

Thema:	LHB kennen lernen	Tag/Datum:	3. April 2003
		Zeit:	20.30 – 22.00 Uhr
Verantwortlicher Leiter:	Chegel + Isis		
Ziele:	<ul style="list-style-type: none"> - LHB kennen lernen - Hilfsmittel aus dem LHB anwenden können - Erster Einblick in J&S und LST 	Referenz AHB/LHB/anderes:	LHB LST
Angesprochenen Beziehungen:	Beziehung zum LHB	Verwendete Methoden:	Spiel
Zeit	Was		Wer
20.30	Kurze Einführung ins LHB, Broschüren und Merkblätter vorstellen Spiel erklären		Isis
20.40	Start Leiterlispiel Die TN würfeln und können ihre Spielfigur entsprechend auf dem Spielfeld versetzen. An einer Wäscheleine sind Couverts mit Fragen aufgehängt. Kommen die TN auf ein Feld, welches zu einer Frage gehört gehen sie zum entsprechenden Couvert und beantworten die Frage mit Hilfe des LHB. Zur Beantwortung der Fragen stehen ca. 4 Leiter zur Verfügung.		Chegel
Material	Fragen in Couverts (Chegel) Lösungen 8x (Chegel) Spielplan (Isis) 2 Würfel (Isis) Wäscheleine Chlüpperli (Isis)	Material TN	Schreibzeug LHB Spielfigur
Vorbereitungen Couverts aufhängen Spielplan vorbereiten			

1 In welchem Alter können Personen an Jugend und Sport teilnehmen?

è Siehe dazu: Blatt „J+S-Lager - Lagersport/Trekking“

15 Wie viele TN müssen mindestens an einem Lager teilnehmen, damit es unter J&S angemeldet werden kann?

è Siehe dazu: Blatt „J+S-Lager - Lagersport/Trekking“

43 Was sind die „Ziele“ der PBS

è siehe dazu: Faltblatt „Wir machen Pfadi – Grundlagen der Pfadi einfach erklärt“

44 Welche Punkte sind bei der Wahl eines Themas (z.B. für QP oder Lager) zu beachten?

è siehe dazu: Auszüge aus „Die Pfadistufe“

65 Nenne die sechs Baderegeln

è siehe dazu: Merkblatt Wasseraktivitäten

3 Nenne drei Ideen für spezielles Kochen im Lager

è siehe dazu: Auszüge aus „Die Pfadistufe“

12 Welche Sportarten sind unter J&S ausgeschlossen?

è siehe dazu: Falltblatt „Sicherheit in Jugend und Sport“

24 Nennen 4 verschiedenen Turnierformen

è siehe dazu: Inhaltsverzeichnis und dann.....

51 Nenne verschiedene „Fair-Play-Spiele“

è siehe dazu: Broschüre „Spiel und Sport“

4 Auf welcher Seite der Broschüre „J+S – Das ist Lagersport und Trekking“ findest du eine Aufzählung von Lageraktivitäten?

è siehe dazu: Broschüre „Das ist Lagersport und Trekking“

27 Was versteht man unter einem „Mental Map“?

è siehe dazu: Merkblatt Orientierung

41 Warum ist ein Hang in Wirklichkeit immer steiler, als auf der Karte?

è siehe dazu Merkblatt Orientierung

77 Welche Punkte sind auf der Checkliste „Wandern“ im Faltblatt „Sicherheit unter Jugend und Sport“ ausgeführt?

55 Welche Ausrüstung ist bei einer Tageswanderung sinnvoll?

è siehe dazu: Merkblatt Trekking – unterwegs sein

6 Wie soll man sich bei Gewittern verhalten?

è siehe dazu: Merkblatt Trekking – unterwegs sein

è siehe dazu: Merkblatt Meteo

7 Unter welcher Tel-Nummer erhältst du den allgemeinen Wetterbericht?

è siehe dazu: Merkblatt Meteo

53 Unter welcher Tel-Nummer erhältst du eine individuelle Wetterauskunft?

è siehe dazu: Merkblatt Meteo

21 Wie entwickelt sich das Wetter, wenn sich der Kondensstreifen eines Flugzeuges auflöst?

è siehe dazu: Merkblatt Meteo

33 Bei einer Velotour ergeben 100 m bergauf wie viele Leistungskilometer?

è siehe dazu: Merkblatt Velotouren

31 Nenne drei Gefahrenquellen beim Umgang mit Seilen

è siehe dazu: Merkblatt Seiltechnik

11 Nenne die drei Zeitpunkte, welche im 3x3 betrachtet werden?

è siehe dazu: Broschüre „Trekking – unterwegs sein“

29 Gib ein Beispiel für eine gute Bremse bei einer Seilbahn

è siehe dazu: Merkblatt Seiltechnik

48 Auf welcher Seite finden sich Ideen für Gruppeneinteilungsspiele in der Broschüre „Spiel und Sport“?

39 Wo im Rucksack sollten man die schweren Gegenstände verstauen?

è siehe dazu: Merkblatt Trekking – unterwegs sein

19 Welche drei Lagerarten unterscheidet J+S?

è siehe dazu: Broschüre „Das ist Lagersport und Trekking“

61 Welche Sicherheitsaktivitäten gibt es?

è siehe dazu: Broschüre „Das ist Lagersport und Trekking“

58 Wofür steht NORDA?

è siehe dazu: LHB-Ergänzung

76 Was versteht man unter einem Leistungskilometer?

è siehe dazu: Broschüre „Trekking – unterwegs sein“

8 Was ist der Daumengriff?

è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt Geländesport“

34 In welchem Kapitel des LHB findet sich eine Übersicht über die Ausbildungsstruktur von J&S im Sportfach Lagersport/Trekking

10 Welches sind die drei Faktoren, welche in der 3x3-Methode betrachtet werden.

è siehe dazu: Broschüre „Lagersport/Trekking
Trekking – unterwegs sein“

30 In welcher Einheit wird bei einer Marschzeitabelle der Höhenunterschied zwischen zwei Geländepunkten angegeben?

è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung von Wanderungen“

50 Was versteht man unter der Überhöhung bei einem Streckenprofil? Wozu dient es?

è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung von Wanderungen“

60 Wo findest du Kopiervorlagen zum Üben im Kartenlesen? (Seitenzahl)

è siehe dazu: LHB-Ergänzung

70 Wo findet sich eine Kopiervorlage für ein Lagerbudget? (Seitenzahl)

è siehe dazu: LHB-Ergänzung

18 Wann ist es erlaubt während einer Wanderung einen Gletscher zu überqueren?

è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung von Wanderungen“, Unterabschnitt „Routenwahl bei Bergwanderungen“

1 In welchem Alter können Personen an Jugend und Sport teilnehmen?

- è Siehe dazu: Blatt „J+S-Lager - Lagersport und Trekking“
 - o 10 bis 20 (Seite 1)

3 Nenne drei Ideen für spezielles Kochen im Lager

- è Siehe dazu: Auszüge aus „Die Pfadistufe“
 - o Seite 6

4 Auf welcher Seite der Broschüre „J+S – Das ist Lagersport und Trekking“ findest du eine Aufzählung von Lageraktivitäten?

- è siehe dazu: J+S Das ist Lagersport und Trekking
 - o Seiten 16 und 17

6 Wie soll man sich bei Gewittern verhalten?

- è siehe dazu: Merkblatt Trekking
- è siehe dazu: Merkblatt Meteo
 - o Meide: Grate, exponierte Stellen, Einzelbäume, Waldränder, Metallgegenstände, Wasserläufe, nicht an Bauten/Felsen anlehnen
 - o Suche Schutz bei: im Wald (Stämme nicht berühren), unter Stromleitungen (nicht bei Masten), im Auto, in Bauten

7 Unter welcher Tel-Nummer erhältst du den allgemeinen Wetterbericht?

- è siehe dazu: Merkblatt Meteo
 - o 162

8 Was ist der Daumengriff?

- è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Seite 55
 - o Beim Orientieren mit Karte (z.B: OL): Den eigenen Standort immer mit dem Daumen markieren. Daumen immer nachführen.

10 Welches sind die drei Faktoren welche bei der 3x3-Methode betrachtet werden?

- è siehe dazu: Broschüre „Lagersport/Trekking Trekking – unterwegs sein“
 - o Gelände
 - o Verhältnisse
 - o Personen

11 Nenne die drei Zeitpunkte, welche beim 3x3 betrachtet werden?

- è siehe dazu: Broschüre „Trekking – unterwegs sein“
 - o Zu Hause
 - o In der Region
 - o Während der Aktivität

12 Welche Sportarten sind unter J&S ausgeschlossen

- è siehe dazu: Falltblatt „Sicherheit in Jugend und Sport“
 - o Kampfsportarten mit Niederschlag
 - o Motorisierte Sportarten
 - o Flugsportarten
 - o Canoning, Hydrospeed, Gerätetauchen

15 Wie viele TN müssen mindestens an einem Lager teilnehmen, damit es unter J&S angemeldet werden kann?

- è siehe dazu: Blatt „J+S-Lager - Lagersport und Trekking“
 - 12 (davon 6 im J&S Alter)

18 Wann ist es erlaubt während einer Wanderung einen Gletscher zu überqueren?

- è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung einer Wanderung“, Unterabschnitt „Routenwahl bei Bergwanderungen“
 - Nie

19 Welche drei Lagerarten unterscheidet J+S?

- è siehe dazu: Broschüre „Das ist Lagersport und Trekking“
 - Haulager, Zeltlager, Trekkinglager

21 Wie entwickelt sich das Wetter, wenn sich der Kondensstreifen eines Flugzeuges auflöst?

- è siehe dazu: Merkblatt Meteo
 - bleibt stabil

24 Nennen 4 verschiedenen Turnierformen

- siehe dazu: LHB-Ergänzung und Broschüre „Turnierformen“

27 Was versteht man unter einem „Mental Map“?

- è siehe dazu: Merkblatt Orientierung
 - geistige Karte im Kopf

29 Gib ein Beispiel für eine gute Bremse bei einer Seilbahn

- è siehe dazu: Merkblatt Seiltechnik
 - Quergespanntes Bergseil, mit Karabiner mit Tragseil verbunden

30 In welcher Einheit wird bei einer Marschzeitabelle der Höhenunterschied zwischen zwei Geländepunkten angegeben?

- è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung von Wanderungen“
 - Hektometer (100 m)

31 Nenne drei Gefahrenquellen beim Umgang mit Seilen

- è siehe dazu: Merkblatt Seiltechnik
 - Seilrisse
 - Verbrennungen
 - Stürze von Pionierbauten
 - Zurückschnellen des Seiles

33 Bei einer Velotour ergeben 100 m bergauf wie viele Leistungskilometer?

- è siehe dazu: Merkblatt Velotouren
 - 2 LKM

34 In welchem Kapitel des LHB findet sich eine Übersicht über die Ausbildung von J&S im Sportfach Lagersport/Trekking?

- Kapitel 6

39 Wo im Rucksack sollte man die schweren Sachen verstauen?

- è siehe dazu: Merkblatt „Trekking – Unterwegs sein“
 - möglichst nahe beim Rücken

41 Warum ist ein Hang in Wirklichkeit immer steiler, als auf der Karte?

- è siehe dazu Merkblatt Orientierung
 - S-Form des Hanges

43 Was sind die 5 „Ziele“ der PBS.

- è siehe dazu: Faltblatt „Wir machen Pfadi – Die Grundlagen einfach erklärt“
 - 5 Beziehungen (Persönlichkeit, Körper, Welt, Spirituelle, Mitmenschen)

44 Welche Punkte müssen bei der Wahl eines Themas (z.B. für QP, Lager) beachtet werden

- è siehe dazu: Auszüge aus „Die Pfadistufe“
 - Seite 4

48 Auf welcher Seite finden sich Ideen für Gruppeneinteilungsspiele in der Broschüre „Spiel und Sport“?

- Seite 13/14

50 Was versteht man unter der Überhöhung bei einem Streckenprofil? Wozu dient es?

- è siehe dazu: LHB-Ergänzung, Abschnitt „Planung und Durchführung von Wanderungen“
 - 2 bis 10 mal grösser Massstab auf der senkrechten Achse (Höhe) als für die horizontale Achse (Distanz). Grund: Steigungen werden besser sichtbar.

51 Nenne verschiedene Fair-Play-Spiele

- è siehe dazu: Broschüre „Spiel und Sport“
 - Seite 16

53 Unter welcher Tel-Nummer erhältst du eine individuelle Wetterauskunft?

- è siehe dazu: Merkblatt Meteo
 - 0900 162 333

55 Welche Ausrüstung ist bei einer Eintageswanderung sinnvoll?

- è Siehe dazu: Merkblatt Trekking – unterwegs sein
 - Wanderschuhe

58 Wofür steht NORDA?

- è siehe dazu: Broschüre LHB-Ergänzung, Seite 53
 - Nordrichtung
 - Orientieren
 - Richtung
 - Distanz
 - Auf oder Ab?

60 Wo findest du Kopiervorlagen zum Üben im Kartenlesen? (Seitenzahl)

- è siehe dazu: Broschüre „Wandern und Orientieren“
 - Seite 34 und 36

61 Welche Sicherheitsaktivitäten gibt es?

- è siehe dazu: Broschüre „Das ist Lagersport und Trekking“
 - Bergtrekking, Wasseraktivitäten, Winteraktivitäten

65 Nenne die sechs Baderegeln

- è siehe dazu: Merkblatt Wasseraktivitäten
- è siehe dazu: Spiel und Sport, 1990
 - nie überhitzt ins Wasser
 - keine Kinder unbeaufsichtigt
 - Luftmatratzen gehören nicht ins tiefe Wasser
 - Nie mit vollem Magen
 - Nie in trübes Wasser springen
 - Lange Strecken nur mit Beibot

70 Wo findet sich eine Kopiervorlage für ein Lagerbudget

- è siehe dazu: LHB-Ergänzung
 - Seite 15

76 Was versteht man unter einem Leistungskilometer?

- è siehe dazu: Broschüre „Trekking – unterwegs sein“
 - Ein Horizontalkilometer
 - 100 Höhenmeter bergauf
 - 150 Höhenmeter starkes Gefälle

77 Welche Punkte sind auf der Checkliste „Wandern“ im Faltblatt „Sicherheit in Jugend und Sport“ ausgeführt.

- den Fähigkeiten angepasst
- Ausrüstung
- Route hinterlegen
- Alternativrouten
- markierte Bergwege / Bereitschaft Umkehren