

## J+S-Kids: Einführung Segeln - Lektion 3

# Paddeln auf dem Wasser im Opti ohne Rigg

### Autor

Peter Gebistorf, J+S Experte Kids

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 - 10 Jahre
Gruppengrösse	Nicht mehr als 6 Kinder
Kursumgebung	Wiese / Rampe zum Einwassern / See / Hafenanlage
Sicherheitsaspekte	Nur bei ganz schwachen Windverhältnissen und wenig Wellen

### Zielsetzungen/Lernziele

Möglichst schnell aufs Wasser / Opti fortbewegen mit Paddel und Ruder

### Hinweise

Bekleidung dem Wetter angepasst, T-Shirt Badehose eventuell Turn- oder Neoprenschuhe, Regenhose und Regenjacke

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<i>Steuer und Schwert</i>	Das Kind lernt wie <i>Ruder</i> und <i>Schwert</i> richtig montiert und eingesteckt werden. Sicherungen an Mast, Ruder und Schwert erklären.	
10'	Das <i>Paddel</i> und sich damit fortbewegen	<i>Paddel</i> und <i>Steuer</i> kennen lernen und die richtige Handhabung. Kurze Erklärung an Land. 	Je ein Paddel und einen Opti zur Demonstration (eventuell mit kurzem Ruderblatt)

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Opti auf dem Wasser fortbewegen (ohne Rigg)	<b>2 Kinder</b> sitzen in einen Opti nur <b>Schale</b> mit Ruderpinne und <b>Schwert</b> , aber ohne <b>Rigg</b> . Ein Kind übernimmt das Steuer und das andere paddelt. Das Kind am <b>Steuer</b> muss darauf achten, dass es immer auf der richtigen Seite sitzt. <b>Immer mit dem Rücken gegen den Wind</b> . Das andere kann wählen wo es paddeln will. Am besten geht es, wenn es auf der gegenüberliegenden Seite sitzt. Gleichgewicht!	3 Optis mit Ruder, <b>Schwert</b> , Paddel
10'		Die Kinder tauschen die Rollen mehrmals, einmal am Steuer, das nächste Mal beim Paddeln.	
10'		Wenn die Leiterperson sieht, dass sie es „im Griff“ haben, ein Kind aus dem Optimisten auf das Motorboot nehmen. Das Kind im Opti versucht nun alleine zu steuern und gleichzeitig zu paddeln. Nach ca. 5 Minuten kann die Leiterperson die Kinder austauschen .	

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Gemeinsames <b>Auswassern</b> der Optis	2 Kinder wassern zusammen je einen Opti aus. Hinten stossen, vorne ziehen.	Opti Wägeli