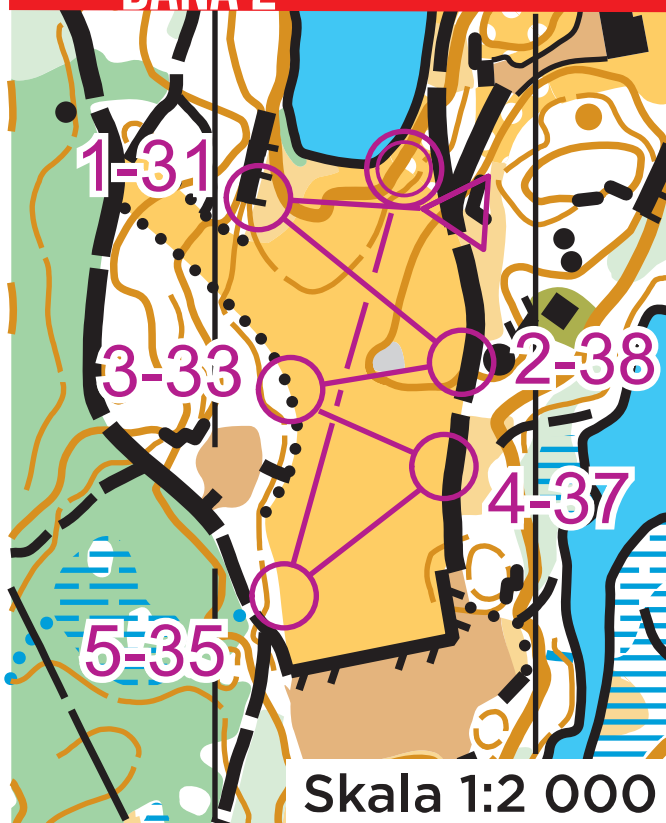
ORIENTERINGSKURS

ORIENTERING FÖR BARN OCH UNGA

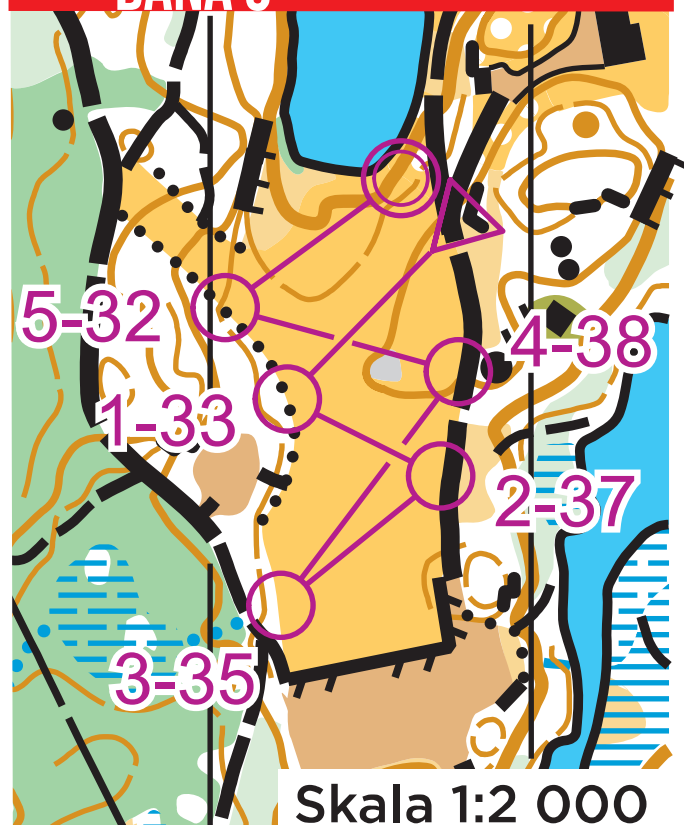
BANA 1



BANA 2



BANA 3



BANA 4

