



Handleiding  
 MAPICO - oriëntatieoefeningen  
 Provinciedomein Kessel-Lo

## **Inleiding**

Eén van de belangrijkste competenties in de opvoeding van jongeren bestaat erin om hen een aantal vaardigheden bij te brengen die leiden tot een goede inschatting van ruimte, afstand en verhoudingen. Een sterk oriëntatievermogen maakt jongeren zelfstandig en zelfzeker om zich vlot te verplaatsen in de wereld. Deze oefeningen werden specifiek ontwikkeld om jongeren aan te sporen om hun vaardigheden op een eenvoudige manier en in combinatie met geconcentreerd lopen en een scherpe observatie, te versterken.

Het kaartmateriaal is gebaseerd op de internationale IOF normen (International Orienteering Federation) met enkele kleine aanpassingen om de kaarten bruikbaar te maken voor jonge kinderen.

Er zijn tests uitgevoerd met kinderen van 4 tot 6 jaar om de gebruikte pictogrammen aangepast te maken voor hun ontwikkelingsniveau. In onze gesprekken met begeleiders van jongeren met een beperking, werd met nadruk gewezen om enkel de eenvoudigste, meest gestileerde icoontjes aan te wenden voor dit project.

Een bijzonder woord van dank voor Alain Vandercammen die ons geïnspireerd heeft om het oefenpakket dat hij heeft uitgewerkt, verder te verfijnen en zo tot dit resultaat te komen.

## **Doel van de oefeningen**

Met de voorliggende set MAPICO-oefeningen worden op een speelse wijze het oriëntatievermogen, het observatievermogen en het redeneervermogen van jongeren, in combinatie met een fysieke inspanning, ontwikkeld. Naast deze 3 basisvaardigheden dragen deze oefeningen ook bij tot het verhogen van hun besluitvaardigheid en het nemen van eigen verantwoordelijkheid voor hun beslissingen (wegkeuze, zelfzekerheid bij het naderen van een controle, ...).

## **Doelgroep**

Het pakket MAPICO-oefeningen is in de eerste plaats ontworpen voor sportieve personen met een beperking. Tevens wordt hierbij de leeftijdsklasse van 6 tot 12 jaar (basisonderwijs) beoogd.

Het aanbod is dermate divers opgebouwd dat voor elk competentieniveau oefeningen beschikbaar zijn. De leerkracht of begeleider kan op basis van de pictogrammen die de moeilijkheidsgraad (zie verder) weergeven, bepalen of de oefening geschikt is voor zijn/haar doelgroep of het individu.

Tevens is een ruime meerderheid van de oefeningen bruikbaar voor personen met een beperking. De geschiktheid wordt eveneens aangegeven door middel van een pictogram (linksboven).

## Waar op het domein kan ik de oefeningen doen?

Op bijgaand kaartje kan je eenvoudig zien waar geoefend kan worden.  
Via Parking 2 aan de Beemdenstraat in Kessel-Lo, kom je het vlotst aan de oefenzone.



De meest voor de hand liggende vertrekplaats bevindt zich aan de schuilplaats "Vogelnest" in de speeltuin tegenover het Ploeterbad [nr 11 op het domeinplan].  
 Het is echter niet noodzakelijk om daar te vertrekken met de oefeningen. De start van de oefeningen kan even goed op andere plaatsen gebeuren, mocht de houten schuilplaats niet beschikbaar zijn of ingenomen door andere activiteiten.



## 4 pijlers van de oefeningen

### De kaart

Om de oefeningen toegankelijk te maken voor de jongeren werd een zeer gedetailleerde kaart van het terrein aangemaakt op schaal 1:1500 (1cm = 15 m).

Deze schaal wordt aangegeven door middel van een schaalbalk.

De bovenzijde van de kaart wijst steeds naar het noorden. Tevens werd op elke kaart een noordpijl aangebracht.



Tot slot is er ook een eenvoudige legende toegevoegd.

|   |                       |
|---|-----------------------|
|    | water                 |
|    | verboden              |
|    | grasland              |
|    | struikgewas           |
|   | verharde grond        |
|  | omheining             |
|  | gebouw                |
|  | paal - zitbank        |
|  | grote - kleinere boom |
|  | geknotte boom         |

### De icoontjes

De controlepunten zijn te herkennen in de vorm van icoontjes (5 cm x 5 cm) die op circa 2,5 meter hoogte aangebracht werden op bomen, voorwerpen, gebouwtjes, ...

Elk icoontje heeft 4 kenmerken: een kleur, een getal, een letter en een figuur. Dit verhoogt het aantal combinaties en oefenvarianten.



Op het provinciedomein Kessel-Lo werden in totaal 75 icoontjes geplaatst.

### **De controleposten**

De controleposten worden op de kaart gemarkeerd door cirkels. Het middelpunt van de cirkel geeft aan waar op het terrein zich het icoontje bevindt.

Er zijn 2 varianten in de oefeningen verwerkt.

Ofwel dienen de controleposten achtereenvolgens aangedaan te worden. Daarbij zijn de posten onderling verbonden door verbindingslijnen en staat bij elke post een oplopend nummer. Dit noemt in oriëntatiecompetities een "omloop".

Ofwel worden de controleposten op vrije basis (ad random) aangedaan. Bij de posten staat er dan een nummer dat overeen komt met het getal op het icoontje. Deze variant noemt in oriëntatiecompetities een "scoreloop".

Sommige posten zijn heel dicht bij elkaar geplaatst. Aan de begeleiders wordt daarom gevraagd om dit te benadrukken bij de deelnemers.

Er is voor gekozen om geen vaste startplaats aan te duiden op de kaart. De oefeningen zijn echter ontworpen met als startplaats de schuilplaats "Vogelnest", de overdekte houten luifel.

### **De controletabellen en/of scorebladen**

De meeste oefeningen kunnen uitgevoerd worden zonder apart scoreblad.

Hiervoor vind je in de linker kolom van de kaart een raster met maximaal 16 vakjes.

In functie van de oefeningen kunnen deze vakjes:

- de icoontjes van de desbetreffende oefening bevatten
- gedeeltelijke icoontjes (soms zijn letters of getallen weggelaten) bevatten
- leeg zijn

Het gebruik van het raster wordt bij elke oefening verder toegelicht.

Sommige oefeningen noodzaken echter een extra scoreblad (Vier-op-een-rij) of een extra blad met een punttekening (Verbind de punten).

### **Oplossingen en vrije aan te maken oefeningen**

Het spreekt voor zich dat de oplossingen niet vrij raadpleegbaar kunnen/mogen zijn op de website. Om de correcte oplossingen te bekomen volstaat het om op eenvoudig verzoek, volgende [mapico@olomega.be](mailto:mapico@olomega.be) te activeren en hierbij je naam, functie en organisatie kenbaar te maken.

Oriëntatieclub Omega zal je dan zo spoedig mogelijk de oplossingen van alle oefeningen per e-mail overmaken.

Hetzelfde geldt voor de vrij aan te maken oefeningen (vrije inspiratie). Hiertoe krijgen de begeleiders inzage in alle postenlocaties met hun bijhorende icoontje (75stuks).

## Moeilijkheidsgraad van de oefeningen

Als begeleider kan je op een eenvoudige wijze een oefening aanbieden in functie van ieders niveau. De moeilijkheidsgraad van elke oefening tref je bovenaan de kaart in de vorm van 3 cirkels die opgedeeld zijn in kwadranten. Elke competentie: oriëntatie – observatie – opdracht wordt apart weergegeven.

Hoe meer kwadranten ingekleurd zijn, hoe moeilijker de oefening.



Als leidraad voor deze moeilijkheidscore werden volgende criteria gebruikt:

Eenzijds is er **het aspect oriëntatie:**

- \* = vrijstaand object, duidelijk te onderscheiden
- \*\* = meerdere objecten bijeen, vergt detail oriëntatie
- \*\*\* = zonder pictogram zodat geen controle mogelijk is
- \*\*\*\* = memorisatie

Anderzijds is er **het aspect observatie:**

- \* = pictogram wordt integraal weergegeven op kaart zodat controle mogelijk is
- \*\* = pictogram wordt gedeeltelijk weergegeven op de kaart
- \*\*\* = pictogram wordt licht gewijzigd weergegeven: bv spiegelbeeld, andere letter of getal
- \*\*\*\* = pictogram wordt niet weergegeven

Tot slot is er **het aspect verbanden leggen:**

- \* = vraag en antwoord zijn eenvoudig: een getal, een kleur, een verzameling,...
- \*\* = vraag en antwoord vergen licht denkwerk en/of eenvoudige opdracht: rekenen, woord vormen
- \*\*\* = vraag en antwoord vergen gevorderd denkwerk en/of gevorderde opdracht: boggle/scrabble, klassikaal
- \*\*\*\* = vraag en antwoord vergen memorisatie en redeneervermogen

## Toegankelijkheid



Links bovenaan tref je het rolstoelsymbool, dat aangeeft of alle controlepunten (icoontjes) kunnen waargenomen worden van op de weg. Sommige controlepunten zijn evenwel ook bereikbaar over goed onderhouden grasvelden.



# Oefenpakket

Vier-op-een-rij  
Verbind de stippen  
Boggle  
Ontbrekend  
Rommel in de dierenstal  
Observatie  
*“Eigen inspiratie”*



## **Vier-op-een-rij.**

Iedereen krijgt een kaart met enkel postencirkels (zonder volgnummers). In totaal zijn er 16 cirkels op de kaart. Iedereen krijgt een scoreblad met een rooster van 4 op 4 waarop getallen ingevuld zijn.

De deelnemers gaan op zoek naar de controleposten. Op de icoontjes staat een getal en een letter. Ze noteren, ter controle, de letter in het vak bij het bijhorende getal in het rooster. Zodra men 4 getallen op een rij (horizontaal/verticaal/diagonaal) heeft, keert men terug naar de startplaats. De begeleider controleert de letters. De deelnemer die als eerste een correcte vier-op-een-rij heeft wint.

### Benodigdheden:

Kaart, het scoreblad, stift, een schrijfplankje (aangeraden)

### Oplossing:

Per oefening is er een scoreblad waarbij de letters zijn ingevuld.

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

### Aantal oefenvarianten: 4

### Bijkomende info:

1. Oefeningen 1 en 2 zijn iets eenvoudiger dan oefeningen 3 en 4.  
Met name worden bij oefeningen 1 en 2 de icoontjes beperkt (zonder letter en getal maar met kleur en tekening) voorgesteld in de linker kolom. Dit geeft de deelnemers een extra bevestiging dat ze op de juiste locatie staan.
2. Minimaal dient men dus 4 controleposten aan te doen.
3. Alle deelnemers kunnen gelijktijdig starten op voorwaarde dat het eerste controlepunt door de begeleider wordt aangeduid.

## Verbind de stippen

Iedereen krijgt een kaart met postencirkels met volgnummers. In totaal zijn er minimaal 10 tot maximaal 16 cirkels op de kaart (de moeilijkere oefeningen). In functie van de moeilijkheidsgraad tonen sommige kaarten slechts gedeeltelijke icoontjes (zonder getallen). Sommige kaarten tonen geen icoontjes. Iedereen krijgt een scoreblad met een punttekening.

De deelnemers gaan op zoek naar de controleposten. Op de icoontjes in het terrein staat een getal dat tevens voorkomt op het invulblad met de punttekening. Ze verbinden achtereenvolgens de nummers, die voorkomen op de desbetreffende icoontjes, op de punttekening.

Zodra men de punttekening volledig heeft ingetekend, keert men terug naar de startplaats en toont men de punttekening. De begeleider controleert de punttekening. Welke tekening verschijnt er?

### Benodigheden:

Kaart, het invulblad met de punttekening, een stift, een schrijfplankje (aangeraden)

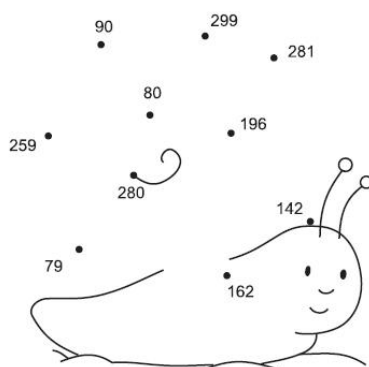
### Oplossing:

Per oefening is er een uitgewerkte punttekening beschikbaar.

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

### Aantal oefenvarianten: 5

### Bijkomende info: voorbeeld van punttekening



Ptk 2

## **QUIZ – (Boggle/Scrabble) : op zoek gaan naar letters op de controleposten.**

Iedereen krijgt een kaart met enkel postencirkels (zonder volgnummers). In de linker kolom staan de icoontjes afgebeeld weliswaar zonder letter. Het aantal postencirkels is exact gelijk aan het aantal icoontjes in de linker kolom en is tevens het aantal letters van een woord dat gevormd dient te worden. De woordlengte varieert van 5 tot 10 letters en het te vormen woord is steeds een sport.

Bij sommige oefeningen staan de posten en komen bijgevolg ook de letters in volgorde. Bij andere oefeningen worden de posten ad random aangedaan en komen de letters van het woord dus niet in volgorde. Het woord dient samengesteld te worden als een “boggle” of “scrabble”.

Tot slot zijn er ook enkele oefeningen waar er geen icoontjes in de linker kolom te zien zijn. Dit zijn de moeilijkste oefeningen.

De deelnemer dient het woord mee te delen aan de begeleider.

### Benodigheden:

Kaart, stift om de letters te noteren, een schrijfplankje (is aangeraden).

### Oplossing:

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

Aantal oefenvarianten: 8

Bijkomende info:

## **Ontbrekende controlepost = overtollig icoontje**

Iedereen krijgt een kaart met telkens 1 postencirkel minder dan dat er icoontjes in de linker kolom te zien zijn. De postencirkels zijn blanco: zij hebben geen volgnummer, maar ook het getal dat op het icoontje voorkomt wordt niet getoond. De posten worden in willekeurige volgorde aangedaan.

De deelnemers gaan op zoek naar de controleposten. Het is pas bij de laatste controle dat de deelnemer kan bepalen welk het ontbrekende icoontje op het terrein is. Dit is het overtollige icoontje in de linker kolom.

Terug aangekomen meldt de deelnemer het overtollige icoontje = de ontbrekende controlepost.

### Benodigdheden:

Kaart

### Oplossing:

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

Aantal oefenvarianten: 5

Bijkomende info:

## **Rommel in de dierenstal**

Dit is een identieke oefening als de ontbrekende controlepost, maar met een verhaal:  
*Gisteravond werd vergeten om alle stallen van de dierenstal op het provinciedomein Kessel-Lo te sluiten. De dieren zijn allemaal op wandel in het provinciedomein Kessel-Lo. Ondertussen zijn de meeste dieren terug in hun stal. Slechts enkele dieren zijn nog op vrije voet. Om te weten te komen welke dieren nog vrij zijn, kan je op zoek gaan in het domein.*

Alle gebruikte icoontjes komen dus uit één verzameling dieren.

De ontbrekende controlepost(en) = de overtollige icoontje(s) zijn de dieren die nog niet terug gekeerd zijn naar hun stal.

Er wordt niets genoteerd. De deelnemers dienen de dieren die men tegenkomt, te memoriseren en het ontbrekende dier te benoemen.

### **Benodigheden:**

Kaart.

### **Oplossing:**

Per oefening is de ontbrekende controlepost(en) = het dier op het overtollig icoontje(s)

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

**Aantal oefenvarianten:** 4

### **Bijkomende info:**

## Observatie

Iedere kaart bevat een aantal postencirkels die in willekeurige volgorde worden aangedaan (scoreloop). De icoontjes worden niet weergegeven op de kaart.

Er is dus geen controle mogelijk om te zien of men wel degelijk op de juiste plaats staat.

Bij elke variant hoort een observatievraag:

Welke kleur komt het meeste voor?

Wat is het grootste onpaar getal?

Welke muziekinstrumenten herken je?

enz...

Terug aangekomen geeft de deelnemer het antwoord op de gestelde vraag.

### Benodigheden:

Kaart

### Oplossing:

De oplossingen zijn te bekomen via de link op de website

Aantal oefenvarianten: 3

### Bijkomende info:

## Vrije inspiratie

De 30<sup>ste</sup> oefening geeft de begeleiders de mogelijkheid om zelf oefeningen samen te stellen met behulp van een kaart waarop alle controles vermeld zijn en alle icoontjes die op het provinciedomein zijn aangebracht.

De begeleiders kunnen dan vrij een opdracht of een variant op een uitgewerkte opdracht bedenken.

### Benodigheden:

Blanco kaart

Kaart met alle controles

Bundel met 75 gebruikte icoontjes op het provinciedomein.

### Oplossing:

### Aantal oefenvarianten:

### Bijkomende info: