

Aika **17.8.2011**
Paikka **Hiihtokeskus, Olympiavoittajantie**
Tapahtumavastaava **Antti Lepola, Timo Lohikainen**

Neljä eri harjoitetta: Reittiviivasuunnistus (sopii kaikille), Matkan arviointi (ainakin lumileot ja sudet), Leimausrata (sopii kaikille, etenkin pienimmille) ja Suunnistusrata (sudet). Ohjaajat jakavat ryhmät eri tapahtumiin, siten että yhdessä tapahtumassa ei ole kerrallaan liikaa ryysistä. Alla esitys toteutusjärjestyksestä, sovelletaan paikan päällä.

HARJOITUKSEN TAVOITTEET JA TOTEUTUSTAPA

Ketut, alkeisryhmä, 7-10 v.

Tavoite	Toteutustapa
Havainnoidaan maastoa ja paikannetaan rastilipun kohdalla olevat maastokohteet kartalta.	<u>Reittiviivasuunnistus</u> . Kierretään reitti (n. 1,9 km) pienryhmissä ohjaajien kanssa. Osa ryhmistä voi kiertää reitin toiseen suuntaan, mikä vähentää ryysistä. Reittiviiva on piirretty karttaan, risteykset varmistettu kuitunauhoilla. Rasteilla rastilippu, jossa narusta roikkuu hakaneula. Sillä <i>kukin merkitsee karttaansa, missä kohtaa rasti omasta mielestä on</i> . Ohjaajien kartassa näkyy rastien sijainnit. Tutkitaan paikannusten osuvuus.
Harjoitellaan Emit-leimaustekniikkaa ja nopeita spurtteja.	<u>Leimausrata</u> . Tietokoneelta voi käydä tarkistamassa aikansa. Voi kiertää useita kertoja ja yrittää enkkaa. Rata sijaitsee tapahtumapaikan ympärillä, rastit ovat näköetäisyydellä toisistaan.
(Matkan arviointi)	(jos ehtivät ja haluavat, ks. alempana.)

Lumileopardit, kertausryhmä, 8-14 v.

Tavoite	Toteutustapa
Havainnoidaan maastoa ja paikannetaan rastilipun kohdalla olevat maastokohteet kartalta.	Reittiviivasuunnistus. Toteutus kuten yllä. Voi kiertää myös pareittain. Osa toiseen kiertosuuntaan.
Pyritään hahmottamaan minkälainen matka on kulkea 100 m maastossa (1 cm kymppitonnin kartalla).	<u>Matkan arviointi</u> . Juostaan tielle merkitty 100 m matka ja lasketaan siihen tarvittava <i>askelparien määrä</i> . Tämän voi tehdä pari-kolme kertaa. Seuraavaksi on testirata, jossa lähtöpisteestä pyritään juoksemaan 100 m etäisyydelle (omaa askelparimäärää hyödyntäen). Tarkistetaan kuljettu matka lappusista, jotka löytyvät radan reunasta.
Harjoitellaan rastivälin suunnitelman tekemistä, maaston ennakkointia ja havainnointia. Jäsennetään rastiväliä "liikennevalot"-tekniikalla.	<u>"Liikennevalot"</u> . Siirrytään kartan mukaan lähtöpisteeseen Olympiavoittajantien eteläpuolelle. Kuusi helpohkoa rastiväliä, joilla pysäyttäjät (pururata) takana. Jokaisella rastivälillä on oma lähtöpisteensä, johon siirrytään kävellen, kun edellinen väli on suunnistettu. Lähtöpisteissä on pienet rastiliput ja rasteilla normaalin kokoiset liput. <i>Huolellinen suunnitelma</i> joka välille: reitinvalinta, oleelliset kohteet ja "liikennevalot" (Vihreä = karkea suunnistus kohti laajaa kohdetta, tässä tapauksessa alkuväli usein pururataa; Keltainen = tarkempi suunnistus, esim. polunristeyksen tms. "kirkontornin" ottaminen; Punainen = keskittynyt ja tarkka suunnistus, rastinotto). Yhteismatkaksi tulee n. 2,5 km. Lopuksi palaute ohjaajien kanssa.

Sudet, jatkoryhmä, 10-14 v.

Tavoite	Toteutustapa
Harjoitellaan rastivälin suunnitelman tekemistä, maaston ennakkointia ja havainnointia. Jäsennetään rastiväliä "liikennevalot"-tekniikalla.	Reittiviivasuunnistus. Toteutus kuten edellä.
Pyritään hahmottamaan milloin on edetty 100 m maastossa (1 cm kartalla).	Matkan arviointi. Toteutus kuten edellä.
Suunnistusajattelun ja matkan mittauksen soveltaminen. Leimausrata.	<u>Suunnistusrata</u> . Tapahtumakeskuksesta lähtö. Toisentyypinen maaston osa. Tehdään joka rastivälille suunnitelma, hyödynnetään opittua "liikennevalot"-tekniikkaa: <i>suunnitelmallista ja ennakoivaa</i> suunnistusta. Radan pituus n. 1,6 km. Rasteilla on rastiliput. Lopuksi palaute ohjaajien kanssa. Jos ehtivät.

VASTUUT (valmistelut, hankinnat, erityisohjelma ym.)

Vastuualue	Henkilö
Opasteet	Antti
Tulevien kirjaus	Juniorit a ja b
Poistuvien kirjaus	Juniorit a ja b
Harjoitusten suunnittelu	Antti
Ratojen piirto	Antti
Rastien vienti	Antti, Timo
Rastien haku	Juniorit Antin opastuksen mukaan
Alkuleikki/verryttely	Jenna, Hanna
Parkkiohjaus	Dinot

Harjoituksen vastuuhenkilö lähettää tämän lomakkeen täytettynä tiistaina sähköpostilistalle **hippo-ohjaajat**.