

PEILING PÅ SEILING – SOMMERLEIR

Etter fem trinn – ett hver dag – er du klar til å utforske sjølivet videre

DAG 1

SEILING

- Kullseile, rette båten på sjøen.
- Få fart i båten: Slør.
- Sitte på riktig side.
- Snu og seile andre veien.

SJØVETT

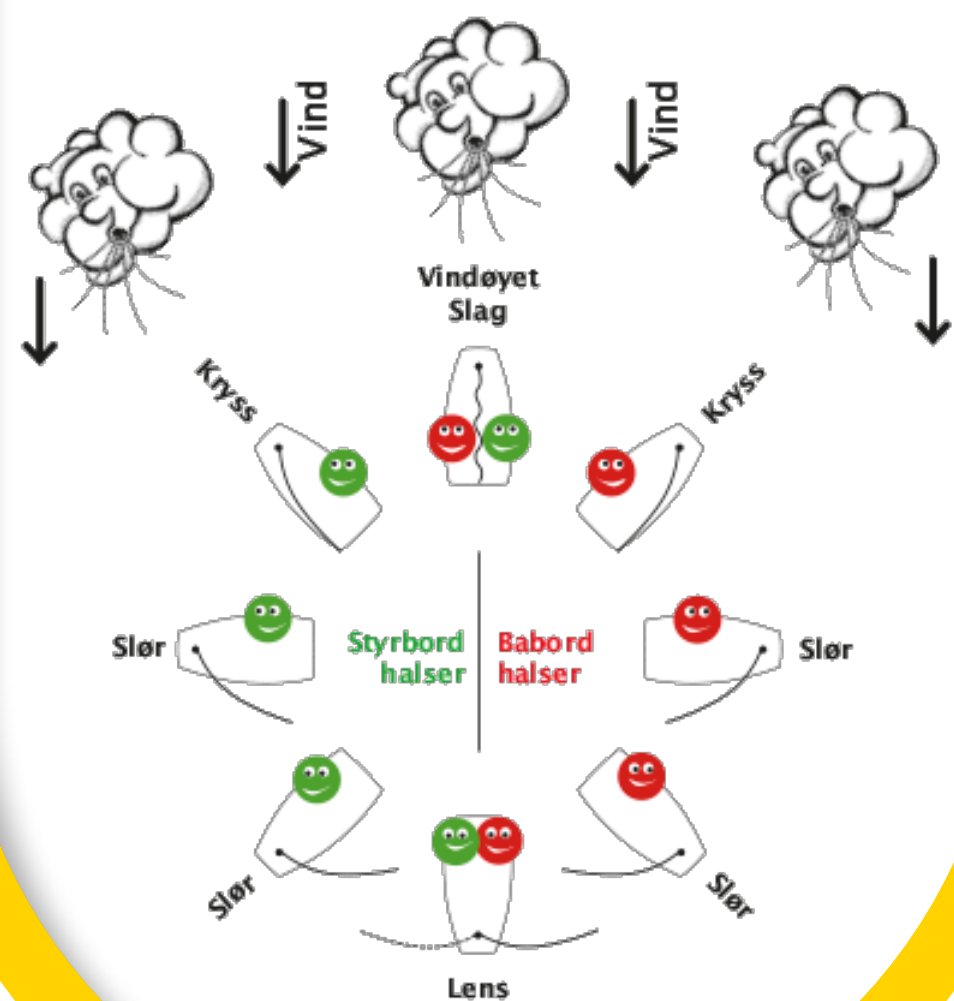
- Vite hva du skal ha på deg når du seiler.
- Vite at du skal ha på deg vest.
- Vite hvor vinden kommer fra.

MILJØ

- Tema: Hold havet rent

LEK

- Bade med badetøy. Forskjell på å være i vannet med og uten tøy.



DAG 2

SEILING

- Kunne komme på land igjen på egen hånd.
- Snu og seile andre veien. Slå og jibbe – prøve begge deler.
- Få fart i båten: Seile rett fram

SJØVETT

- Hvilke sjømerker ser du – og hva betyr de?
- Knuter: Båtsmannsknop og åttetallsknop.
- Vite hva delene på båten heter.

MILJØ

- Tema: Plast i havet

LEK

- RIB/full fart, evt. med tube, wakeboard el lign.



DAG 3

SEILING

- Stoppe båten. Komme ut av vindøyet. Starte igjen.
- Få fart i båten: Bruke roret – se forover, små rorutslag.

SJØVETT

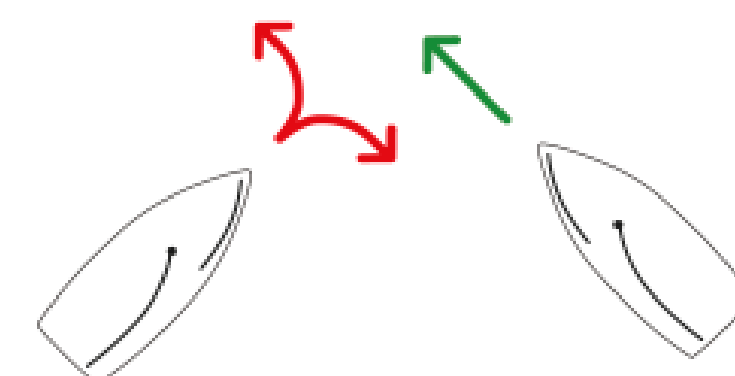
- Unngå kollisjon.
- Knuter: Pålestikk og dobbelt halvstikk.

MILJØ

- Tema: Mikroplast

LEK

- Lage et anker av et tau og en stein. Prøv det på vannet!
- Prøve andre ting enn Optimist. SUP, surf, robåt, kjølbåt – alt ettersom hva som finnes tilgjengelig. Inviter gjerne foreldrene med.



DAG 4

SEILING

- Få fart i båten: Lens og skarp slør, bidevind hvis mulig. Repetere slag og jibber.
- Seile åttetallsbane.

SJØVETT

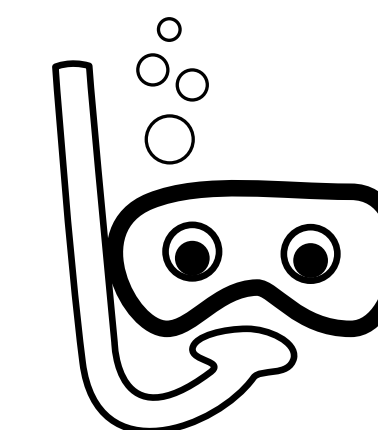
- Strøm, hva er det?
- Litt om værmelding. Se på været akkurat nå – skyer osv. Hvordan kan det ha seg at været er akkurat som det er nå? Hvordan planlegge seiltur mht. forholdene.

MILJØ

- Tema: Kildesortering, resirkulering og gjenbruk

LEK

- Bruke appelsin, ball, svamp eller annet som strøm-måler (ref. bøye, sjømerke el. lign). Se hvordan strøm virker.
- Leke med ball eller svamp mens man seiler (samtidig trening av manøvre etc).



DAG 5

SEILING

- Få fart i båten: Prøve å seile alle kurser – inklusive kryss. Deretter seile på tur. Seil til et fint sted i nærheten, gå i land, evt. for å spise og utforske stedet. Seil deretter tilbake. Opplev å være på tur i båt!

SJØVETT

- Sjøvettreglene (eksemplifiseres, konkretiseres). Planlegging av turseilas.

MILJØ

- Liv i havet

LEK

- Prøve andre ting enn Optimist. SUP, surf, robåt – alt ettersom hva som finnes tilgjengelig. Seil eventuelt på tur med en annen båttype enn Optimist, hvis ønskelig og praktisk mulig.



En uke med seiling og sjøliv