

29. Rappelling



Beskrivelse

Tag med natur- og friluftsvejlederen på rappelling fra vores 42 meter høje silo, hvorfra man vil få et særligt oplevelsesperspektiv en storslået friluftsoplevelse. Efterfølgende ved du hvorfor fuglene kvadrer.

Rappellingens gøres med pædagogisk kant, hvor der er fokus på "den gode oplevelse", flyttegrænser i et fællesskab, og professionel instruktion, så sikkerheden og trivslen er i top.

Aktiviteter

Rappelle aktiviteten bliver skræddersyet ud fra koncept og målgruppen.

Rappelleforløbet punkter:

- Vi mødes ved siloens fod ud mod vandet
- Velkomst: hvem er jeg, og hvem er I, og hvad skal der ske
- Instruktion ved "lande zone": Vise og fortælle omkring tårnfaciliteten og omskoling til rappelling
 - Hvad man skal være opmærksom på...
 - Rappelleruten... tagkanten
 - Hvad der skal gøres ved og efter landing...
 - Hvordan kobler man sig ud af systemet...
 - Retur til toppen med grejet...
 - Korrekt og forsvarligt brug af grejet...
 - Sikkerhed og nødprocedurer...
- Forevisning og introduktion til modellen: "zone for nærmeste udvikling". (der laves tre cirkler, og derefter indtrædning til det niveau, hvor man er. Dette gøres kun, hvis der er accept for denne tilkendegivelse)
- Tage en gruppe med op på tårnet. Der kan enten køres i elevator eller tage spindeltrappen (165 trin)
- Velkomst på toppen
- Forvisning og gennemgang af rappellesystemerne. (det grej, der ligger oppe på tårnets top)
- Første person ("isbryderen") iklædes rappelleudstyr, og den sidste instruktion sker ifm. dennes rappelling, og næste rappelle person gør sig klar - med hjælp fra de øvrige
- og, der rappelles med de resterende personer fra gruppen.
- Bem.: Til de, der ikke måtte have lyst til at rappelle - kan der tilbydes, at "besøge mig" ude på tårnkanten for at opleve perspektivet herfra og højden ned, og derefter retur over hegnet tilbage til "sikker grund".

Hvad har I af ideer, ønsker og behov - lad os drøfte mulighederne.

Forberedelse

Specielt I denne rappelleaktiviteten er det vigtigt, at have styr på, om det er i alles interesse - så, der er ikke sker

en "udskamning", hvor nogle bliver gjort forkert i, at ikke turde.

Forinden rappelling er det altid godt, at fortælle, at denne rappelling er af ekstrem karakter, og hvad er formålet med aktiviteten, samt herunder forberede eleverne på, hvad dagens praktiske indhold er, og den socialdynamik i aktiviteten er vigtig

Forslag til drøftelse:

- Hvad er formålet med aktiviteten: rappelling
- Hvad er et godt samarbejde og social dynamik i presset situationer...
- Hvad skal der til, for - at der kan være et godt samarbejde...
- Hvordan kan den enkelte bidrage til det gode samarbejde...
- Hvad er socialdynamik og en god kammerat...
- Hvad er god kommunikation/ sorber tale...
- Hvad er tillid, tryghed og ærlighed
- Hvad kan gøre dig ked af det... angst for højder
- etc

Der kan ydes forberedelsesstøtte inden aktivitetsforløbet, hvis dette skulle være aktuelt.

Eleverne er godt påklædte efter årstiden og til friluftaktiviteten: flade sko eller støvler, påklædning, bukser og let jakke/ blues etc.

Undlad følgende: højhælet sko, kjole, trøje og jogging bukser med lange snørebånd, og langt hår, sættes op i hestehale eller lign., så håret ikke kommer i det "roterende" system!

Efterbehandling

I kan efter arrangementet lave div. skriftlige og/ eller mundtlige skoleopgaver - eller jeres erfaringer kan bruges ved italesættelse ved konflikt/ udfordrende situationer/ eksempler etc (fx eksamen)

Natur- og friluftvejlederen vil MEGET gerne have en skriftlig tilbagemelding efter forløbet, som kan bruges ifm. årsrapport.

Dette er med til, at der fortsat sikres, at kunne tilbyde denne friluftaktivitet i fremtiden, når der kan dokumenteres behov og effekt ved disse friluftaktiviteter.

Formål

Rappelling er et actionforløb på ekstrem niveau - men, er samtidigt en storslået og eksklusiv friluftaktivitet, som kun de færreste for mulighed for at opleve.

Aktiviteten kan også have andre perspektiver, som bl.a; person- og fælles udviklingsforløb, motion- og bevægelse, trivsel- og sundhed, hvor formålssætningen er få lavet nogle interaktioner imellem eleverne og til de medfølgende underviser og lign., og dermed opnå en social forståelse- og dynamik.

rappelling er et stærkt virkemiddel til at skabe personudvikling, og nære og gode relationer mellem eleverne/ persongrupperne, og dermed et fælles tredje gennem rappelling i gode og lærende udviklingsmiljø og unik naturoplevelse - som forventet vil give en vigtig fællesoplevelse, som vil styrke og fremme eleven og klassens fremadrettet virke og trivsel.

På dagen vil der være fokus på, at det er vigtigt, at finde sin grænse og sige: STOP. Forløbet gøres med pædagogisk kant, det anbefales kraftigt, at aktiviteten gøres ifm. anden hovedaktivitet, og dermed, som et "side aktivitetstilbud", så der ikke efterlades nogen i "gabestokken".

Aktiviteterne vil give jer undervisere mulighed for, at være observatører, og dermed kunne "trække sig 10 skridt tilbage", og observerer på eleverne i et nyt element, hvor deres personlige mekanismer til tider kommer tydeligt og overraskende til udtryk under udfordringen.

Dette vil yderlig give inspiration til egen didaktik og undervisningsmetoder.

Der arbejdes ud fra grundkonceptet: Pædagogisk naturvejledning og lærende friluftaktivitet – med naturen, som sparringspartner, arbejdes der med at fremme mangfoldighed og social dynamik, og naturdannelse.

Efter hver aktivitet vil der være mulighed for at "evaluere" kort om, hvad der skete og blev oplevet i den netop afsluttede aktivitet.

Sted

Doverodde Købmandsgård
Lille fjordstræde 7
7760 Doverodde

Silo/ tårnet på Doverodde Købmandsgård. Mødes ved tårnets fod - ud mod vandet.

Undervisningsmateriale

[Download fil](#)

Tilmelding

Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Skriv eller ring, så vi kan få skræddersyet det rette forløb til jer, så arrangementet bliver forventningsafstemt og formålssat efter jeres ønsker og behov, og hvad der er muligt, samt bliver alle en god oplevelse.

tkkj@thisted.dk
Tlf.nr. 21612421

Praktisk information

Udbyder

Natur- og friluftsvvejledningen

Forløbstype

Forløb med formidler

Målgruppe

HF
HHX
HTX
STX
EUD/EUX

Antal

25

Friluftsarangementet bør ikke overstige en normal klasse størrelse, da aktiviteten i for vejen er udfordret på aktivitetesflow. Der kommer ca. 6-8 personer igennem pr. time - dermed let kødannelse ved aktiviteten.

Dermed bør det arrangeres div. sideaktiviteter, så klassen holdes i aktivitet. Hertil kan jeg være behjælpelig med, at forinden at have opstillet aftalte aktiviteter, som betjens af jer selv. aktiviteterne fx være: tovbro over sump, div. samarbejdsaktiviteter. men, det kan også være noget helt andet. lad os drøfte mulighederne.

Der skal forventes en favorabel merpris på resourcekrævende sideaktiviteter.

Periode

Hele året

Yderligere oplysninger til periode

Denne aktivitet er absolut bedst og mest aktivitetssikret for gennemførelse i sommerhalvåret, da hårde efterårsvinde, slud og regn, og især lyn og torden bevirker, at aktiviteten bliver aflyst og sat på pause indtil det er forsvarligt at fortsætte.

Deri er det væsentlig, at have en eller flere sideaktiviteter både ift. aktivitetsflow og "Plan B." ved udfordrende vejr., samt for at sikre god oplevelse af aktivitetsdagen og mulighed for at eleverne kan trække sig fra denne ekstrem aktivitet, hvis det skulle være nødvendigt.

Varighed

2.5 timer

Varigheden er afhænger af person mod- og fysisk formåenhed, vejret, og forberedelseshjælp fx: hjælper til selepåkledning og aftagning, hjælp ved bund/ udtagning af systemet etc.

Aktivetsflowet vurderes gennemsnitlig til, at der kommer omkring 6-8 personer igennem pr. time!

Pris

3600,- pr. forløb (Momsfrit)

Opstartsspris: 3600 kr. + moms. for 2,5 time inkl. instruktion. Derefter 1200 kr. + moms pr. løbende time. der kan forventes, at komme 6-8 personer igennem pr, time - dette afhænger selvfølgelig af: person formåenhed, vejret og effektivt i forløbet.

Emneområde

Idræt og bevægelse
Natur og friluftsliv
Pædagogik & undervisning
Social & sundhed
Tværfaglige tilbud
Udeskole

Fag

Idræt
Psykologi

Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg
- Handicapvenlige forhold

Yderligere oplysninger til faciliteter

Vigtigt: påklædning til årstiden og egen forplejning.

Derudover kan der tilbydes:

- Mulighed for forplejning på shelterplads, skibsværftet og parkhave, samt græsareal ved Odden, hvor der er bordbænkesæt og lign
- Der kan tilbydes omklædnings- og badefaciliteter ved behov
- Der er toiletter, og handicaptolletter
- Doverodde Købmandsgård er handicapvenlig med elevatorer, ramper, anlægsbro, parkhave ifm. aktiviteter, og der er handicap adgang til vores Cafe'og høkerbutik, tårnet og pakhuset ift. SMK udstillinger etc
- Cafe' og Høkerbutik, hvor der kan købes; mundgodt og souvenirs etc (man bliver sulten af maritim aktivitet)
- Gode muligheder for parkering og gåtur i området



Kontakt udbyder

Natur- og friluftvejledningen

Lille fjordstræde 7

7760 Hurup Thy

Tlf. Friluftvejleder: 21612421 eller Naturvejleder: 30523793