



! Forløbstema selvstændighed

Tropsspejderne Simone, Ea, Jesper og Frederik har været med til at udarbejde forløbet. De har valgt temaet "selvstændighed" som ramme om forløbet:

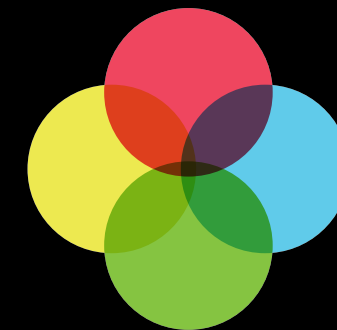
"Vi har valgt selvstændighed, fordi vi mener, tropsspejdere har brug for en hjælpende hånd til selv at kunne lave nogle superfede møder – og fordi vi tropsspejdere også kan lave møder mere efter, hvad vi selv gerne vil, end hvad vores tropsledere tror vi vil.

Når vi bare er sammen med patruljen, er der mulighed for, at vi kan skabe os meget mere, og så er det sjovere selv at lære tingene på den hårde måde, end at tropslederne fortæller os det – også selvom det ikke er det letteste. Det styrker patruljen meget mere, og så er det nogle helt andre oplevelser, som der kommer ud af det.

Der er også en stor del ansvar i selvstændigheden, fordi man skal huske at passe på hinanden, men også fordi der er frihed under ansvar. Det er også superfedt, at vi får et stort ansvar, som vi skal leve op til, og det kan vi lære utroligt meget af.

Selvstændighed er altså ikke, at vi er mutters alene, men at der altid er nogle ledere til at gribe ind, hvis det går helt i koks, eller sige til os, at det er superfedt, når vi gør noget godt."

4 møder fyldt med attraktive aktiviteter for tropsspejdere.



Fire udfordrende tropsmøder

Vi har bedt nogle tropsspejdere om selv at sammensætte fire møder. Møderne er tænkt som inspiration både til dig og dine tropsspejdere og er samtidig et godt indblik i, hvilke aktiviteter tropsspejdere synes er fede og hvorfor. Har du lyst til at sammensætte møder eller et helt forløb efter samme skabelon, kan du hente en tom skabelon på dds.dk/aktiviteter.

MØDE 1 SVÆVEBANE



START HER!

0 5 10 15 20 25 30 35

00-10 MIN

OPSTART

For eksempel flaghejsning, fællessang eller lignede.

Ansvarlig:

10-90 MIN

BYG JERES EGEN SVÆVEBANE

At bygge en svævebane er en god og sjov aktivitet, der kan gøres hurtigt, men også noget, der kan bruges meget lang tid på. Det kommer helt an på, hvor stor og vild den skal være. Lige meget hvad I har lyst til, er det vigtigt, at I tænker over sikkerheden. Det handler både om hældningen på banen, hvordan den skal bremses, og om hvad det er, man skal sidde i/køre på. Det sikreste er at lade banen gå lidt op til sidst, så den der kører på den, bremses af sig selv. Sørg dog altid for at prøvekøre banen med en sæk eller lignende, der vejer det samme som en af jer.

Når man skal lave en svævebane, er det lettest, hvis man har en bakke i nærheden, så banen kan starte oppe og slutte nede. Alternativt kan man bygge en platform om et træ eller bruge en stor trebuk.

Princippet bag en svævebane er simpelt: det er en line, som enten kan være en stålwire eller et tykt godt reb, som spændes op mellem to punkter. På linen placeres en taljeblok, hvorunder der placeres et sæde, som man kan sidde på under turen. Hvis banen er stor, høj og vild, kan det være, man skal bruge klatreseler i stedet for et sæde.

Det, der er udfordringen ved en svævebane, er at tænke over, hvordan man får strammet linen op, og hvordan man laver gode systemer for bremsen og for af- og påstigning. Mangler man træer, hvor man er, kan det være, man skal lave et 3-2-1 eller dødmands-anker, og man kan også arbejde med taljetræk for at spænde linen op.

Hvis I overvejer at lave en bane, hvor man kommer højt over jorden, bruger en stålwire eller får meget fart på, skal I finde en, der har erfaring med trækltring eller bjergbestigning, som kan hjælpe med at vurdere sikkerheden.

Materialer

Rafter, wire/tov, taljeblokke, klatrehjelme, evt. klatresele og en karabinhage.

Formål

Formålet er at bruge sine spejderfærdigheder og overskride grænser. Det giver noget action og en stor a-ha oplevelse. Samtidig er det et stort ansvar at gøre svævebanen sikker.

Ansvarlig:

85 90 95 100 105 110 115 120

90-100 MIN

PAUSE

100-110 MIN

RODEO

Rodeo er en lille sjov leg til at fylde tid ud med, hvis man lige har 5 min. Legen går ud på, at to personer skal holde en raft i hver ende, derefter skal en person op og sidde på raften, og holde godt fast. De andre to skal prøve at gyng og ryste med raften, indtil personen falder af.

Materialer

1 Raft, hjelmene fra før, et blødt underlag.

Formål

Få klaret hovedet, og brændt krudtet af.

Ansvarlig:

110-120 min

OPRYDNING OG AFSLUTNING

Alle spejdere hjælper med at rydde op.

Fast afslutning

Det er vigtigt, at I altid slutter af på samme måde, syng en sang, sig pænt farvel og slut til tiden. Få afklaret, hvem, der har styr på hvad til næste møde.



MØDE 2 KATAPULT



START HER!

0 5 10 15 20

00-10 MIN

OPSTART

For eksempel flaghejsning, fællessang eller lignede.

Ansvarlig:



70 75 80 85 90 95 100 105 110 115 120

80-90 MIN

PAUSE

90-110 MIN

HEKSELEG

Hekseleg er en leg, hvor alle personer står i en cirkel og holder i hånden. I midten af cirklen er der 3 stykker brænde, der står i en pyramideform. Nu handler det om at få de andre til at vælte pyramiden. Hvis nogen rammer pyramiden, dør de. Og man dør også, hvis der er nogen, der slipper hinandens hænder. Det er en sjov, men også lidt vild leg, så husk at passe på hinanden. Materialer: 3 stykker brænde.

Formål
Fællesskab.

Ansvarlig:

110-120 MIN

OPRYDNING OG AFSLUTNING

Alle spejdere hjælper med at rydde op.

Fast afslutning
Det er vigtigt, at I altid slutter af på samme måde, syng en sang, sig pænt farvel og slut til tiden. Få afklaret hvem, der har styr på hvad til næste møde.



10 -80 MIN

KATAPULT

I denne aktivitet laver patruljen en katapult, og det kan betale sig at gøre noget forarbejde for at finde ud af, hvordan den skal laves. Patruljelederen kan eventuelt gå på biblioteket og låne bøger om middelaldervåben, så man kan se forskellige modeller af kastemaskiner. Her er beskrevet en simpel type.

Først laver i to A-bukke af to 4-meters rafter og en 2-meters rafte, per buk. Så graver i 2 huller per A-buk, hvor i sætter A-bukkens sider ned i hullet. Når i graver hullerne, er det vigtigt, at de er 3-4 meter fra hinanden, og i skal så bruge en kraftig rafte, der kan gå på tværs fra toppen af den ene A-buk til den anden.

A-bukkene skal derudover forbindes i bunden med almindelige rafter. Vil man have en endnu mere stabil version, kan man i stedet for A-bukke lave trebukke med et længere midterben, som også graves ned. Det er så vigtigt, at man har to sider "uden ben" vendende ind mod hinanden.

Midt på den kraftige rafte, der går

på tværs, placeres nu kastearmen, der kan udstyres med en kurv eller kasse, hvor det der skal skydes af sted placeres. I den modsatte ende skal man have noget tungt, der kan trække armens ene ende ned mod jorden. Det kan for eksempel være brændekævlere, jord eller sten.

Inden man kommer hertil, er det vigtigt, at man har bundet et solidt tilbagetrækstov i enden, hvor kurven sidder, så man kan få den ned til jorden. Ellers kan det være svært at få fat i den. Se hvilke ting I kan få jeres maskine til at kaste med – start med en tennisbold og se, hvad der flyver længst.

Det er ikke sikkert, patruljen kan nå at lave maskinen på et møde. En sjov idé kan derfor være at udfordre en af de andre patruljer i troppen i, hvem der kan lave den bedste maskine på en måneds møder. Det er kun fantasien og ens evner som håndværker, der sætter grænserne. Tænk eksempelvis over fede måder at lade maskinen på, eller kan noget af det laves i kulsø? Hvad med at bruge gamle cykelslanger som elastikker til at skyde med?

Ansvarlig:



MØDE 3 EN SEJ WEEKENDTUR FOR PATRULJEN



Tropsspejderne: Derfor er en patruljetur cool

“Når man planlægger en patruljetur, får man rigtig meget socialt ud af det og har tid og mulighed for at lave nogle ting, der er lidt ud over det sædvanlige. Samtidig er det en god afslutning på det forløb, som man har arbejdet med i patruljen.”

START HER!

MØDE 3 FORTSÆTTER



Forberedelser:

Når man skal planlægge en patruljetur selv, er der mange ting, man skal have styr på.

00-10 MIN

OPSTART

For eksempel flaghejsning, fællessang eller lignede. Introduktion til dagens møde. Hvad skal vi lave i dag?

Ansvarlig:

10-40 MIN

FORBEREDELSE

Når man skal planlægge en patruljetur selv, er der mange ting, man skal have styr på.

Først er det en god idé at tænke over forskellige gode ture, som I har været på – og hvad det var, som gjorde dem gode.

Erfaringer fra tidligere ture

- Hvad var sjovt?
- Udfordringer?
- Vennerne?
- Maden?
- Stedet?

Derefter kan I snakke sammen i patruljen for at finde ud af, hvordan I alle synes, det bliver en rigtig god tur. Det kan også give plads for en masse andre idéer til planlægningen.

Ansvarlig:

40-65 MIN

PRAKTIK OG HJÆLP

Når I sammen har fået en masse gode idéer til, hvad I gerne vil, så er det en god idé at spørge tropslederne og jeres forældre om hjælp til forskellige opgaver.

Gode emner at vende med tropslederen

- Må vi?
- Forventninger?
 - Hvor ofte?
 - Skal der være voksne med?
 - Noget vi ikke må?
- Hvad skal du vide om turen?
 - Hvor vi er?
 - Hvad vi skal lave?
- Hytteleje
 - Hvordan?
 - Økonomi?
- Økonomi
 - Deltagerbetaling?
 - Tilskud fra gruppen?
- Mad
 - Spørg om hjælp til beregning af madmængder.
 - Tips og Tricks
 - Kostplan i gruppen

Gode emner at vende med forældrene

- Dato
- Badetilladelse
- Mad
 - Indkøb
 - Kørsel af mad
 - Sunde snacks, kage og/eller boller (spar penge)
- Transport
 - Ud/hjem med forældre eller offentlig transport

Ansvarlig:



Tips til planlægning

Til selve planlægningen, kan det give et rigtig godt overblik, hvis der er styr på planlægningskemaer, så alle ved, hvad der kommer til at ske, og PL kan fordele ansvar. Der er forskellige lister, som man kan have – fx tids-/aktivitets-/ansvars-oversigt, personlige huskelister, tjekliste til patruljetur/økonomioversigt, og så skal der også laves en lækker indbydelse. Man skal også være opmærksom på, at man nogle steder skal have forskellige tilladelser. Det kan være i forbindelse med O-løb, natløb, eller hvis man skal sove i shelter.





FORTSAT

60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74

88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120



65-110 MIN

TEMA OG INDHOLD

Når der er styr på alle de praktiske ting, så er det udfyldningen af selve turen, som skal på plads, og I skal derfor beslutte i patruljen/grenen, hvad temaet skal være på weekendturen. Når I har gjort det, skal I bestemme, hvad I skal lave.

Hvad skal vi snakke om i patruljen?

- Hvad skal vi lave?
 - Formål?
 - Hvad har vi lyst til?
 - Tema?
- Hvor vil vi gerne hen?
 - Hytte
 - Shelter
 - Telt
- Hvordan skal vi komme der ud?
 - Cykel
 - Kano
 - Gå
 - Offentlig transport
 - Forældre kørsel
- Motivation af patruljen
 - Ejerskab
 - Ansvar
- Hvad skal vi have med?
 - Personligt udstyr
 - Fælles grej

Andre spørgsmål, som man kan snakke om:

Hvordan kan vi lave de ting, som vi normalt ikke har mulighed for på et patruljemøde?

Ansvarlig:

! Nyttige links, hvor man kan få inspirationen:

Hvor skal vi hen?

- Hyttefortegnelsen: hyttefortegnelsen.dk
- Lejrplads/shelter: udinaturen.dk

Aktiviteter i skov

- Naturstyrelsen: naturstyrelsen.dk

Lege- og aktivitetsdatabaser

- DDS: dds.dk/aktiviteter
- FDF: fdf.dk/aktivitetsideer/legedatabasen
- KFUM: spejdernet.dk/Inspiration.aspx
- Dgp: pigespjeder.dk/forside/for-pigespjedere/aktiviteter

Mad

- DDS Kogebogen: hotel.dds.dk/kogebog
- FDF: fdf.dk/aktivitetsideer/kogebogen

Kig også gerne i kogebøger fx "Stormkøkkenet"

LAV LØB FOR HINANDEN:

Formål: Fællesskab, planlægning, hygge.

I starter med at finde ud af løbets tema, så skal I beslutte, hvilken slags løb I vil lave.

O-løb er et løb, hvor spejderne løber rundt fra post til post.

Opgaveløb:

Løb, hvor man skal udføre forskellige opgaver og udfordringer ved hver post.

Stjerneløb er, hvor man løber ud til en post og efter hver post løber tilbage til udgangspunktet. Posterne kan både være levende og døde poster.

Onkel Kaj-løb, hvor det går ud på, at man skal slå med en terning. Slår man en 6'er, skal man til post 6 osv.

Smuglerløb går ud på, at man skal smugle noget fra A til B uden at blive opdaget. Smuglerløb er et ideelt natløb.

Hvilke poster skal I have?

Husk at finde ud af, hvilke poster der skal være på jeres løb. Man kan have døde poster (dvs. at der ikke står nogle ved en post) eller levende poster (dvs. at folk står ved posten). I kan også lave en kombination, så tre af posterne er bemanded, og to af posterne er døde. Husk også at have en baghistorie for løbet på plads. Fx at Askepot har brug for jeres hjælp, da hun ikke har en kjole til at tage på til ballet, og hun mangler at få sat sit hår. Hvis I skal have levende poster, skal I selvfølgelig også bruge nogle til at stå på post – f.eks. ens bedsteforældre, andre spejdere eller nogle af ens venner.

Ansvarlig:

Her er et forslag til, hvordan man kan gøre:

Tema er "vagabond". Vi vil gerne ud og sejle i kano, vi vil gerne lave mad i det fri m.m.

Når det er gjort, skal I finde ud af, hvor I vil gå hen/eller være. Så når det er færdigt, skal I bare finde ud af, hvem der står for de forskellige ting, fx:

Mathias: Er instruktør og har det overordnede ansvar.

Joan: Er ansvarlig for at skaffe kanoer og redningsveste.

Rasmus: Er materialefinder. Står for indkøb af mad og diverse andre sager.

Julie: Skal forberede nogle fede aktiviteter til turen.

At lave de første, vigtige forberedelser til en weekendtur kan godt nås på et møde på 120 min. Og så er man langt med at få en vellykket weekendtur.

110-120 min

OPRYDNING OG AFSLUTNING

Alle spejdere hjælper med at rydde op.

Fast afslutning

Det er vigtigt, at I altid slutter af på samme måde, syng en sang, sig pænt farvel og slut til tiden.

MØDE 4

SAMARBEJDE OG PATRULJESAMMENHOLD



God ide

"Alle i patruljen kan skrive en lille lap efter mødet med, hvad de synes gik rigtig godt, men også hvad der kan gøres endnu bedre til en anden gang. Så når der kommer en ny PL, eller man bare har brug for lidt inspiration, så har man en masse gode idéer."

START HER!

MØDE 4 FORTSÆTTER



00-10 MIN

OPSTART

For eksempel flaghejsning, fællessang eller lignede. Introduktion til dagens møde. Hvad skal vi lave i dag?

Ansvarlig:

10-25 MIN

LEG

Tyren i det røde hav:

Man stiller op i en rundkreds. Der er en person som står i midten. De, der står i kredsen, holder et tov i hænderne. En spejder er tyr og befinder sig i midten af kredsen. Tyren skal angribe spejderne, der holder i tovet — hvis de bliver fanget, skal de være tyr. Hvis tovet rører jorden, råber man: "Tyren er løs", og tyren må fange udenfor kredsen.

Formål

At samarbejde og have det sjovt.

Ansvarlig:



25-85 MIN

SAMARBEJDSØVELSER

Når man skal lære at samarbejde, kan man f.eks. lave et løb med forskellige samarbejdsøvelser. Udvælg forinden mødet, hvem der står for hvilke poster, så der er flere, der prøver at instruere og på den måde kan se, hvad det kræver at være PL/PA.

Edderkoppespind/spindelvæv (5-10min)

Man sætter et reb/tov op mellem to træer, så det ligner et spindelvæv. Så gælder det om at få hele patruljen igennem spindelvævet uden at røre snoren, og hvert hul må kun bruges en gang. Det skal du bruge: Et langt reb eller tov.

Vend presenningen (10-15 min)

Patruljen står oven på presenningen. Derefter gælder det om at vende presenningen uden at røre jorden. Det skal du bruge: Et teltunderlag eller en presenning, der helst ikke er alt for stor.

Færrest fødder på jorden (5-10min)

Man skal løfte og bære hinanden, så patruljen har så få kropsdele som muligt, der rører jorden.

Kims leg (5-10min)

Man samler en række tilfældige ting under f.eks. et tæppe eller noget andet, der kan dække dem til, så man ikke kan se dem. Patruljen har så x antal minutter til at huske, hvad der ligger under tæppet. Derefter gælder det for patruljen om at opremse så mange ting som muligt.

Det skal du bruge:

- Tæppe/viskestykke eller andet, der kan dække.
- En række tilfældige ting.
- Papir og noget at skrive med.

Formål

At lære at samarbejde og så mange som muligt prøver at være "PLA", så man ved hvordan det er. Og samtidig have det sjovt.

Ansvarlig:





Hvis I ikke ved, hvad I skal lave, kan I kigge i forløbsmærkehæftet eller mærkehæftet

Se www.dds.dk/aktiviteter/maerker og www.dds.dk/aktiviteter

Lav evt. et forløb eller løb og afslut med en tur.

FORTSAT

60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120



85-110 MIN

BÅLHYGGE

Tænd et bål, evt. hav noget sno-brødsdej, nogle skumfiduser eller lignende parat.

Lav en evaluering af, hvordan I synes, mødet er gået, og hvordan man kunne gøre det bedre. (Bedstemors lov: Hver person siger mindst tre ting, de synes var gode, og en ting de synes skulle gøres på en anden måde, og hvordan den skulle gøres anderledes.)

Formål

At få en hyggelig og ordentlig afslutning på dagen, samtidig med at man måske lige kan nå at geare lidt ned, inden man skal hjem. Få evalueret, så man ved, hvad der evt. skal gøres bedre næste gang.

Ansvarlig:



Hvis I gerne vil have mere inspiration, action og ekstreme udfordringer, kan I deltage på de løb, der er med i Adventurespejdligaen. Se mere på: www.adventurespejd.dk

EKSTRA

Forslag til 10 små sjove konkurrencer, som evt. kan inspirere til forskellige aktiviteter.

- Stafet
 - Vand
 - Æg på ske
 - Forskellige gangarter
 - Kørestolsstafet
- Brænd snoren over vha. bål
- Forskellige sportsgrene – forskellige improviserede sportsgrene, f.eks. med handicap
 - Golf m. krykke
 - Basket i kørestol
 - Fodbold med brændende toiletrulle
- Lav så mange knob på så kort tid som muligt
- Klatre hurtigst op i et træ
- Spis eller drik noget så hurtigt som muligt, i hele patruljer ad gangen
 - Æble eller bolle på en snor
- Kims leg
- Forskellige former for blindelege
- Weekendtur på 30 min
 - Grav en fedtfælde
 - Lav et bål
 - Kog et æg
 - Spis ægget
 - Vask op
 - Hæld brugt opvaskevand i fedtfælden
 - Sløjf fedtfælden
 - Sæt telt op
 - Ned og lig i soveposen, i teltet
 - Pak soveposen sammen
 - Tag telt ned
 - Hejs flag og husk "Der er ingenting der maner"
 - Tag flaget ned
 - Syng sidste vers af "Spejderbror"
 - Alt sammen så hurtigt som muligt!
- Jeopardy – Spejderversion
 - Med spejderspørgsmål

110-120 min

OPRYDNING OG AFSLUTNING

Alle spejdere hjælper med at rydde op.

Fast afslutning

Det er vigtigt, at I altid slutter af på samme måde, syng en sang, sig pænt farvel og slut til tiden.





DET DANSKE
SPEJDERKORPS

