

Examinering manövergård Rörken 2024



Manövergård Rörken 2024



Anders Ljungqvist Malm



Maria Syrjälä



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

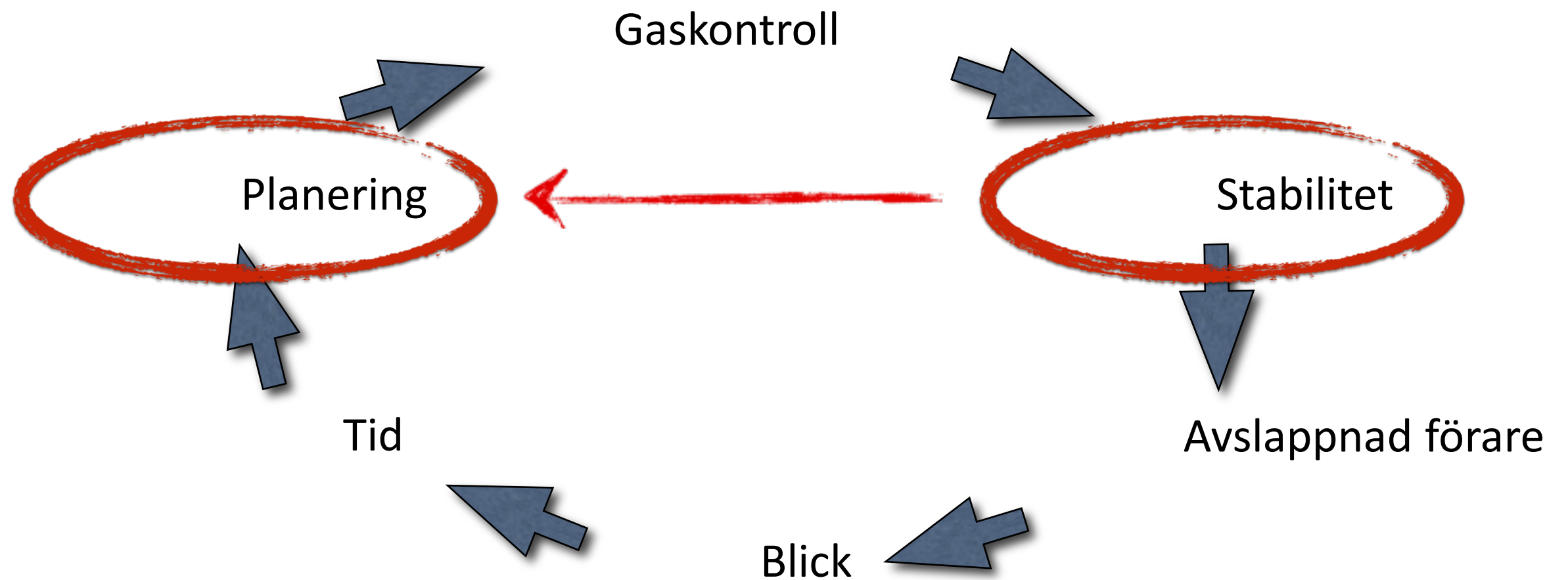
Vilka verktyg behöver vi?

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

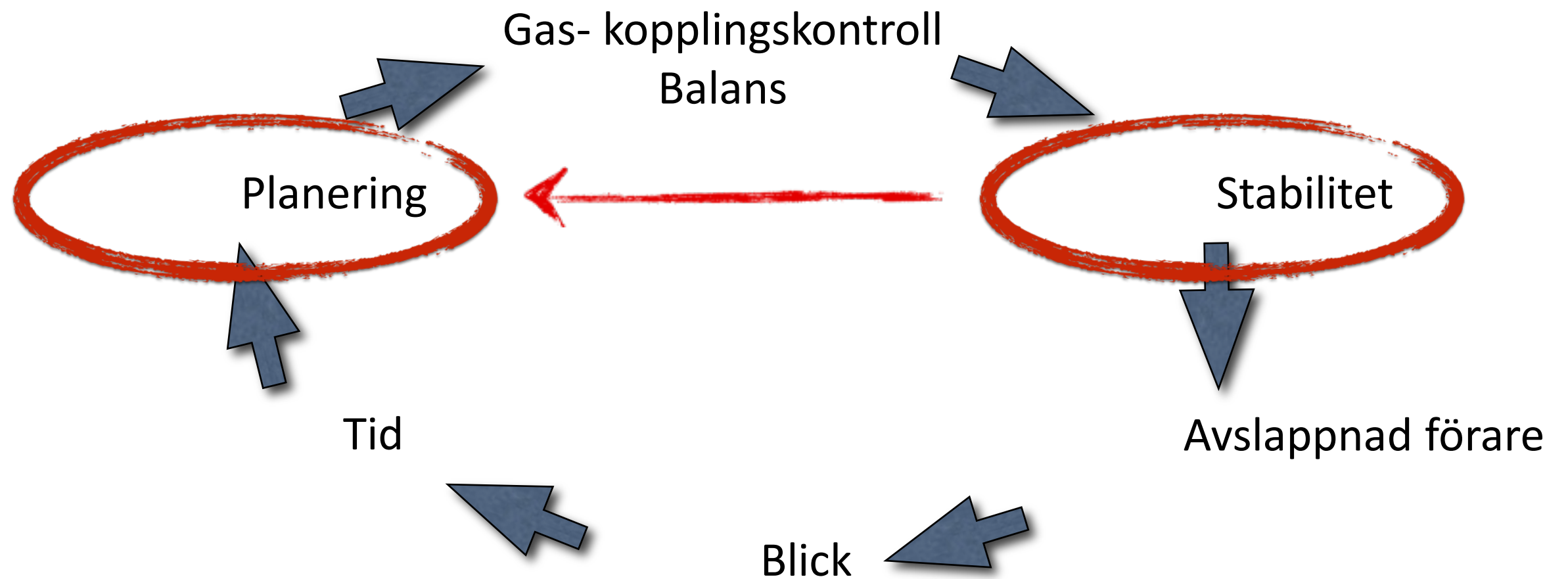
Mjuka värden?

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

Grunden i våra utbildningar

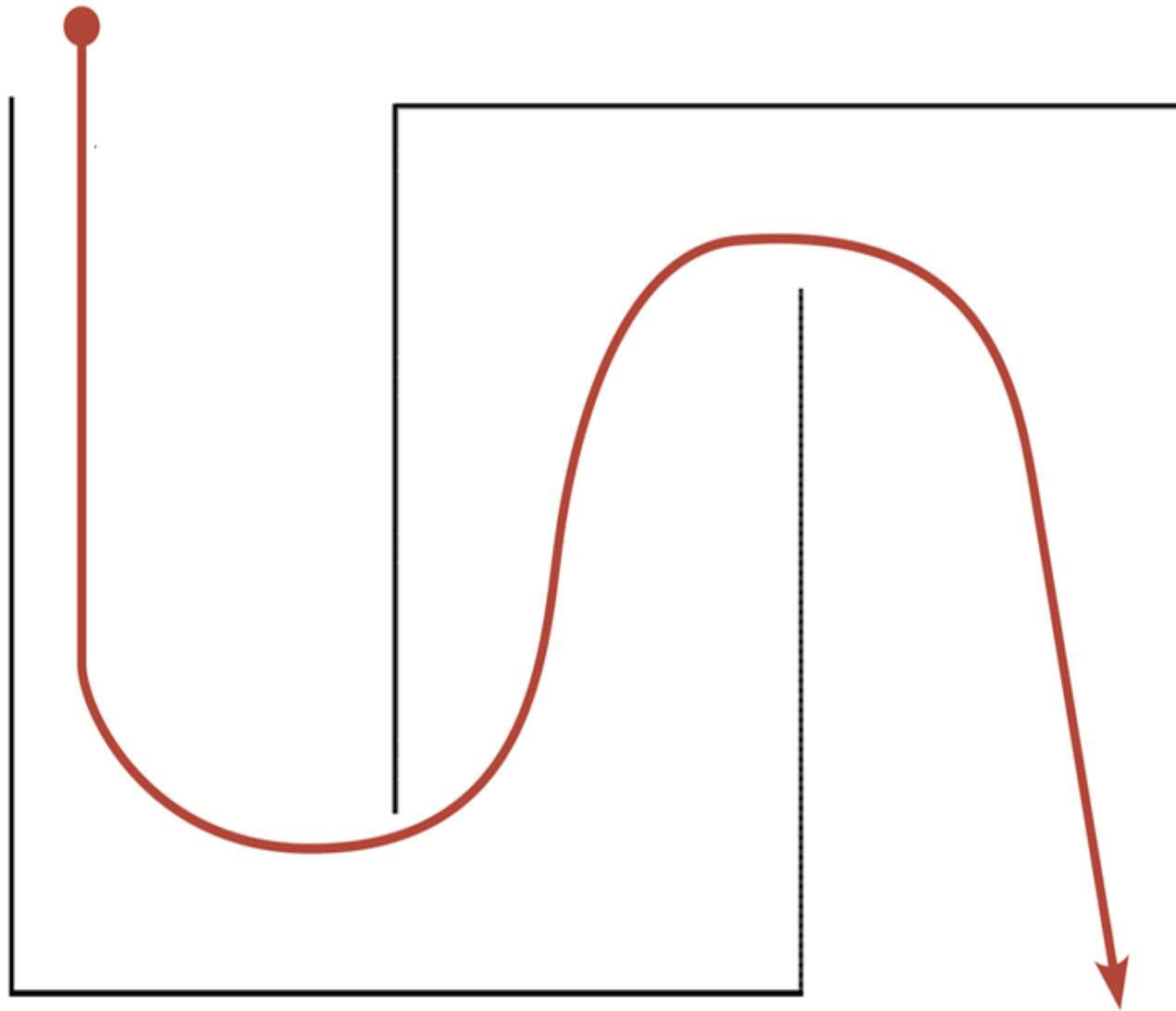


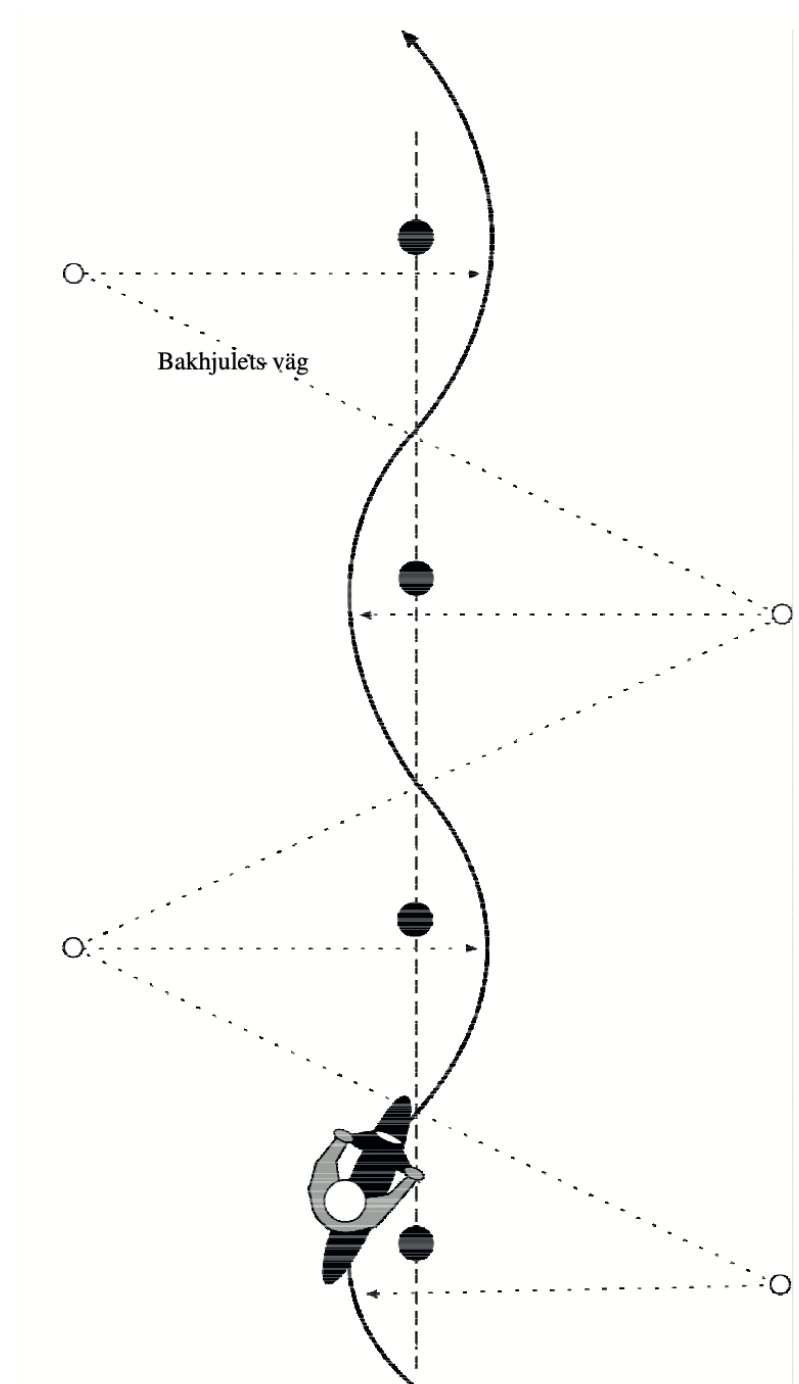
Lågfart / manövergård



Övningar

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





Manövergård Rörken 2024

Scenario – Avrostningsdag på Rörken

- Du förbereder/planerar för
3 manövergårdsövningar
- Ni kommer jobba grupper om två eller tre

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 de andra gruppernas övningar

Manövergård Rörken 2024

Gruppindelning manövergård Gul 1		
	Anders Westling	Dalarna
	Lilly Gaiser	Gotland
	Isagell Karlsson	Jönköping
	Henric Larsson	Skåne

Gruppindelning manövergård Blå 1		
	Erik Larsson	Dalarna
	Hanna Wieslander	Gotland
	Anna Stais	Dalarna

Gruppindelning manövergård Röd 1		
	Niklas Lundaahl	Dalarna
	Magnus Handell	Jönköping
	André Riise	Södermanland
	Rickard Johansson	Västra Götaland

Gruppindelning manövergård Gul 2		
	Jakob Kobryn	Uppsala
	Torbjörn Carlqvist	Värmland
	Johan Björs	Dalarna

Gruppindelning manövergård Blå 2		
	Pontus Lenell	Södermanland
	Michael Sandgren	Uppsala
	Jan Peter Bardén	Västernorrland

Gruppindelning manövergård Röd 2		
	Max Viertotak	Stockholm
	Petter Cederholm	Västerbotten
	Kjell Bergendahl	Dalarna

Gruppindelning manövergård Gul 3		
	Erik Molin	Västmanland
	Anders Johansson	Örebro
	Stefan Jonsson	Dalarna

Gruppindelning manövergård Blå 3		
	Ulrika Bergström	Västerbotten
	Christer Ericson	Västmanland

Gruppindelning manövergård Röd 3		
	Ulf Darnarp	Västmanland
	Erik Ljung	Östergötland
	Mathias Bauer	Dalarna

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 men det ska ändå vara en utmaning
- Provkör, provkör och provkör igen
- Aktiverande pedagogik
- Ha roligt!

Vad tittar vi på vid examinationen?

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

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



© meltrockphoto - Kristina Malm

Grusmomentet Rörken 2024

- 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

Under examineringen

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

Manövergård Rörken 2024



Anders Ljungqvist Malm
anders@smcgrus.se



Maria Syrjälä
maria.syrjala@gmail.com