



Søaktiviteter



Kulsøpionering



Pionering



Kristendom



Tovværk



Hike og ture



Handycraft



Opgaveløb



Orientering



Diverse



Natur



Sejlads



www.arresoe.dk



AKTIVITETER
BESKRIVELSER

Dette hæfte indeholder en kort beskrivelse af nogle af de aktiviteter, ARRESØCENTRET råder over.

Vi har udvalgt de aktiviteter, vi typisk har erfaring for bliver benyttet af skoler/daginstitutioner- hele aktivitetspjecen kan ses på hjemmesiden.

De enkelte aktivitetsbeskrivelser kan rekvireres i forvejen hos nedenstående, ligesom evt. nærmere oplysninger kan fås her.

Centret råder efterhånden over et velassorteret materialeudbud, men generelt må man altid selv sørge for papir, farver, skrivemateriel, forbindingssager o.lign. samt madvarer.

I de enkelte aktivitetsbeskrivelser vil det fremgå hvilke ting, man selv skal medbringe.

***Information:
Arresøcentret
KFUM-spejderne
Birgitte Rose
Tlf.: 48 25 39 87
E-mail: br@arresoe.dk
www.arresoe.dk***

Nu har I set nogle af de muligheder for aktiviteter, der er på Arresøcentret. Alle disse aktiviteter er forberedte og nemme at bruge. Men der er selvfølgelig mange andre muligheder, når man er på lejr.

Udover vores færdige aktiviteter kan I bl.a. låne:

Bolde
Bat
Frisbee
Fiskenet
Projektor

N - 06 NATURENS EGNE FARVER

Plantefarvning som din oldemor *ikke* lavede det. En udfordring for den lille kemiker

N - 07 NATURENS SPISEKAMMER

Gode idéer til at bruge det, man kan finde i naturen.

A - SØAKTIVITETER



For al aktivitet på søen gælder almindelige sikkerhedsregler — disse kan læses på hjemmesiden. Redningsveste kan lånes på centret og skal benyttes.

A - 01 TØMMERFLÅDE

Lille nem aktivitet, der kan bygges af nybegyndere i pionerfaget. En elementær viden om besnøringer må dog forudsættes. Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen.
Byggetid: ca. 1 time.
Materialer: Forefindes på centret.

A - 04 TØMMERFLÅDE

Forholdsvis nem aktivitet, der kan bygges af spejdere der har lidt erfaring i besnøringer. Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen.
Byggetid: ca. 1 time.
Materialer: forefindes på centret.

A - 06 TØMMERFLÅDE

En morsom og forholdsvis nem aktivitet, der kan bygges af nybegyndere i pionerfaget. En elementær viden om besnøringer må dog forudsættes. Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen.
Byggetid: ca. 1 time.
Materialer: forefindes på centret,

A - 07 HAVHEST

Den simpleste af søaktiviteterne. Bygges der flere af slagsen, kan der etableres konkurrenceridning til søs. Hesten kan bære 1 spejder ad gangen.
Byggetid: ca. 1 time.
Materialer: forefindes på centret.

C - PIONERING



C - 01 BESNØRINGER

Aktiviteten beskriver de grundlæggende principper i såvel de forskellige knob som besnøringer, der bør anvendes til pionersarbejder. Er spejderne ukendte med dette, kan der ud fra aktiviteten laves nogle gode øvelser. Materialer: forefindes på centret.

C - 02 ANDRE BESNØRINGER

Her beskrives 3 lette besnøringer, nemlig: Japansk, Fillipiner og drejebesnøring. Disse besnøringer er forholdsvis nemme at lære og kan anbefales til børn, der ikke har knobtræning. Materialer: forefindes på centret.

C - 03 SØVNGÆNGERBJÆLKE

En meget nem lille aktivitet, der kan laves af mindre spejdere. Den kan desuden give anledning til individuelle eller patruljekonkurrencer bagefter. Materialer: forefindes på centret.

C - 04 REBSTIGE

Lær at lave en rebstige korrekt, d.v.s. en, hvor trinene bliver, hvor det var tiltænkt. Der skal til mange aktiviteter bruges rebstige, derfor bør denne aktivitet indøves grundigt. Byggetid: ca. 1 time. Materialer: forefindes på centret.

N - NATUR



N - 01 BESKRIV ET VANDHUL

Ved hjælp af enkle spørgsmål og simple observationer, kan man undersøge et vandhuls kvalitet. Materialer: ingen.

N - 02 VANDHULLETS DYR PÅ KRYDS OG TVÆRS

En lille kryds og tværs, der viser ens viden om dyre- og planteliv i et vandhul. Aktiviteten kræver man har arbejdet en del med emnet.

N - 03 VANDKIKKERT

Beskrivelse af hvordan man kan fremstille en vandkikkert. Vandkikkerten er særdeles god at have til andre aktiviteter om vandmiljø. Materialer: Materialer til simpel model forefindes på centret. Hvis man ønsker at lave luksusudgaven, skal materialer medbringes.

N - 04 DE SMÅ ØKOLOGER

En god regnvejsaktivitet. Et brætspil, der lægger op til diskussion om økologi og miljø. Kan bruges af alle aldersgrupper. Til spillet er der et oplæg, dels som video og dels som bog. Videoen og bogen henvender sig til børn under 12 år. Der kan lånes to spil til ca. 6 personer. Materialer: Brætspil, bog og video, som findes på centret.

N - 05 FLUERNE HAR BESKIDTE FØDDER

Dyrk bakterier fra fluens fødder. Aktiviteten tager en time, men resultatet kommer først et par dage senere.

M - 12 EN SAMARBEJDSOPGAVE

Her er flere muligheder - opgaven løses med tagreder samt vand eller en bold.

Kan også bruges som en post på et løb.

Materialer: forefindes på centret

C - 05 SIMPEL BRO

En lille, hurtig aktivitet, som selv de mindste kan gennemføre. Der anvendes ikke besnøringer af nogen art.

Materialer: forefindes på centret.

C - 06 TRAPEZ

En god aktivitet for begyndere, som dog kan lave gode besnøringer.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

C - 10 SPISEBORD

En god aktivitet for spejdere, der gerne vil have en lejrplads med gode lejrarbejder. Aktiviteten bør dog kun gennemføres, såfremt lejren varer i flere dage.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

C - 13 VANDVOGN

En forholdsvis nem aktivitet med brug af taljeblokke. Kan sagtens gennemføres også med mindre spejdere, hvis lederen er behjælpelig med opbygningen. En god aktivitet til at lege med bagefter.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

C - 14 ILDSLUKNINGSMASKINE

En god konkurrencepræget aktivitet for patruljer, der mestrer alle knob, besnøringer og opkortninger.

Kan også udføres i nemmere udgave.

En morsom maskine at konkurrere med efter færdiggørelsen.

Byggetid ca. 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

C - 15 SVINGKRAM

En god aktivitet til indøvelse i brug af taljetræk. Kræver ikke den helt store erfaring, men dog alligevel nogen kendskab til besnøringer m.m.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

C - 20 RODEO

En simpel aktivitet som ikke kræver det store. "Tyren" består af en frit hængende bom, som man skal holde balancen på mens andre hiver i snorene.

Byggetid: 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

M - 07 FISKEGREJ

Centret har ti sæt fiskegrej, som I kan låne. Personer under 18 år skal ikke have fiskekort i Danmark, medmindre I tager til en put-and-take sø. Personer over 18 år skal købe fiskekort.

M-08 KLODS-MAJOR

En samarbejdsopgave, der går ud på at få klodser med tal sat op i den rigtige rækkefølge.

Ulve fra 1-10 / spejdere fra 1 til 25.

Materialer: forefindes på centret.

M - 09 VANDAKTIVITET

En lille aktivitet, hvor det gælder om at få mest muligt vand transporteret fra A til B – i små beholdere.

Der er 2 aktivitetsforslag. Aktiviteten kan også benyttes i forbindelse med et tema-løb—så er det måske "olie" eller en "anden væske", der skal transporteres.

Materialer: forefindes på centret.

M - 10 DYRE-MEMORY

For de yngste. Store brikker, der kan tages med udenfor.

Kan også bruges som en post på et løb.

Materialer: forefindes på centret

M - 11 SCORPIO

En lille hurtig aktivitet, hvor børnene skal igennem en bane med skorpioner - en blanding af samarbejdsopgave og huskespil.

Kan også bruges som en post på et løb - evt. med et tema.

Materialer: forefindes på centret.

M - DIVERSE



M - 01 VOLLEYBALL

Aktiviteten beskriver en volleyballbanes mål og spilleregler.

Materialer: forefindes på centret.

M - 02 BOLD-GOLF

Spilles som mini-golf, men med bolde, der kastes.

“Hullerne” kan sættes op i både fladt, kuperet og bevokset område.

Materialer: forefindes på center.

M - 03 PERSONLIGE MÅL

En god ting at kunne for alle.

Materialer: medbring målebånd.

M - 04 GAMLE DANSKE LEGE

4 bøger til at kigge i - med inspiration til lidt sjovt tidsfordriv.

Bøgerne indeholder 400 gamle danske lege.

M - 05 UDKLÆDNING TIL LEJRBÅL M.M.

Hvis der skal lidt ekstra farver på lejrbål og anden underholdning, er der en garderobe med diverse udklædningsgenstande.

M - 06 BANDORJURI

Aktiviteter fra KFUM-spejdernes samarbejdsprojekt i Indien.

Her forefindes en folder med nogle af idéerne, men korpsets pjecer findes også i Idéstalden.

Materialer: medbringes.

I Idéstalden findes også bøger/hæfter med aktivitetsforslag fra korpsets øvrige samarbejdsprojekter: Sierra Leone, Namibia og Mongoliet.

D - KRISTENDOM



D - 01 HANDELSLEG

En god indendørs aktivitet, som dog kræver lidt forarbejde af lederen. Aktiviteten forsøger at gøre deltagerne opmærksomme på forholdet mellem rige og fattige lande.

Deltagere: antal 15-60, alder fra 12 år.

Materialer: må medbringes.

D - 03 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Der blev lys.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 04 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Jeg er født.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 05 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Mine kammerater og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 06 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Min familie og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 07 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Min fremtid og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 08 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Kirken og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

D - 09 PÅ REJSE MED PAULUS

Indendørs aktivitet for lidt større spejdere. Det er dels en instruktion og øvelse i brug af kompasset og dels en belæring om, hvad Paulus' rejser betød.

Materialer: kompasset medbringes.

Desuden skal det nævnes at der på centret forefindes et rigt og varieret udbud af forkyndelsesmateriale. Bl.a. det meste af KFUM-Spejdernes materiale, samt nye testamenter og forskellige sang- og salmebøger.

L - ORIENTERING



Alle poster lægges ud af lederen efter anvisning på kort.

Husk at indhente tilladelse til løb i skovene 14 dage før.

L - 02 O-LØB I FREDERIKSVÆRKS KOVENE

For begyndere.

16 poster, hovedsageligt stikkryds eller iøjnefaldende punkter tæt ved sti.

Længde: 2,8 km.

L - 08 GPS-LØB

Jagten på Farao Cheops grav.

Vi har 4 GPS'er.

Løbet er lagt ud på centrets område.

K - 06 ÅRET RUNDT

Aktiviteten beskriver et løb, der kan afvikles på centrets område. Opgaverne omhandler emner i forbindelse med de enkelte måneder.

Tid: 1-2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

K - 12 PIPPI LANGSTRØMPE

En aktivitet med opgaver fra Pippis verden.

Materialer: forfindes på center.

K - 13 REJSE I VERDEN

I kan starte med at lave et pas (medbring evt. foto af børnene), hvorefter der "rejses rundt i verden" - med aktiviteter fra forskellige lande.

Materialer: forefindes på centret.

K - 14 KODE-LØB

Et løb for spejdere, seniorer, rovere og ledere.

Enten efter kort eller som terning-løb.

Materialer: forefindes på centret.

K - 16 BALLON / BOMBE / BLOMSTER-LØB

Posterne hænges op og indtegnes på et kort. Deltagerne får at vide at ballonerne / bomberne springer / blomsterne springer ud på forskellige tidspunkter—og så er posten væk. 🚩

Materialer forefindes på centret.

E - PRIMITIV SPEJDESPORT



E - 01 BIVUAK

Forskellige former for bivuakker af regnslag eller underlag.

Byggetid: ca. 1 time

Materialer: regnslag eller underlag medbringes, øvrige materialer forefindes på centret.

E - 02 BIVUAK

Forskellige former for bivuakker af naturmaterialer.

Byggetid: ca. 1-2 timer

Materialer: Centret må kontaktes i forvejen, da der ikke altid er materialer hertil.

E - 03 IGLOO

En rigtig snehytte, der kan bygges af større spejdere.

Byggetid: ca. 3 timer

Materialer: Centret må kontaktes i forvejen, da der ikke altid er sne.

E - 04 BAGNING I OVN

Centeret har en stor muret ovn, der er bygget, som dem man havde på landet i gamle dage. Beskrivelsen fortæller om, hvordan der fyres i den, samt giver inspiration til bagning af boller, pizza m.m.

E - 05 PRIMIMAD - BRØD

Aktiviteten beskriver flere former for bagning og giver opskrifter på flere slags brød. Aktivitetens varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

E - 06 PRIMIMAD - KØD

Aktiviteten beskriver flere former for stegning og giver flere opskrifter på forskellige kødretter. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

E - 07 PRIMIMAD - DIVERSE

Aktiviteten beskriver flere former for små retter. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

E - 08 PRIMIMAD - FISK

Forskellige former for tilberedning af fisk beskrives i denne aktivitet. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

E - 09 RØGERI

Beskrivelse af et primirøgeri til fisk og kød. Aktiviteten tager mindst 1/2 dag, men kan gøres meget spændende.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

E - 10 MILEBRÆNDING

En stor aktivitet, der delvis må arbejdes med dagen igennem. Aktiviteten beskriver kun selve opbygningen og pasningen af milene. Lertingene, der skal brændes, skal være lavet og tørret (langsomt) i forvejen.

Byggetid: ca. 2 timer + pasning dagen igennem og åbning et døgn senere.

Materialer: Lerkar og lignende medbringes, øvrige forefindes på centret.

K - OPGAVELØB

☒ - til disse aktiviteter kan I med fordel lave jeres egne spørgsmål om det emne I arbejder med lige nu - f.eks. en historie- eller biologiprøve



K - 01 POSTKASSELØB

Aktiviteten beskriver et løb, der kan afvikles på centrets område. "Opgaverne" i løbet er spørgsmål, der skal besvares skriftligt. ☒

Tid: afhængig af posternes placering og antal. Ca. 1-2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

K - 02 TERNINGELØB

Aktiviteten beskriver et løb, der afvikles som stjerneløb på centrets område. ☒

Tid: afhængig af posternes placering og antal. Ca. 1-3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

K - 03 REJSE I NORDEN.

Aktiviteten beskriver et opgaveløb, der kan placeres på centrets område. Løbet henvender sig især til mindre spejdere.

Tid: ca. 2 timer.

Materialer: papir til fremstilling af papirflyvere, tørklæder og ur medbringes. Øvrige forefindes på centret.

K - 04 DIMS

Aktiviteten er et stort brætspil, der kan bruges til forskellige emner. Der findes et eventyrtema for de yngste samt et spejdertema. ☒

Tid: 1-2 timer.

Materialer: Materialer til smagekims skal medbringes (eller udelades). Øvrige forefindes på centret.

Materialer: forefindes på centret.

H - HANDYCRAFT



H - 02 REDEKASSE

En lidt sværere aktivitet, der dog med lidt hjælp fra lederen kan gennemføres også af de mindste spejdere.

Byggetid: ca. 1-2 timer.

Materialer: Medbringes.

H - 03 DRAGER

Udførlig beskrivelse af bygning af flyvedygtige drager.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: må medbringes. Lidt forberedelse nødvendig.

H - 06 PILEFLØJTER

Aktivitet for alle aldre.

Fløjterne kan bruges ved lejrbålsunderholdningen.

Materialer: forefindes på centret.

H - 09 PAPIRFREMSTILLING

En nem aktivitet for alle. Prøv at lave nyt papir af gamle aviser. En god aktivitet til at fortælle noget om genbrug af ressourcer.

Materialer: forefindes på centret.

H - 10 FREMSTILLING AF STEARINLYS

Dypning af lys. En let aktivitet for alle, men kræver lidt tålmodighed.

Dyppekar forefindes—øvrige materialer medbringes

E - 14 PLANTEFARVNING - ULDGARN

En heldagsaktivitet eller fordelt på 3 dage, der kræves nogen forberedelse af lederen. Aktiviteten er beskrevet grundigt og let forståeligt.

Materialer: Garn til farvning medbringes. Planter medbringes - nogle kan dog samles på centret. Øvrige materialer forefindes på centret.

E - 15 PLANTEFARVNING - BOMMULDSGARN ELLER STOF

Som i E - 14

F - TOVVÆRK



F - 02 TOVVÆRK

En instruktiv beskrivelse af tovværkets tilblivelse, vedligeholdelse, opbevaring og anvendelse.

Materialer: forefindes på centret.

F - 03 TALJER

En instruktiv beskrivelse af anvendelse af taljetræk med udførlig beskrivelse af max. belastning samt forankringer til anvendelse af disse.

Bør indøves forud for enhver aktivitet, hvor taljetræk indgår.

Materialer: forefindes på centret.

F - 05 TOVDYR

En aktivitet som træner spejdernes færdigheder. Der er forslag til flere figurer. Aktiviteten kan anbefales til spejdere i alle aldre.

Arbejdstid: ca. 1 time

Materialer medbringes.

G - HIKE OG TURE



G - 02 BYTUR

Aktiviteten beskriver en tur til Frederiksværk by og stiller nogle opgaver til deltagerne.

En del af opgaverne går igen i en af hike-beskrivelserne.

G - 03 TRAVETUR FRA FREDERIKSVÆRK TIL ARRESØCENTRET.

En rutebeskrivelse fra Frederiksværk station til centret med beskrivelse af de seværdigheder, man møder undervejs.