

Spejder: Fartpiloter

Formål

Spejderne skal gå på jagt i fart og udfordre det, man kan med sin egen krop. Samtidig skal de finde ud af, hvordan de kan bevæge sig på forskellige måder, både til lands og til vands.

Forudsætninger for spejderne

Det må gerne være udfordrende for spejderne at gennemføre, men det skal stadig være muligt. Derfor anbefales det udelukkende at tage mærket med nogle, der kan være i stand til udføre de forskellige aktiviteter, da det for alt i verden IKKE må blive et nederlag.

Forudsætninger for lederne

Netop dette mærke kan også ses som en udfordring for lederen selv, og det kunne for patruljens sammenhængskraft være meget givtigt, hvis lederen selv har mod på at deltage på lige fod med spejderne.

Det er vigtigt, at lederen er i stand til at vurdere spejdernes evne til at gennemføre dette mærke, før det påbegyndes, for ikke at skuffe nogen.

Om trinene

De respektive trin har til formål at forberede spejderne på det, de skal igennem i Udfordringen, og giver desuden lederen mulighed for at vurdere deres kompetencer, inden de sendes ud i Udfordringen, som er en triatlon.

TIP! For ikke at tilføje endnu et udfordrende aspekt til forløbet er det bedst for alle parter, at mærket gennemføres i sommerhalvåret.

Trin 1

Mountainbike/BMX.

Trin 2

Orienteringsløb.

Trin 3

Cykling.

Trin 4

Kajak/kano.

Udfordring

Spejdertriatlon.

X'et

Hvis der tilføjes endnu en disciplin til triatlon fx svømning eller mountainbike.

Trin 1 – Mountainbike

Introduktion

På dette trin prøves en disciplin af "på farten" som har stigende popularitet i disse år, nemlig at køre mountainbike, en udfordrende sport som samtidig bringer spejderne ud i naturen.

TIP! *Tal med spejderne inden trinnet, om de har mulighed for at låne en mountainbike.*

Aktiviteter

Tur på mountainbike: En tur på mountainbike er starten på mærket. Få evt. en instruktør med fra en lokal klub, som måske også kan hjælpe jer med at låne nogle rigtige cykler.

Alternativt skal lederen selv have udvalgt en mountainbike-rute i nærområdet.

Afslutning

Nogle steder opstår der konflikter mellem de forskellige brugergrupper af skovene – ret ofte er det mountainbikerne, der bliver upopulære. Hvad tænker I om muligheden for brug af skoven – skal der være plads til alle, og hvordan sikrer vi det?

Materialeliste

- En mountainbike til hver spejder

Trin 2 – Orienteringsløb

Introduktion

Spejderne stifter bekendtskab med en traditionel disciplin. Orienteringsløb tager fat i både kondition og spejderkompetencer. Der er fysisk krævende at løbe en tur, men når man samtidigt skal finde forskellige helt specifikke punkter undervejs, stiller det også krav til både koordination og overblik.

Aktiviteter

Orienteringsløb: Der findes orienteringsruter i mange af landets skovområder, og de kan findes på Naturstyrelsens hjemmeside.

Når man løber orienteringsløb, bruger man ofte en lille klipsmaskine til at markere hvilke poster, man har besøgt. Hvis de findes på ruten, kan I benytte dem, ellers kan I selv hænge poster op med en tusch eller figurformet hulmaskine

Ruten skal være ca. 2-3 km lang, så de kan overskue længde og nå at gennemføre den på et trin.

Afslutning

Hvordan var det at være ude? Kunne I finde rundt? Var det en lang distance?

HUSK! At oplyse patruljen om, at de skal medbringe cykel og -hjelm til næste trin.

Materialeliste

- Spejderne medbringer selv løbetøj og -sko

Trin 3 – Cykling

Introduktion

Dette trin har til formål at sikre sig, at alle spejderne har en køreklar cykel, som kan anvendes under Udfordringen, og at de desuden får cyklet en tur sammen på den pågældende længde, så distancens udhold er testet.

TIP! Alle spejderne bruger selvfølgelig cykelhjelm, og desuden lygter og reflekser hvis trinnet foregår efter mørkets frembrud.

Aktiviteter

Cykeltjek: Alle cykler skal tjekkes, pumpes og evt. smøres.

Cykeltur: Spejderne skal ud på en 6 km lang cykeltur. Spejderne skal fornemme distancen, og kunne navigere undervejs, men eftersom konkurrenceelementet endnu ikke er tilføjet, er dette også en hyggetur.

Afslutning

Er jeres cykler klar til Udfordringen?

Materialeliste

- Spejderne medbringer selv cykel, cykelhjelm, evt. reflekser og lygter

Trin 4 – Kajak/kano

Introduktion

Det sidste trin inden udfordringen tager fat i den sidste af de tre discipliner.

Aktiviteter

Hovedaktiviteten er en tur i en kano/kajak, hvor der er indlagt nogle små aktiviteter.

Genopfrisk for spejderne, hvordan man bedst får fremdrift i en kano, hvordan man holder padlen osv.

Post	Beskrivelse	Materialer
1	Ro om kap med et andet hold.	Markering af bane
2	Find flest badedyr til vands på fem minutter. Hvert badedyr er markeret med et bogstav.	Badedyr med bogstav, der er forankret til vands.
3	Form en "tømmerflåde" med minimum tre andre hold ved at lade jeres pagajer/årer hvile oven på kajakkerne mens I hold fat i dem, og ligger helt tæt, hvormed I bliver en stor flydende skude.	-

Afslutning

Hvor nemt var det for jer at navigere rundt på vandet?

Materialeliste

- Kajak/kano
- Redningsveste
- Badedyr med bogstaver
- Noget til at markere bane

Udfordringen – Spejdertriathlon

Introduktion

Så blev det dagen for det helt store spejdertriathlon! Spejderne er med garanti spændte, for det er en stor Udfordring de står over for. Når I mødes, så afsæt tid til at tale med deltagerne om deres forhåbninger og eventuelle bekymring i forbindelse med de følgende aktiviteter.

TIP! Der opfordres til at gennemføre Udfordringen som en samlet præstation. Det er vigtigt, at ingen bliver tabere i dette forløb, da spejderne med garanti ikke har samme forudsætninger for at gennemføre.

Aktiviteter

TIP! Man vinder altid spejdernes opmærksomhed ved selv at være engageret i det, der skal ske. Derfor indeholder Udfordringen også alle de klassiske elementer i en reel triathlonkonkurrence.

Udlevering af startnummer: Alle deltagere får udleveret et ark med nummer, gerne nogle store tal med tre-fire cifre.

Opvarmning: Før Udfordringen rigtigt kan skydes i gang, er det vigtigt, at alle deltagere er varme og både mentalt og fysisk klar. Derfor begynder dagen med en omgang opvarmning.

Spejdertriathlon: indeholder tre discipliner:

3 km orienteringsløb

6 km på cykel

2 km sejlads i kajak eller kano – HUSK redningsvest!

Der indlægges spejderopgaver undervejs, efter eget valg.

Fælles udstrækning: Alle stiller op i en rundkreds og gennemfører en række øvelser for at løsne lidt op i kroppen igen.

Præmieoverrækkelse:

OBS! Hvor stort fokus I har på konkurrenceelementet, beslutter I selv, det er muligt at deltage i hold, så man kun kan gennemføre eksempelvis to og to.

Hvordan præmien helt specifikt ser ud, bestemmer lederen, men det kan være alt fra medalje til pokal til diplom. Det ville være meget oplagt at uddele mærket her, eller en supplerende udmærkelse til at hænge på uniformen.

Afslutning

Tusind tak for god ro og orden – Farvel og på gensyn!

Materialiste

- Præmier
- Vandflasker
- Løbetøj og -sko
- Redningsveste
- Kajak/kano
- Cykler
- Cykelhjelm
- Evt. ekstra tøj til at tage på til vands
- Skiftetøj