

SMÅ BØRN OMBORD I KLUBBEN



ET INSPIRATIONSKATALOG
MED AKTIVITETER FOR 5-8 ÅRIGE BØRN

BØRN OMBORD I KLUBBEN



Dansk Sejlunion
2023, 1. udgave

Indhold: Henrik Toucan Tang og Dina Snedker.
Grafik: Lisbeth Søndergaard og Julie Kessler.
Layout: Henrik Toucan Tang.

Tak til følgende personer for sparring og for at dele deres gode erfaringer:

Dina Snedker, Faaborg Sejlklub
Charlotte Andersen, Københavns Amatørsejlklub
Iris Gunia Schiøtz, Sejlklubben Køge Bugt
Claus Møller Christensen, Skælskør Amatør-Sejlklub
Ilene Eriksen, Yachtklubben Fureøsen
Ditte Juul, Thurø Sejlklub
Xenia Kessler, Århus Windsurfing klub



Kært barn har mange navne!

Søstjernerne - Piraterne - Ællingerne - Krabberne - er eksempler på, hvad forskellige klubber kalder deres hold for mindre børn i alderen 5-8 år. I dette koncept og katalog kalder vi aldersgruppen for BOB. Det kan fx være BOB-holdet, BOB-aktiviteter, BOB-koncept osv. BOB er en forkortelse af børn ombord.

Med afsæt i gode eksempler fra en lang række klubber har Dansk Sejlunion i samarbejde med erfarne klubpersoner udviklet et koncept for, hvordan klubber kan arbejde med tidlig rekruttering til sejlads og vandsport for mindre børn. Med kataloget ønsker Dansk Sejlunion at inspirere klubber til at lave aktiviteter for 5-8 årige børn.

Når det angår børn i alderen 5-8 år er det ikke relevant at introducere til velkendte aktiviteter, hvor man fra starten lærer at sejle jolle eller at surfe alene, for i den alder er børnenes fysik og kognitive færdigheder ikke udviklede nok til denne form for sejlads.

Imidlertid har mange sejlklubber og surfklubber gode erfaringer med at lave aktiviteter for børn i alderen 5-8 år. Fællesnævnerne for aktiviteterne er leg, læring og oplevelser i det maritime miljø - på vandet, i vandet og ved vandet.

Gennem leg og læring opnår børnene evner og færdigheder, der er direkte overførbare, når de senere skal lære at sejle eller at surfe på egen hånd. Mange af færdighederne i konceptet lægger op til videre læring i Dansk Sejlunions Diplomsejlerskole.

Konceptet for aktiviteter for børn i alderen 5-8 år består dels af dette katalog, dels en sektion på Dansk Sejlunions hjemmeside med forskellige materialer til download, så du kan lave lækre materialer til brug i din klub.

Se meget mere på Dansk Sejlunions hjemmeside, www.dansksejlunion.dk

God fornøjelse!



KOM GODT I GANG I BOB-KLUBBEN

INDHOLD

DEL 1 Kom godt igang i BOB-klubben

- 4 Katalogets fire dele
- 4 Kom godt igang i BOB-klubben
- 5 Den pædagogiske tilgang
- 6 Motivation, tryghed og færdigheder
- 7 Tre råd til succes

DEL 2 Læring om miljø og liv i vandet

- 8 De små havmiljøvogtere
- 8 Dyre- og planteliv i vandet

DEL 3 Øvelser i vandet og på vandet

- 9 Vandtilvæning
- 9 Sit-on-top kajak og SUP
- 10 Introduktion til joller
- 11 Sejlture i kølbåd
- 12 Introduktion til windsurfing

DEL 4 Quiz, havnebingo og skattejagt

- 13 Havnebingo
- 13 Den store skattejagt

KATALOGETS FIRE DELE

Del 1 beskriver grundlæggende overvejelser, man bør gøre sig, hvis man vil sætte en BOB-aktivitet i gang i klubben. Her inddrages klubbers erfaringer om dels den organisatoriske vinkel, dels den pædagogiske tilgang, dels forudsætninger for succesfulde forløb.

Del 2 er kort, men bør fylde en del, idet aktiviteterne bør gentages ofte. Aktiviteterne handler grundlæggende om at færdes trygt på strand og havn, og at lære om miljø, bæredygtighed og livet i vandet.

Del 3 beskriver øvelser og lege, man kan lave i vandet og på vandet, og hvilke overvejelser, man bør gøre sig om forskellige former for fx sikkerhed, bådtyper mm. I del 3 er der en række konkrete øvelser relateret til vandsportsaktiviteter, hvor man bl.a. tager de første indledende skridt til at lære børn forskellige former konkrete sejladsfærdigheder.

Del 4 beskriver, hvordan man kan lave en sjov skattejagt som afslutning på hele forløbet. Her sættes børnenes færdigheder i perspektiv i en velkendt leg.

KOM GODT I GANG I BOB-KLUBBEN

Hvis man vil opstarte en BOB-aktivitet, bør man gøre sig nogle indledende overvejelser om, hvilket ambitionsniveau, man vil lægge sig på.

BOB-aktiviteter kan være alt lige fra enkeltstående arrangementer for fx sejlerbørns mindre søskende til sæsonforløb for et BOB-hold.



Det primære formål med dette katalog er at inspirere til at lave længere forløb/sæsonforløb. Men land- og vandøvelserne, du finder længere fremme i kataloget kan udmærket anvendes til enkeltstående arrangementer, ligesom man kan finde inspiration i disse øvelser til at supplere etablerede BOB-aktiviteter.

Hvis man laver enkeltstående arrangementer forudsætter det typisk aktiv forældredeltagelse af hensyn til tryghed. Sæsonforløb kræver derimod ikke nødvendigvis forældredeltagelse, når børnene først er trygge ved tovholderen/instruktørerne på et BOB-hold. Alt dette kan du læse mere om.

DEN PÆDAGOGISKE TILGANG

Læring for børn i alderen 5-8 år foregår bedst ved en legende tilgang. En god leg forudsætter, at man som tovholder eller instruktør forholder sig til, hvordan læring opstår gennem leg. I en given aktivitet skal én - og gerne flere - af følgende parametre ideelt set stimuleres, for at læring og tryghed kan opstå:

- En social udvikling
- En udvikling af barnets intelligens
- En følelsesmæssig udvikling
- En motorisk udvikling
- En udvikling af barnets fantasi

For at være en god tovholder eller instruktør skal man naturligvis være rummelig og forstående, kærlig og omsorgsfuld, have lyst til at lege og lære fra sig til børn i aldersgruppen samt grundlæggende have en god sans for hvert eneste barns trivsel og tryghed individuelt og i gruppen af børn.

Til hver eneste aktivitet bør du have for øje, hvad du gerne vil lære børnene. Mind dig selv om, at nogle af de vigtigste ting ved at lege for den aktuelle aldersgruppe er, at barnet skal kunne udtrykke sine egne forestillinger, fantasier og følelser for at legen - udover at være sjov - også udmønter sig i læring i samspillet med de andre børn i det sociale spillerum.

Vejr, vind og årstid er naturligvis afgørende for, hvilke aktiviteter man kan gennemføre. Derfor kan man ikke lave en fast sæsonplan. Sørg så vidt muligt for, at den enkelte aktivitet kan sættes i perspektiv i forhold til børnenes hverdag. Genkendelighed og kontinuitet er gode rammer for læring. Brug derfor gerne lege, som børnene i forvejen kender fra børnehaven eller skole.

For at være en god tovholder eller instruktør er det langt fra afgørende, at man har en pædagogisk baggrund. Dog kan det anbefales, at man følger Dansk Sejlunions Instruktør 1 kursus, inden man dedikerer sig til at være tovholder eller instruktør.



KOM GODT IGANG I BOB-KLUBBEN

MOTIVATION, TRYGHED OG FÆRDIGHEDER

Alle børn motiveres ved at lære nye færdigheder. En forudsætning for at lære nyt er, at børn skal være trygge ved nye udfordringer - og i særdeleshed udfordringer, som foregår i et nyt miljø som vand.

Ligeledes bør aktiviteter baseres på aktiv deltagelse. Dvs. at hvert enkelt barn hele tiden er aktiveret, uanset om man har at gøre med vand- eller landøvelser.

Anerkendelse for at have lært en ny færdighed er i sig selv motiverende. Dansk Sejlunion har udviklet en plakat med tilhørende diplomer, så BOB-klubber kan skrive de færdigheder ind, man selv vælger i den enkelte BOB-klubs aktiviteter. Efter behov kan man sammen med børn og forældre gennemgå, hvad børnene har lært, og hvad de skal lære, inden de får et diplom for alle de ting, de kan.

SEJLEREN HAR PRØVET AT:															
SEJLERENS NAVN		Holde en søstjerne	Ae eller holde en krabbe	Fange en reje, krabbe eller fisk	Fylde vand i et akvarie	Ligge på ryggen og flyde	Sejle kajak alene	Lave et rejehop	Prøve en rutsjebane	Hjælpe en kammerat	Sidde / lege på en trampolin	Svømme fra broen og ind	Stå op på et SUP-board	Binde en kajak fast på klampen	
		Alberte	X	X	X	X							X		
Alfred	X	X	X	X			X		X		X			X	
Anne-Cecile		X		X	X							X			
Beatrice		X		X	X		X		X		X	X			
Bertram	X	X		X		X									
Cirkeline		X		X			X				X				
Erika	X	X		X		X	X				X	X			
Ejler	X			X			X		X		X			X	
Frederikke	X	X		X											
Nikolai	X	X		X	X				X	X	X	X	X	X	
Mercedes	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	

Husk at færdighederne bør tage udgangspunkt i børnenes univers. Konkrete sejladsmæssige kompetencer på niveau af Diplomsejlerskolens "Sejler 1" diplom bør ikke inddrages i BOB-klubbens aktiviteter. Når børnene først har nået det niveau, er de klar til at starte til regulær sejlads på klubbens begynderhold.

Når alle børn har opnået færdighederne, holder man fælles overrækkelse af diplomer, fx med en skattejagt.

TRE RÅD TIL SUCCES

TEMATISÉR IDENTITETEN

De meste succesfulde tilbud for mindre børn har en tematisk identitet omkring aktiviteterne. Identiteterne tager udgangspunkt i et børneunivers, hvor fantasi er et bærende element.

Det kan fx være at holdet kaldes for Søstjerne, Krabbeklubben, Ællingerne, Piraterne eller BOB-holdet. Børn kan godt lide udklædning. Med et pirat-tørklæde eller lignende kommer man langt.

GENKENDELIGE VOKSNE

For at sikre sig tryghed omkring børnene, er det afgørende, at de voksne er gennemgående personer i hele forløbet for et BOB-hold.

Det betyder også, at hvis BOB-klubben sætter et aktivitetsforløb i gang, så skal de voksne personer omkring aktiviteterne være dedikerede til ugentlige aktiviteter.

FAST UGENTLIG AKTIVITET

For at skabe et godt tilhørsforhold til klubben, er det afgørende, at der er ugentlig mødegang. De konkrete aktiviteter skal naturligvis altid tilpasses vejret. De udendørs aktiviteter bør kun holdes i perioder med god temperatur i både luft og vand fra midten af maj til midten af september. Start altid med at give børnene frugt og fx en juice. Efter en lang dag i børnehaven eller skole skal der tankes op til nye aktiviteter. Begræns aktiviteterne til en times tid eller højst to.

Slut af med fællesspisning. Sørg for at introducere forældre til, at fællesspisning er enkelt at stå for. Menuen bør være enkel og forældre skiftes til eller hjælper hinanden med at stå for fællesspisningen.



Diplomoverrækkelse i Faaborg Sejlklubs Krabbeklub

På Dansk Sejlunions hjemmeside kan du downloade mange forskellige skabeloner og illustrationer, så du kan tilpasse diplomer og plakater med færdigheder mm. til netop din klubs tilbud af aktiviteter for mindre børn.

EKSEMPEL PÅ DIPLOM



EKSEMPLER PÅ GRAFIK TIL DOWNLOAD



LÆRING OM MILJØ OG LIV I VANDET

DE SMÅ HAVMILJØVOTTERE

Når man færdes i naturen, har man et ansvar for at behandle den godt. Til landaktiviteter har man alle tiders mulighed for at lære børnene hvilke ting, man finder i naturen. Det gælder dels de ting, som hører hjemme i naturen, dels de ting, som ikke hører hjemme i naturen.

Nogle klubber laver aktiviteter, hvor man benytter mulighederne via Søværnets kampagne for såkaldte Havmiljøvogtere. Her kan man gratis rekvirere skraldeposer, flag, mm. Til sæsonstart hejses Havmiljøvogterflaget, og man tager en snak med børnene om vigtigheden af at holde vand, strand og havn ren for affald.

På dage, hvor vejret ikke er egnet til vandaktiviteter, er det en sjov aktivitet at samle skrald på havn eller strand. Husk af sundhedshensyn, at børnene skal bruge affaldstænger til affald! Hvis man bruger to poser, kan man sortere affaldet, så noget af det kan bruges

DYRE- OG PLANTELIV I VANDET

En velkendt aktivitet for børn i alderen 5-8 år er at fange små fisk, krabber, rejer, mv., og at samle fx tang og andre planter. Uanset om det fx foregår i vandkanten, fra en flydebro eller under badeaktiviteter om sommeren, er en let måde at lære børnene navnene på alle de planter og dyr, de finder. Her kan man udvikle hukommelsen ved brug af laminerede kort.



Lamineret kort er en enkel måde at lære om livet i vandet. Hvis man altid bruger de laminerede kort aktivt, lærer børnene hurtigt de mest almindelige dyr og planter at kende.

Finder man noget nyt, som man ikke har et lamineret kort til, så har BOB-instruktøren en opgave i at få lavet et sådant kort til næste gang.

Husk at øvelserne med fordel kan gentages gang på gang.



Indsamling af affald giver også krydser i færdighedsskemaet

til at bygge små figurer - såkaldte "skraldinger" - ligesom når man bygger kastanjedyr. Det gælder affald som fx knapper, kapsler, dåser, plastik af forskellig art mm. Husk god hygiejne og masser af vask af hænder, når børn samler affald. Husk også at opsamling af affald altid foregår med en voksen.

Brug færdighedsskemaet, når børnene fanger en fisk, en reje, en krabbe osv. Eller når børnene har fanget en krabbe og tør at æde den.

Anerkendelsen styrker læringen.

De fleste børn prøver på et eller andet tidspunkt at fiske krabber med en krabbefiskestang med en tøjklæmme for enden. Prøv også at fiske efter krabber med en musling eller en reje. På den måde kan man lære børnene om fødekæden i vandet.



I forhold til at lære om dyre- og planteliv i vandet har mange klubber gode erfaringer med at investere i forskelligt udstyr som bl.a.:

- Vandkikkerter.
- Vandbaljer.
- Insektlup.
- Naturlegetøj.
- Fiskenet.
- Krabbefiskestænger.

Mange klubber har gode erfaringer med at finansiere udstyret via fonde og fx Friluftsrådet.

ØVELSER I VANDET OG PÅ VANDET

VANDTILVÆNNING

Tryghed og sikkerhed er afgørende, når børn skal introduceres til vandaktiviteter. Der kan være kort fra grin til gråd, og derfor er det vigtigt, at instruktører altid har styr på enhver situation og udstråler tryghed, tillid og ro.

Alle børn skal bære redningsvest, når de færdes ved vandet eller er i vandet. Til børn på 5-8 år kan det anbefales at bruge veste med krave og en sele, som går mellem benene. For børn på 7-8 år kan en svømmevest dog også anbefales, hvis de er trygge ved vand og har lært at svømme.

At føle sig godt tilpas i beklædningen er første skridt på vej til sjove oplevelser. Når man laver aktiviteter i vandet, bør man udover en velsiddende vest desuden bruge våddragt, som passer i størrelsen til det enkelte barn. På varme sommerdage, hvor også vandet er varmt, kan badetøj dog også være god beklædning. Vent med at lave regulære vandaktiviteter, indtil der er god temperatur i vandet - typisk i midten af juni!

Når børnene skal i vandet de første gange, er deltagelse af forældre en god idé. En god øvelse er at gå ud fra stranden eller ud på lavt vand ved siden af havnen, indtil vandet når til livet af børnene. Uden at presse det enkelte barn, går øvelsen ud på, at barnet lægger sig på ryggen for at mærke, hvordan det er trygt og roligt at ligge i vandet med vestens flydevne.

For nogle børn kan øjenkontakt være trygt, mens andre børn føler det mere trygt med forældren/en voksen bag sig. Det er der ingen regler for.

Øvelsen giver typisk anledning til meget sjov og leg, og når alle børn er klar til det, viser instruktøren en fælles leg, hvor man slutter af med et "BOB-hop".

"10-20-30-40-50-60-70-80-90-BOB-HOP"



SIT-ON-TOP KAJAK OG SUP

Sit-on-top kajak og SUP er fantastiske fartøjer til at introducere til sejlads!

Sit-on-top kajaker og SUP-boards er dels stabile, og dels kan man lave aktiviteter, hvor flere børn eller forældre og børn er sammen på samme fartøj. Ikke mindst kan man aldrig komme til at ligge under en sit-on-top-kajak eller et SUP board.

Begge typer af sejlads er så intuitivt baseret, at man ikke behøver at have erfaring med vandsport, hvis man er under opsyn af instruktører i et havnebassin, eller hvis aktiviteten foregår i stille vindforhold fra en strand.

I sit-in-top kajak og på SUP-boards får børn hurtigt fornemmelsen af, hvad det vil sige at holde en kurs, hvordan det er at nærme sig et andet fartøj osv. Kort sagt er sit-on-top kajak og SUP-boards en genvej til at være fortrolig med at sejle - og så lægger det ellers op til leg! Børn i alderen 5-8 år kan let være 3-4 ombord i en sit-on-top kajak eller på et SUP-board. Husk at padlerne bør være velgnet til børn - dvs. at skaftet bør være kort og bladet være lille!



TOP TIP

"BOB-hoppet" kan med stor fordel anvendes som en tilbagevendende leg, man slutter af med til hver eneste vandaktivitet. Det er en god idé at vente med BOB-hoppet som det sidste på en aktivitetsaften - udover fællesspisning!

Børn husker typisk det sidste fra en aktivitet bedst. Til "BOB-hoppet" laver man en aktivitet, hvor alle er fælles om det afsluttende sjove ved legen. Det skaber et rigtig godt sammenhold som afslutning på en sjov aften!

INTRODUKTION TIL JOLLER

PADLELEG

En god måde at introducere børnene til joller er at starte uden rig. Hvis børnene har lært at være på et SUP-board, er det en oplagt øvelse at sætte tre børn i én jolle. To børn padler i hver sin side, mens den tredje styrer med roret. Husk at byt roller undervejs, så alle børn prøver både at padle og at styre.

Senere kan børnene prøve at sætte sig op på essingen, mens de padler. I begyndelsen kan det være en god idé, at instruktøren holder fat i en snor, der er forbundet til jollen, så børnene ved, at de kan blive trukket ind, hvis de kommer for langt væk fra jollebroen.

Øvelsen giver børnene oplevelsen af, hvordan roret virker. Samtidig får de fornemmelsen af balance og en tryghed ved, at jollen kan krænge uden at vælte.

TØMME JOLLEN FOR VAND

En sjov leg, når vandet er varmt, er at tømme en jolle for vand. Bind en jolle uden rig til jollebroen. En instruktør tager 2-3 børn med i jollen. Instruktøren tager en spand og børnene et øsekar hver. Alle hjælper til med at fylde jollen med vand for derefter at tømme den. Sørg for at fyld så meget vand i jollen, at børnene bliver overbeviste om, at den ikke kan synke.

BADNING FRA JOLLEN

At bade fra jollen kan være en sjov aktivitet. Et barn eller højst to ad gangen hopper i vandet, hvorefter de prøver at komme op i jollen igen. For de flestes vedkommende kræver det hjælp fra en voksen de første gange. Badning kan også være afslutningen på at prøve at sejle. Når man nærmer sig jollebroen, hopper børnene i vandet for at svømme ind. Sørg for, at der står en voksen klar til at tage imod ved jollebroen for at skabe tryghed og for at hjælpe børnene op.

DE FØRSTE SEJLTURE

Til de første sejlsture bør der være en voksen med ombord. Der er mange ting, der kan gå galt for mindre børn, idet der er mange forskellige ting at huske på. En voksen - som fx kan være forældre, der kan sejle - skaber tryghed for barnet, ligesom det skaber en god tillidsfuld kontakt mellem voksen og barn.

Husk ikke mindst på, at man i stille vejr let kan have flere børn ombord. Børnene kan skifte til at prøve at styre roret og at styre skødet.

Hav altid en følgebåd med på vandet. Dels skaber en følgebåd tryghed og sikkerhed, dels har man muligheden for at et eller flere børn kan komme over i følgebåden, hvis de ikke føler sig helt trygge ved at være i jollen.

Hvis man som forældre selv er sejler - og er fortrolig med jollesejlad - er aktiviteten oplagt som "forældre-barn-aktivitet".



Det er både sjovt, socialt og lærerigt at være flere i en jolle. Husk at børnene på et tidspunkt lærer at styre jollen - sørg for at skifte undervejs, så alle prøver, hvis de føler sig trygge.

TOP TIP

Målet med at blive introduceret til at sejle joller er ikke at børnene lærer konkrete tekniske sejladsfærdigheder. Derimod er målet, at de bliver trygge og fortrolige med at være i jollen.

Dog kan man udmærket forholde sig til nogle af de indledende punkter i Diplomsejlerskolens "Begynderdiplom".

Relevante punkter fra Begynderdiplomet:

Barnet kan:

- Tømme jollen for vand.
- Nævne navnene på holdkammerater og instruktører.

Barnet tør:

- At spørge, hvis der er noget, sejleren ikke forstår.



SEJLTURE I KØLBÅD

Alle mennesker er forskellige - og naturligvis også børn. Nogle børn har i sig selv en god oplevelse i at kunne sidde og slappe af på en tur i en kølbåd. Andre børn har så meget energi, at de hurtigt keder sig, hvis de ikke er aktivt deltagende i en aktivitet.

Uanset hvad kan det være en stor oplevelse at komme ud og sejle i kølbåd. Det gælder dels mindre kølbåde, dels store kølbåde. Vær opmærksom på, at alt, som foregår sejladsfagligt på en kølbåd, er dimensioneret, så børn reelt ikke kan have funktioner på båden. Det betyder, at nogle børn hurtigt kan komme til at kede sig, hvis ikke man lægger nogle ekstra lag på turens formål.

Gør turen til en leg. Lav fx en leg om, at man skal ud og finde en flaskepost, hvor man finder en opgave. Eller sæt kursen mod en ø eller en nærliggende havn, hvor børnene møder en opgave. Det er kun den voksnes fantasi, der sætter grænsen for, hvad sejlturen skal indeholde af emner, som relateres til den tematiske identitet for holdet af børn.

Børnene kan naturligvis få oplevelsen af nogle af funktioner på en kølbåd. 2-3 børn kan fx være sammen om at holde rorpind eller rat sammen, så der er en social aktivitet forbundet med opgaven. Børn kan også hjælpe voksne med at trække i skøder osv.

I mindre klubkølbåde er det flere klubbers erfaring, at man kan lave aktiviteter med kontinuitet alt efter vejrforholdene. Erfaringerne er dog samtidig, at kølbådssejlads ikke bør være den bærende aktivitet. Leg på ved vandet, i vandet og på vandet bør være i centrum, selvom sejlture i kølbåde kan være store oplevelser.

SIKKERHED, TRYGHED OG GODE OPLEVELSER

- Der er altid mindst to voksne ombord på båden.
- Mindst to voksne skal være erfarne sejlere og kende den aktuelle båds egenskaber.
- Der er et passende antal voksne ift. antallet af børn.
- Alle - også alle voksne - bærer vest.
- Børn sidder ned eller er under dæk ved havnemanøvrer og generelt under manøvrer i det hele taget.
- Der er aldrig børn på dækket under sejlads med sejl.
- Hvis der er børn på dækket ved sejlads med motor, er de altid inden for en armslængde af en voksen.
- Børn på dækket sidder ned eller holder fast i søgelænder eller anden fastmonteret genstand.
- Husk på den sunde fornuft! Den kommer man langt med!

INTRODUKTION TIL WINDSURFING

Man kan lave en god introduktion til windsurfing ved at lave lege på land med windsurfinggrejet. Ved at stå med en rig mellem hænderne, kan selv små børn få en virkelig god fornemmelse af vinden.

Principperne i at instruere på land er grundlæggende de samme som for større børn. Læg fokus på, hvor skal man placere sig på boardet, hvordan trækker man riggen op, og hvordan rig og board reagerer, når man fører riggen fremad, og når man læner den tilbage.

I windsurfing er fysisk størrelse og motorisk udvikling afgørende for, om barnet reelt lærer at windsurfe. For de mindste børn på 5 år er det for de flestes vedkommende ikke reel windsurfing, man kan præsentere dem for, hvorimod de fleste på 8 år har fysik og motorik til at få de første ture på vandet i svag vind.

I windsurfingklubber kan man - ligesom i sejlkubber - lave nogle sjove og relevante aktiviteter, hvis man fx tager SUP i brug til vandleg. Her lærer børnene grundlæggende balance på boardet.

Når motorik, mod og fysikken tillader det, så sørg for at introducere til de første ture ved 1:1-undervisning på lavt vand. For små børn er en windsurfer ikke let at styre, før de har fanget teknikken. På en windsurfer driver man hurtigt, og derfor er det afgørende, at man som instruktør hele tiden er helt tæt på.

Det er en god idé at montere en lang elastiksnor på fx 20 m. til boardet. Snoren kan monteres rundt om mastefoden, eller hvis boardet kan monteres med fodstroppe, er det en endnu mere ideel løsning at skrue en af de bageste fodstroppe på, så man kan montere elastiksnoren i den.

Når barnet skal lære at trække riggen op og få fremdrift, er det en stor hjælp, at instruktøren holder brættet og kan styre det i den rigtige retning lidt med vinden. Når man har fundet den rigtige retning, og barnet har god balance samtidig med at stå det rigtige sted på boardet, giver man et lille puf, og så er legen med de første skridt i windsurfing i gang.

Lav også øvelser, hvor barnet lader brættet dreje 360 grader rundt under fødderne - altså ikke en decideret bomning. På den måde får barnet fornemmelsen af, hvordan bræt og rig fungerer sammen.

Vær ikke meget ambitiøs om, at barnet reelt kan lære at windsurfe. Leg på stranden og i vandet er det afgørende - og så skal resten nok komme i en lidt højere alder.

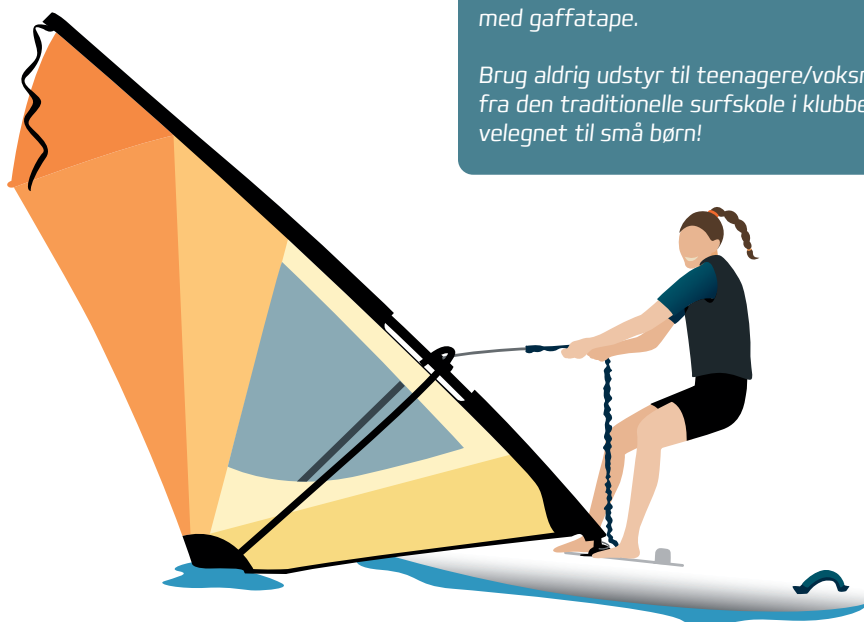
TOP TIP

Benyt kun udstyr, der er velegnet til børn - ideelt set den type udstyr, der er udviklet specielt til børn. Afhængig af barnets størrelse kan det anbefales at bruge sejl fra 1-2 kvadratmeter.

Korte SUP-boards med mulighed for montering af mastefod er også velegnede, idet sådanne boards er bløde at falde på i modsætning til hardboards.

Man kan evt. markere, hvor fødderne skal være på boardet med gaffatape.

Brug aldrig udstyr til teenagere/voksne som man kender det fra den traditionelle surfskole i klubber - udstyret er ikke velegnet til små børn!



HAVNEBINGO OG SKATTEJAGT

QUIZ OG HAVNEBINGO

Hvis vejret er dårligt, kan man lave nogle sjove landaktiviteter. Det kan enten være en quiz om dyre- og planteliv i vandet eller om sejlads i øjenhøjde med børnene.

Hvis vejret som sådan ikke er dårligt, men der er for meget vind til at komme på vandet eller for koldt, kan man lave havnebingo. Til havnebingo går man en tur rundt på havnen i grupper og finder forskellige steder,

finder både specifikke både i vandet eller planter/dyr. Tag de laminerede kort, beskrevet på side 8, med rundt og brug dem til at spille bingo med.

I nogle havne er man så heldig at have en amatør-fiskerforening, som laver et "klappebassin" med ål, fladfisk, søstjerner osv. Lav en aftale med foreningen, så klubbens BOB-børn kan lege ved bassinet.

DEN STORE SKATTEJAGT

Nogle klubber har gode erfaringer med at slutte sæsonen af med "Den store skattejagt". Man kan selvfølgelig lave skattejagt på mange måder, men ift. BOB-aktiviteter i klubber, er det nærliggende at skattejagten indeholder mange af de specifikke ting, børnene har lært på et sæsonforløb.



En skattejagt for et BOB-hold kan fx laves på denne måde:

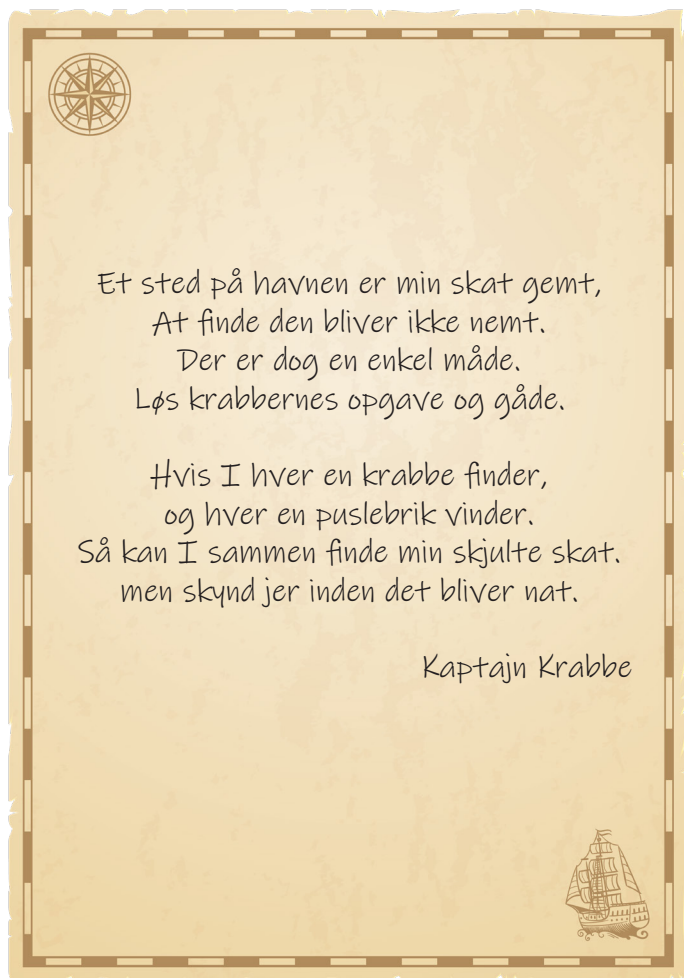
1. Inddel børnene i hold.
2. Alle holdene starter sammen, hvor de finder en flaskepost, som indeholder et brev fra "Kaptajn Krabbe", der fortæller om sin skjulte skat.
3. For at finde skatten skal der løses 5-6 opgaver.

Opgaverne kan fx være:

1. Alle børn sejler i kajak rundt om en bøje/pæl eller lignende.
2. Alle børn svømmer iført vest fra en bro til en anden.
3. Holdet samler fem stykker affald i vandet.
4. Holdet fanger fem forskellige dyr eller planter i vandet.
5. Alle børn skal ligge og flyde i vesten.
6. Alle børn padler på et SUP board fra en bro til en anden.

For hver løst opgave får holdet en puslebrik. Når hvert hold har løst alle opgaver, kan de samle et lille puslespil. Hvert holds puslespil danner en ny brik i et endnu større puslespil.

Når holdene tilsammen har lavet det store puslespil er det samtidig skattekortet, som viser, hvor skatte-kisten er gemt et sted tæt ved klubhuset.



SKATTEJAGT



TILLYKKE!

I har fundet Kaptajn Krabbes skat!
For at åbne skatten, skal I vise jeres viden
fra BOB-holdet. Hver tal er en del af koden til
hængelåsen på skattekisten ...

Hvor mange ben har en søstjerne?
Hvor mange klosakse har en krabbe?
Hvor mange træner er der på BOB-holdet?
Hvor mange "øjne" har en vandmand?

Kaptajn Krabbe



For at gøre udfordringen tilpas stor, så lav skatte-
kisten med kodelås på. Når børnene har fundet
skattekisten, skal de løse nogle få små opgaver for at
finde tallene til kodelåsen.

Læg en seddel ovenpå skattekisten med små
opgaver, der tilsammen giver talene til kodelåsen.

I skattekisten ligger der diplomer for at have
gennemført BOB-holdet. Læg også slikposer til alle
børn i skattekisten.

Hvis man vil gøre lidt ekstra
ud af det, kan man købe et
BOB-flag til hvert barn via
Dansk Sejlunions webshop,
www.sejlershoppen.dk, eller
ved henvendelse til Dansk
Sejlunions sekretær.

BOB-flaget kan monteres på
en bambuspind.



TOP TIP

På Dansk Sejlunions hjemmeside kan man
downloade relevante materialer til at lave
en sjov skattejagt.

Det gælder fx skabeloner til et kort til
skattejagten samt diplomer til børnene.

Se mere på www.dansksejlfunion.dk



Med afsæt i gode eksempler fra en lang række klubber har Dansk Sejlunion i samarbejde med erfarne klubpersoner udviklet et koncept for, hvordan klubber kan arbejde med tidlig rekruttering til sejlads og vandsport for mindre børn.

Med kataloget ønsker Dansk Sejlunion at inspirere klubber til at lave aktiviteter for 5-8 årige børn.

God fornøjelse!

