ERSTELLT VON
Irmgard

ON
07.06.2013

Keine Stimmen

Auf Distanz gehen



Distanzen schätzen braucht einiges an Übung, ist jedoch lohnenswert - vor allem im OL und bei Programmpunkten draussen.

Wetten: Du kannst die Länge von fünf aneinandergereihten 50-Räpplern nicht auf 10 mm genau schätzen?

Bei diesem Artikel handelt es sich um einen Forum Heft-Artikel und er ist als pdf unten angefügt.

Orientieren

Nicht nur – aber auch – in einem Orientierungslauf ist es ungemein hilfreich, wenn ich eine Distanz im Voraus schätzen kann. Wer geht schon gerne zurück, nur weil das Schrittmass nicht geeicht ist?
Das Schätzen von Längen braucht nebst einem guten Eichmass viel Übung. Die folgenden Tipps helfen dir (und auch den Kindern in deinem Outdoor- Programm), dich besser zu orientieren und in einem OL nicht allzu oft zu weit zu laufen.

Auf Distanz gehen

Aus dem Jungschi-Alltag wissen wir: Norda bedeutet Norden – Orientieren – Richtung – Dromedar – Auf und Ab. Klar, das Dromedar steht für Distanz: nicht nur die Richtung und die Höhen sind wichtig, genau so kommt es auf die richtige Distanz an. (siehe auch Forum- Kind, Nr. 2/2006: «Von A nach B» und «Einführung in OL» im Download)

Besser schätzen lernen

Damit du deine eigenen Schätzungen verbessern kannst, ist es von Vorteil, eine Distanz (oder auch eine Höhe oder ein Gewicht etc.) in kleinere (eventuell gleich grosse Einheiten) zu teilen.
Beispielsweise ist es viel einfacher, den Durchmesser eines 50-Rappen-Stücks zu schätzen als die Länge aller fünf Fünfziger.

Aber auch das «Eingabeln» mittels einer Maximal- und Minimal-Länge hilft, den Schätzfehler besser im Griff zu halten.

Beachte auch, dass bei guter Sicht und im Rücken stehender Sonne Distanzen oft zu kurz, bei schlechtem Wetter zu lang geschätzt werden.

Methodenalphabeth Distanzen

A wie Augenlicht

Wirklich grosse Distanzen lassen sich am besten mit der Leistung des Auges schätzen. Folgende Tabelle hilft dir, bei normaler Beleuchtung auf der Basis der Erkennbarkeit eine gute Schätzung vorzunehmen:

- 15 km Burg, Kirchturm, Antenne
- 7 km Haus, Scheune
- 3 km fahrende Autos
- 1,5 km Personengruppe, Autos
- 1 km einzelner Baum, Kuh
- 700 m einzelne Person aus Gruppe
- 500 m Kleiderfarbe
- 300 m Gesicht als heller Fleck
- 200 m Details der Bekleidung
- 100 m Augen als dunkle Flecken
- 50 m Augen, Mund, Nase

B wie Beinarbeit

Nichts ist so einfach wie das Abschreiten einer Strecke. Dazu musst du aber dein Schrittmass gut kennen. Präge dir die Anzahl Schritte für eine Strecke von 100 m auf der Strasse, bergauf- und -ab sowie im Laufschritt gut ein. Du wirst diese Masse immer wieder gebrauchen können.

C wie Cnall

Der Luftschall legt pro Sekunde unge- fähr 330 m zurück. Indem du die Sekun- den, zwischen dem Hammerschlag und dem Knall, zählst kannst du einfach er- rechnen, wie weit weg der Bauer seinen neuen Zaun setzt.

D wie Daumensprung

Den Daumensprung richtig anzuwenden ist wohl eines der höchsten Gefühle eines Jungschärlers: Streck’ deinen Arm ganz aus und beobachte, zwischen welchen Punkten am Horizont der Daumen «springt», wenn du abwechselnd mit dem rechten und dem linken Auge visierst. Die geschätzte «Sprungdistanz» multiplizierst du mit 10 und schon kennst du die ungefähre Weite des Objektes.

Methodenalphabet Höhen

E wie «ein Schatten»

Die Höhe eines Baumes **bei Sonnenschein** errechnest du mit einem Dreisatz: Max misst 1.5 m und – falls Max ruhig steht – sein Schatten 2.2 m. Der Schatten des Baumes misst 30 m. Folglich misst der Baum 30 m / 2.2 m x 1.5 m = 20.5 m. **Bei schlechtem Wetter** ist der Baum (hoffentlich) gar nicht sichtbar.

F wie Fallgesetz

Die Höhe einer Brücke berechnest du am einfachsten, wenn du die Fallzeit eines Steines in den Bach misst. Multipliziere die Zeit in Sekunden mit sich selber und anschliessend mit 5, so erhältst du die Höhe: 2 Sekunden Fallzeit ergeben 2 x 2 x 5 = 20 m Höhe. Verwende für dieses Experiment keine Feder...!

Ich wünsche dir viel Erfolg und wenig «Retouren» bei deinem nächsten OL.

Auf Distanz gehen

Quellennachweis



- **Inhalt und Bild:** Forum Kind Heft 10/14, Seite 21. Distanzen schätzen, Daumensprung, Länge/Höhe/Breite. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autorin:** Lori Keller, BESJ-Sekretär

Weitere Informationen

Categories
Technologie und Aktivitäten im Freien

Tags
Einschätzung

Alter
Keine Daten verfügbar.

Anzahl Teilnehmer
Keine Daten verfügbar.

Bibel
Diese Information fehlt.

Dauer
Keine Daten verfügbar.

Material
Fast mühelos

Dateidownload
Dateidownload vorhanden

KI Generierter Inhalt
Contents
Categories
Tags
Alter
Anzahl Teilnehmer
Bibel
Dauer
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/de/wiki/art/auf-distanz-gehen