

Nuorten ratojen laatiminen taitotasoin

Nuorten suunnistuksen seminaari

Varalan urheiluopisto 7.2.2026

Ohjelma

a) Teoria

- Taustatietoa lasten ratojen suunnitteluun
 - Lasten ratojen erityispiirteet
 - Ratasuunnittelusta lyhyesti
 - Sarjat
- Suunnistusratojen taitotasot ikäsarjoittain

a) Käytäntö

- Ratasuunnittelu annetulle ikäryhmälle / taitotasolle (tukimateriaali)
- Esittely pienryhmissä
- Huomiot yleisesti

Lasten ratojen suunnittelun lähtökohtia

Aloitteleville suunnistajille ratoja tekevä ratamestari on tärkeässä asemassa.

Ratamestarin haasteena on suunnitella osallistujille sopivat suunnistustehtävät.

Ratamestarin työn laatu on todellisessa puntarissa silloin kun suunnistusta kokeilemaan tullut aloittelija tekee ratkaisunsa, jatkaako hän harrastusta rastien parissa.





Lapselle metsä voi olla jännittävä paikka. Kilpailuissa vieraassa ympäristössä moni muukin asia voi jännittää.

Lähtökohtaisesti lasten rata ei voi koskaan olla liian helppo ts. mieluummin laaditaan liian helppo kuin liian vaikea rata.

Taitotasojen erot ovat huomattavat kaikissa ikäluokissa. Lapset kehittyvät yksilölliseen tahtiin ja suunnistuskokemuksen määrässä on suuria eroja. On tärkeää mahdollistaa myös myöhäisempi mukaantulo ja erikoistuminen.

Lasten ratojen lähtökohtia 1/2



Turvallisuus

- ✓ Alueen rajautuminen pysäyttäviin kohteisiin kuten asutukseen, peltoihin tai teihin.
- ✓ Maaston mahdolliset vaaratekijät on harjoituksia tai kilpailuja laadittaessa vältettävä järkevällä suunnittelulla.
- ✓ Rastien takana pysäyttävät kohteet.



Kehityksen mukainen taitotaso

- ✓ Jokaisen rastivälin tulee sisältää ikätasolle sopivia suunnistustehtäviä, joiden ratkaisemista osallistujat ovat harjoitelleet.



Maasto ja kartta

- ✓ Kulkukelpoisuus ja näkyvyys maastossa lapsen näkökulmasta.
- ✓ Lapselle luettava kartta ei sisällä liikaa pieniä yksityiskohtia, eikä korkeuseroja.
- ✓ Polkuja ja kulku-uria on hyvä olla, mutta liian tiheä ja risteilevä polkuverkosto on lapselle haastava. Lapsella on rajoittunut kyky havainnoida kauas ja etsiä kartalta muita etenemistä tukevia kartanlukukohteita.

Lasten ratojen lähtökohtia 2/2



Opetuksellisuus

- Pyrkimys monipuolisiin rastipisteisiin ja suunnistustehtäviin.
- Hyvällä suunnistusradalla on oivalluksia tarjoavia elementtejä, jotka ovat tueksi suunnistustaidon oppimisessa.
- Suunnistusrata voi esimerkiksi antaa oivalluksen, miten voi käyttää maastonmuotoja johdattelevana reittinä tai pysäyttäjänä rastin takana.



Reitinvalinnat

- Parhaimmat rastivälit tarjoavat erilaisia reitinvalintamahdollisuuksia, joista eritasoiset suunnistajat löytävät oman taitotasonsa mukaisia ratkaisuja.
- Suunnistaja, joka ei vielä ole niin taitava, voi käyttää tarjolla olevia kiertäviä ja varmoja reitinvalintoja.



Vauhdikkuus

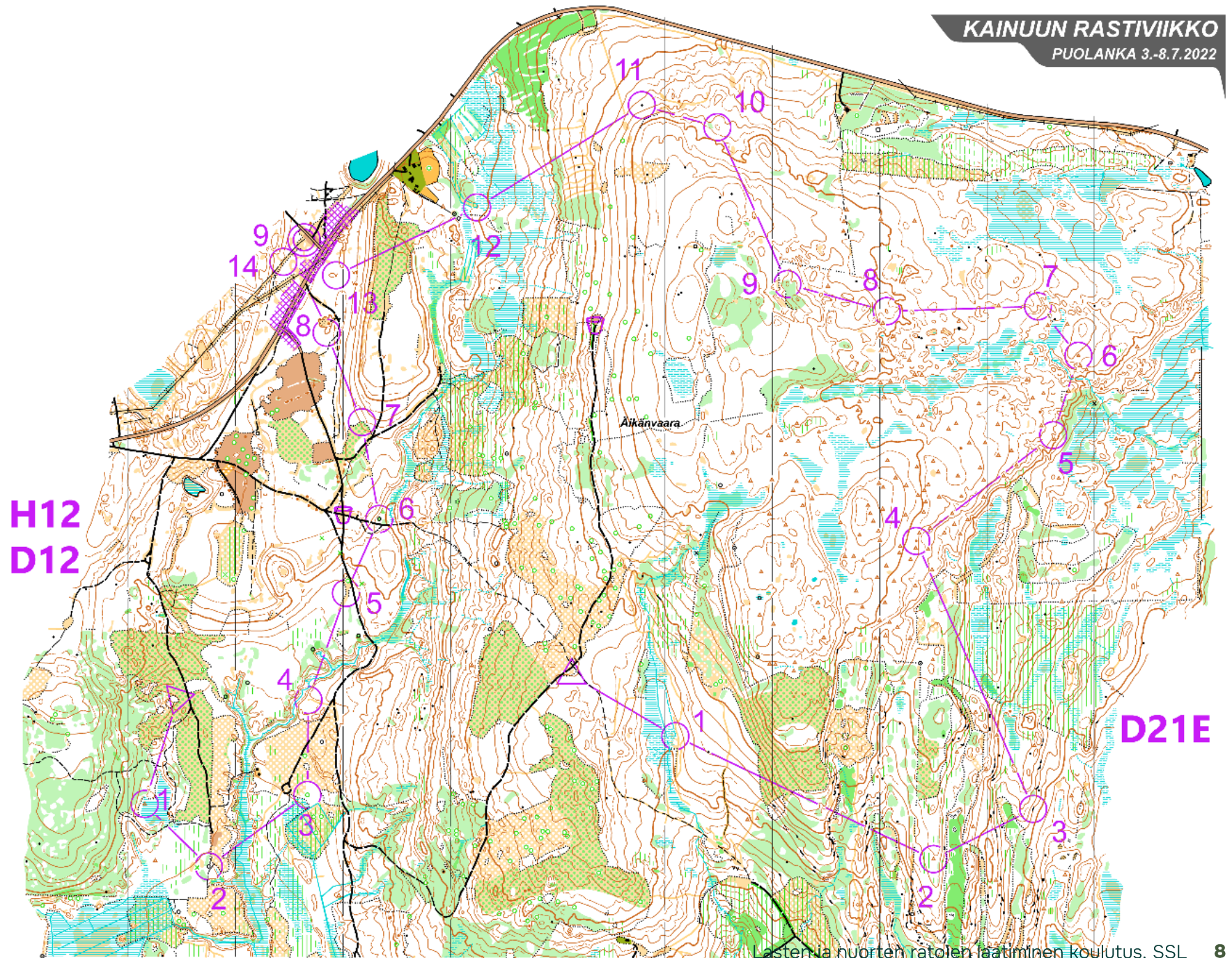
- Suunnistusradan tehtävä ei ole "jarruttaa" etenemisvauhti minimiin.
- Hyvä suunnistusrata tarjoaa osaavalle suunnistajalle vauhdikkaan kokemuksen ja epävarmemmallekin vauhdikkaita osuuksia.

Lasten radoille ei aina ole tarjolla ihanneolosuhteita.

Lasten radoista vastaavien ammattitaito nouseekin tavattoman tärkeään rooliin, kun suunnitellaan kansallisen kilpailun ratoja ja toimintoja.

Perusratkaisuina on varmistettava kilpailukeskuksen ja lähtöjen sijainti niin, että lasten radoille saadaan sopivin mahdollinen maaston osa.

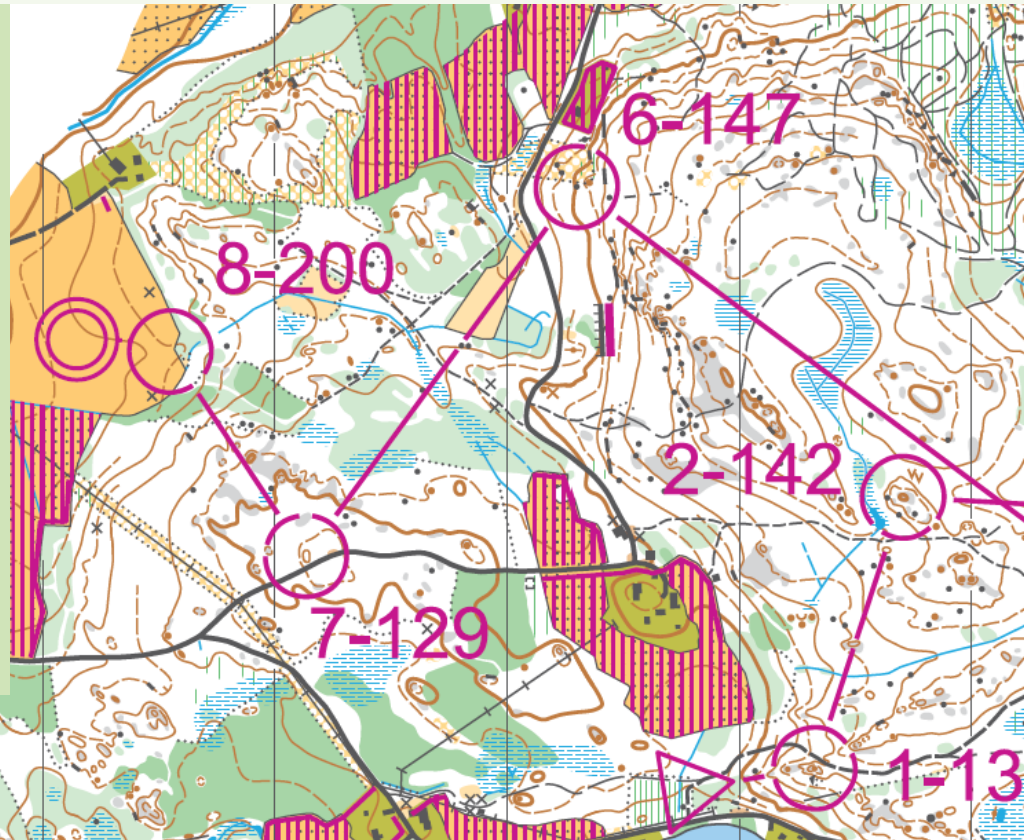
Mikäli maasto ei sovellu lasten ratojen toteuttamiseen, jätetään lasten sarjat pois.



Rastivälit voivat olla erilaisia

Tulitikkuväleistä” muodostettua “tasapaksua” rataa tulee välttää.

Vaihtelevuutta suunniteltaessa on huomioitava, että vaihtelevuus ei tarkoita liian vaikeita suunnistustehtäviä, yllätyksellisyyttä tai “kompaa”.



Siirtävän rastivälin avulla saadaan edellinen ja/tai seuraava rastiväli alkamaan tai päättymään haluttuun kohteeseen, jolloin tästä seuraavasta välistä tulee esim. reitinvalintojen kannalta mielekkäämpi.



Yhdistävä rastiväli voidaan toteuttaa esim. viitoituksella tai tarjoamalla tieväli. Yhdistävä rastiväli vie suunnistusradan jonkin suunnistuksellisesti vähäpätöisen, vaarallisen tai lapsille suunnistuksellisesti vaikean maaston osan yli.

Ote suunnistuskartasta 170405

Maastokartoitus ja piirtäminen

Koopiste / Kimmo Viertola

OCAD 8159, 2013-2017

Pohja-aineisto

Laserkeilausaineisto © MML

Maastotietokanta © MML

Painatus

Kirjapaino Ässä Oy

Kilpailusarjat

- Järjestäjä voi itse päättää, mitkä sarjat kilpailussa tarjotaan.
- Erilaiset sarjavaihtoehdot mahdollistavat osallistumismahdollisuuden kaikille kiinnostuneille.
- Lajisääntöjen mukaiset lasten ja nuorten kilpailusarjat viereisessä taulukossa.

Sarja		Taitotaso
H10RR	D10RR	
H10	D10	
H12TR	D12TR	
H12	D12	
H13	D13	
H14	D14	
H15	D15	
H16	D16	
H18	D18	

Ohjeajat ja mittakaavat

KANSALLISET KILPAILUT

Sarja		Ohjeaika (voittaja)			Taitotaso	Mittakaava	
		Sprintti	Keskimatka	Pitkämätka		Sprintti	Metsä
H10RR	D10RR	12-15	14-16	16-20		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H10	D10	12-15	14-16	16-20		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H12TR	D12TR	12-15	14-16	16-20		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H12	D12	12-15	15-20	20-25		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H13	D13	12-15	15-20	25-30		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H14	D14	12-15	15-20	30-35		1:3000-1:4000	1:7500-1:10000
H15	D15	12-15	20-25	35-40		1:3000-1:4000	1:10000-1:15000
H16	D16	12-15	20-25	40-45		1:3000-1:4000	1:10000-1:15000
H18	D18	12-15	25-30	50-55		1:3000-1:4000	1:10000-1:15000

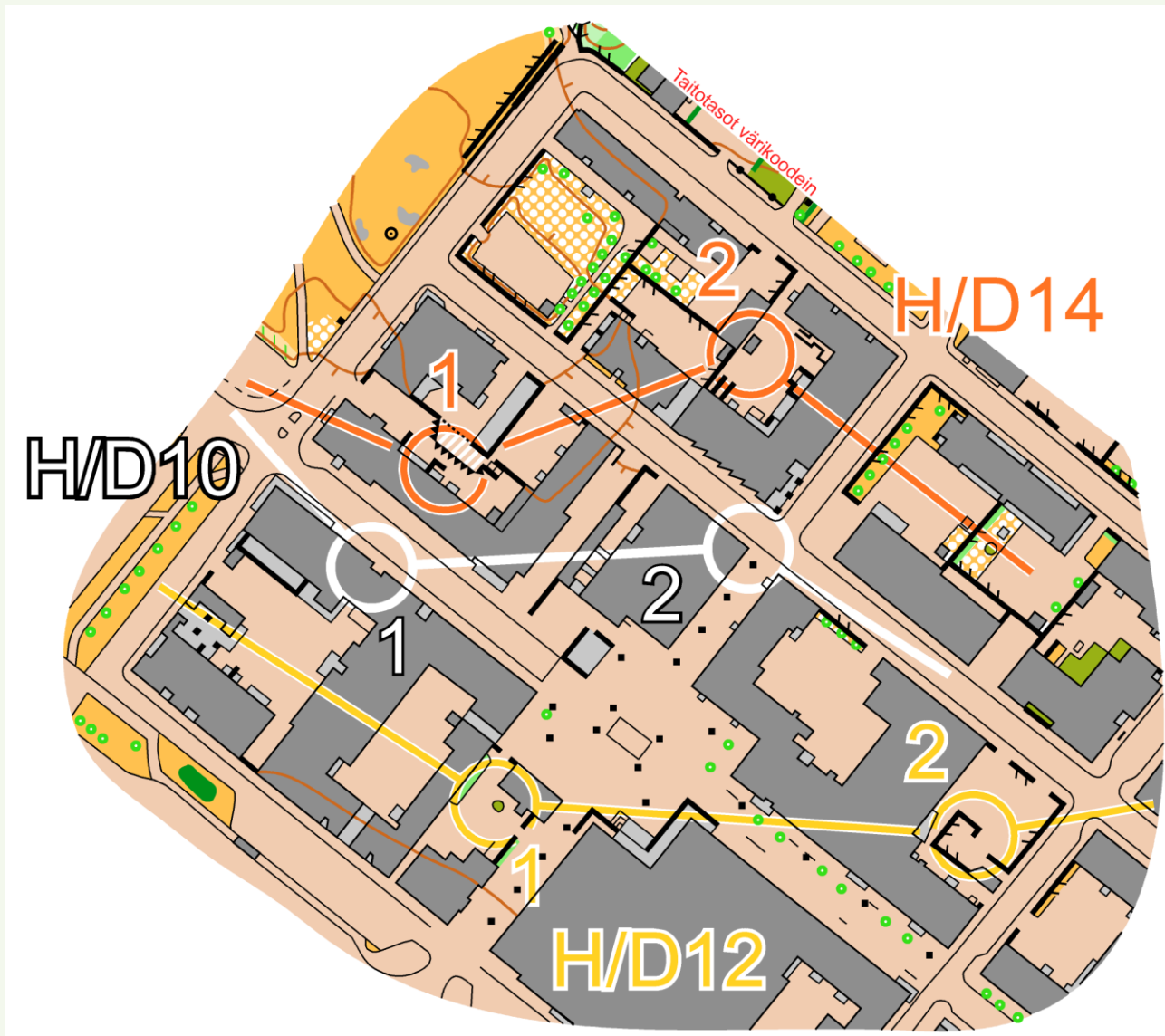
Ohjeaika on voittajan aika, mutta on tärkeä aina miettiä osallistujajoukkoa kokonaisuutena. Erot eivät saisi venyä kohtuuttoman suuriksi.

Suunnistusratojen taitotasot ikäsarjoittain

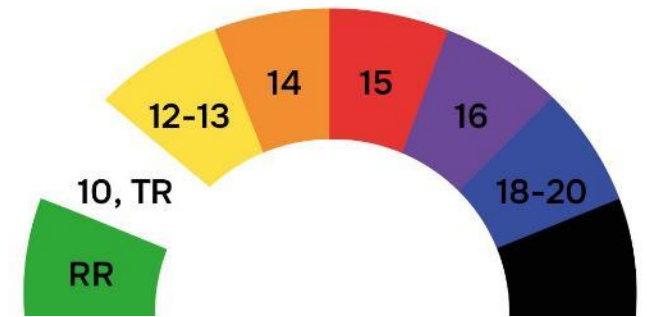
Taitotasot

- Suunnistusratojen taitotasoa kuvataan väriasteikolla.
- Taitotasojen kuvauksiin on yhdistetty myös ikäluokittaiset kilpasarjat.
- Suunnistusliitto suosittelee seuroja ottamaan värimallin käyttöön kaikessa toiminnassa vahvistamaan yhteistä kieltä ja ymmärrystä suunnistustehtävien vaatimustasoista.



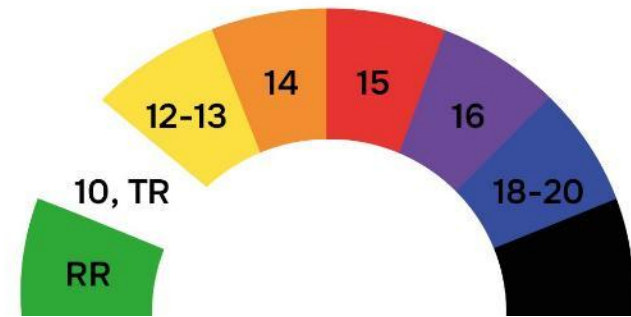


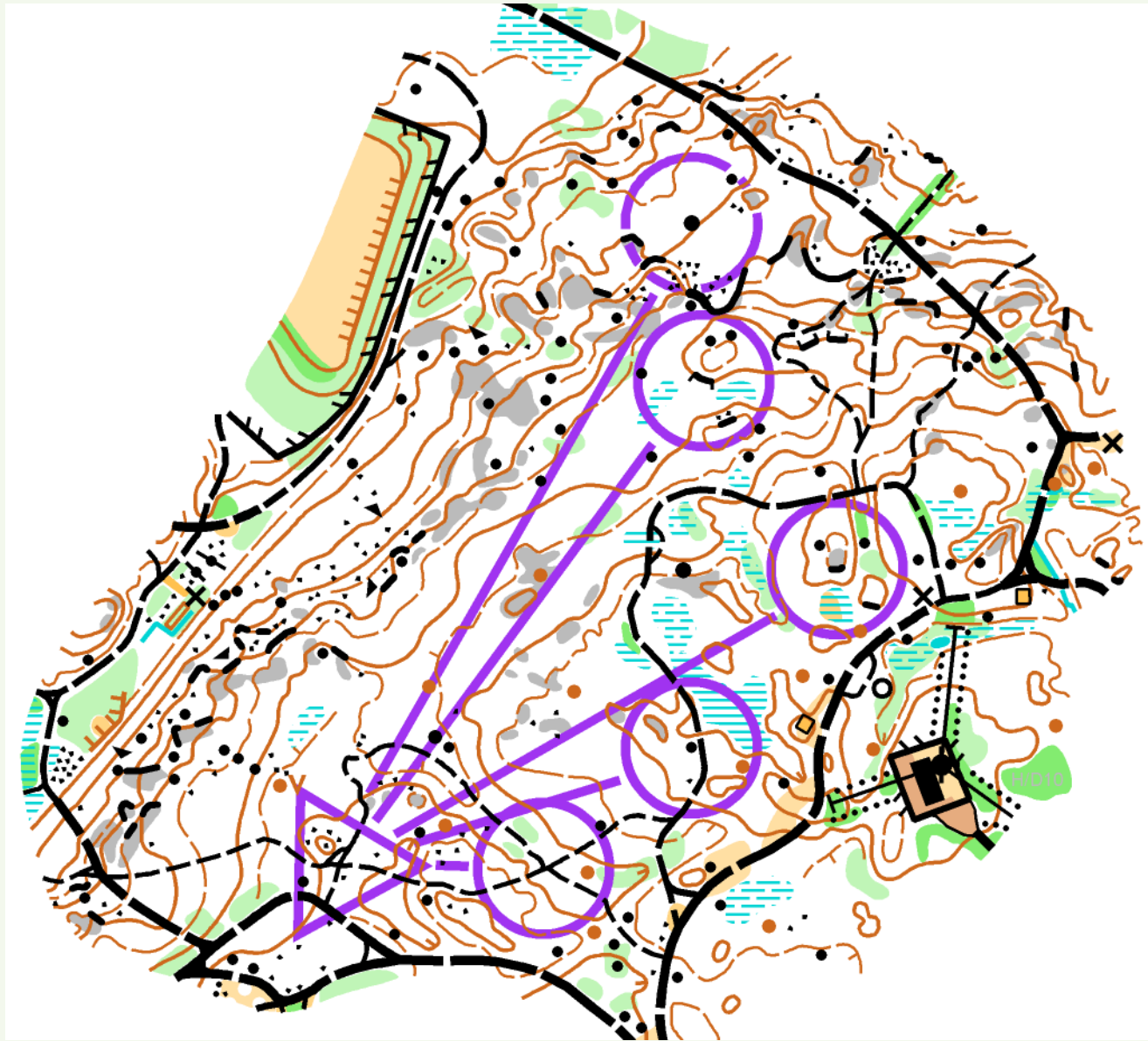
Esimerkki suunnistustehtävistä eri ikäluokille samassa maastossa



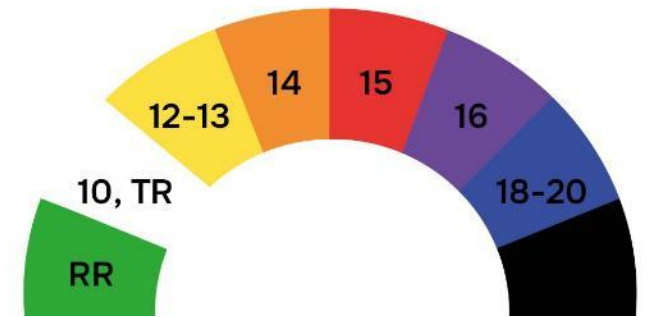


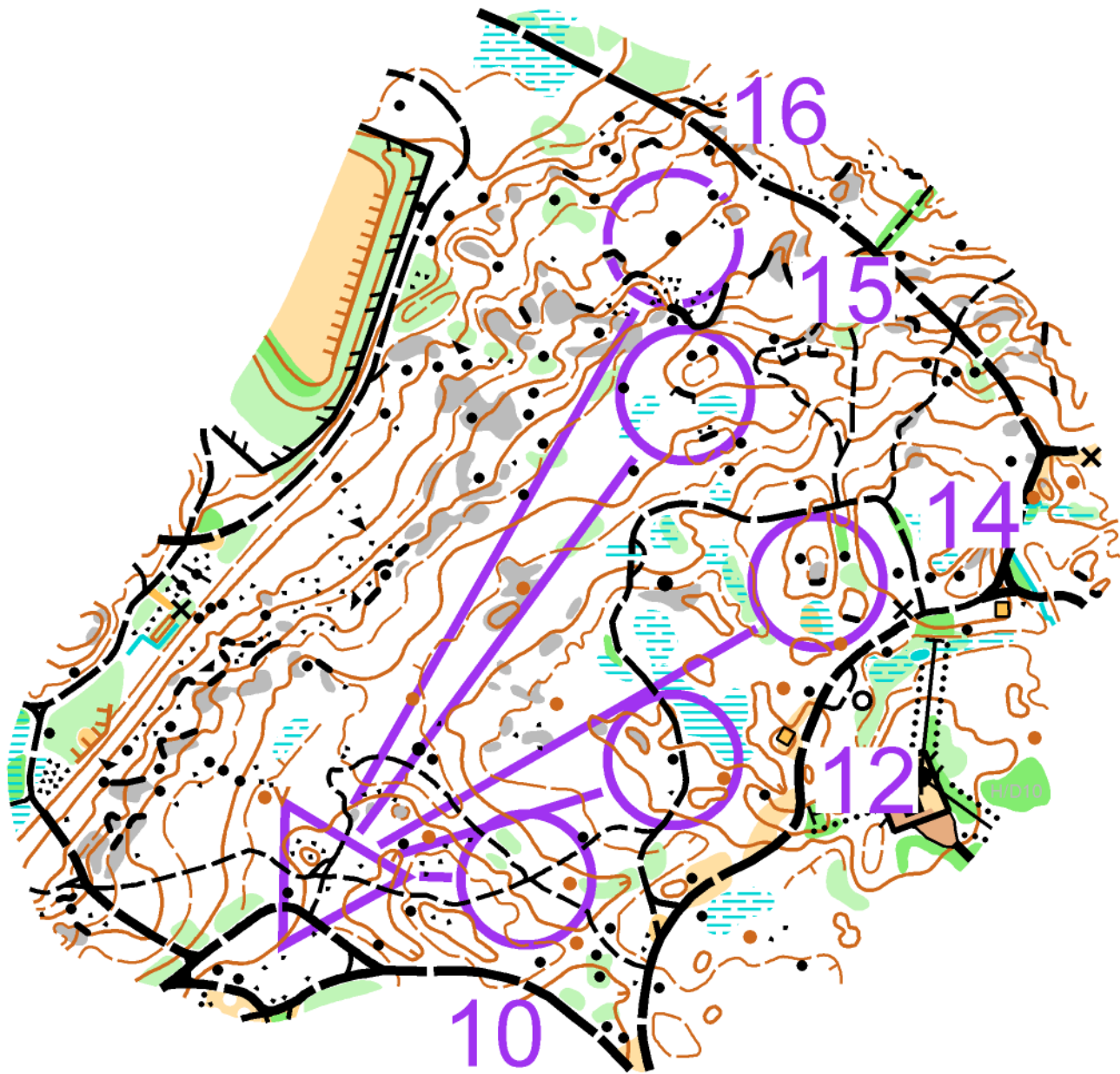
Esimerkki suunnistustehtävistä eri ikäluokille samassa maastossa



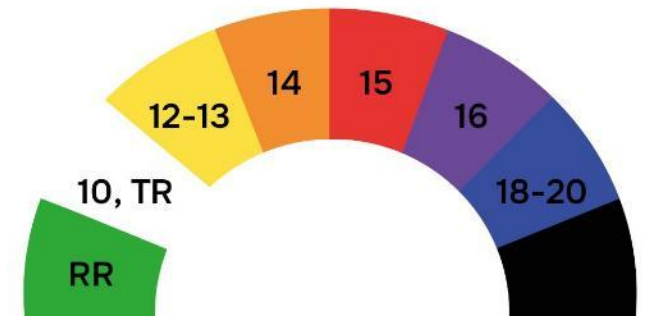


Esimerkki suunnistustehtävistä eri ikäluokille samassa maastossa





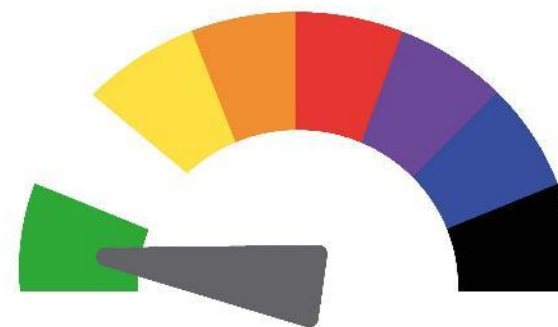
Esimerkki suunnistustehtävistä eri ikäluokille samassa maastossa



Vihreä taitotaso: Rastireitti

Vihreän taitotason suunnistaja

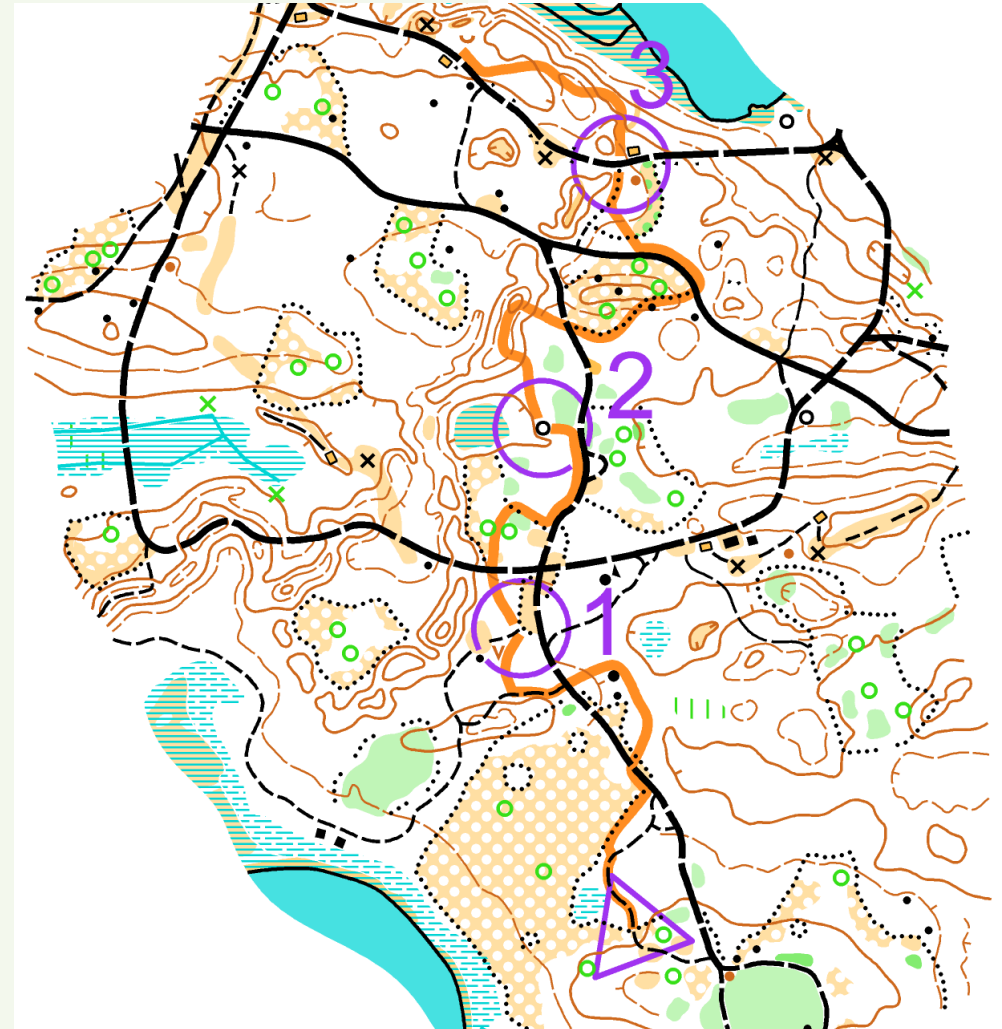
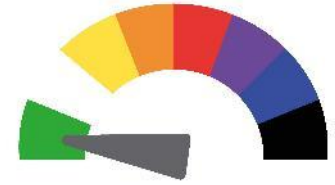
- tuntee tärkeimmät karttamerkit.
- osaa suunnata kartan maastokohteiden avulla.
- osaa määritellä oman olinpaikkansa selkeiden ja näkyvien maastokohteiden perusteella.
- osaa kulkea johdatteluvaa uraa pitkin.
- osaa vaihtaa selkeältä uralta toiselle selkeälle uralle rastipisteessä tai rastivälillä.



Vihreän taitotason rata

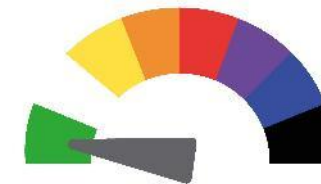
- Rata on viitoitettu, eli rastireitti (RR)
- Viitoitus muodostaa aina yhden käyttökelpoisen reitinvalinnan, lisäksi tarjotaan rastiväleittäin yksi tai useampia viitoitukselta poikkeavia reitinvalintoja.
- Rastipiste on selkeä, näkyvä, yksiselitteinen kohde viitoituksen varrella.
- Johdattelevalla kohteella tai viitoituksella, jota pitkin suunnistaja lähestyy rastia, on pysäyttävä kohde rastipisteen lähellä.
- Viitoitusvaihtoehdon tulee olla mielekäs, eikä kohtuuttoman pitkä ja raskas valinta (ei pusikkoa, risukkoa, jyrkkiä mäkiä jne.!).
- Vaativissa maastonosissa viitoitus voi olla ainoa reitinvalinta.
- Ensimmäisellä välillä riittää yksi hyvin helppo valinta esim. viitoitusta tai polkua suuremmin.

Metsäsuunnistus

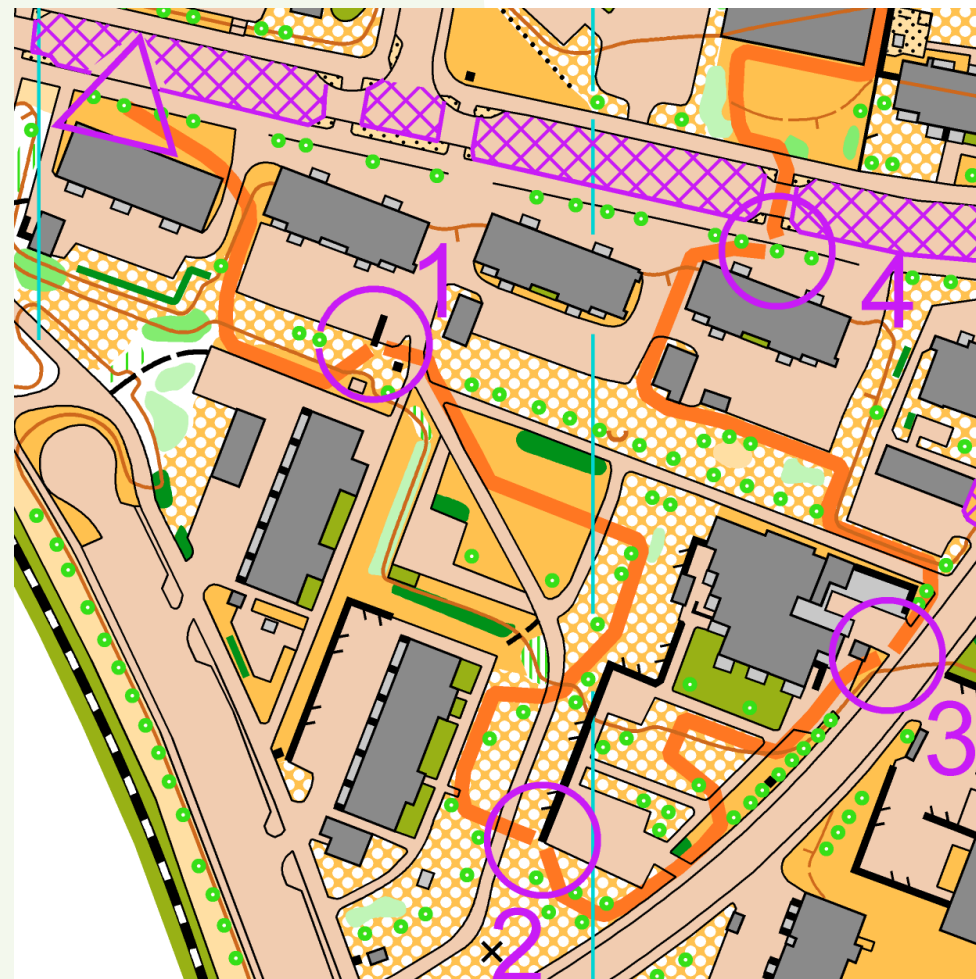


Vihreän taitotason rata

- Myös sprintissä voidaan tarjota RR-rata, jos kilpailualueelle on mahdollista asettaa RR-viitoitus koko matkalle. Puistotyyppiset alueet soveltuvat parhaiten. Avonainen maasto, ei sokkeloita.
- RR-radalle ei suositella erillistä K-pistettä ja K-paikan viitoitusta, jonka takia muiden sarjojen lähtöpaikka ei sovellu hyvin RR-radalle.
- Rata on ensimmäisillä väleillä helpompi ja monipuolistuu loppumatkalle.
- Rastipisteiden tulee olla yksinkertaisia ja johdattelevien kohteiden välittömässä läheisyydessä.
- Rakennusten väliin sijoittuvia suunnistustehtäviä voi olla, mutta näiden tulee olla erittäin selkeitä.
- Eri tasoilla tapahtuvat suunnistustehtävät ja keinotekoiset aidat eivät kuulu valkoisen taitotason radalle. Tunnelleita tai siltoja voi olla, mutta näiden tulee olla selkeitä ja osa johdattelevaa kohdetta.



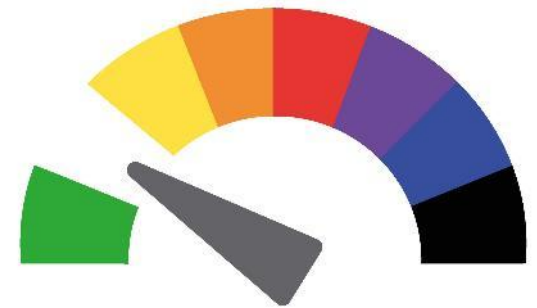
Sprinttisuunnistus



Valkoinen taitotaso: Erittäin helppo

Valkoisen taitotason suunnistaja

- Sama taidot, kuin vihreän radan suunnistajalla.

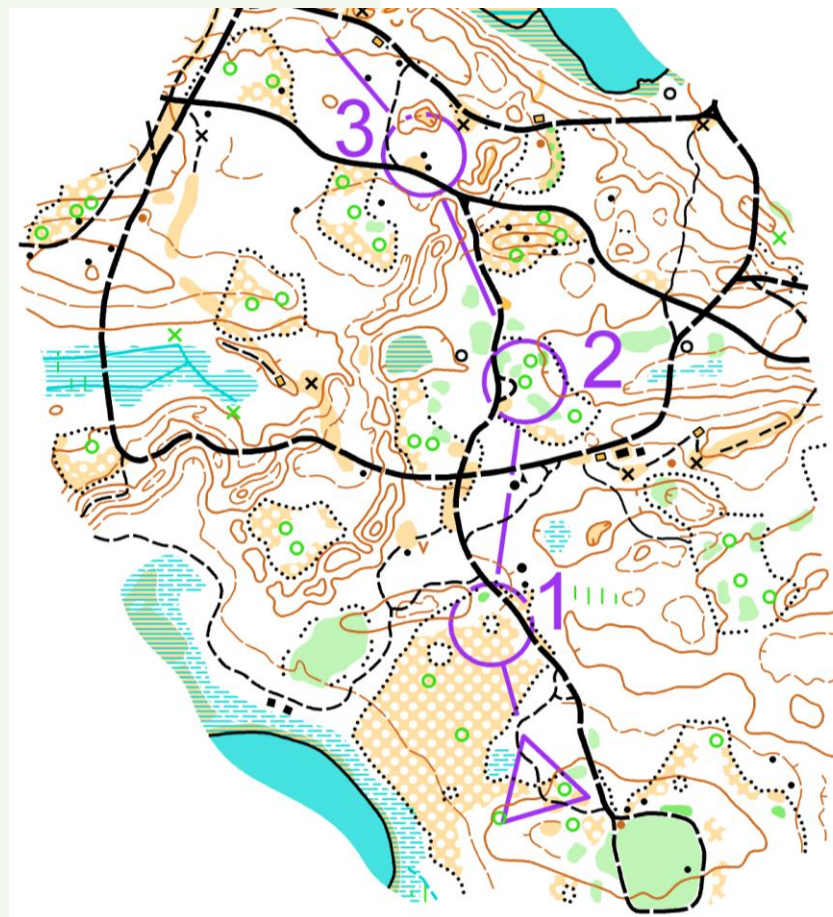


Valkoisen taitotason rata: H/D 10

- Kansallisissa kilpailuissa voi tarjota 10-suoran, jos kilpailumaasto soveltuu ko. radan järjestämiseen. Kilpailun järjestäjän tulee käyttää harkintaa ja tarkastella maastoa pienen, aloittelevan suunnistajan näkökulmasta.
- 10-sarjan rata ilman viitoitusta tulee olla **erittäin helppo**.
- Polut ja tiet selkeinä johdantelevina reitteinä toimivat radalla viitoituksen “korvikkeina”.
- Rastivälit ovat riittävän lyhyitä. Rastin löytäminen antaa varmuuden pienelle suunnistajalle oikealla reitillä olemisesta.
- Rastipisteet ovat johdantelevalla kohteella, esim. kulku-uran risteyksessä tai aivan vieressä. Rastipiste ja -lippu näkyvät selkeästi uralle.

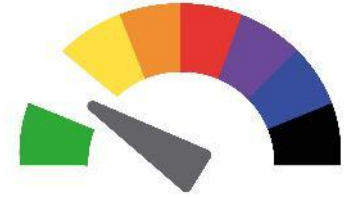


Metsäsuunnistus

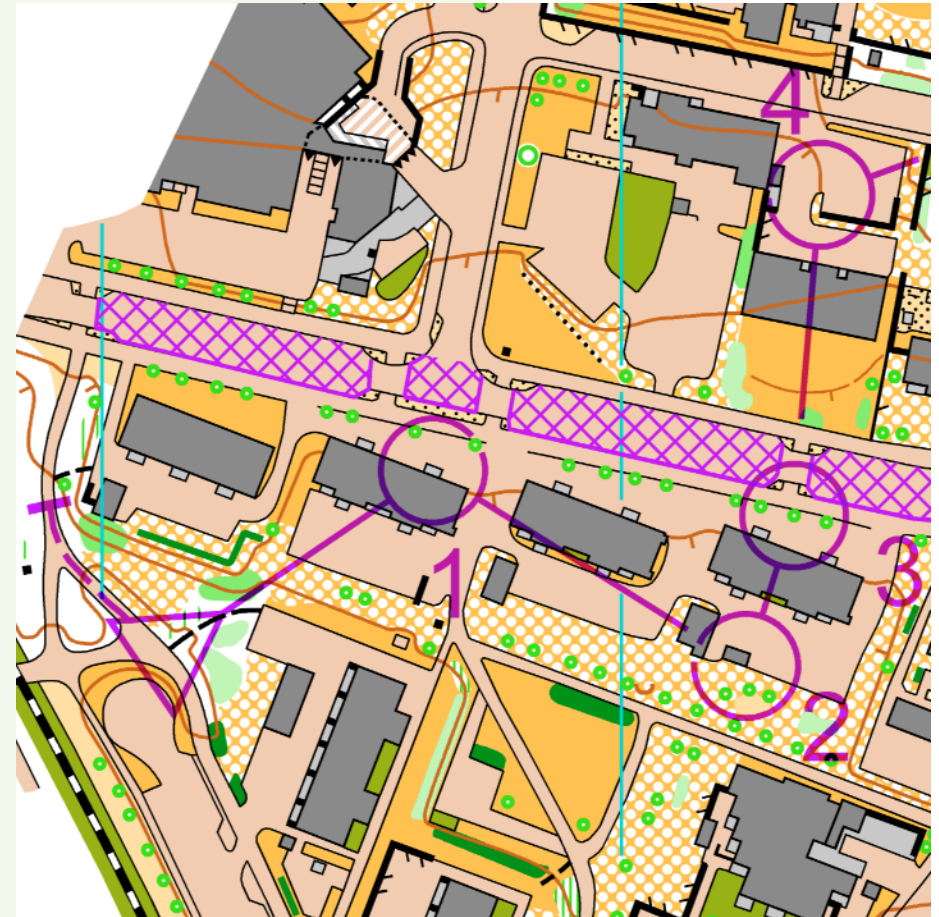


Valkoisen taitotason rata: H/D 10

- Selkeästi luettava suunnistustehtävä
- Pääosin vain yksi suunnistustehtävä rastivälillä.
- Yksinkertainen reitinvalinta esim. rakennuksen kierto tai ei reitinvalintaa
- Ensimmäisen rastivälin suunnistustehtävä on erityisen selkeä
- Ei komppaa taaksepäin eikä kiertoa kaukaa sivulta.
- Ei ristirataa
- Ei aitojen kiertoja
- Ei kikkailuja kiellettyjen alueiden kanssa.
- Ei ”katiskoja” = umpikujia
- Tien ylitykseen ohjataan rastilla



Sprinttisuunnistus



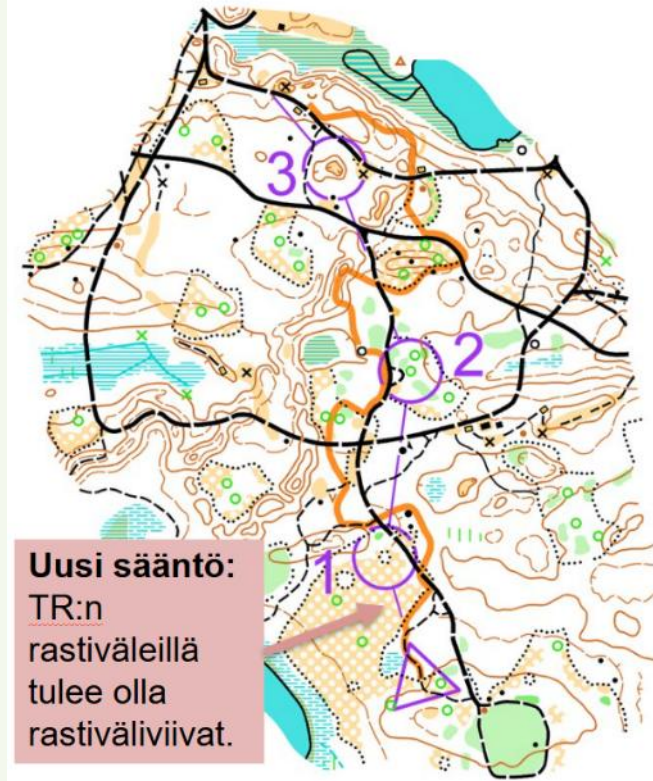


Valkoisen taitotason rata: Tukireitti (TR)

- Selkeä ja helppo. Tukireitin suunnistajat ovat epävarmoja ja kokemattomia suunnistajia.
- Rastireitin viitoitus muodostaa pohjan osalle reitinvalinnoista ja tarjoaa tukea, ohjaten esim. rastin suuntaan.
- Rasti on rastireitin viitoituksen läheisyydessä.
- Rastipisteet ovat johdattelevalla kohteella, esim. kulku-uran risteyksessä tai aivan vieressä. Rastipiste ja -lippu näkyvät selkeästi uralle.
- Johdattelevalla kohteella tai viitoituksella, jota pitkin suunnistaja lähestyy rastia, on pysäyttävä kohde rastipisteen lähellä.
- Rastipiste on selkeä, yksiselitteinen kohde ja sen takana on selkeä pysäyttävä kohde.

Metsäsuunnistus

Tukireitti (TR)



Keltainen taitotaso: Helppo

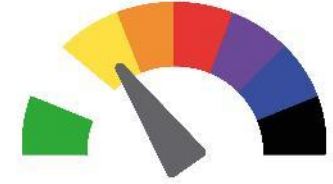
Keltaisen taitotason suunnistaja

- Osaa seurata vähemmän selkeitä, johdattelevia kulku-uria. Lukee maastonkohteita myös johdattelevien urien vieressä.
- Hallitsee lyhyet siirtymät uralta toiselle selkeissä maastokohdissa.
- Opettelee näkemään reitinvalintoja.
- Opettelee suunnistamaan ennakoiden tulevaa.
- Osaa suunnata kartan kompassin avulla.

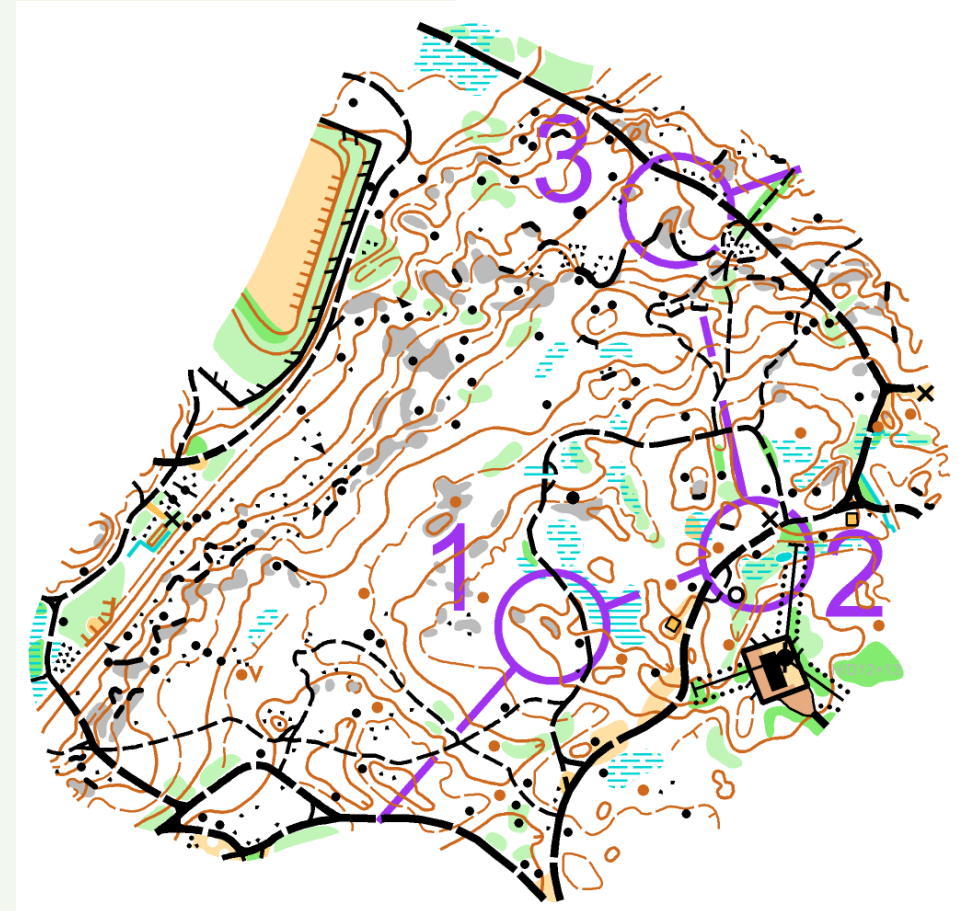


Keltaisen taitotason rata: H/D 12-13

- Rata on selkeä ja rajautuu turvallisesti pysäyttäviin elementteihin. Suunnistuksen tukena on selkeästi maastosta erottuvia kohteita.
- Rastiväleillä voi olla yksinkertaisia reitinvalintavaihtoehtoja; helpompi vaihtoehto johdattelevia maastokohteita myöten sekä suurempi vaihtoehto kokeneemmille.
- Rastit ovat johdattelevien maastokohteiden läheisyydessä; rastipiste ja lippu saavat näkyä johdattelevalle kohteelle.
- Johdattelevalla kohteella, jota pitkin suunnistaja lähestyy rastia, on pysäyttävä kohde rastipisteen lähellä. Myös rastipisteen takana on pysäyttävä kohde.



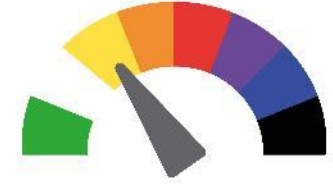
Metsäsuunnistus



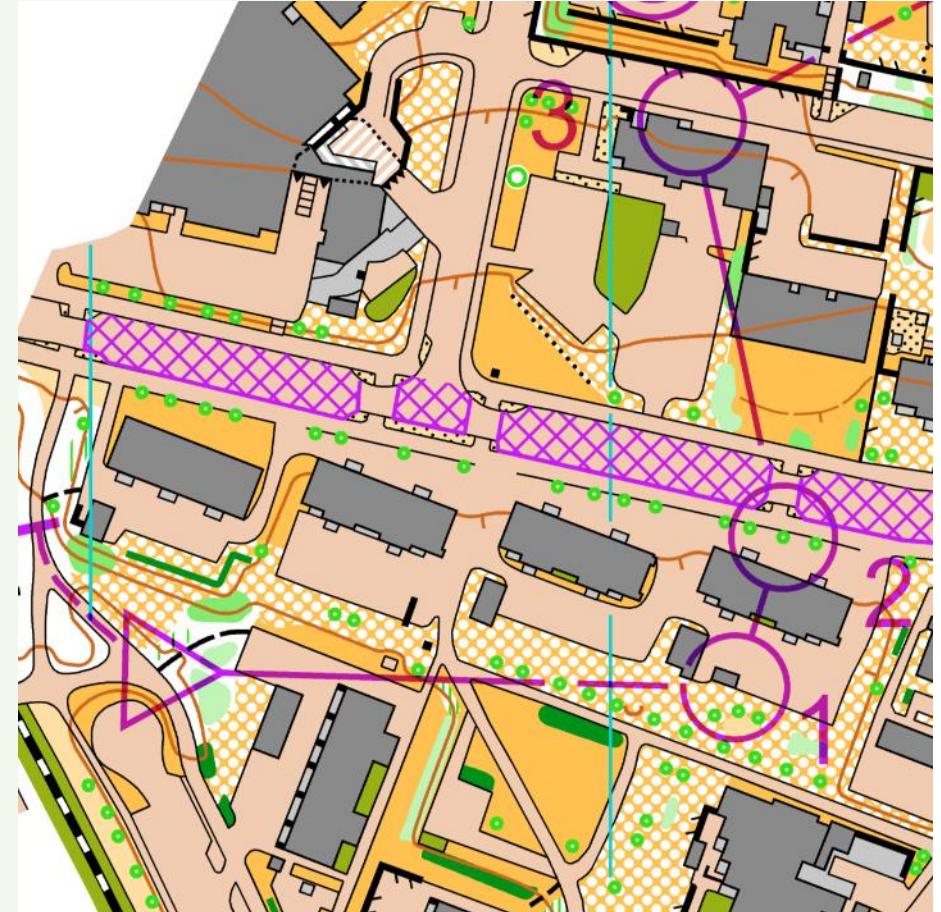
Keltaisen taitotason rata: H/D 12-13

- Rata on selkeästi luettavissa.
- Hieman haastavampi kaikilta osin verrattuna 10-sarjaan, mutta reittien toteutukseen löytyy edelleen helppo ja selkeä vaihtoehto.
- Ensimmäisen rastivälin suunnistustehtävä on erityisen selkeä
- Yksinkertaisia reitinvalintoja
- Ei kikkailuja kiellettyjen alueiden kanssa.
- Tien ylityksessä rastilla ohjaten ylityspaikkaan.

[Koko mallirata: Radat_lasten-sprintti.HD12.png \(3471×3679\)](#)



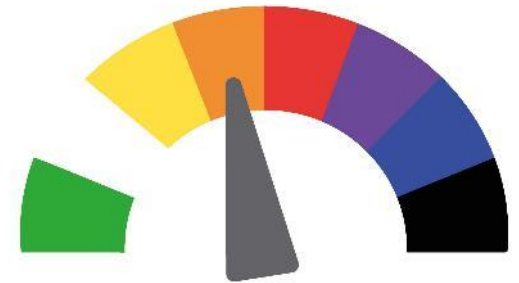
Sprinttisuunnistus



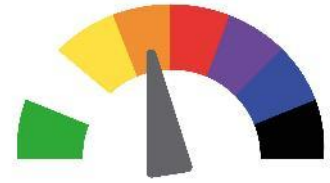
Oranssi taitotaso: Keskitaso

Oranssin taitotason suunnistaja

- Suunnistaa edelleen pääosin johdattelevien kohteiden mukaan.
- Voi tehdä reitinvalinnan, joka perustuu etenemiseen oleelliselta kohteelta toiselle ja edistyneimmät osaavat käyttää etenemisen tukena selkeitä maaston muotoja.
- Perustaa reitinvalintansa reitin pituuden ja kulkukelpoisuuden arviointiin, sekä reitin varmuuteen suhteessa omiin taitoihin.
- Ymmärtää myös hieman epäselvempiä pysäyttäjiä ja oleellisia kohteita kuin aiempien tasojen suunnistajat.
- Osaa jonkin verran yksinkertaistaa näkemäänsä karttakuvaa.

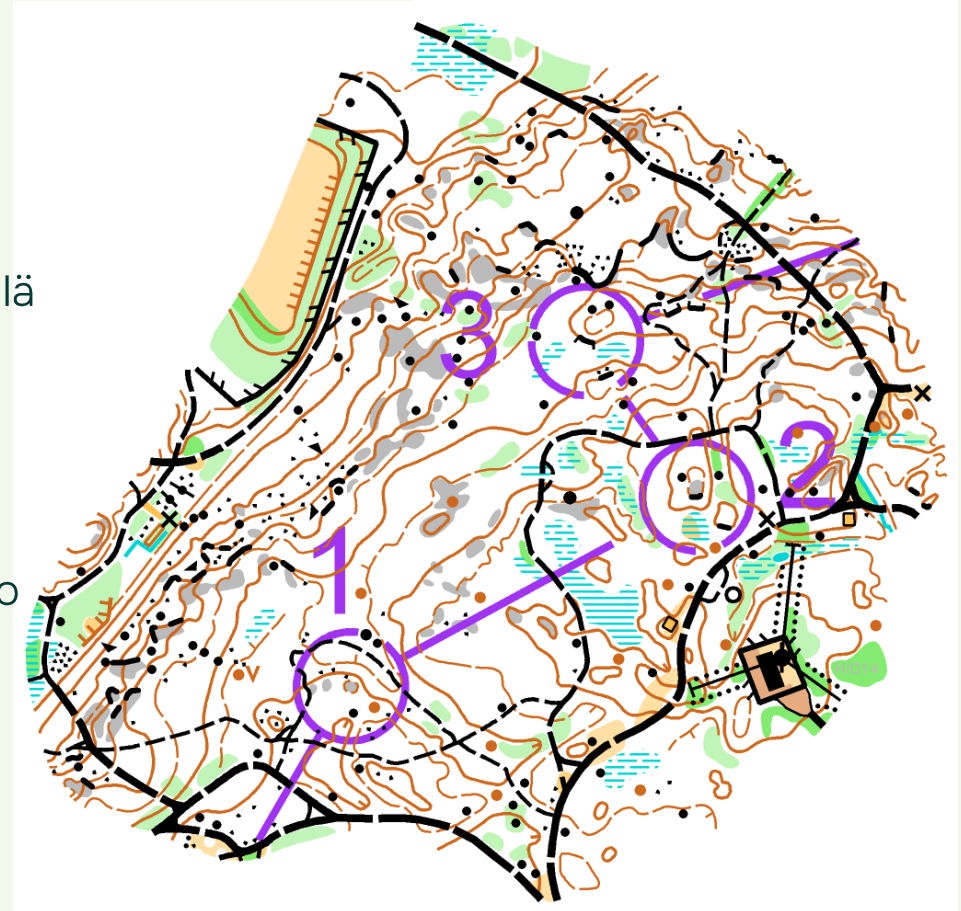


Oranssin taitotason rata: H/D 14

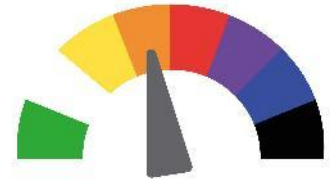


Metsäsuunnistus

- Rata tarjoaa erilaisia reitinvalintavaihtoehtoja eri tasoille suunnistajille.
- Vaihtoehtoinen reitinvalinta voi perustua jo maaston muodon seuraamiseen, kuten korkeuden pitäminen tai rinteen alla tai päällä kulkeminen.
- Rastit ovat johdattelevan kohteen tai selkeästi ympäristöstä erottuvan kohteen läheisyydessä.
- Rastipisteenä on selkeä, yksiselitteinen kohde, mutta se voi olla jo astetta haastavampi, kuten notko, kukkula tai jyrkänne.
- Rastin takana on hyvin havaittava pysäyttävä kohde.



Oranssin taitotason rata: H/D 14



- Selkeät rastipisteet.
- Reitinvalintoja enemmän kuin nuoremmilla sarjoilla.
- Reittien toteutus jo enempi S- ja Z-muotoista pujottelua.
- Voi olla jo ristirata.
- Ennen ja jälkeen rastin selkeitä pysäyttäviä kohteita.
- Tien ylityspaikkoihin reitinvalinta.
- Ratatekninen kielletty alue tien katkaisuna

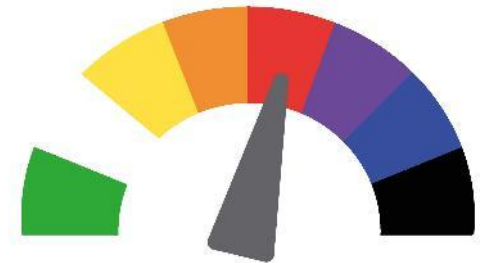
Sprinttisuunnistus



Punainen taitotaso: Keskitaso

Punaisen taitotason suunnistaja

- Käyttää jo erilaisia suunnistustekniikoita (esim. ennakointi, oman toiminnan ohjaus, rytmitys, rastinotto ja kompassin käyttö).
- Harjoittelee tunnistamaan eri maastotyyppien vaatimuksia ja ymmärtämään niissä oleellisia kohteita.
- Ymmärtää sen verran korkeuseroista, että osa suunnistustehtävistä voi perustua niiden hallintaan.
- Perustaa suunnistamisen pääosin johdattelevien kohteiden mukaan suunnistamiseen. Voi tehdä reitinvalinnan, joka perustuu etenemiseen oleelliselta kohteelta seuraavalle.
- Osaa miettiä reitinvalintoja jonkin verran myös omien vahvuuksiensa kautta.

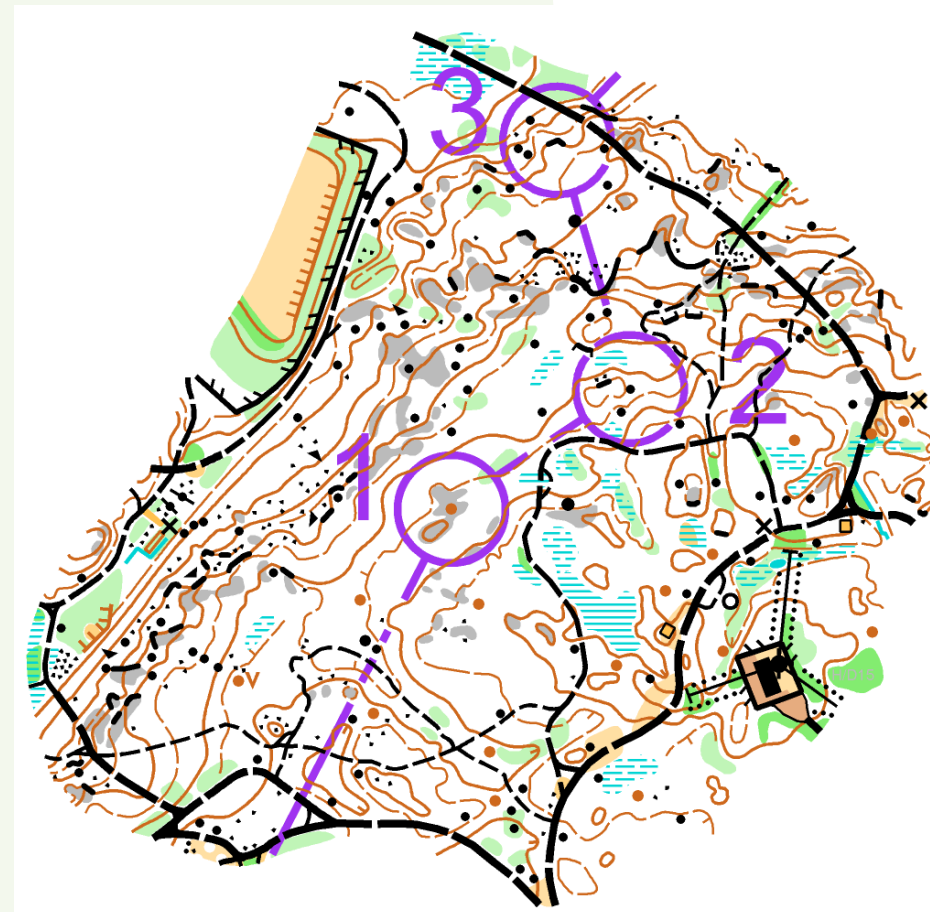


Punaisen taitotason rata: H/D 15

- Kilpailuissa suositellaan tarjoamaan ratavaihtoehto myös 15 – 20 -v. harrastetason suunnistajille.
- Ratojen pituus sama kuin 16-sarjoissa.
- Taitotaso helpompi kuin 16-sarjoissa.
- Sprintissä ei käytetä vaikeimpia aitojen kiertoja ja katiskoja.
- Reitinvalinnat selkeämpiä ja suoraviivaisempia kuin 16-sarjoissa.



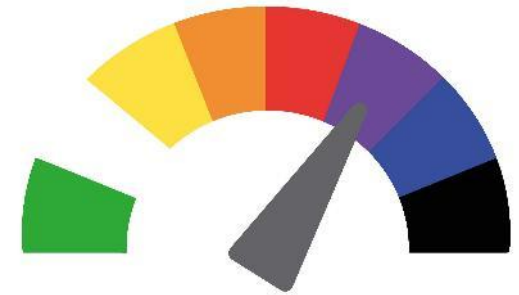
Metsäsuunnistus



Violetti taitotaso: Melko haastava

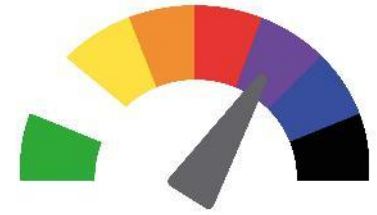
Violetin taitotason suunnistaja

- Käyttää erilaisia tekniikoita erilaisissa maastoissa huomioiden oman taitotasonsa.
- Osaa miettiä reitinvalintaa pohtien reitin nopeutta ja suunnistustehtävän vaikeutta.
- Osaa käyttää rastinottoon erilaisia tekniikoita, riippuen rastin sijainnista.
- Ei tarvitse pysäyttäjää varmistamaan rastinottoa.
- Osaa jossain määrin pitää korkeuden rinteessä.
- Kykenee abstraktiin ajatteluun ja sen myötä ennakkointiin.

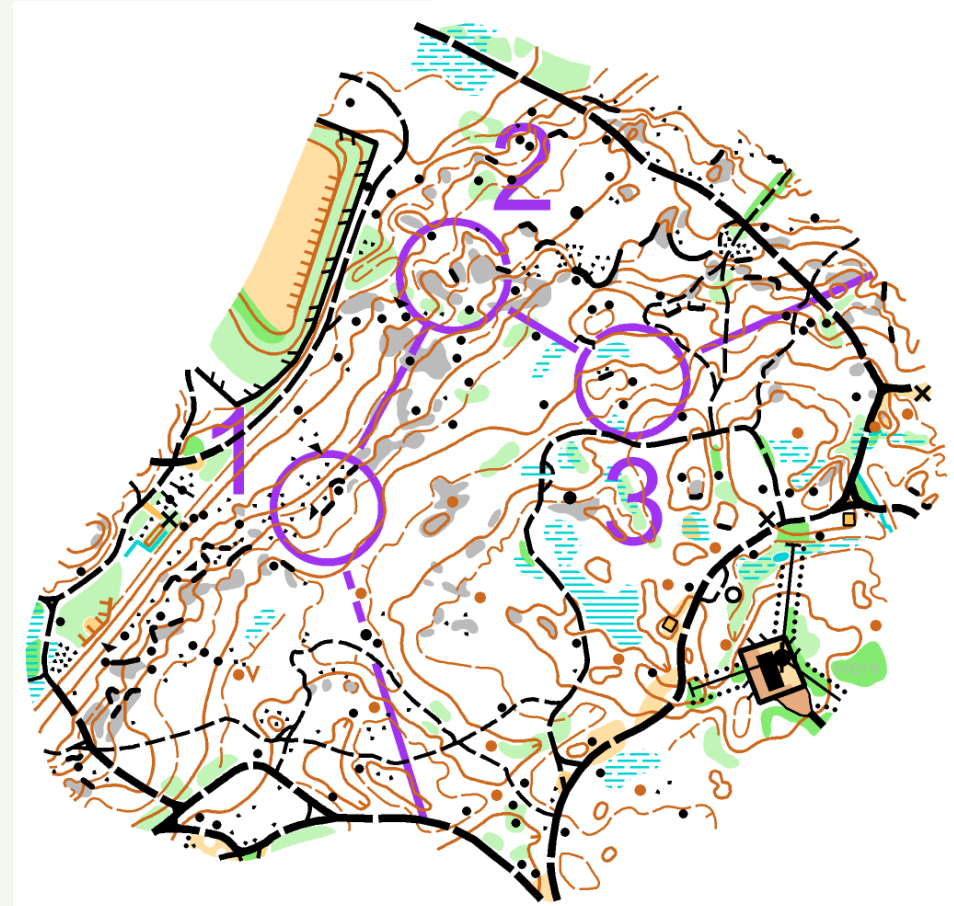


Violetin taitotason rata: H/D 16

- Rata voidaan suunnitella kokeneille suunnistajille.
- Rastiväli voi koostua monenlaisista suunnistustehtävistä. Reitinvalintoja on useita, joissa pitää huomioida mm. pituus, kulkukelpoisuus, korkeuserot ja rastinotto. Hyvä osata karttakuvan pelkistämisen taito, eli löytää suuret ja selkeät kohteet, joiden avulla suunnistaa sujuvammin.
- Rastinotto voi edellyttää tarkkuutta ja erilaisia rastinottotekniikoita. Lähellä rastia on ”kirkontorni”, jonka kautta voi edetä rastille.
- Rastin takana ei tarvitse olla pysäyttäjää, mutta lähestymisessä auttava kohde kohtuullisella etäisyydellä.
- Poikien rata voi olla fyysisesti vaativampi kuin tytöillä, taidollisesti radat ovat yhtä vaativia.
- Radalla tulisi olla yksi selkeä juoksuväli.
- Vaativassa maastossa valitaan helpompi rastipiste. Helpossa maastossa valitaan vaativampi rastipiste.

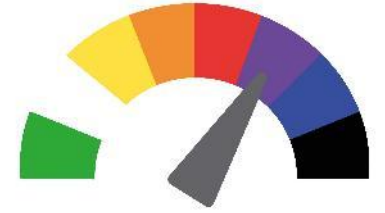


Metsäsuunnistus



Violetin taitotason rata: H/D 16

- Taitotaso lähestyy sprintissä aikuisten tasoa.
- Rastiväleillä jo useampi reitinvalinta
 - Ristirata ja edes-takaisin kääntöjä.
 - Paras reitinvalinta voi lähteä rastilta myös taaksepäin.
 - Radalla sokkeloisemmat ja vauhdikkaammat välit vuorottelevat.
 - Aidat ja kielletyt alueet muodostavat reitinvalintoja ja teknistä haastetta.
- Ratatekninen kielletty alue muodostaa reitinvalintoja.



Sprinttisuunnistus



Materiaaleja

- Taitotasot, radat ja sarjat – LASTEN JA NUORTEN SUUNNISTUSSIVUSTO
- Suunnistusratojen taitotasot |Suunnistusliitto.fi
- Lasten suunnistusradat | Suunnistusliitto.fi
- <http://www.suunnistusliitto.fi/kilpailu/kilpailujen-jarjestaminen/lasten-ja-nuorten-kilpailut/>
- Logot ja materiaalit - Suunnistusliitto

Taitotasot, radat ja sarjat

Seuraavassa on kuvattu suunnistusratojen taitotasojä värikäin. Taitotaso-vaatimusten kuvauksin on yhdistetty myös lasten ja nuorten ikäluokittaiset kilpasarjat.



VIHREÄ TAITOTASO: Aloittelijalle

Ikärajat: Rastretti (RR)

Rata on viitoitettu kokonaisuudessaan, eli rastretti (RR). Viitoitus muodostaa aina yhden käyttökelpoisen reitinvaihtoehdon, lisäksi tarjotaan rastriälyttään yksi tai useampia viitoituskelta poikkeavia reitinvaihtoehtoja. Rastri sijaitsevan viitoituksen varrella. Rastripiste on selkeä, näkyvä, yksiselitteinen kohde.

Tutustu tarkemmin vihreään taitotasaan



VALKOINEN TAITOTASO: Erittäin helppo

Ikärajat: 10 tai 11-12 tukinetti (TR)

Rata seurilee selkeitä, pitkäjänteisiä kohteita, kuten teitä, polkuja, kuviorajoja, sähkölinjoja ja oja. Rastit ovat johdattelevalla uralla tai sen välittömässä läheisyydessä. Uralla on pysäyttävä kohde rastipisteen lähellä. Lisäksi rastipiste ja -lippu näkyvät selkeästi uralla. Rata voi olla myös osin viitoitettu tai tukinettina (TR).

Tutustu tarkemmin valkoiseen taitotasaan




KELTAINEN TAITOTASO: Helppo

Ikärajat: 12-13

Rata on selkeä ja rajoitettu turvallisesti pysäyttävien elementteihin. Suunnistuksen lukema on selkeästi maastosta erottuvia kohteita. Rastriälyllä voi olla yksinkertaisia reitinvaihtoehtoja, helpompia vaihtoehtoja johdattelevia maastokohteita myöten sekä suurempia vaihtoehtoja kokonaisuutena. Rastri sijaitsevan viitoituksen varrella. Rastripiste ja -lippu näkyvät selkeästi uralla. Rata voi olla myös osin viitoitettu tai tukinettina (TR).



 <h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Tuntee tärkeimmät karttamerkit ja osaa suunnata kartan maastokohteiden avulla. Osaa määritellä oman olinpaikkansa selkeiden maastokohteiden perusteella. Osaa kulkea johdattelevaa uraa pitkän ja vaihtaa selkeältä uralta toiselle. Ymmärtää rajoitetusti rastinmäärittäjä. 	<h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Osaa suunnata kartan ja kompassin avulla ja seurata vähemmän selkeitä, johdattelevia kulku-uria. Opettelee näkemään reitinvalintoja ja suunnistamaan ennakkoiden. Lukee maastoa myös johdattelevien urien vieressä ja hallitsee lyhyet siirtymät uralta toiselle. 	<h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Suunnistaa johdattelevien kohteiden mukaan. Osaa yksinkertaistaa karttakuvaa ja tehdä reitinvalinnan oleelliselta kohteelta toiselle taitotasonsa mukaan. Ymmärtää maastonmuotoja ja epäselvempiä pysäyttäjiä. 	<h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Käyttää eri teknikoita ja suunnistaa johdattelevien kohteiden mukaan. Voit tehdä reitinvalinnan edeten oleelliselta kohteelta seuraavalle. Osa suunnistuksesta voi perustua korkeuserojen hallintaan. 	<h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Rastiväleillä taitotaso sama kuin edellisellä mutta rastit haastavammat. Kyky reitinvalintojen vertailuun (nopeus vs. varmuus). Osaa karttakuvan pelkistämisen: hyödyntää selkeitä kohteita. Rastin takana ei tarvita pysäyttäjiä. 	<h3>Suunnistaja</h3> <ul style="list-style-type: none"> Hallitsee pelkistämisen taidon, sujuvan kompassin käytön ja omaan suunnistustekniikkaansa sopivan matkan arvioinnin. Ymmärtää mikroreitinvalintojen merkityksen. Osaa ohjata omaa katsetta ja odottaa tiettyjä asioita näkökentän ulkopuolelta. Osaa tarkentaa ajattelua kunkin tilanteen vaatimusten mukaisesti. Tietää, miten keskittymistä voi suorituksen aikana säädellä parhaan lopputuloksen saavuttamiseksi. 		
<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Kokonaan viitoitettu, eli rastireitti (RR). Viitoitus muodostaa aina yhden käyttökelpoisen reitinvalinnan. Rastiväleittäin yksi tai useampia viitoituksesta poikkeavia reitinvalintoja. Rastipiste yksiselitteinen kohde viitoituksen varrella. 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Seuralle selkeitä, pitkäjänteisiä kohteita, kuten teitä, polkuja, kuviorajoja, sähkölinjoja ja oja. Rastit ovat johdattelevalla uralla tai sen välittömässä läheisyydessä. Uralta on pysäyttävä kohde rastipisteen lähellä. Rastipiste ja -lippu näkyvät selkeästi uralle. Rata voi olla osin viitoitettu tai tukireitti (TR). 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Selkeä, rajautuu turvallisesti pysäyttäviin elementteihin. Rastiväleillä reitinvalintoja: helpompi johdattelevia maastokohteita myöten sekä suurempi kokoneemmille. Rastit johdattelevien maastokohteiden läheisyydessä, jonne rastipiste ja lippu näkyvät. 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Reitinvalintoja eri tasoille suunnistajille Rastit ovat johdattelevan tai erottuvan kohteen läheisyydessä. Rastipiste on selkeä kohde esim. notko, kukkula tai jyrkäne. Rastin takana selkeä pysäyttävä kohde. 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Osaa käyttää eri tekniikoita taitotasonsa mukaan ja miettiä reitinvalintaa: nopeus vs. vaikeus. Käyttää rastinottoon eri tekniikoita rastin sijainnin mukaan, pysäyttäjää ei tarvita. Osaa pitää korkeuden rinteessä ja kykene ennakointiin. 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Taitavimmille, vaatii keskittymistä ja kartanlukutaitoa korkeuskäyrien ja yksityiskohtien osalta. Tarjolla pienipiirteisyyttä, reitinvalintoja, tarkkaa rastinottoa, tyhjiä alueita sekä juoksu- ja siirtymävälejä. 	<h3>Rata</h3> <ul style="list-style-type: none"> Musta rata on fyysisesti vaativampi kuin sininen rata, mutta taitovaatimukset ovat näissä toisiaan vastaavat. 	
Kansallisten kilparadat: Rastireitti (RR)	10-vuotiaiden sarja ja tukireitti (TR)	12–13-vuotiaiden sarjat	14-vuotiaiden sarjat	15-vuotiaiden sarjat	16-vuotiaiden sarjat	18-vuotiaiden sekä 70-vuotiaiden ja vanhempien sarjat	20–65-vuotiaiden sarjat
Aloittelijalle	Erittäin helppo	Helppo	Keskitaso 1	Keskitaso 2	Melko haastava	Haastava 1	Haastava 2

Lasten ratojen valvoja

- Lajisääntöjen liite D Suunnistuskilpailun valvontaohjeet: [Valvoja | \(suunnistusliitto.fi\)](#)
- Valvonnan ansiosta virheriskit vähenevät ja tapahtuman laatu toteutuu varmemmin.
- Lasten ratoja valvovan henkilön tulee tuntea lasten maailmaa. Valvoja on käynyt ohjaajakoulutuksen tai Lasten ja nuorten ratojen laatiminen –koulutuksen. Tarvittaessa lasten radoilla on hyvä olla oma valvoja, joka voi olla myös omasta seurasta.
- Kilpailun ratavalvojan, kilpailun valvojan ja mahdollisen erillisen lasten ratojen valvojan, tulee sopia työnjaosta.
- Hyödynnä valvojan osaamista ja pyydä kommentteja!

Lasten ratojen valvonnan uusi toimintamalli

Lasten kilparatojen valvonta muuttuu vuonna 2026 |

- Vuonna 2026 pilotoidaan mallia, missä kaikkien kilpailuiden alle 14-vuotiaiden lasten radat tulee toimittaa valtakunnallisesti toimivalle lasten ratojen asiantuntijaryhmälle.
- Valvonnan kehittämisen päämääränä on päästä ajoissa varmistamaan lasten kilparatojen ikäluokittaisen taitotasojen ja sekä liiton ohjeistusten toteutuminen, jotta kilpailutapahtumiin osallistumisen tuottaisi positiivisen ja innostavan kokemuksen mahdollisimman monelle.
- Uudistuksen myötä pyritään siihen, että seurat lähettävät säännönmukaisesti hyvissä ajoin lasten kilparadat tarkastettavaksi ja sparrattavaksi. Asiantuntijatiimi koostuu sekä SSL:n toimihenkilöistä että eri seurojen vapaaehtoistoimijoista.

Lomake lasten ratojen toimittamiseen



Aikataulu

