



## **Pass 3 - "Nya tillvägagångssätt - hur får vi med de 90% som inte fortsätter efter seglarskola?"**

- **Välkomnande kultur för alla** - Vad erbjuder klubben?
- **Friskvårdsbidrag?** (1-2 personer, träningsavgift, tillhandahållet material)
- **Projektformer** - ansvarsfördelning
- **Värdegrund och mål med verksamheten**
- **Klubbarrangemang för alla**



# Klubblabyrinten

Tränare

Instruktörer

Styrelseledamöter

Funktionärer övr.

Tävlingsledare

**Seglare**

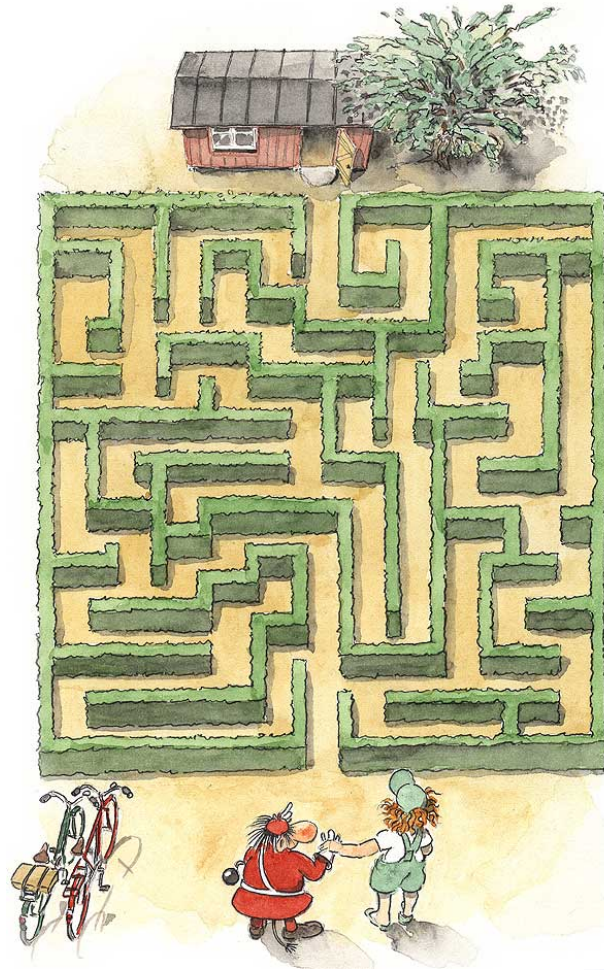
Seglingsledare

Banläggare

Kommittéledamöter

Domare

Föreläsare



Det skall vara så roligt på  
SSF Seglarskola att alla  
kommer tillbaka!

Ingen hittar ut ur  
klubbens labyrint utan  
blir individuellt guidade  
in på en väg som passar  
dem; som seglare,  
kommittéledamöter,  
funktionärer, domare,  
tränare eller instruktörer.



# Välkomnande kultur för alla

*Hur startar man?*

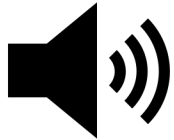


# PEDAGOGIK = Göra det svåra löjligt enkelt

PEDAGOGIK - Se, Höra, Prova. Dessa tre moment måste finnas med för att underlätta inläringen och förståelsen av segling. Minnesregel = Öga, Höra, Göra



Se vad som ska läras ut – ”Öga”



Höra vad som ska läras ut – ”Höra”



Prova vad som ska läras ut – ”Göra”





# Hade ni velat lära er med dessa redskap?



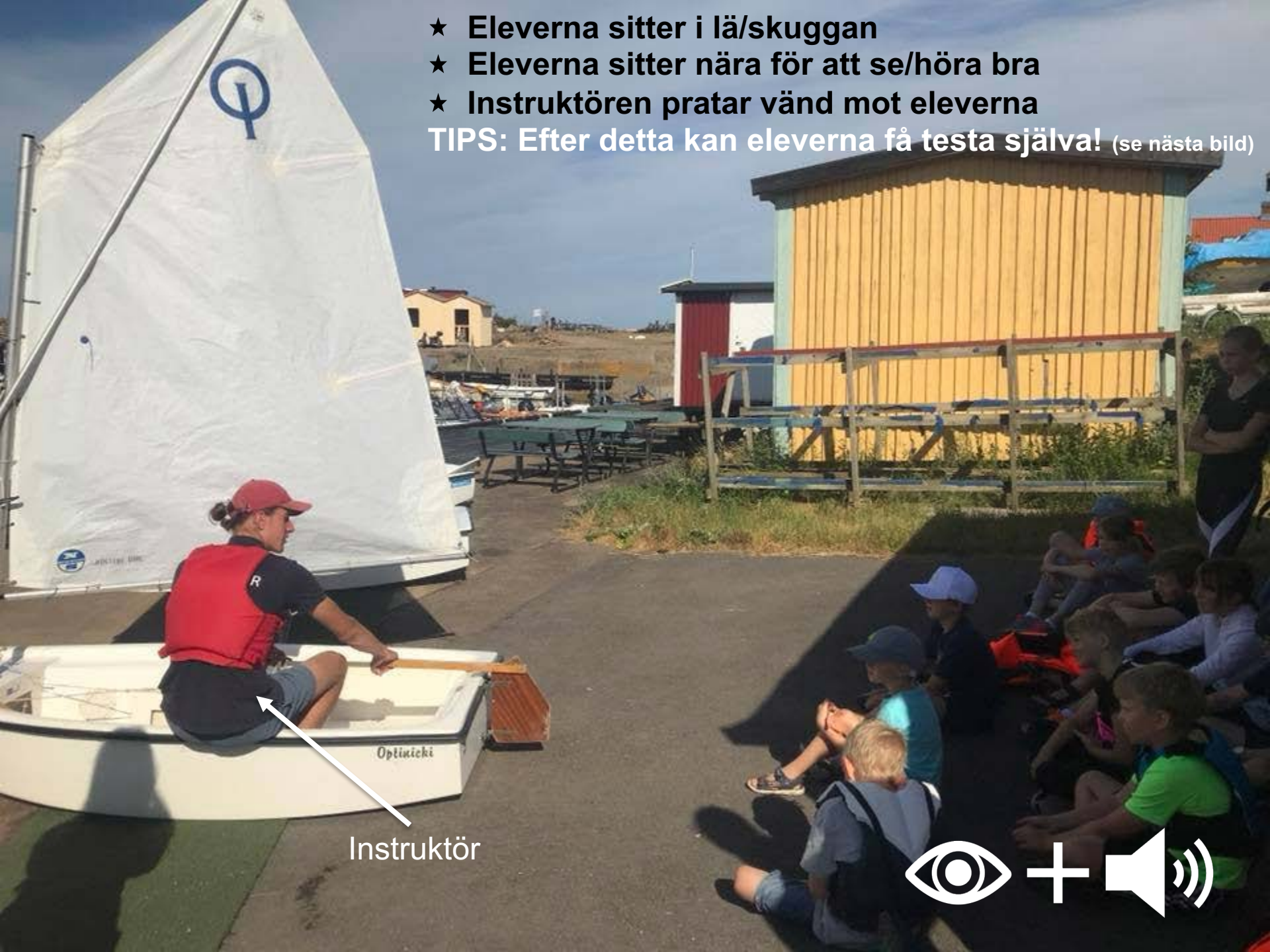
Tänk på vilket redskap ni väljer för era nya seglare!

En söndrig/feltrimmad båt eller fel klädsel kan vara orsaken till att det inte är möjligt att lära sig ordentligt.





- ★ Eleverna sitter i lä/skuggan
  - ★ Eleverna sitter nära för att se/höra bra
  - ★ Instruktören pratar vänd mot eleverna
- TIPS:** Efter detta kan eleverna få testa själva! (se nästa bild)



Instruktör





- ★ Eleverna får testa teknik på land i lugn o ro
- ★ Instruktörerna/eleverna är placerade när för att få en bra dialog

TIPS: Denna övning funkar för all typ av praktiska moment: slag, gipp, hängteknik, ösa båten m.m.



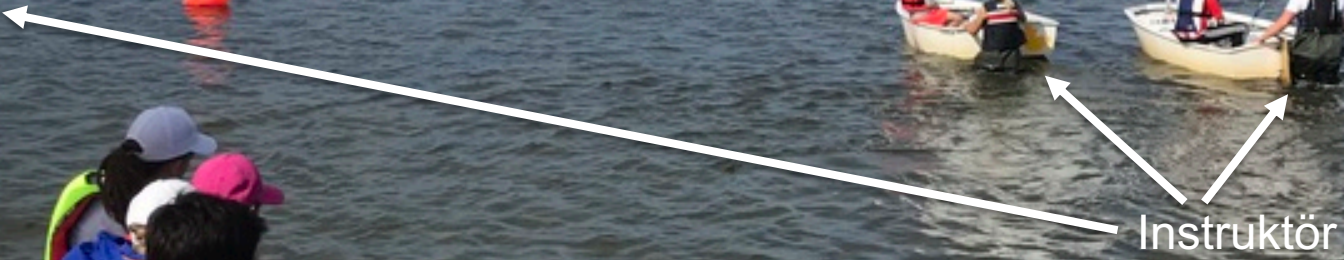
Elev

Instruktör





- ★ Instruktören är med i vattnet och närvarande under hela övningen
  - ★ Eleverna sitter o kollar i lugn o ro tillsammans med instruktör
- TIPS: Efter detta kan eleverna få testa själva när instruktörerna står utplacerade vid det svårare momenten, t.ex. slag & gipp.





- ★ Eleverna får testa teknik på land i lugn o ro
- ★ Instruktörerna/eleverna är placerade nära för att få en bra dialog

TIPS: Denna övning funkar för all typ av praktiska moment i kölbåt: slag, gipp, hängteknik, spinnaker m.m.



Instruktör



- ★ Eleverna får testa teknik på vattnet i lugn o ro
- ★ Instruktörerna/eleverna är placerade nära för att få en bra dialog samt möjlighet att byta o testa olika moment

TIPS: Denna övning funkar för all typ av praktiska moment i kölbåt: slag, gipp, hängteknik, spinnaker m.m.

Instruktör







★ **VÅGA TESTA** nya övningar och banor för att ha **ROLIGT** och utveckla seglarna enligt kursplanen. I denna övningen lär sig seglaren bl.a. balansera båten, styra+skota, ösa båten om det blir fel, kapsejsa båten om det blir ännu mer fel.





TESTA nya övningar och banor för att ha ROLIGT och utveckla seglarna. I denna övningen lär sig seglaren balansera segel + bräda.



# Vad är ett pedagogiskt pass?



- Syfte med passet/dagen – var noga med **röd tråd** och att återkoppla
- Uppvärmning på land och vattnet. Bör ske i lekform – t.ex. ”Kaptenen kommer” och/eller ”så-många-rundningar-innan-instruktören-visslar”
- Få och korta genomgångar på tavlan = inte många som lär sig segla på det sättet.  
[Mer praktik på land underlättar inläringen på vattnet.](#)
- Möjlighet att gå banan på land – pröva övningen
- [Roliga, Bra & Många övningar.](#) Elever tröttnar snabbt på t.ex. Halvwind-Halvwind. Utveckla till t.ex. Följa John, Visa själva banan med RIB, Segla själv
- Praktik på land efter segling för att återkoppla
- Genomgång med funderingar och frågor efter segling
- Övriga hjälpmedel: video, radiostyrt, VHF, erfarna seglare som visar hjälper inläringen, använd olika färger på bojar och pennor när ni förklarar.
- Ställ mycket kontroll-/ledande frågor för att eleverna ska få tänka till själv
- Ge personlig utmaningar till eleverna då alla är olika och utvecklas på olika sätt. På så sätt undviker vi elever som är uttråkade vi enkla övningar all stressade/frustrerade om det är för svår uppgift att utföra

# Delar under ett pass



Ett tydligt syfte med passet/dagen

1. Kort genomgång med syfte och övningar.
2. Uppvärmning på land – t.ex. "Kaptenen kommer", "Under hökens vingar" o.s.v.
3. Testa övningen praktiskt på land + gå bana
4. Uppvärmnings/uppsamlingsbana på vattnet
5. Minst 1st huvudbana-/övning på vattnet
6. Avslutnings-/lekbana på vattnet
7. Testa övningen praktiskt på land
8. Uppsamling med frågor och återkoppla till syftet.







**Individanpassad pedagogik** = Ge personlig utmaningar till eleverna som är anpassade till deras kunskapsnivå då alla är olika och utvecklas på olika sätt. På så sätt undviker vi elever som är uttråkade vid enkla övningar eller stressade/frustrerade elever vid svåra övningar. För att kunna utvecklas optimalt (vara i "flowet") behöver vi hitta utmaningar och övningar som passar elevernas nuvarande kunskapsnivå.



# Hur välkomnar ni era medlemmar?

*Hur får ni dem att stanna i  
er verksamhet?*





# Nya tillvägagångssätt Att nå en ny målgrupp

- Varför? Sätta mål!
- Har du träffat målgruppen?
  - Ut till dom där dom finns
- Planera ihop med målgruppen
  - Vilka aktiviteter vill de göra?
  - Fastna inte i planeringen
- Gör det enkla bra
- [Projektet "Vattenvana"](#)



# En klubbaktivitet för alla



- Klubbmästerskap i C55or
- Anmäler sig individuellt och lottar ihop lagen
- Sprintsegling
- Grillning och mingel