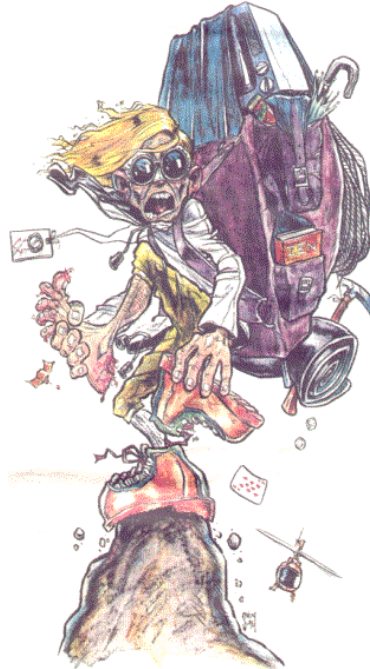


Overnattingstur for 9. trinn Oddemarka skole



9BCD reiser på overnattingstur fra torsdag 3. til fredag 4. september (VÆRFORBEHOLD)

Turen går fra Sagevannet (toppen av Saga terrasse) kl. 17.00.

Vi går via Skråstadvarden og ned mot Salvestjønn og Den omvendte båt.

Vi overnatter i området rundt Salvestjønn i telt, gapahuk, plastpresenning eller under åpen himmel... Her må gruppene velge selv. (Telt kan lånes av Fritidsetaten.)

NB! Det er viktig at DU kan sette opp teltet du har med☺.



Fredag går vi fra leiren etter at vi har spist frokost og ryddet fint.

Det skal ikke vises i naturen at vi har vært der.

Vi regner med å være på Grønn slette ca. kl.12.00. Derfra går dere hjem.

Overnattingstur for 9. trinn august/september 2020

Læreplanen:

Friluftsliv: Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- orientere seg ved bruk av kart i variert terreng og gjere greie for andre måtar å orientere seg på. **Orientering + overnattingstur.**
- praktisere friluftsliv i ulike naturmiljø og gjere greie for allemannsretten. **Hvilke regler må vi kunne?**
- planleggje og gjennomføre turar til ulike årstider, også med overnatting ute.

VURDERINGSKRITERIER

- "Ut på tur aldri sur" - Det er viktig at du ikke klager og syter. Det er lite koselig!
- Det er viktig å være en god turkamerat. (En som passer på at farten passer for alle.)
- Sekken må pakkes riktig. (Husk at du skal bære sekken, pakk den ikke for tung!)
- Jeg må ha med nødvendig utstyr.
- Vi må lage leirplass hvor det er fin plass til alle.
- Jeg er positiv til felles oppgaver.
- Jeg følger felles regler. (For eksempel: er på min soveplass til avtalt tidspunkt, overholder tiden da jeg skal være stille ol.)
- Jeg har med plastpose til søppel og får med alt mitt/gruppens søppel hjem.
- **Leirplassen forlattes "uten spor" etter oss!**

Kompetansemål Elevene skal kunne	Lav grad av måloppnåelse	Middels grad av måloppnåelse	Høy grad av måloppnåelse
Gjennomføre friluftsliv til ulike årstider, og med overnatting ute, og reflektere over kva naturopplevingar kan ha å seie for ein sjølv og andre Vurdere risiko og tryggleik ved ulike uteaktivitetar, forstå og gjennomføre sporlaus og trygg ferdsel	Deltar, men er lite motivert for uteaktiviteter. Mangler kunnskap om, og forståelse for hva som kreves for å ferdes trygt i naturen. (bekledning, utstyr, oppakning, forsyning, kartkunnskaper, samarbeid, oppførsel m.m)	Viser interesse for friluftsliv. Viser en del kunnskaper om, og forståelse for hva som kreves for å ferdes trygt i naturen uavhengig av årstid	Viser stor iver og interesse for friluftsliv. Viser god innsikt og forståelse for hvordan man kan bruke naturen på en positiv og trygg måte til alle årstider

Dere skal planlegge og gjennomføre denne overnattingsturen. Det er et gruppearbeid. (3 – 5 personer.)

**Dere må lage et skriftlig notat av planleggingen og ansvarsfordeling.
(KOPI TIL KONTAKTLÆRER)**

VIKTIGE SPØRSMÅL:

Hva trenger dere av utstyr?

Hva må alle ha med felles til gruppen?

Hvem sørger for eventuelt telt, primus eller stormkjøkken?

Hvem skaffer transport?

Overnattingstur for 9. trinn august/september 2020

Mat: Hvem kjøper inn hva til felles mat?
Hver gruppe blir enig om hva dere vil spise.
Trenger dere kokeapparat? Hvem skaffer det?

Transport/Møtested

Vi møtes på toppen av Saga Terrasse (kjør videre på grusvei til du ser bommen og P-plasser) senest kl 16.45. Hver gruppe må sørge for transport opp.

NB!

Det er viktig at alle har spist godt før vi går, for det blir ikke mat før vi er fremme ved Salvestjønn ca. kl. 20.00. Ta eventuelt med en liten niste til turen som du kan spise på pausen på Skråstadvarden.

Det er viktig å ha med godt med mat. Vi spiser mer når vi er på tur!

Turen er obligatorisk og har betydning for kroppsøvingsskarakteren.



NB! Husk lommelykt.

Utstyrliste til overnatting ute:

- Sovepose
- Liggeunderlag
- Telt/presenning?
- Kopp, tallerken og bestikk
- **DRIKKEFLASKE**
- Gruppemåltid - et varmt måltid ☺ (Vær kreative)
- Kokeapparat
- Minimum tre nistepakker. (Vi blir sultne når vi er på tur ☺)
- Snop
- Regntøy
- Myggmiddel
- Dopapir
- Toalettsaker
- Fyrstikker
- **LOMMELYKT – det blir mørkt!**
- Tøyskift
- Ekstra strømper
- Det kan være lurt med ullundertøy
- Ekstra sko?

Slik pakker du sekken:

Pakking av tursekken kan være en vitenskap i seg selv, men med noen enkle pakketips kan du få orden i sakene og gjøre sekken bedre å bære.

- Generelt bør alt med unntak av lette gjenstander (som for eksempel liggeunderlag), pakkes inn i sekken.
- Legg tunge gjenstander inn mot ryggen. På sommerstid foretrekker mange å la det tyngste ligge høyt i sekken.
- Soveposen legger du nederst
- Legg ting du trenger under turen (regntøy, skift, mat, stormkjøkken og lignende) lett tilgjengelig i topplokk og sidelommer.
- Ha med drikkeflaske som er lett å få tak i.
- Kart og kompass eller GPS har du selvfølgelig i lommen eller i en egen kartmappe.
- Pakk tingene inn i plastposer eller vanntette pakkeposer, så holder det seg tørt i tilfelle regn.
- Pass på at vekten blir likt fordelt på begge sider av sekken.

GOD TUR!

Vi blir med: Geir & klassens kontaktlærerne

Overnattingstur for 9. trinn august/september 2020

ALLE FYLLER ut 😊 (Geir må få kopi fra en av gruppe medlemmene)

Gruppedeltakere: _____

Utstyr

Hva trenger vi? (telt, presenning, primus, stormkjøkken, felles mat: hvem kjøper hva?)

Utstyr vi skal ha med felles:	Navn på eleven som tar utstyret med:

Transport (Hvem kjører?) _____

Jeg/ vi tar med **telt** til gruppa: _____

Alle må ha med:

- Sovepose
- Liggeunderlag
- Kopp, tallerken og bestikk
- **DRIKKEFLASKE**
- Minst tre nistepakker. (Vi blir sulten når vi er på tur 😊)
- Snop
- Regntøy
- Myggmiddel
- Dopapir
- Toalettsaker
- Fyrstikker
- **LOMMELYKT** – det blir mørkt!
- Tøyskift
- Ekstra strømper
- Det kan være lurt med ullundertøy
- Ekstra sko?

Overnattingstur for 9. trinn august/september 2020

Dette skal vi spise:

--

Fordeling av hvem som tar med hva:

Når turen er ferdig leverer gruppen en rapport til kroppsøvingslæreren innen 14. dager:

Rapporten skal inneholde side 5 og 6

Forside med navn på oppgaven og navn på deltakerne

Bilder

Hvordan var turen? (Hva fungerte bra, hva bør være annerledes på senere turer. Her er det bare å ta med det dere har lyst til å skrive om.)

Hva gjorde dere for at turen ble en fin opplevelse?

Det er viktig at alle deltar på rapporten.

Innleveringsfrist torsdag 15. september.