INGEDIEND DOOR
Irmgard

ON
11-04-2014

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Heel veel kleurrijke herfst-oriëntatieloopwedstrijden...



Jij: wilt een oriëntatieloop plannen
Je: hebt geen concrete ideeën
Je: krijgt nieuwe ideeën voor je oriëntatieloop

Het artikel met veel afbeeldingen van oriëntatieloopkaarten is als PDF-bestand bijgevoegd.

Ik zit aan mijn bureau. Voor me liggen de kwartaalplanner en een blanco vel papier. Diep van binnen koester ik (nog steeds) de hoop om voor de verandering eens een oriëntatieloop te organiseren die net even anders is. De gedachten razen door mijn hoofd: „Waren de jonge scouts niet zo gefrustreerd tijdens het laatste oriëntatieloopevenement omdat ze maar zo weinig controleposten konden vinden?" – „Moesten we niet op zoek gaan naar één groep omdat niemand de kaart kon ontcijferen?" – „En was er niet die Peter, die gewoon wegliep van zijn groep en alles zelf wilde doen?" Ach, hadden we tijdens de kwartaalplanningsvergadering maar precies besloten hoe dit oriëntatieloopevenement eruit moest zien! Dat zou me een hoop denkwerk hebben bespaard.

Om ervoor te zorgen dat je volgende oriëntatieloop echt net even anders is, volgen hier een paar ideeën. Probeer ze eens uit – het is zeker de moeite waard.

Hoe plan ik een oriëntatieloopmiddag?

Het is duidelijk dat we de jonge scouts geleidelijk moeten laten kennismaken met het onderwerp 'oriëntatielopen'. Het 'Input'-artikel 'NORDA – een inleiding tot oriëntatielopen' (Input 3/00 – JS) bevat een voorbeeldles die laat zien hoe jonge scouts begeleiding kunnen krijgen bij het oriëntatielopen.

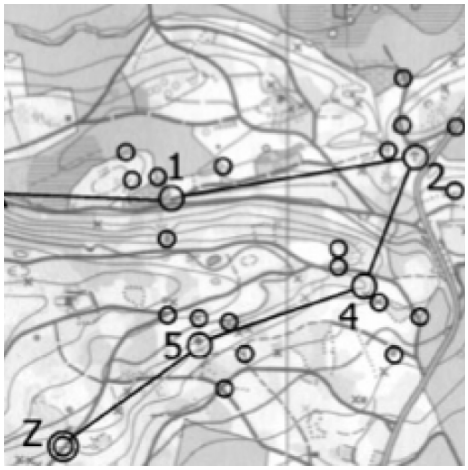
Zodra de jonge scout vertrouwd is met de belangrijkste elementen van oriëntatielopen, kunnen we gaan nadenken over specifieke ideeën voor oriëntatielopen.

Soorten trainingen:

Sneeuwbal-oriëntatielopen

Dit groepsoriëntatieloopevenement biedt een geweldige kans voor jeugdgroepen met deelnemers van verschillende niveaus. De groep loopt de etappes naar de centrale controleposten samen. Daar

splitsen ze zich op en gaat elke loper op zoek naar een controlepunt dat past bij zijn of haar vaardigheden en niveau. Het is ook mogelijk dat elke loper zelf kiest welke subcontrolepunten hij of zij wil bezoeken, zodat ze daarna de verschillende routes met elkaar kunnen vergelijken.

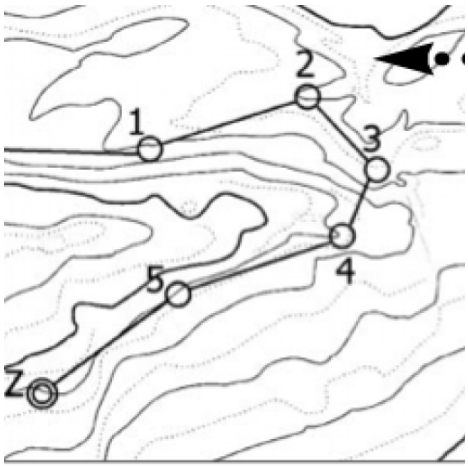


Blame Game-oriëntatielopen

De deelnemers gaan van start in groepjes van drie tot vijf lopers, elk voorzien van één kaart. De koploper wisselt om de drie of vier minuten. Wie niet weet waar de groep zich bevindt, krijgt een ‘Schwarzer Peter’ op zijn naam. Als de koploper zelf de locatie niet weet, krijgt hij onmiddellijk twee strafpunten.

Orienteerlopen met contourkaarten

Een contourkaart is een speciaal soort vereenvoudigde kaart. Vereenvoudigde kaarten worden gemaakt door één of meer kleuren weg te laten. Bij een contourkaart zijn dat de kleuren groen, geel en zwart. Er kunnen ook andere kleurencombinaties worden gebruikt. Een oriëntatieloop met kaarten met beperkte kleuren helpt bij het ontwikkelen van specifieke vaardigheden op het gebied van kaartlezen. Oriëntatielopen met contourlijnen is bijzonder geschikt voor het trainen van ruimtelijk inzicht. Bij oriëntatielopen met contourlijnen moet er extra op worden gelet dat de loper de terreinkenmerken kan volgen (bijvoorbeeld de hellingsrichting, geulen, horizontale paden). Controleposten bevinden zich doorgaans op heuveltoppen, in kuilen, in geulen of op bergkammen.



Oriëntatiegolf

Deelnemers worden in teams van twee verdeeld en krijgen een kaart. Ze bezoeken om de beurt de controleposten, waarbij elke blik op de kaart – onder toezicht van hun loopmaatje – telt als een ‘golfslag’. Wie tussen twee controlepunten slechts één keer de kaart hoeft te raadplegen, scoort een ‘hole in one’. Om eerlijkheid te garanderen, wordt de score verdeeld in twee groepen op basis van lopers met even en oneven aantallen controlepunten.

Geheugenoriëntatielopen

Deze oriëntatieloop voor professionals is sterk afhankelijk van ruimtelijk inzicht. Bij de start en bij elk controlepunt krijgt de loper een klein deel van een kaart dat hij uit het hoofd moet leren. De zoektocht naar het volgende controlepunt vindt vervolgens volledig uit het hoofd plaats. Het is belangrijk dat de deelnemer de route niet simpelweg uit het hoofd leert als een reeks van ‘rechts-links-links-rechtdoor-rechts-’, maar dat hij of zij zich het terrein zowel ruimtelijk als qua kenmerken voorstelt.

Eenvoudige parcoursindelingen

Orienteerlopen in stervorm

Bij de bekendste variant van oriëntatielopen worden de controleposten altijd vanuit hetzelfde start- en eindpunt benaderd. Alleen de controleposten en het centrum zijn op de kaart aangegeven. De loper bepaalt zelf de route. Dit is vooral populair bij beginners, omdat instructeurs ter plaatse hulp kunnen bieden als ze twijfelen. Voor de absolute beginners kunnen routes ook met vlaggen worden gemarkeerd, zodat de lopers de kaart met het terrein kunnen vergelijken.

Vlinderoriëntatielopen

Net als bij stervormige oriëntatielopen zijn de controleposten rondom een centrum geplaatst, hoewel hier twee tot vier controleposten met elkaar zijn verbonden om een korte route te vormen.

Tekstoriëntatielopen

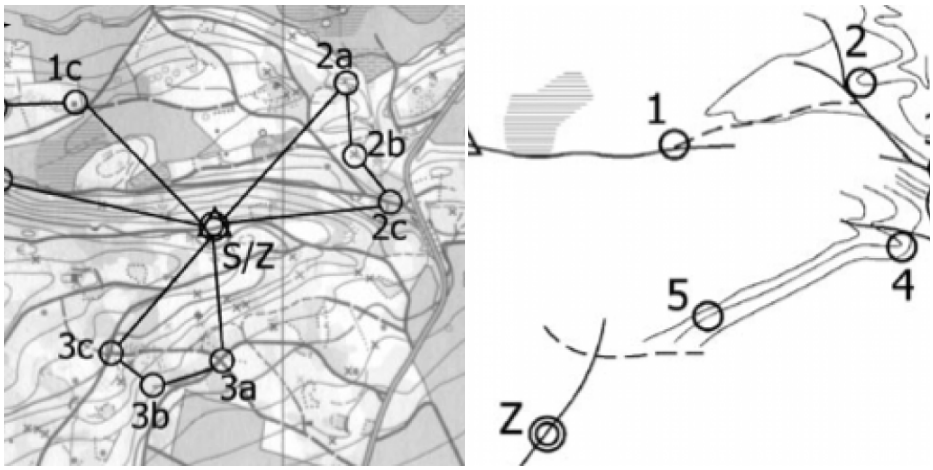
Met een beschrijvende tekst in plaats van een kaart wordt de deelnemer gedwongen om specifieke objecten te interpreteren en deze in het terrein te herkennen. Tekstoriëntatielopen is daarom

bijzonder geschikt voor beginners in gevarieerd terrein. Deze vorm van oriëntatielopen kan ook worden ontwikkeld met tieners en vervolgens worden uitgevoerd met jonge scouts.

Schetsoriëntatielopen

Bij een schetsoriëntatieloop krijgt de deelnemer een schetskaart. Dit format heeft als voordeel dat specifieke kenmerken van die dag (bijvoorbeeld een omgevallen boom, een gat in een hek, enz.) in het parcours kunnen worden opgenomen. Onbelangrijke details worden weggelaten. Hierdoor kan het parcours zeer smal worden gehouden. Uiteraard vereist deze vorm behoorlijk wat voorbereiding.

Butterfly-oriëntatielopen / Crocodile-oriëntatielopen



Oriëntatielopen voor gevorderden

Kompasoriëntatielopen (Star)

Kompasoriëntatielopen kan op verschillende manieren worden georganiseerd. In de eenvoudigste vorm krijgen de deelnemers alleen de peiling en de afstand. Nadat een deelnemer een controlepunt heeft bereikt, keert hij terug naar de finish en vertrekt hij naar het volgende controlepunt. Om ervoor te zorgen dat de deelnemers nauwkeurig te werk gaan, is het een goed idee om de locaties van de controlepunten op een kaart in te tekenen. Dit verrijkt de leerervaring en stelt deelnemers bovendien in staat om het kaartlezen te oefenen.

VFF-oriëntatielopen (veel valse of ontbrekende controlepunten)

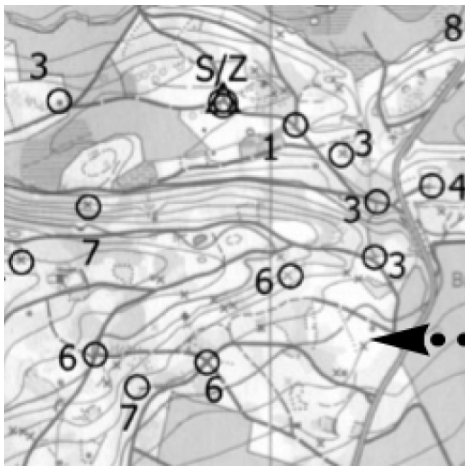
Om nauwkeurig werken met een kaart te oefenen, kunnen er op een oriëntatieloopparcours verschillende onjuiste of zelfs ontbrekende controlepunten worden geplaatst. Onjuiste controlepunten worden bijvoorbeeld op een naburig oriëntatiepunt of aan de verkeerde kant van het pad geplaatst. De loper scoort alleen een punt bij het juiste controlepunt, dat hij of zij betrouwbaar heeft gelokaliseerd door middel van nauwkeurige oriëntatie op basis van terreinkenmerken (en niet aan de hand van de controlevlag). Ontbrekende controlepunten worden dienovereenkomstig op de kaart gemarkeerd.

Score-oriëntatielopen

Bij een score-oriëntatieloop wordt niet het parcours, maar de tijdslimiet vastgesteld. Binnen deze tijd moeten de deelnemers zoveel mogelijk punten verzamelen. Bij de controleposten worden punten toegekend op basis van de moeilijkheidsgraad (afstand, dichtheid van de controleposten, hoogte,

enz.). Voor elke overschrijding van de tijdslimiet worden punten afgetrokken. Deze opzet is geschikt wanneer de tijd beperkt is en het aantal deelnemers sterk varieert. Hierbij ligt de nadruk vooral op de vaardigheden van de deelnemer op het gebied van routeplanning.

Scored Oriëntatielopen



Meer informatie

U kunt een overzicht krijgen van de beschikbare oriëntatieloopkaarten, inclusief waar u ze kunt bestellen, door een gefrankeerde en geadresseerde retourenvelop te sturen naar (hier vindt u ook tal van andere materialen, zoals oriëntatielooplinten, controleposten en trainingsmateriaal):

Orienteering Equipment Centre, Marianne Graf, Altlandenbergstrasse 40, 8494 Bauma

Het ‘Leader’s Handbook on Orienteering’ is een nuttig hulpmiddel voor het organiseren van jeugdclubmiddagen en -kampen met diverse oriëntatieloopactiviteiten. Je kunt het verkrijgen bij het ESSM-uitrustingscentrum in Magglingen.

Bron:

Inhoud + afbeelding:

Forum Kind 3/02. Praktische ideeën voor verschillende oriëntatieloopvarianten, geschikt voor alle leeftijden en niveaus, pagina's 27–30

Auteursrechtwww.forum-kind.ch

Auteur:

Lori Keller, secretaris van de jeugdgroep bij de BESJ

Weitere Informationen

Categorieën
Spelletjes en activiteiten

Tags
Oriëntatie
Planning
Ideeën
Kaarten
Buiten spelen

Leeftijd
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Aantal deelnemers
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Duur
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Terrein / Omgeving
Bos

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Bestand downloaden

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Terrein / Omgeving
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/heel-veel-kleurrijke-herfst-orientatieloopwedstrijden