

# Strövarexamen

Kinda lokalavdelning

FRILUFTS  
FRÄMJANDET





# Strövarexamen

## 1 Varför strövarexamen

Strövarexamen är ett lekfullt sätt att avsluta de sex strövarterminerna på. Strövarexamen har flera syften. Det första är att ge barnen ett kvitto på vad de har lärt sig och stärka deras självkänsla. Det andra är att ge de yngre barnen något att se fram emot och att "kämpa" på för att uppnå. Samtidigt som det är och ska vara en utmaning är dock det viktigaste att alla ska klara examen. Det svåra för dig som ledare är att hjälpa till just så mycket att de gör det men utan att de tappar känslan av utmaning.

### 1.1 Upplägg och genomförande

Strövarexamen är en serie uppgifter som de ska klara tillsammans i grupper om tre eller fyra. Vi har valt att köra fem olika uppgifter baserad på saker som de har lärt sig under terminerna. De uppgifter vi har valt är navigation, eld, stormkök, kniv och första förband men det går givetvis att lägga till eller ta bort uppgifter allt eftersom det passar er grupp.

Upplägget är i stora drag att en ledare håller i varje övning och vi sprider ut stationerna med ett par hundra meters mellanrum, lite beroende på terrängen. Därefter får grupperna en genomgång av dagen och en karta där vi har numrerat deras olika stationer. Genom att de får olika nummer för varje station så kan de inte följa efter varandra.

Vi har också valt att ha en lapp som varje deltagare bär med sig där respektive ledare markerar om de är godkända på en uppgift eller inte. Att genomföra uppgifterna tar ungefär två-tre timmar.

Ett allmänt tips är även att ni som ledare har varsin radio eller telefon och att ni informerar de andra när en grupp kommer eller går från en position. På så sätt kan ni som ledare hålla viss kontroll över grupperna som rör sig och reagera snabbare om någon grupp inte lyckas med navigeringen.

### 1.2 Gruppindelning

När ni delar in grupperna är det bra att tänka på att få rimligt jämna grupper som har en förutsättning att klara alla uppgifter.

## Om dokumentet



Detta dokument beskriver hur man kan arrangera en strövarexamen inom sin lokalavdelning och baseras på erfarenheter vi har fått från vår verksamhet i Kinda lokalavdelning. Syftet med dokumentet är att ge tips och idéer och att sprida erfarenheter till andra lokalavdelningar. Givetvis måste du läsa dokumentet utifrån dina förutsättningar och anpassa tipsen och aktiviteten. Det som passar i vissa lokalavdelningar kommer inte att passa andra.

Dokumentet är skrivet av Tommy Gustafsson, Kinda lokalavdelning och är fritt att använda och sprida inom Friluftetsfrämjandet. Återkoppla gärna synpunkter på [tommy.gustafsson@friluftetsframjandet.se](mailto:tommy.gustafsson@friluftetsframjandet.se).

Vår erfarenhet är absolut viktigast att fördela någon som kan navigation i varje grupp så att alla grupper hittar. De andra uppgifterna tenderar att lösa sig själv.

### 1.3 Examensutdelning

Vi börjar bakifrån, det vill säga med en beskrivning av vad vi gör när vi delar ut examen. För vår del gör vi det i samband med vår gemensamma gruppavslutning när vi har alla andra barngrupper samlade. Vi gör det genom att kalla upp gruppen och delar ut en examensmedalj och ett examensbevis. Vi går igenom vad de har klarat av och de får en chans att känna sig lite extra stolta. Och genom att vi gör det framför alla andra barngrupper så åstadkommer vi också en längtan hos de andra att själva vilja stå där framför alla andra. Om man inte har en gemensam gruppavslutning kan ju andra idéer vara att till exempel dela ut examen i samband med årsmöte eller kanske bara framför föräldrar och syskon.

Beskrivning av examensmedaljen och examensbeviset finner du som bilaga i detta dokument.

## 2 Uppgifter

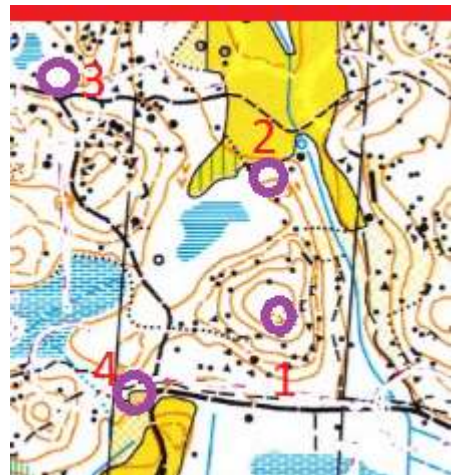
Under denna rubrik kan du läsa en beskrivning av de uppgifter vi gör i Kinda och hur vi gör dem. Vi har valt dem eftersom de följer det vi lär dem i strövarna men det är ju enkelt att byta ut, ändra eller att lägga till uppgifter allt efter eget tycke och smak. Idéer på andra uppgifter kan vara att tälja en grillpinne, knyta knopar, resa ett tält eller att såga av en gren.

Innan ni släpper iväg grupperna är det viktigt att ni går igenom vad som ska göras och besvarar alla eventuella frågor. Vi har märkt att det är väldigt stort för många när de verkligen står där och blir ivägsläppta i små grupper. Se till att ta er tid att

### 2.1 Navigation

Navigationen sker genom att de får en karta där positionerna där de ska utföra de andra uppgifterna är markerade samt en kompass. För att klara navigationsmomentet behöver de helt enkelt ta sig mellan punkterna på kartan.

Det är viktigt att anpassa kartövningen efter de färdigheter som ni anser att gruppen har. Vi har valt en enkel orientering efter vägar och vi ser till att ha gått på de vägarna lite då och då under terminerna så att de ska känna igen sig. Vi gör också andra vandringar med karta och kompass så att vi som ledare vet på ett ungefär hur vi bör sätta ihop grupperna när det är dags för examen. På så vis kan vi göra vad vi kan för att säkerställa att alla kommer fram. Vi har också markerat norr med ett rött streck på kartan så att de enkelt kan använda kompassen.



Vi ger också varje grupp en unik karta så att de inte kan följa efter varandra. Detta gör vi genom att numrera deras stationer i olika ordning så att de går åt olika håll.

Det ni behöver förbereda är:

- Karta med positioner för respektive uppgift
- Kompass

OBS! Denna uppgift ska ni inte köra om ni inte är säkra på att barnen kan navigera rätt.

## 2.2 Stormkök

Stormköksövningen gör vi genom att låta barnen sätta upp och packa ihop varsitt stormkök. Om man vill kan man även lägga in lite kontrollfrågor om vad delarna heter och vad man använder dem till. Ett tips är att använda stormkök med spritbrännare för att inte slita på gasolslangen i onödan.



Det ni behöver förbereda är:

- Stormkök

## 2.3 Första förband

Första förband är en station där deltagarna får visa vad de kan genom att till exempel sätta plåster på mindre sår eller en gasbinda runt ett ben. De får också svara på frågor om hur de bör agera om de skadar sig själva och om de behöver hjälpa en kamrat. Vi har även valt att köra med lossasblod för att göra såren lite mer realistiska och för att lägga till momentet att de måste tvätta såren.



Det ni behöver förbereda är:

- Gasbinda
- Plåster
- Tvättservetter
- Lossasblod
- Eventuella frågor.
-

## 2.4 Kniv

Kniven är något som våra strövare har övat med redan sedan första terminen och det finns en mängd olika sätt att examinera knivkunskap. En idé kan vara att helt enkelt hålla ett förhör om hur de ska hantera kniven men det vi har valt är att göra en täljövning. Vi har förberett en planka med hål i olika former där de som grupp ska tälja varsin pinne som passar.

Sedan är en rekommendation att även förbereda pinnar av lämplig storlek så att de slipper springa runt och leta. Om man vill kan man även ta med en låda med färg eller en stämpeldyna så att pinnens spets ska ge en stämpel med samma form som hålet.

Det ni behöver förbereda är:

- Planka med hål
- Pinnar att tälja på
- Ta med reservknivar om någon har glömt
- Första förband.



## 2.5 Eld

Eld är den uppgift som tar mest tid i anspråk men är samtidigt en mycket uppskattad uppgift. Vi har förberett uppgiften genom att bygga fyra eldstäder och spänna upp ett rep över dem. Deras uppgift är helt enkelt att göra upp en eld och bränna av repet. Till sin hjälp får de en tändsticksask



med tre tändstickor (Vi har givit dem möjlighet att välja mellan en ny och fin tändsticksask och en gammal sliten tändsticksask. Ni kan ju gissa vilken som innehåller tre tändstickor...). Men om de inte klarar det på tre tändstickor kan de få tre till och tre till och tre till tills de klarar det. Har det varit mycket blött är det också bra att ha med sig lite tjärved eller torrt knaster som de kan få.

För att de ska kunna lösa uppgiften bör ni vara i närheten terräng med relevanta resurser såsom knaster och näver men det går ju också att transportera dit vid behov. Tänk på eldsäkerheten, bygg riktiga eldstäder och kontrollera eldningsförbud.

Det ni behöver förbereda är:

- Eldstäder och snöre
- Första förband med brännskadegel
- Vatten att släcka med
- Tjärved om det är väldigt blött



# Strövarexamen

Tilldelas

**Namn**

För Att Med Stor Skicklighet Ha Genomfört  
Examensprov Anno 2018  
I Friluftsförbundets Strövargrupp

FRILUFTS  
FRÄMJANDET



## Strövarmedalj

**Svårighet:** Lätt

**Tidåtgång:** 15-30 minuter

**Material:** 2 linor på 0,5 meter.



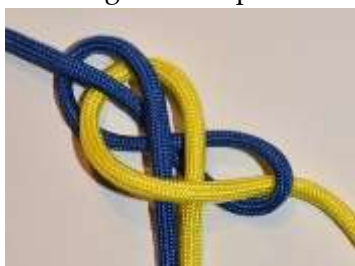
1. Kapa två längder paracord på 50 centimeter och gör en loop enligt bilden runt 12-14 cm. Denna del kallas fortsatt för stomme och de lösa linorna kallas linor. Den gula linan ska användas för att bilda en ögla.



2. Gör en loop på den blåa linan och lägg den bakom stommen.



3. Låt den blåa linan löpa över gul lina och tillbaka genom loopen.



4. Dra åt och se till att den gula linan bildar en ögla.



5. Dags att börja fläta. Börja med gul lina och lägg den framför framför stommen.



6. Lägg blå lina över gul lina och dra den sedan bakom stommen och genom loopen. Dra åt och var aktsam om ögla.



7. För gul framför stommen och lägg blå lina över gul.

## Strövarmedalj

**Svårighet:** Lätt

**Tidåtgång:** 15-30 minuter

**Material:** 2 linor på 0,5 meter.



8. Dra blå lina bakom stommen och genom loopen. Dra åt och upprepa steg 5 till 8 till önskad längd.



9. Sy ihop ändarna med sytråd.



10. Kapa och bränn ändarna, sätt en säkerhetsnål i öglan och sätt dit aktuellt terminsmärke. Klart.



En färdig strövarmedalj.