



J+S-Kids: Einführung Segeln - Lektion 6

Juhuuuuuuuu, wir kentern

Autor

Peter Gebistorf, J+S Experte Kids

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input checked="" type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 - 10 Jahre
Gruppengrösse	Nicht mehr als 6 Kinder
Kursumgebung	Wiese / Rampe zum Einwassern / See / Hafenanlage
Sicherheitsaspekte	Bis höchstens Windstärke 2, oder bei Flaute an Stelle einer anderen Lektion. Vorsicht mit dem Motorboot, wenn die Kinder am Kentern sind. Kinder, die unbedingt nicht kentern möchten sollen nicht dazu gezwungen werden!

Zielsetzungen/Lernziele

Vertiefung der gelernten Wende und der Halse und neu, den Opti kentern.

Hinweise

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

DIE LEKTION 6 KANN AUCH VOR DER LEKTION 5 DURCHGEFÜHRT WERDEN.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Vertiefung des Handwechsels von <i>Schote</i> und <i>Pinne</i> am Opti	Jedes Kind steigt in den Opti und übt den <i>Handwechsel hinter dem Rücken</i> und wechselt die Seite im Opti. Die Leiterperson achtet auf die richtige Handhabung von <i>Grossshot</i> und <i>Pinne</i> , sowie auf die richtige Sitzposition im Opti.	Opti komplett
5'	Richtige <i>Sitzposition</i> im Opti	Die Leiterperson demonstriert an Land mit einem Opti auf dem „ <i>Wägeli</i> “, was passiert, wenn das Kind zu weit vorne oder in der Ecke hinten sitzt. Reagiert der Opti ausbalanciert, stimmt die Sitzposition und der <i>Längstrimm</i> ist optimal.	Einachsiges <i>Opti-Wägeli</i>
10'	Ich will kentern Richtiges <i>Kentern</i> des Opti (wer nicht will, muss nicht - Mutfrage!)	Kenterübung an Land: Einen Opti <i>auftakeln</i> , Jedes Kind steigt auf das <i>Mastbänkli</i> , hält sich am Mast und versucht sich rückwärts fallen zu lassen (Sicherheit: Die Leiterperson steht hinter dem Kind). Wieder aufstellen: Opti umgekehrt auf die Wiese legen, das <i>Schwert</i> schaut himmelwärts heraus. Zuerst auf das Boot steigen, <i>Schwert</i> herausziehen, breit auf den Rand stehen und mit beiden Händen versuchen, das Boot aufzustellen, indem sich das Kind nach hinten „hängt.“ Demonstration wie man wieder in den Opti zurück steigen muss: Gleich wie man aus einem Schwimmbassin steigt, mit aufstützen auf dem Rand des Optis.	

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
20'	Einsegeln: Gelernte <i>Wenden und Halse</i> an jeder Boje 2X <i>Kentern</i> : Jedes Kind darf seinen Opti kentern wie an Land gelernt.	Einsegeln: An Boje eins, 2 X eine Wende, an Boje zwei, 2 X eine Halse. Kentern: Die Leiterperson befindet sich in der Nähe der zu kentern den Optis. Aus Sicherheitsgründen dürfen höchstens 2 Optis auf einmal kentern. Darauf achten, dass die Kinder den <i>Mast</i> nicht zu früh loslassen. Sicherheit: Kinder genau beobachten, Kinder nicht unter <i>Segel</i> . Vorsicht bei Annäherung unter Motor und bei drehender Schraube, Motor rechtzeitig abstellen. 	Zur Erinnerung: Opti, die sich zum Kentern eignen Mastsicherung kontrollieren Auftriebskörper i.O. Schöpfer im Boot befestigt Ruder und Schwert befestigt

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Wasserschlacht	Die Kinder dürfen sich gegenseitig mit Wasser aus dem Opti anspritzen.	2 Schöpfer im Opti
10'	Selbstständiges Auswassern und Wegräumen des Materials.	Die Leiterperson hilft noch mit beim Wegräumen von <i>Ruder und Schwert</i> .	