**Høstleir Holmenspeiderne 2019**

Tema: Cowboy

Rammer:

* Ankomst Trollheimen leirsted fredag kl 20.
* Avreise: søndag kl 15

Ledere sover i hytta eller i eget telt. Felles måltider.

Speiderne sover i patruljetelt / lavvo.

**Ansvarsområder:**

Maria: Leirsjef

Hedvig: Katapultsjef. Får med seg to rovere

Trond: Matsjef (bestiller på Kolonial)

Marte: leirbål og nattmanøver

Linnea: Inspeksjon

Magnus: Førstehjelpsansvarlig

**Program:**

Fredag kveld: Opprigg av leir, felles kveldsmat, info om morgendagen. Ro i leir 22:30

Lørdag:

08:00: Flaggheis og ord for dagen

08:15: Frokost (lederne ordner)

09:00: Inspeksjon

09:30: Patruljeførersamling – brief om dagen, tips og triks

10:00: Informasjon for patruljen, gjennomgang av surringer

11:30: Patruljene bygger

12:30: Lunsj

13:30: Bygging fortsetter

15:00: Bedømming av hester og konkurranser med lasso, luftgevær og pil og bue

16:00: Oppryddning

(fri )

18:30: Middag

19:30: Leirbål (patruljene har ett innslag hver)

20:00: nattmanøver – skotter og engelskmenn Cowboyedition

21:00: Nattkino i hytta – Rango. Roverfilm etterpå. Popcorn og kakao. Bedømming av kostymer

22:30: Stille i teltene

Søndag: 08:00: Flaggheis og ord for dagen

08:15: Frokost (lederne ordner)

09:00: Inspeksjon

10:00: Førstehjelpsøvelse

11:30: Lunsj

12:30: Rydde og pakke

14:30: Premier og oppsummering

15:00: Avreise

**Aktivitet: Hestebygging**

Patruljen skal pionere og dekorere en hest de kan kaste lasso op.

Gå igjennom surringer – rundsrurring, vinkelsurring og kryssurring.

Patruljene får raier og sisal og skal lage best mulig hest

Poenggiving:

Konstruksjon: 10 poeng (surringer og teknisk oppsett)

Kvalitet: 10 poeng (hvor godt funker den)

Presisjon: 10 poeng (dersom de treffer målet)

**Aktivitet: Leirbål**

Leirbål på bålplassen. Lederne er leirbålsledere og setter i gang, introduserer innslag og har ett innslag selv.

* Sang: Bålets flammer
* Rop: Oggi oggi
* Innslag: Patrulje 1
* Sang: Brød med smør på
* Innslag: Patrulje 2
* Innslag: patrulje 3
* Sang: Hey Soul sister
* Innslag: Lederne – Amøbeleken
* Avslutning: tapto og speiderbønnen
* Info om nattmanøver

**Aktivitet: Nattmanøver – skotter og engelskmenn Cowboyversjonen**

Dette er en versjon av leken Skotter og engelskmenn (finnes i aktivitetsbanken). Her er det to rivaliserende cowboygjenger som kriger om ressursene i villmarken.

Du trenger: 10 erteposer pr lag

To esker (matkasser)

Tau/ sperrebånd til å markere baser

En kaffekanne (svartkjele) eller annet.

Fuglekostymer hvis du ønsker

Deltagerne deles inn i to lag med hver sin base. Hvert lag har 10 erteposer som ligger i en matkasse midt i basen. Målet med leken er å ha flest mulig erteposer i sin base når leken slutter.

Deltagerne på hvert lag sniker seg bort til det andre laget og prøver å ta med seg en eller flere erteposer tilbake til sin base. Hvis de blir fanget av forsvarerlaget må de gi fra seg erteposen og gå tilbake til basen.

Regler:

Det er ikke lov til å være nærmere sin base enn 3 meter. Dersom en fra motstanderlaget kommer seg inn i basen kan de ikke fanges før de forlater basen (3 meter ut fra redet).

Dersom man blir fanget av motsanderlaget må man gi fra seg erteposen og gå tilbake til basen. Personen som tar tilbake en ertepose kan bli fanget av motstanderen.

Den hellige kaffekanne: En leder er kaffekannas vokter. Kaffekanna er verdt 5 poeng. Vokteren kan prøve å komme seg fri fra de som fanger han/henne (tilpass motstanden til speiderne).

Når leken er ferdig teller man opp hvem som har flest poeng.

**Aktivitet: nattkino**

Alle speidere og ledere inviteres til nattkino på hytta. De som har med cowboykostymer har på seg dette, og man har en konkurranse, om man vil. Lederne lager popcorn og kakao til alle mens man ser filmen.

**Aktivitet: Førstehjelpsøvelse med tre poster.**

* Post 1: Bilulykke. To biler har kræsjet. En sjåfør er bevisstløs i forsetet, den andre sjåføren har kutt i ansiktet, og er hysterisk.
	+ Markør 1:
		- Symptomer: Bevisstløs, blåmerke i ansiktet og mage (indre blødninger)
		- Behandling: frie luftveier, sjekke etter skader
	+ Markør 2:
		- Symptomer: Bevisst, hysterisk, kutt i ansiktet
		- Behandling: Fjerne fra skadestedet, roe ned. Stoppe blødning i ansiktet. Holde varm og trygg
	+ Ellers: Sikre skadested (skru av tenninger, sette opp varseltrekant). Varsle.
* Post 2: Allergi. En speider har fått i seg noe den er allergisk mot og har fått et allergisk sjokk

Markør 1:

* + - Symptomer: Bevisstløs, hoven hals. Epi-penn i lomma
		- Behandling: frie luftveier, pasientundersøkelse (for å finne allergipenn/tablett), stabilt sideleie, holde varm og god. Ringe 113
* Post 3: Pågående blødning. En speider har kuttet seg med kniv / øks
	+ Markør 1:
		- Symptomer: Bevisst (evt bevisstløs om det er lettere) , stort kutt i arm, mye blod
		- Behandling: Trykk på sår, heve skadested. Bandasje. Sjekke etter andre skader Ringe 113, holde pasienten varm og god.

Tips til gjennomføring:

Ha en evaluering på slutten av hver post før de går videre – hva skjedde, hvorfor gjorde dere det dere gjorde, hva kunne vært gjort annerledes?

Ha en felles gjennomgang på slutten , så kan alle dele det de har lært.

**Aktivitet: Inspeksjon**

Hensikten med inspeksjon er å lære speiderne til å ha orden på leirplassen og seg selv.

Forslag til poenggiving:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kategori | Maks poeng | Hva sjekkes |
| Orden i teltet | 10 | Personlig utstyr i sekk, liggeunderlag pent lagt ut. Generell orden |
| Orden på leirområdet | 10 | Ligger det søppel eller flis rundt omkring?Er utstyret samlet sammen?Oppvasken tatt? |
| Stil og sveis | 10  | Er speiderskjerf og skjorte på? Ser det ordentlig ut?Er hender rene og pene? |
| Det lille ekstra | 5  | Står de pent under inspeksjon? Har de pyntet området ekstra? |