

Lärgrupp Kappseglingsregler



Introduktion

Det här är en handledning som riktar sig till dig som ska vara lärgruppsledare för den digitala kursen Kappseglingsregler. Den digitala kursen är i första hand uppbyggd för enskilda studier, men det går utmärkt att även genomföra den som lärgrupp. En lärgrupp är helt enkelt en liten grupp människor som av eget intresse samlas för att lära sig tillsammans.

Handledningen omfattar hela den digitala kursen Kappseglingsregler, men den är uppbyggd så att man kan välja att göra hela eller delar av kursen och på lite olika sätt. I den här handledningen är kursen uppdelad på olika lärgruppspass och det finns en bedömning av hur lång tid varje pass tar. Lärgruppen kan därmed välja att genomföra ett eller två pass på varje träff och därmed genomföra kursen på flera dagar under en period. Det går också bra att genomföra hela eller delar av kursen under en eller två heldagar, t.ex. en helg.

Som lärgruppsledare behöver du inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor. Din roll är att leda gruppen framåt och se till att alla kan framföra sina synpunkter och påverka arbetet. Lärgruppsledaren är också den som håller kontakten med Svenska Seglarförbundet och SISU Idrottsutbildarna.





Seglarförbundet förutsätter att varje deltagare i lärgruppen, var för sig, har tillgång till kursen med personlig inloggning. Det är en stor fördel för deltagarens lärande att kunna gå igenom kursens olika avsnitt på egen hand mellan eller efter lärgruppsträffarna och på så vis fördjupa sina kunskaper i egen takt. Vid de gemensamma träffarna behöver dock bara lärgruppsledaren vara inloggad och gå igenom materialet med hjälp av dator och projektor eller storbildsskärm. Det är också möjligt att genomföra lärgruppspassen som videomöte, men det är oftast inte en lika effektiv inlärningsmetod som att träffas fysiskt.

Här är ett förslag på uppdelning av kursen i olika pass med bedömd tidsåtgång:

Lärgruppspass 1 – Introduktion, terminologi	0,5-1 tim
Lärgruppspass 2 – Regler om rätt till väg, KSR 10-12	1 tim
Lärgruppspass 3 – Allmänna begränsningar, KSR 13, 15 och 16	2-3 tim
Lärgruppspass 4 – Regler vid märken, märkesplats, KSR 18	2-3 tim
Lärgruppspass 5 – Regler vid hinder, KSR 19 och 20	2 tim
Lärgruppspass 6 – Andra regler, KSR 14 och 43	2 tim
Lärgruppspass 7 – Framdrivning och straff, KSR 42 och 44	1,5-2 tim
Lärgruppspass 8 – Genomföra en kappsegling och krav på båtar	1 tim
Lärgruppspass 9 – Protester, beslut och poängberäkning	2 tim





Lärgruppspass 1

Introduktion och terminologi

Vi rekommenderar att varje deltagare ser till att ha boken Kappseglingsreglerna 2025-2028 samt läser och tittar på avsnitt 1 på egen hand innan lärgruppen träffas första gången. På så vis kommer man igång smidigare på första träffen eftersom alla deltagare redan från början har tillgång till regelboken och den digitala kursen.

När lärgruppen träffas första gången tillsammans är det bra om alla deltagare ges möjlighet att presentera sig själva. Det är särskilt viktigt om alla inte redan känner varandra. Låt också var och en berätta lite om eventuell bakgrund som seglare, ambitioner med kursen och långsiktigt mål inom segelsporten. Det här kan du som lärgruppsledare sedan använda för att hjälpa var och en att nå sitt mål.

Efter de inledande presentationerna kan lärgruppen direkt börja gå igenom avsnitt 2. Titta på videon tillsammans och gå sedan igenom bildspelet med terminologi. Titta i regelboken, slå upp de definitioner och regler som nämns och diskutera i lärgruppen om ni förstår vad som står och hur det ska tolkas. Hör också med deltagarna om de har några egna intressanta exempel på där dessa definitioner och regler varit tillämpliga. Det är väldigt viktigt att man förstår hur terminologin i regelboken fungerar för att man ska kunna förstå och tillämpa reglerna.





Lärgruppspass 2

Regler om rätt till väg – Kappseglingsreglerna 10-12

I det här passet går vi igenom avsnitt 3 om regler och definitioner om rätt till väg (2 videor). Det är reglerna 10, 11 och 12 samt några viktiga definitioner kopplade till dessa regler. De här reglerna och definitionerna är de mest grundläggande reglerna för båtar som kappseglar och det är viktigt att man lägger en del tid på dessa.

Titta på en video i taget. Diskutera regler och definitioner mellan varje video genom att lägga upp egna båtar på magnetavla eller på bordet där båtar möts på olika sätt. Låt varje deltagare skapa en situation och förklara vilka regler och definitioner som gäller för den situationen. Diskutera också hur en båt som ska hålla undan kan göra det på bästa sätt.

Lärgruppspass 3

Allmänna begränsningar – Kappseglingsreglerna 13, 15 och 16

Här går vi vidare med att titta på ytterligare en grundläggande regel, regel 13 för båt som stagvänder, men sedan också regler som egentligen är begränsningar för båt med rätt till väg. Även med dessa regler är det viktigt att förstå de definitioner som hör till reglerna. Särskilt viktigt är det att förstå begreppen kurs och tillbörlig kurs.

Avsnittet är uppdelat på tre videor. Titta på en video i taget och diskutera efter varje video hur dessa regler och definitioner kan se ut i praktiken.

I det här avsnittet finns det också en övningsvideo med exempel på olika situationer. Titta på en situation i taget, diskutera vilka regler och definitioner som gäller i varje position och försöka komma fram till ett beslut om vilken båt som eventuellt gjort fel. Jämför därefter med domarens kommentarer.

Målet efter lärgruppspass 2 och 3 är att deltagarna ska förstå bl.a.

- när kappseglingsreglerna gäller,
- hur definitioner fungerar tillsammans med reglerna samt
- vilka rättigheter och skyldigheter två båtar har som möts på kollisionskurs.



Lärgruppspass 4

Regler vid märken, märkesplats – Kappseglingsregel 18

Det här passet handlar om rundning av märken och de regler som gäller då, vilket finns i kursens avsnitt 5 med tre videor. För att kunna förstå och tillämpa de regler som gäller vid rundning av märken är det nödvändigt att behärska reglerna och definitionerna i Kappseglingsreglernas del 2 och avdelningarna A och B från lärgruppspassen 2 och 3. Om det har gått en tid sedan de passen genomfördes, så kan det vara lämpligt att inleda detta pass med lite kort repetition av reglerna 10-13 samt 15 och 16.

Titta på video 5a och följ den uppmaning som finns i början av videon, d.v.s. att stoppa videon och läsa i regelboken. Låt var och en läsa enskilt och diskutera sedan så att ni i gruppen känner att ni alla förstår vad det är som står. Titta sedan på resten av videon. Lägg särskilt märke till hur flera olika regler och definitioner tillämpas tillsammans vid rundning av märken. Båda båtarna har både rättigheter och skyldigheter.

Före eller efter video 5b är det lämpligt att lägga lite tid på att diskutera överlapp. Använd magnetbåtar eller motsvarande och lägg upp olika båtar i olika vinklar på väg mot ettärke. Diskutera om det är överlapp eller inte och gå även igenom hur båtens skrov, segel, utrustning och besättning påverkar om det är överlapp eller inte.

Video 5c förklarar övriga delar av regel 18, som inte är så vanliga men som man ändå behöver känna till. Eftersom denna video går fram ganska snabbt, kan det vara lämpligt att stanna videon efter varje regel och i gruppen diskutera det som visades.

Det här avsnittet har också en övningsvideo med exempel på olika situationer vid rundning av märken. Titta på en situation i taget, diskutera vilka regler och definitioner som gäller. Inte bara regel 18, utan även övriga regler om rätt till väg. Jämför därefter med domarens kommentarer.

Den viktigaste kunskapen att ta med sig från lärgruppspass 4 är hur de grundläggande reglerna om rätt till väg, reglerna 10-13 samt 15 och 16, gäller samtidigt och tillsammans med regel 18 när båtar ska runda eller passera ettärke.



Lärgruppspass 5

Regler vid hinder – Kappseglingsreglerna 19 och 20

Föremål eller områden som ska undvikas av kappseglande båtar kan vara hinder i banan. Hur sådana hinder ska undvikas eller passeras anges i reglerna 19 och 20 och det ska vi titta på i detta lärgruppspass med hjälp av regelkursens avsnitt 6 (två videor).

Video 6a tar upp regel 19. Efter att ha tittat på videon kan gruppen lämpligen diskutera hur regel 19 om hinder skiljer sig från regel 18 om märkesplats. Här är det också bra om deltagarna har några egna exempel från verkligheten där regeln varit tillämplig.

Efter att ha tittat på video 6b om regel 20 är det lämpligt att gå direkt till bildspelet med övningar om hinder. Precis som tidigare, titta på en situation i taget och diskutera vilka regler som är tillämpliga. Slå alltid upp regler och definitioner i regelboken. Jämför era förslag med domarens kommentarer.





Lärgruppspass 6

Andra regler – Kappseglingsreglerna 14 och 43

Det här passet tar upp de sista reglerna i Kappseglingsreglernas del 2, avdelning D samt även regel 14 om att undvika kontakt och regel 43 om frikännande. Dessa regler finns i kursens avsnitt 7 och 8.

Titta på video 7 och diskutera sedan i gruppen så att alla förstår hur reglerna 21 och 22 ersätter reglerna i avdelning A under vissa omständigheter. Försök hitta exempel från verkligheten. Diskutera också skillnaden mellan begreppen *hålla undan* och *plats* som finns i många regler respektive begreppet inte störa som finns i regel 23.

Titta på video 8 och lägg särskilt märke till hur regel 43 fungerar i förhållande till reglerna 10-13 samt 14, 15, 16 och 31. Försök att hitta och diskutera egna erfarenheter från kappseglingar där regel 43 blivit tillämplig. Diskutera även begreppet sak- eller personskada.

Gör övningsvideon med exempel på situationer där reglerna 14 och 43 tillämpas. Titta på en situation i taget och diskutera vilka regler som är tillämpliga. Slå upp regler och definitioner i regelboken, jämför med domarens kommentarer.

Målet med lärgruppspass 6 är att skapa förståelse för hur reglerna i Kappseglingsreglernas del 2 och avdelning D förhåller sig till del A samt hur regel 43 om frikännande kan bli tillämplig även om det uppstår kontakt mellan båtar.





Lärgruppspass 7

Framdrivning och ta straff – Kappseglingsreglerna 42 och 44

En båt som kappseglar får bara drivas av vind och vågor samt genom att besättningen skotar och trimmar segel. I det här passet ska vi gå igenom mer exakt hur en båt får, eller inte får, seglas när den kappseglar. Det kommer också att handla om hur en båt som bryter mot en regel kan ta ett straff på banan.

Det är regel 42 som anger de begränsningar och möjligheter som finns för en båt som kappseglar. Det här presenteras i tre videor i regelkursens avsnitt 9. Titta på en video i taget tillsammans i gruppen. Efter varje video är det bra att läsa exakt vad det står i regel 42 och jämföra varje del av regel 42 med det som visas på respektive video.

I slutet av video 9c nämns KSR Appendix P. Om det finns tid under det här passet är det bra om alla går igenom Appendix P också och diskuterar hur det här kan se ut på en kappsegling när det finns domare på vattnet. Fundera också på vilka båtklasser (klassregler) som tillåter tillämpning av Appendix P5.

Avsluta det här passet genom att titta på video 10, läsa igenom regel 44 och gå igenom övningsvideon om straff på banan.

Målet med lärgruppspass 7 är att skapa förståelse för de metoder som är tillåtna respektive förbjudna för framdrivning av en båt som kappseglar samt känna till när en båt kan ta straff på banan och hur det går till.





Lärgruppspass 8

Genomföra en kappsegling och krav på båtar

I det här passet ska vi först lära oss om en rad andra regler i Kappseglingsreglernas som ställer krav på båtägare, besättning och båtar. Det gör vi i regelkursens avsnitt 11 med två videor. Sedan finns det också två videor i avsnitt 12, som förklarar hur en kappsegling går till och hur det är reglerat.

Titta på video 11a, slå upp reglerna i regelboken och diskutera sedan vad gruppen anser om lämpliga straff för en båt eller besättning som bryter mot dessa regler. Mer om straff kommer senare i kursen, men redan här kan det vara lämpligt att börja fundera på detta.

Gå vidare med video 11b. Leta gärna upp någon eller några klassregler och titta lite vad som står i dessa. Tita på reglerna 46 och 75 igen och diskutera i gruppen vem det är som har ansvaret för att en båt uppfyller de krav som finns på en båt. Titta gärna på videon flera gånger och jämför med formuleringarna i nämnda regler.

Beroende på deltagarnas tidigare erfarenheter av kappsegling kan man välja att lägga mer eller mindre tid på videorna i avsnitt 12. Titta dock igenom båda videorna och ta gärna fram en inbjudan och en seglingsföreskrift från någon verklig tävling. Jämför hur dessa dokument är utformade i förhållande till vad som sägs på i videorna och vad som står i regelboken.

Efter lärgruppspass 8 ska deltagaren ha full förståelse för vilket ansvar som finns hos både båtägare och skeppare för att en båt som kappseglar uppfyller alla krav som ställs på en båt enligt Kappseglingsreglerna och klassregler.

Deltagaren ska också förstå vikten av dokumenten inbjudan och seglingsföreskrifter för en tävling.



Lärgruppspass 9

Protester, beslut och poängberäkning

Trots att alla tävlande känner till alla regler och gör sitt bästa för att följa dessa, så kan det ändå bli fel ibland. I det här passet ska vi lära oss mer om hur protester hanteras och vilka olika beslut som en protestkommitté kan ta. Dessutom hur kappseglingar poängberäknas.

Titta på video 13a och stanna gärna videon efterhand som en regel nämns. Eftersom reglerna inte visas i sin helhet i videon, utan bara i punktform, så kan det vara bra att jämföra hur det är formulerat i själva regeln. Följ också den uppmaning som finns om att slå upp regel 60.5d och diskutera hur man kan hantera brott mot de regler som togs upp i lärgruppspass 8 och kursens avsnitt 11

Titta på första delen av video 13b, som handlar om gottgörelse. Diskutera om någon av deltagarna har något eget exempel från verkligheten där gottgörelse varit aktuellt eller fundera på situationer där gottgörelse skulle kunna vara möjligt. Titta på resterande del av video 13b och diskutera fördelar och nackdelar med medling på en tävling för jollar på en bankappsegling respektive för kölbåtar på en havskappsegling.

Kursens avslutande video handlar om poängberäkning. Den tar upp de flesta varianter som kan uppkomma på en tävling. Ta gärna fram en eller flera resultatlistor från verkliga tävlingar och kontrollera hur dessa är beräknade i förhållande till vad Appendix A säger.

Innan lärgruppsledaren avslutar kursen, så diskutera med deltagarna om vad de anser att de fått ut av kursen och om de har några synpunkter på upplägg eller utformning. Återrapportera detta till Svenska Seglarförbundet.





Ytterligare tips

Som lärgruppsledare kan det alltid vara bra att ha lite extra exempel och frågeställningar att diskutera i gruppen, eller veta var man kan hitta ytterligare information och förklaringar. Här följer några förslag som kan vara värda att ta en titt på:

- **Seglarförbundets webbsidor med regler för tävling**

Här finns Kappseglingsreglerna och andra dokumnet med regler och tolkningar, bl.a. klassregler för olika båtklasser och tolkningar av KSR 42.

- **Domarboken**

Det här är en vägledning till domare, men här finner du förklaringar till regler och exempel som alla kan ha nytta av.

<https://www.svensksegling.se/explorer/files/SSF/Uppdatering%20KSR%2025-28/Domarboken%2C%2020251020.pdf>

- **The Case Book**

World Sailing officiella tolkningsfall. Här finns en stor mängd tolkningar eller tillämpningar av i stort sett alla regler och definitioner. Endast på engelska.

<https://d7qh6ksdplczd.cloudfront.net/sailing/wp-content/uploads/2025/07/31104846/WS-Case-Book-2025-2028-v2025-07.pdf>

- **Facebook/Kappseglingsregler**

En grupp där alla seglingsintresserade kan vara med och diskutera aktuella eller konstruerade regelsituationer.

- **Youtube/Kappseglingsdomaren**

En kanal där domare Claes Lundin lägger ut videor med exempel på regelsituationer från verkligheten.

- **Play the Rules**

Ett regelspel med mängder av animeringar av mer eller mindre knepiga regelsituationer. Frågor och svar med utförliga förklaringar.

<https://game.finckh.net/indexe.htm>