

# Examinering manövergård Rörken 2024





# Varför köra manövergårdsövningar?

- 30-40% av alla singelolyckor sker i låg fart
- Kostar mellan 30-50 000 per olycka
- Stort mörkertal
- Lång rehabilitering och långt lidande

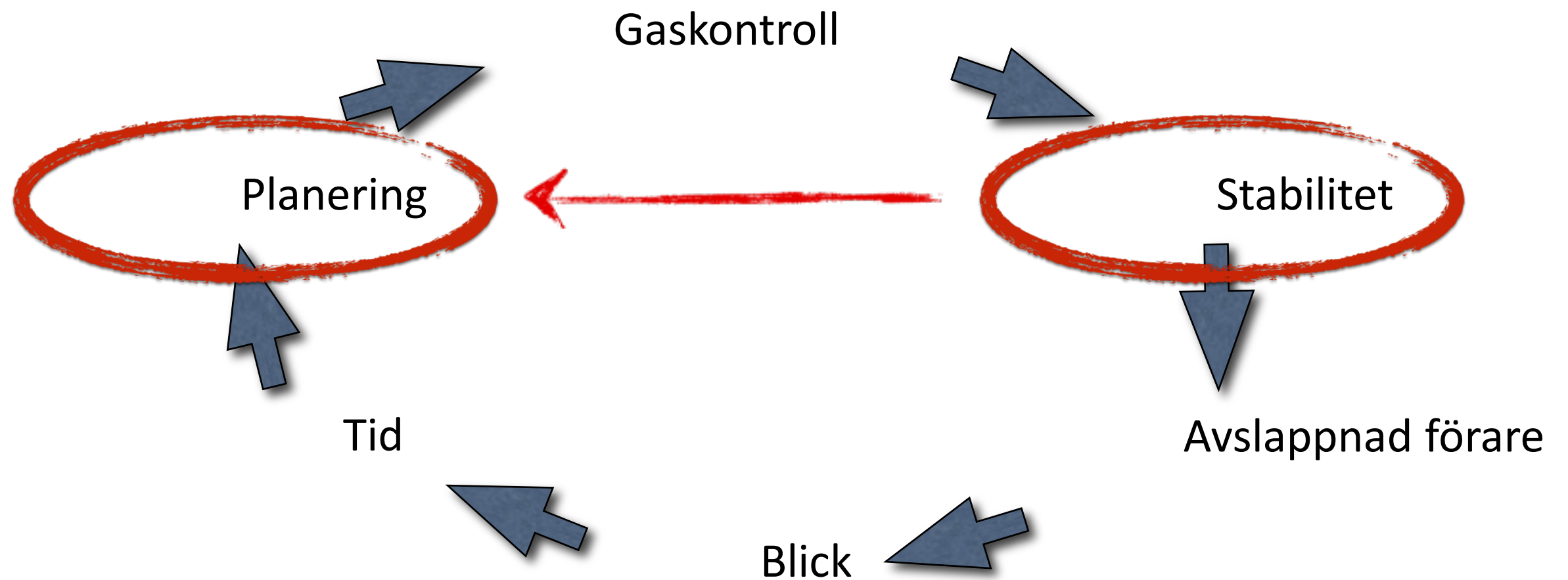
# Vilka verktyg behöver vi?

- Blick
- Balans
- Gaskontroll
- Bromskontroll
- Kopplingskontroll
- Körställning
- Planering

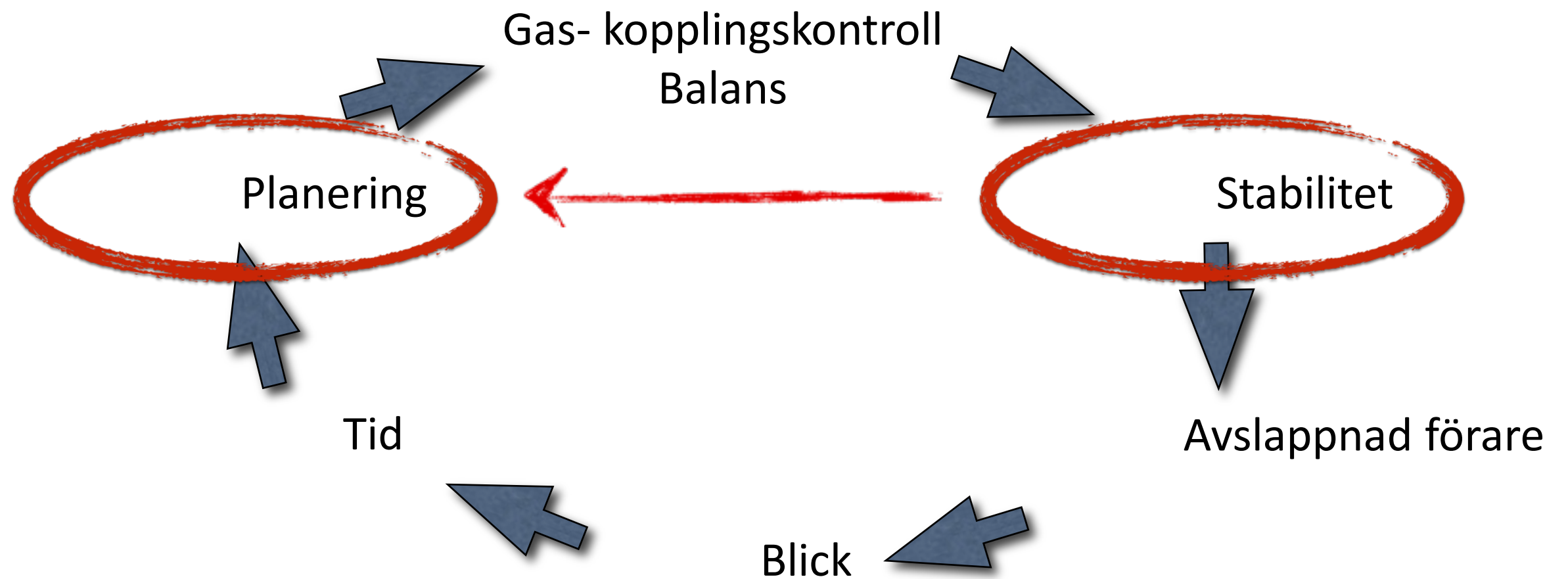
# Mjuka värden?

- Tänka
- Planera
- Placering/spårval
- Svängpunkt
- Hastighet

# Grunden i våra utbildningar

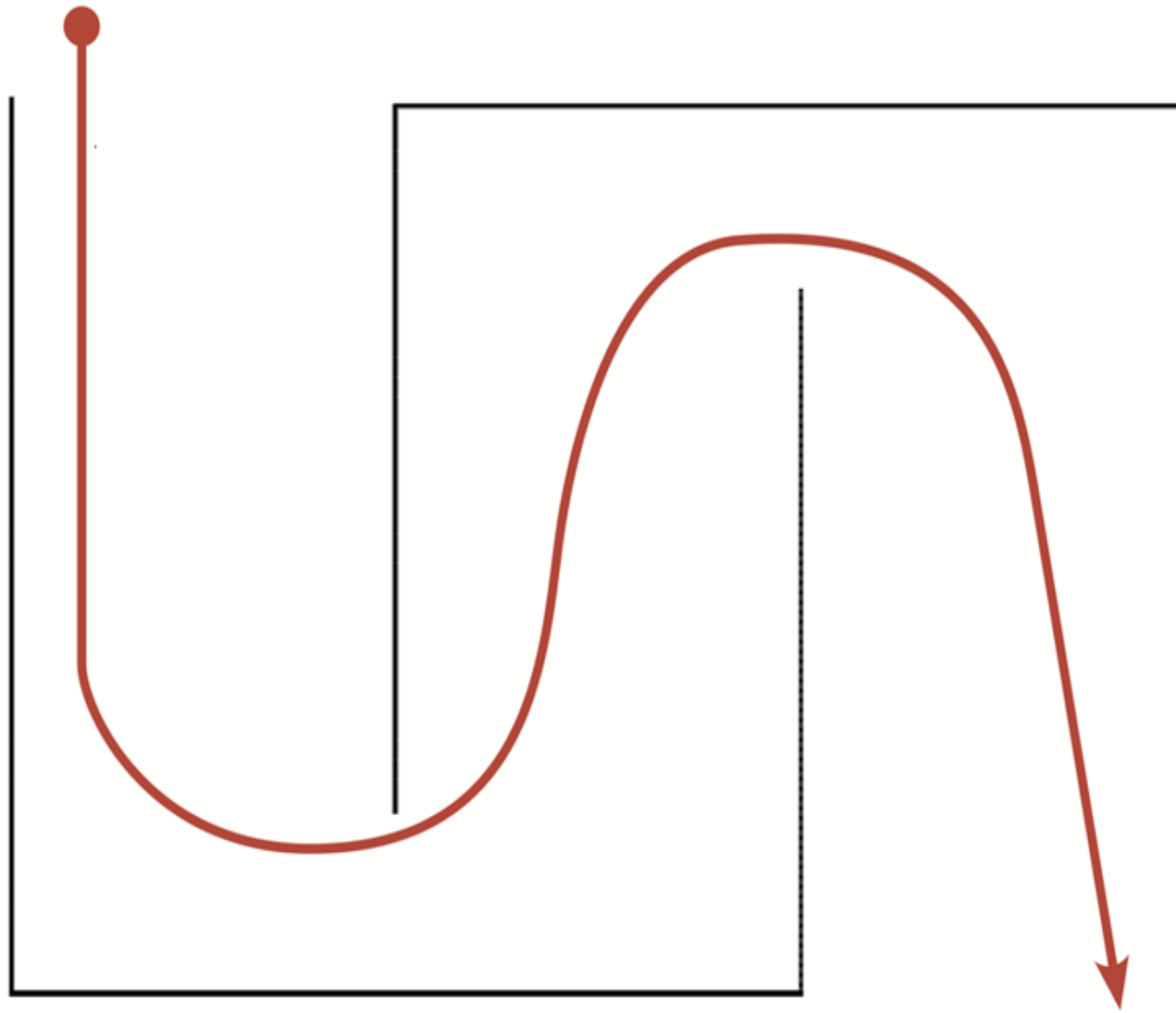


# Lågfart / manövergård

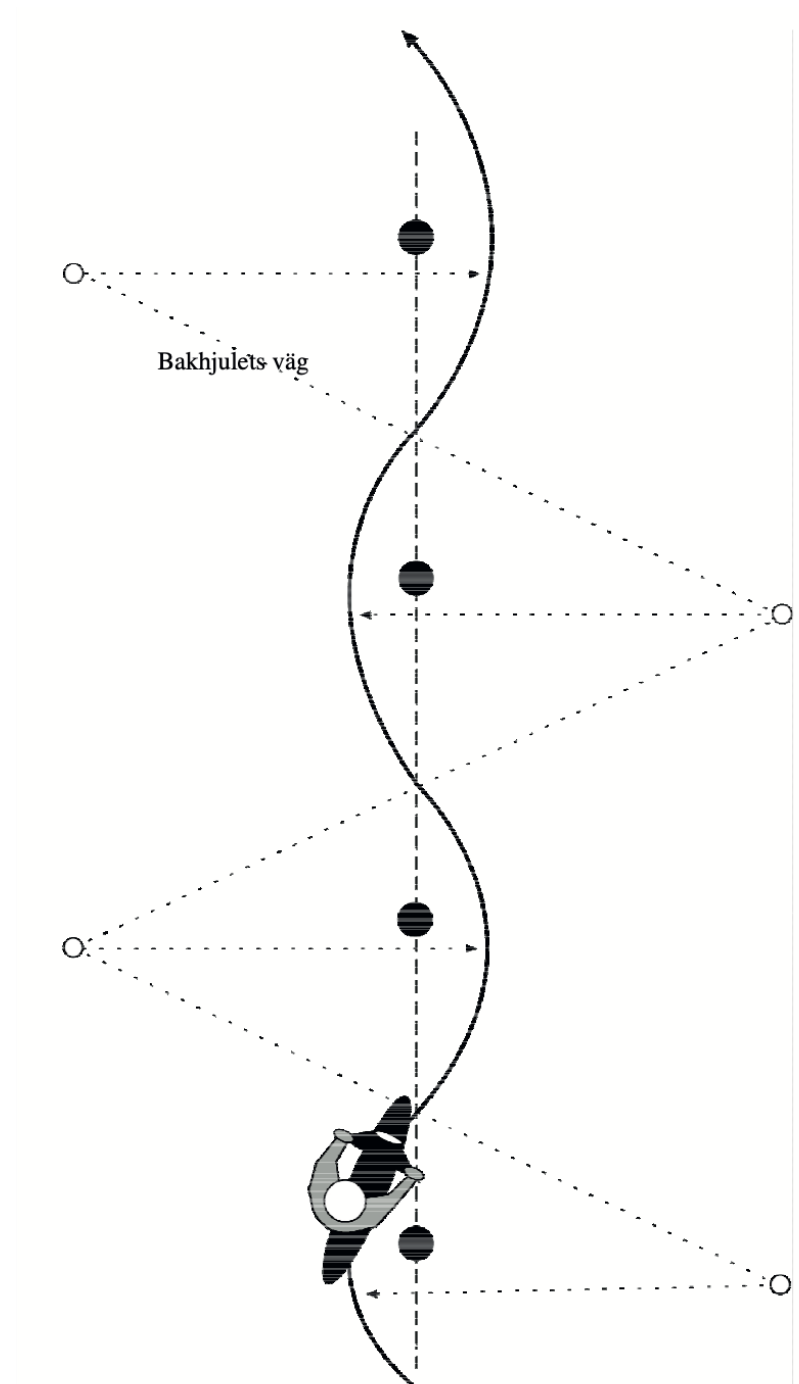


# Övningar

- Bryggargården
- 8:an
- Femman
- Polis 8:an
- Slow Race
- Serpentin
- Cirkeln
- ...med flera...







# Vad tittar vi på vid examinationen?

- Trafikkoppling
- Pedagogisk förmåga
- Manövrering/kontroll MC
- Planeringsförmåga
- Anpassningsförmåga
- Vilja att lära sig
- Samarbetsförmåga

## Manövergård Rörken 2024

### Scenario – Avrostningsdag på Rörken

- Du förbereder/planerar för 3 manövergårdsövningar
- Ni kommer jobba två och två

# Manövergård Rörken 2024

## Förberedelse

- Välj 3 manövergårdsövningar som du ska kunna bygga, åskådliggöra och instruera/coacha

## Manövergård Rörken 2024

### ”Åskådliggöra”

- Beskriva syfte och mål
  - Trafikkoppling
  - Genomförande – hur den körs, dema
- Coacha – Se vad deltagaren behöver för att lyckas



## Manövergård Rörken 2024

- Varje grupp bygger övningar
  - Provköra och justera
- Deltagar-aspiranter är med i byggande
- Din grupp kommer vara deltagare i den andra gruppens övningar

## Manövergård Rörken 2024

### Befintlig rekvisita

- Koner, låga och höga
  - Däck
  - Plankor
  - Vägkriter
- Något speciellt ni önskar hör ni av er – kanske vi kan lösa det

# Att tänka på...

- Det finns inga "bestämda mått"
- ALLA ska kunna köra igenom
- Provkör, provkör och provkör igen
- Aktiverande pedagogik
- Ha roligt!

## Manövergård Rörken 2024

### Hemläxa

- Träna på "Cirkeln" – 3 varv med styret mot styrstoppet.  
Både vänster- och högervarv  
Fundera på svårigheter med övningen,  
vad är nycklarna för att lyckas med övningen.



# Grusmomentet Rörken 2024





# Grusmomentet Rörken 2024

## Under examineringen

- Prova på några grusövningar från SMCs gruskurs
- Inte bedömningsgrund i examineringen

→ Information!

- Grusinstruktör – benämning för påbyggnad gruskompetens
  - Grusinstruktör är inte ett eget instruktörsskap
- Är man intresserad av att köra och instruera på grus registrerar man sig som grusaspirant
  - Gruskompetensen kan läsas in och prov kan göras under aspiranttiden som instruktör
    - Gå en gruskurs, gå med som aspirant