



Norges Friluftsfagskole

Studieplan

Friluftsguide Aktivitet

Heltids fagskolestudium

60 studiepoeng

Studieåret 2021 – 2022

Innhold

1 INNLEDNING	3
1.1 Utdanningens navn	3
1.2 Bakgrunn og formål	3
1.3 Målgruppe, ansvars- og funksjonsområde	4
2 OVERORDNET LÆRINGSUTBYTTE	5
3 ORGANISERING AV UTDANNINGEN	8
3.1 Studiepoeng og nivå	8
3.2 Forventet arbeidsmengde	8
3.3 Organisering	8
3.4 Undervisnings- og læringsaktiviteter	9
3.5 Ekskursjoner	11
3.6 Litteratur	12
3.7 Sertifiseringer	12
4 BESKRIVELSE AV HVERT EMNE	13
4.1 Innføring i yrkesrollen som friluftsguide	13
4.2 Frilftsaktiviteter og friluftsguiding høst	20
4.3 Skiteknikk og skiaktiviteter	29
4.4 Praksis i yrkesfeltet	35
4.5 Frilftsaktiviteter og friluftsguiding vinter og vår	39
5 BESKRIVELSE AV DEN INDRE SAMMENHENG I UTDANNINGEN	46
5.1 En læringssituasjon basert på en emneoverskridende oppgave	46
6 ARBEIDSKRAV OG VURDERINGER	49
6.1 Eksamen	49
6.2 Vitnemål	49
6.3 Arbeidskrav	49
6.4 Karakterskala	49
7 SØKNAD OG OPPTAKSKRAV	50
7.1 Opptakskrav og søknad	50
7.2 Politiattest	50
8 LITTERATUR FOR HELE STUDIET	51
9 UTSTYRSLISTE FOR STUDENTER	54

1 INNLEDNING

1.1 Utdanningens navn

Friluftsguide Aktivitet.

1.2 Bakgrunn og formål

Flere mennesker søker mot nye reisemål og aktiviteter i naturen. Denne utviklingen krever høy kompetanse hos den lokale friluftsguiden, både med tanke på sikkerhet og vern av sårbare naturområder og kulturminner, som representant for destinasjonen, og for å sikre kvaliteten på gjestens opplevelser. Friluftsguiden er profesjonell leder og vert for betalende gjester på turer i nærmiljø, overnattingsturer, i skibakken, i skogen, på fjellet, langs vassdrag og ved sjøen. Friluftsguiden skal også lede aktiviteter og sammenkomster i natur.

Forløperen til studiet Friluftsguide Aktivitet og Norges Friluftsfagskole (NFFS) var Sommer Som Vinter studiesenter AS (SSV), som ble startet i 1996. Grunnlaget for studiesenteret, og nå fagskolen, er reiselivsbransjens behov for kvalifiserte guider. Skiinstruksjon og tilrettelegger og leder på arrangement, aktivitetsleirer, rafting-instruksjon, kystguiding, og turledelse var de viktigste fagområdene i starten. Aktivitetene foregikk både sommer og vinter, på sjø og på land.

NFFS ble startet som et prosjekt i 2017 med mål om å utvikle fagskolestudier innenfor naturguiding og opplevelsesbasert turisme. Fellesbetegnelse på yrkesrollen i disse aktivitetene har vi valgt å kalle **Friluftsguide Aktivitet**. Vi bruker også begrepene instruktør om noen av arbeidsoppgavene guiden gjør. Mange steder i studieplanen brukes også den generelle termen guiden, for eksempel i mål, innhold eller læringsaktiviteter.

Studiet Friluftsguide Aktivitet er tilpasset *Norsk Naturguideforbund (NNGF)* sin profesjonsstandard og *International Adventure Travel Guide Qualification and Performance Standard (ATTA)*. Studiet er også tilpasset deler av standarden *International Mountain Leader etter bestemmelsen fra Union of International Mountain Leader Associations (UIMLA)*.

Fra myndighetenes og reiselivsnæringens side vurderes krav til sikkerhet, læring, kvalitet og verdinessig forankring hos guiden i naturbasert turisme. Formålet med studiet er derfor å etablere en permanent praktisk profesjonsrettet utdanning på høyere fagskolenivå i friluftsguiding

i Norge, som også er knyttet opp til etablerte nasjonale og internasjonale standarder. Vi ønsker at studenter skal ha tett kontakt med reiselivsnæringen lokalt og regionalt, slik at de kan lære av erfarne guider, og som ferdig utdannede guider bidra til bærekraftig verdiskapning i bransjen.

Studiet er bygd opp av friluftslivsfag og aktiviteter i natur, reiselivsfag, natur- og kulturfag. Friluftsguiden er en tilrettelegger og kvalitetssikrer av opplevelser for gjester i naturen. Studiet setter studentene i stand til å lede sikre og kvalitetsmessig gode opplevelser for gjestene. I tillegg settes lokal historie og naturbruk, og lokale naturforhold inn i et større globalt miljøperspektiv.

1.3 Målgruppe, ansvars- og funksjonsområde

Målgrupper for studiet er personer som vil arbeide som friluftsguide innen besøks- og opplevelsesnæringene eller beslektede næringer, eller personer som allerede arbeider som friluftsguide og vil øke sin kompetanse. Guideutdanningen vil også være et godt grunnlag for den som på sikt vil utvikle egen reiselivsbedrift med naturbaserte opplevelsestilbud.

Friluftsguiden kan ses som en som forlenger gjestenes praktiske ferdigheter. Ved innleie av friluftsguide vil gjesten kunne gjennomføre turer hen ikke kunne gjort på egenhånd. Friluftsguidens kompetanse går til og med terrengklasse 1 i KAST-systemet, og under 30 grader på lagdelt vintersnø.

Funksjonsområdet til friluftsguiden vil være i nærmiljø, ofte på det stedet guiden selv bor. Slik er friluftsguiden en representant for lokal natur og kultur, og bygda guidingen foregår ut fra.

2 OVERORDNET LÆRINGSUTBYTTE

Etter fullført studium skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter:

Kunnskap

- Har kunnskap om utstyr og bekledning, teknikk, ferdsel og orientering i klatring, kano, raft, robåt og motorbåt, alpinski og fjellski, truger og sykkel
- Har innsikt i metoder, mønstergjenkjenning og bruken av sikkerhetsutstyr ved sikker ferdsel og opphold i ulike terrengtyper med gjester
- Har kunnskap om ledelse, formidling og læringsmetoder i friluftsguiding
- Har kunnskap om natur og kultur og innsikt i etiske dilemmaer knyttet til bærekraftig bruk av natur i friluftsguiding
- Har kunnskap om prinsippet ferd etter evne
- Har kunnskap om HMS-planlegging, ROS-analyser, livredning og førstehjelp i forbindelse med sammenkomster og ferdsel i kano og raft, robåt og motorbåt, på alpinski og fjellski, truger og med sykkel
- Kan oppdatere egne kunnskaper, ferdigheter og utviklingsmuligheter som friluftsguid for videre kvalifisering i guideyrket, og forstår friluftsguiding i et samfunns- og verdiskapingsperspektiv
- Har bransjekunnskap om friluftsguiding i opplevelsesturisme i dag, og kjennskap til historien og betydningen av føring og guidning i norsk friluftsliv og reiseliv
- Har innsikt i lovverk som begrenser og muliggjør friluftsguiding i Norge

Ferdigheter

- Kan anvende faglig kunnskap om utstyr og bekledning og teknikk og utføre ferdsel, orientering og veivalg i klatring, med kano og raft, robåt og motorbåt, alpinski og fjellski, truger og sykkel
- Kan kartlegge egne faglige valg og rollen som leder for en gruppe i skogen, på fjellet og ved kysten sommer som vinter og identifisere nye valg under veiledning
- Kan finne og gjøre overveielser om bruken av nære naturområder med tanke på opplevelsesverdi for ulike gjester

- Kan anvende faglig kunnskap, utstyr og metoder i kartlegging og forståelse av konkrete problemstillinger i friluftsliv og friluftsguiding
- Kan kartlegge og identifisere egne muligheter for videreutvikling av egen kompetanse som friluftsguide
- Kan finne informasjon om fagstoff i innlæring av grunnleggende ferdigheter i ferdplanlegging, i risiko- og konsekvensvurdering og i egenvurdering
- Kan anvende riktig utstyr og metoder og uttrykksformer i planlegging og gjennomføring av friluftsguiding på vassdrag og sjø, i skogen og fjellet og i alpinbakken
- Kan finne informasjon og anvende relevant metodesett, mønstergjenkjenning og bruk av sikkerhetsutstyr ved ferdsel og friluftsguiding i ulike terrengtyper og aktiviteter.
- Kan anvende faglig kunnskap om HMS-planlegging, ROS-analyser, livredning og førstehjelp i forbindelse med sammenkomster og ferdsel i kano og raft, robåt og motorbåt, på alpinski og fjellski, truger og med sykkel på aktuelle praktiske problemstillinger
- Kan finne informasjon om natur, kultur og friluftsguiding relevant for etiske problemstillinger og dilemmaer knyttet til bærekraftig bruk av natur i opplevelsesturisme for ulike grupper

Generell kompetanse

- Kan planlegge og gjennomføre trygge turer og sammenkomster for gjester med kano og raft, robåt og motorbåt, alpinski og fjellski, truger og sykkel, samt enkel klatring i samarbeid med andre, i skog og fjell og ved kysten sommer både som vinter i tråd med faglige, etiske retningslinjer og i tråd med gjeldende lovverk knyttet til bærekraft, sikkerhet og HMS, opplevelse og læring
- Kan gjøre løpende sikkerhetsvurderinger og endre plan ut fra vær og føre med utgangspunkt i gruppens og egne forutsetninger, iverksette tiltak ved uhell og begrunne sine valg ut fra egne kunnskaper og ferdigheter
- Kan gjennomføre og lede ROS-analyser, livredning og førstehjelp i forbindelse med sammenkomster og ferdsel i kano og raft, robåt og motorbåt, på alpinski og fjellski, truger, sykkel og enkle klatreaktiviteter for gjester

- Kan formidle faglige tema om verdier i lokal natur, kultur og friluftsliv og vise etiske grunnholdninger og bærekraftig praksis som friluftsguide
- Kan utveksle synspunkter og bygge relasjoner med andre guider, gjester og bedrifter ved utføring av friluftsliv og friluftsguiding
- Kan være et godt forbilde og øvingsbilde, kommunisere tydelig og tilpasse friluftsguiding til utvalgte målgruppers behov
- Har forståelse for yrkes- og bransjeetiske prinsipper i arbeid som friluftsguide i naturbasert reiseliv eller beslektede næringer
- Kan utvikle arbeidsmetoder, sikkerhetstenkning og guideprodukter knyttet til ferdsel og orientering med kano og raft, robåt og motorbåt, alpinski og fjellski, truger, sykkel og enkle klatreaktiviteter i friluftsguiding

Det overordnede læringsutbyttet er brutt ned til læringsutbytter på 5 emner gjennom ett års studie. Til sammen reflekterer læringsutbyttene i disse fem emnene det overordnede nivået for studiet.

3 ORGANISERING AV UTDANNINGEN

3.1 Studiepoeng og nivå

Studiet har et omfang på 60 studiepoeng med en normert studietid på ett år. Studiet ligger på fagskolenivå 5.1 i Kvalitetsrammeverket for livslang læring.

3.2 Forventet arbeidsmengde

Friluftsguide Aktivitet er et fulltids studium bygget opp av 5 emner. Totalt krever studiet en studietid på ca. 1680 timer av studentene.

Studieåret 2021-2022 har 38 undervisningsuker og har oppstart i uke 33. Siste uke i vårsemesteret er uke 24. Et emne på 10 studiepoeng forutsetter 280 arbeidstimer for studentene, eller om lag 28 timer pr. studiepoeng.

Med studietid regnes relevant faglig virksomhet knyttet til studiet, som lærerstyrt eller studentstyrte aktiviteter, gruppearbeid eller selvstudium. I noen av emnene er det lagt det opp til ekskursjoner og forflytninger mellom undervisnings og utplasseringssteder. Reiser som er ren forflytning uten studiefaglig innhold, er ikke regnet som en del av forventet arbeidsmengde. Reiser med faglig innhold som for eksempel overnatting i telt og vandring/orientering, er regnet med i timetallet.

3.3 Organisering

Emne- kode	Emnenavn	Stp.	Timer faglærer	Timer Praksis	Time Egenarbeid	Totalt arbeids- omfang
FGA 100	Innføring i yrkesrollen som friluftsguide	10	200		80	280
FGA 101	Friluftaktiviteter og friluftsguiding, høst	20	416		144	560
FGA 102	Skiteknikk og skiaktiviteter	9	140		112	252
FGA 103	Praksis i yrkesfeltet	6	18	120	30	168
FGA 104	Friluftaktiviteter og friluftsguiding vinter og vår	15	280		140	420
Total sum		60	1054	120	496	1680

3.4 Undervisnings- og læringsaktiviteter

Målet med utdanningen er at studenten som guide skal kunne ta ansvar for gjesters sikkerhet, og legge til rette for bærekraftige, gode og lærerike opplevelser.

Yrkeskompetansen som Friluftsguide er å tilrettelegge og lede turer, aktiviteter og samlinger gjennom de fire årstidene. I sommerhalvåret er dette knyttet til vann med raft, kano og båt. På land er det fotturer, klatring, sykkel og ly og leir. I vinterhalvåret er det truger, alpinski, fjellski og langrennsski. Sikkerhet og førstehjelp er gjennomgående i hele studiet, og kredlære er sentralt om vinteren og redning i vann om sommeren.

Denne allsidige og praktiske yrkesrollen krever et mangfold av læringsaktiviteter, men med to tydelige retninger. Den ene er erfaringspedagogikk, først og fremst basert på John Deweys tenkning der undervisning ikke skal være belærende med døde fakta, men at studentene må få egne subjektive erfaringer med tingene – *learning by doing*. Dette innebærer helt konkret at praksis og egenerfaring, utprøving og feiling vil komme tidligere i prosessen enn teori og forelesning.

Handling og refleksjonsmodellen er styrende for pedagogisk praksis i alle emner. Dette innebærer en vekselvirkning gjennom handling og erfaring på den ene siden, og bearbeiding med refleksjon i etterkant. Bearbeidingen vil oftest være veiledet. Vekselvirkningen tilsier at det etter refleksjon igjen kommer ny og «forbedret» handling, eller guidepraksis.

Den andre retningen i NFFS sin pedagogiske tilnærming har trekk av mesterlære, særlig basert på Hubert og Stuart Dreyfus sine tanker om ferdighetstilegnelse der studenten går fra å være *nybegynner*, til *avansert begynner*, videre til *kompetent utøver*, *kyndig utøver* og til slutt *ekspert*. De fleste studentene rekker riktignok ikke bli eksperter. Kursstigene til Norges Klatreforbund og Norsk Fjellsportforum, som vi benytter, er bygd opp etter denne lesten. Mesterlære vil også innebære at studentene deltar i et *sosialt praksisfellesskap* med andre studenter, veiledere, inviterte gjester og praksisbedrifter. Læringen i dette fellesskapet skal utvikle en *faglig identitet* basert på handlinger med stadig mer *krevenne vanskelighetsnivå*. Sentralt som metode er *imitasjon* av mesteren. Mesteren er læreren, guiden, eller en mer kyndig med-student.

Mesterlære innebærer også at kvaliteten på arbeidet studentene gjør, blir *vurdert mest mulig gjennom praksis*. Hvor godt fungerer guiding for denne gruppen gjester, hvordan er sikkerheten

ivaretatt, og hvordan blir kunnskap og opplevelser formidlet og bearbeidet? Utprøving av guiderollen i ulike settinger, og ulike prøver og tester representerer fagets akkumulerte kunnskap som studentene skal tilegne seg gjennom ett år.

NFFS er også inspirert av Vygotskys læringsteorier som handler om å finne en balanse mellom hva studenten kan lære seg selv, og hva som krever assistanse. Læring er avhengig av omgivelser og kultur – kontekst. NFFS er derfor opptatt av å skape fellesskap og miljøer hvor læring stimuleres. Fellesskapet bygges gjennom arbeid i studentgrupper og på læringsturer hvor studentene treffer andre guider, lærere og praksislærere.

I starten av studiet introduseres studentene gjennom emnet *FGA 100 Innføring i yrkesrollen som friluftsguide*. Her starter studentene arbeidet med et individuelt utviklingsprosjekt (IU) om egen guiderolle. Fokuset er klargjøring av egne ferdigheter som guide og egen kompetanseheving i valgte deler av guiderollen. Denne oppgaven tas videre i alle emner, og i emnet *FGA 103 Praksis i yrkesfeltet* er den grunnlaget for eksamen.

Funksjonsområdet til friluftsguiden vil ofte være det stedet hvor guiden selv bor. Friluftsguiden blir da en representant for lokal natur og kultur i den bygda guidingen foregår ut fra. Kjennskap og nærhet gir økte muligheter for guiding, men også et større ansvar. Disse mulighetene og begrensningene for guidevirksomheten tas inn i læringsaktivitetene der det er naturlig.

Arbeidskrav i emnene

I alle emner er det satt opp arbeidskrav som må bestås før studenten kan fremstille seg til eksamen. Mange av arbeidskravene er såkalte ***kritiske arbeidskrav***. Det vil si at de inneholder ferdigheter eller kompetanse som er vitalt for sikkerheten til studentene og læreren, og for videre læring. Disse arbeidskravene må alltid bestås før studenten kan gå opp til eksamen i emnet. Eksempler er livredningsprøve og kameratredning i kano.

Noen arbeidskrav må gjennomføres, men ikke nødvendigvis bestås før studenten kan ta eksamen. Disse arbeidskravene er ikke avgjørende for eksamen eller for sluttkompetansen, men er ferdigheter som representerer starten på en videre utvikling som friluftsguide.

Utstyr

Skolen skiller mellom fellesutstyr og studentens personlige utstyr. Fagskolen holder fellesutstyr som studentene kan låne til faglig aktivitet. I tillegg har også skolen noe personlig utstyr til utlån. Av miljøhensyn, og for å ikke gjøre studiet unødvendig dyrt, anbefales det at studenten anskaffer personlig utstyr brukt. Mye utstyr skal også brukes i flere emner og til flere aktiviteter.

Fullstendig utstyrliste er gitt bak i denne studieplanen. Totalkostnad på ca. 59.000 kroner er satt opp uten skolens rabatter. Med våre rabatter kan alt utstyr kjøpes for ca. 30.000. Vent gjerne med å kjøpe nytt utstyr til etter studiestart. Da har du best oversikt over hva du virkelig trenger og hva du kan låne eller kjøpe brukt.

HMS og smittevern

Friluftsguiding foregår i ulike naturmiljø til alle årstider. Fagskolen har egne HMS rutiner for turer og ekskursjoner. Samtidig er HMS en sentral del av læringsmålene i studiet. Sentrale arbeidsmåter og begrep for å minimere risiko vil være ROS-analyse, ferdplan, løpende risikovurderinger, ferdråd, kvalifisert skjønn og transparent guiding.

Smittevern er også tatt inn i fagskolens HMS-rutiner med egne regler. Vi følger pålegg fra myndighetene knyttet til å hindre spredning av covid-19 eller andre pandemier. Fagskolen kan måtte gjøre nødvendige endringer i undervisningsform, eksamen, vurdering og praksis i yrkesfeltet. Det skal ikke gjøres endringer i det samlede læringsutbyttet av utdanningen.

Konkret vil smittevern i første rekke kunne berøre andelen praktisk undervisning, organisering av grupper på turer, rutiner for matlaging, håndhygiene, vannhenting og latrine på turer.

3.5 Ekskursjoner

Friluftsguiden kan arbeide mange steder i landet og med flere typer aktiviteter. Ekskursjoner og webinar er i denne sammenheng en viktig kilde til å se og bli kjent med andres virkelighet.

Hemsedal og Hallingdal har mange tilbydere av aktiviteter og tjenester som skal trekkes inn i studiet i form av ekskursjoner og foredragsholdere. Det samme gjelder i områdene i tilknytning til Sjoa, Trysil og Hurum.

3.6 Litteratur

Det er satt opp ca. 1700 obligatoriske sider litteratur. I tillegg gis eksempler på tilleggslitteratur studentene kan nytte seg av. Antall sider og litteratortype (lærebøker, tidsskrifter eller nettsider) vil variere i omfang mellom emnene. Mye litteratur brukes i flere emner. Graden av fordypning i litteraturen vil også variere. Foreløpige pensumlister er gitt i emnene og i kapittel 8. Endelig pensumliste vil foreligge ved studiestart.

3.7 Sertifiseringer

Følgende kurs og sertifiseringer undervises gjennom studiet:

Utsteder	Kompetansenivå	Emne
Norges Klatreforbund	Bratt Kort	FGA 101
Den Norske Turistforening	Ambassadørkurs	FGA 101
Den Norske Turistforening	Grunnleggende turlederkurs	FGA 101
Den Norske Turistforening	Sommerturlederkurs	FGA 101
Norsk test	Båtførerprøven	FGA 101
Sjoa rafting	Guidekurs i rafting	FGA 101
Den Norske skiskole	Instruktør Alpint Trinn 1	FGA 102
Norges skiforbund	Trener 1 Freestyle	FGA 102
Norsk Fjellsportforum	NF Grunnkurs Skred Nordisk	FGA 104

Sertifiseringen gis av den aktuelle organisasjonen, ikke av fagskolen. Dette skjer gjennom innleid instruktør, eller ved at faglærer ved fagskolen selv har denne kompetansen og gir sertifiseringen på vegne av den aktuelle organisasjonen/forbundet.

4 BESKRIVELSE AV HVERT EMNE

4.1 Innføring i yrkesrollen som friluftsguide

Emne:	Innføring i yrkesrollen som friluftsguide		
Emnekoder:	FGF 100 FGA 100	Temaer:	1. Friluftsliv og reiselivshistorikk 2. Rollen som guide og instruktør 3. Forvaltning, organisasjoner og det juridiske 4. HMS og sikkerhet 5. Førstehjelp 6. Bruk av sosiale medier 7. Utforming av skriftlige oppgaver.
Bygger på:			
Studiepoeng:	10		
Semester:	Høst		
Arbeidsomfang:	280 timer		
Timer med faglærer:	200		
Egenarbeid/ grupper:	80		

Læringsutbytte på emnenivå
Etter fullført emne skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter:
Kunnskaper
<ul style="list-style-type: none">• Har grunnleggende kunnskap om verdibasert og etiske vurderinger• Har kunnskap om rollen som guide og instruktør, herunder situasjonsbestemt guiding og transparent guiding som verdi og metode• Har noe bransjekunnskap om bedriftens HMS-system og guidens ROS-analyser• Har kunnskap om litteratursøk og utforming av skriftlige oppgaver og prosjekter, og muntlig fremstilling av fagstoff• Har kjennskap til menneskelige faktorer som risikomoment• Har kunnskap om planlegging og organisering av en reise i Norge• Har innsikt i lovverket som regulerer ferdsel, bruk og opphold i naturen• Har kjennskap til markedsføring og bruk av sosiale medier• Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om friluftsguiding gjennom et individuelt utviklingsprosjekt

- Har noe kunnskap om betydningen av ulike former for guiding i naturen i et samfunns og verdiskapingsperspektiv
- Har kunnskap om smittevern ved guidede turer
- Har kunnskap om førstehjelp ved drukning, bruddskader, blødninger og hengertraume, samt lederrollen på skadestedet

Ferdigheter

- Kan skille mellom instruksjon, veiledning og guiding som metode
- Kan anvende relevante digitale verktøy og uttrykksformer i bruk på sosiale medier som for eksempel Instagram og Facebook i markedsføringsøyemed som friluftsguide.
- Kan vurdere HMS og ROS-planer med et kritisk blikk
- Kan kartlegge og identifisere en kritisk situasjon ved behov for livreddende førstehjelp
- Kan finne informasjon i frilufsloven om allemannsretten, og identifisere rekkevidde og begrensninger
- Kan kartlegge etiske vurderinger om guiding og besøksforvaltning i natur
- Kan finne informasjon om natur og kultur relevant for etiske problemstillinger, bærekraftig bruk av natur i opplevelsesturisme, og formidling til gjester.
- Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om friluftsliv, guiding og instruksjon
- Kan finne informasjon og fagstoff, anvende og oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om friluftsliv, guiding og instruksjon
- Kan finne informasjon og anvende kunnskap om UDIs reiseråd
- Kan anvende faglig kunnskap i et individuelt praktisk utviklingsprosjekt
- Kan kartlegge en smittesituasjon og identifisere behov for tiltak

Generell kompetanse

- Har grunnleggende forståelse for rollen som guide og instruktør og kan utveksle synspunkter og velge metodikk etter utvalgte målgruppers behov
- Kan sammenfatte og formidle enkle tema innen lokal natur, kultur eller historie med egne ord

- Kan gjøre grunnleggende analyse og vurdere egne og andres bilder og tekst i sosiale medier
- Kan iverksette nødvendig livreddende førstehjelp ved drukning, brudd, fallskader, blødninger og henge-traume, samt lede på skadestedet både alene eller i samhandling med fagfeller
- Kan utføre faglige presentasjoner og oppgaver både muntlig og skriftlig
- Har forståelse for analyse, egenvurdering og konsekvenstenkning knyttet til etikk og økologi
- Kan gjennom et individuelt utviklingsprosjekt utvikle noen arbeidsmetoder i friluftsguiding relevant for yrkesutøvelsen
- Kan planlegge og gjennomføre en enkel plan for smittevern for en gruppe med bakgrunn i aktuell smittesituasjon

Innhold

Emnet er organisert i 7 ulike tema:

Tema 1. Historikk

- Friluftslivets og klatringens historie i Norge
- Naturbasert reiseliv i Norge
- Fra stifinner og patentfører til profesjonell guide

Tema 2. Rollen som guide og instruktør

- Verdibasert guiding, etiske og økologiske perspektiver
- Situasjonsbestemt og transparent guiding
- Kompetanseområder for friluftsguiden
- Vertskapsrollen og service
- Storrytelling
- Ulike grupper av gjester sine ønsker for opplevelse og læring
- Guiden som representant for destinasjonen og bedriften
- Forventninger til ulike guideroller
- Naturkontakt og naturopplevelse ved friluftaktiviteter
- Bearbeiding og refleksjon over naturopplevelse

- Bedriftsbesøk og observasjon av guideroller i bedrift
- Prosjekt om egenutvikling i guiderollen

Tema 3. Forvaltning, organisasjoner og det juridiske

- Forvaltning av natur, friluftsliv og naturbasert reiseliv
- Organisasjoner i friluftsliv og i naturbasert reiseliv
- Organisasjoner som forvalter sertifiseringer i friluftsliv og naturbasert reiseliv
- Lover og regler ved ferdsel, leirliv, opphold og sammenkomster i alle naturtyper og i verneområder
- Lover og regler ved reiser til utlandet
- Bærekraftig turisme, besøksforvaltning og utfordringer knyttet til naturbasert turisme

Tema 4. HMS og sikkerhet

- Ferdplan
- Introduksjon til HMS-systemer for bedriften og guiden
- Introduksjon til ROS-analyser for turer og sammenkomster i alle naturmiljø
- C19 og smittevern
- Smitterisiko ved reiser til utlandet
- Møte med media ved ulykker

Tema 5. Førstehjelp

- Grunnleggende ABC og HLR
- Førstehjelp ved blødninger
- Benbrudd og indre blødninger
- Kommunikasjon og førstehjelp ved ulykker
- Sikkerhetsutstyr som redningsvester, hjelm, kommunikasjonsutstyr og tauverk
- Friluftsguiden som rollemodell i sikkerhet
- Førstehjelp ved hengttraume, fallskader og brannskader
- Aktuelle tiltak ved drukning med dykking, ilandføring og førstehjelp

Tema 6. Sosiale medier

- Sosiale medier som markedsføringsverktøy
- Lover og regler knyttet til publisering av bilder og video i sosiale medier og på nett
- Lover og regler ved bruk av drone

Tema 7. Utforming av skriftlige oppgaver og presentasjoner

- Utforming av skriftlige oppgaver som eksamensoppgaver og prosjekter. Utforming av mål, problemstilling, analyse, diskusjon, refleksjon og konklusjon
- Muntlige presentasjoner
- Hvordan finne fagstoff
- Referanse til fagstoff
- Plagiat

Organisering, undervisnings- og læringsformer

Hensikt med emnet er å gi en førsteinnføring til faget og rollen som friluftsguide ved å fokusere på felles tema, problemstillinger og dilemmaer. Gjennom tema 7 vil også emnet gi studenten verktøy til å være student på fagskole.

Læringsformene i emnet vil veksle mellom felles gjennomganger i klasse, plenum diskusjon, gruppediskusjoner, oppgaveløsning enkeltvis og i grupper med veiledning og presentasjoner i klassen.

Læringsformene varierer også mellom ute- og inne-undervisning, praktisk og teoretisk og induktiv og deduktiv tilnærming. Handling og refleksjonsmodellen er styrende der det er mulig. Dette innebærer oftest praksis før teori, men alltid en vekselvirkning mellom praksis, bearbeiding og diskusjon-, praksis og fordypende diskusjon analyse.

Særlig sentrale læringsaktiviteter er:

- Individuell utviklingsplan (IU) i guiderollen
- Gruppearbeider på guiderollen – hvilken guide vil du være?
- Seminar om verdibasert guiding og FNs bærekraftsmål i guiding
- Bedriftsbesøk med fokus på guideroller
- Skriftlige oppgaver basert på hovedtema i emneplanen

I arbeidet med et Individuell utviklingsplan (IU) om egen guiderolle er fokuset klargjøring av egne ferdigheter som guide og egen kompetanseheving på valgte deler av guiderollen. Studentene skal definere egne mål for friluftsguiding. Hvilke kompetanseområder hen vil bli bedre i og hvilke metoder som skal brukes. Det gis felles innføring, individuell veiledning og IU tas videre i alle emner. I emnet FGA 103 praksisutplassering er oppgaven grunnlag for eksamen. Undervisningen foregår hovedsakelig i Hemsedal.

Arbeidskrav og vurdering gjennom studietiden

- 100% oppmøte og aktiv deltakelse på gruppearbeid og forberedelse og gjennomføring av turer
- 80% oppmøte i teoretisk undervisning
- Skrive to oppgaver basert på ett selvvalgt faglig tema fra emneplanen
- Muntlig presentasjon av egenvalgt oppgave til mappeeksamen
- Innlevert individuelt utviklingsnotat om egenutvikling i guiderollen

Alle arbeidskravene i emnet må bestås før studenten kan gå opp til eksamen.

Eksamen

Mappevurdering. En oppgave basert på tema 1 til 6 trekkes ut sensur. Vektes 100%.

Det gis bokstavkarakter på en skala fra A til F, der F er ikke bestått.

Studenter som får karakteren F på en ordinær eksamen har, rett til å gå opp til kontinuasjonseksamen. Dersom særskilt grunn foreligger, kan rektor etter søknad tillate at studenten går opp en tredje gang. Klage på avslag på slik søknad behandles av klagenemnda.

Litteraturliste

Andersen, S. & Rolland, C. (2018). Educated in friluftsliv – working in tourism

A study exploring principles of friluftsliv in nature guiding. Hentet fra:

<https://doi.org/10.1080/15022250.2018.1522727> (14 s.)

Fauske, L. & Bruland, Ø. (2019). *Førstehjelp på tur*. Oslo: Fri Flyt Forlag. (256 s.)

Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter. (1997). (FOR-2017-06-09-719 fra 01.07.2017). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1996-12-06-1127>

Horgen, A., Fasting, M., L., Lundhaug, T. & Magnussen, L., I. (2016). *Ute! Friluftsliv – pedagogiske, historiske og sosiologiske perspektiver*. Oslo: Fagbokforlaget. (Del 2; 93 s.)

Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv. (2006). (LOV-2020-06-19-69 fra 01.07.202). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62?q=Arbeidsmilj%C3%B8loven>

Lov om friluftslivet. (1957). (LOV-2020-06-19-85). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16?q=friluftsloven>

Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester. (1977). (LOV-2020-06-19-86 fra 01.07.2020). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1976-06-11-79?q=produkt>

Magnussen, E., I & Vold, T. (Red.). (2018). *Friluftsliv og guiding i natur. Teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget. (kap, 1, 2, 5, 6, 7, 9, 11 og 12, 180 s.)

Norsk Naturguidforbund. (2019). *Profesjonsstandard for norske og arktiske naturguidere, 16.01.2019*. Hentet fra <http://naturguideforbund.no/wp-content/uploads/2019/03/Profesjonsstandard-NNGF-2019-1.pdf> (11 s.)

Røkenes, A. & Andersen, S. (2019). *Risikostyring og HMS i naturbasert reiseliv – en håndbok*. Hentet fra <https://septentrio.uit.no/index.php/SapReps/article/view/4629/4233> (90 s.)

4.2 Friluftaktiviteter og friluftsguiding høst

Emne:	Friluftaktiviteter og friluftsguiding høst		
Emnekode:	FGA 101	Temaer:	1. Friluftsguiding og ledelse av aktiviteter og sammenkomster 2. Friluftaktiviteter ved og på sjø 3. Ferdsel på vassdrag med kano og raft 4. Ferdsel i skog og på fjellet 5. Sykkelteknikk 6. Enkle klatreaktiviteter 7. Ly og leir
Bygger på:			
Studiepoeng:	20		
Semester:	1		
Arbeidsomfang:	560 timer		
Timer med faglærer	416		
Egenarbeid/ grupper	144		

Læringsutbytte på emnenivå
Etter fullført emne skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter:
Kunnskap
<ul style="list-style-type: none">• Har bransjekunnskap om rollen som friluftsguide og instruktør fra vann til fjell• Har kunnskap om klær og utstyr til friluftaktiviteter på og ved sjø og vassdrag, i skog og fjell, samt bruken av dette• Har kunnskap om natur og kultur på destinasjonene• Har kunnskap om navigasjon på land og på vann• Kan finne informasjon om - og gjengi de vanligste sjøveismerker og regler• Har kunnskaper om leker og aktiviteter ute sommer og høst• Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om regler som gjelder for ferdsel, herunder med sykkel• Har kunnskap om ly og leir, matlaging, smittevern og hygiene• Har kunnskap om turplanlegging i henhold til prinsippene om tur etter evne og sporløs ferdsel• Har kunnskap om ferdsel på sykkel, med kano og raft på vassdrag, orientering i skog og fjell, og enkle klatreaktiviteter til brattkornivå inne og ute samt Via Ferrata

- Har kunnskap om metodesett, risiko, sikkerhetsregler og sikkerhetsarbeid i ferdselsformene, samt livredning.

Ferdigheter

- Kan finne informasjon om planlegging av turer, aktiviteter og sammenkomster
- Kan anvende faglig kunnskap på praktiske og teoretiske problemstillinger ved planlegging av turer, aktiviteter og sammenkomster
- Kan planlegge og lede sikre sammenkomster, leker og aktiviteter på land og ved vann
- Kan velge hensiktsmessige leirplasser
- Kan velge ut og anvende utstyr for ferdsel på vann med kano og raft samt båt på sjø, og sykkel og orientering i skog og fjell
- Kan anvende enkle metoder for matlaging i fjæra
- Har grunnleggende egenferdighet på brattkornivå i klatrehall inne og sportsklatrefelt og Via Ferrata ute
- Har grunnleggende egenferdighet til nivå med båtførerprøven for ferdsel på sjø med motorbåt og robåt
- Har grunnleggende egenferdighet i orientering og ferdsel i skog og på fjellet, og kan gjøre fornuftige veivalg med kart, kompass og GPS basert på vær og værmelding
- Kan anvende relevante teknikker ved sykling på sti og løyper i skog og på fjellet, og kan gjøre bruke verktøy på enkle reparasjoner på sykkelen
- Kan finne og gjøre overveielser om bruken av metodesett og sikkerhetsregler i ferdselsformene
- Kan anvende relevante teknikker i svømming og dykking som en del av livredderprøven utendørs
- Kan kartlegge en situasjon, gjøre ROS-analyse og løpende risikovurdering
- Kan kartlegge gode og trygge vei- og sporvalg i traseer og terreng

Generell kompetanse

- Har forståelse for kritisk egenvurdering og konsekvenstenkning knyttet til ferdsel på vann og på land

- Kan planlegge og gjennomføre turer med kano og raft på vassdrag og båt på sjø, orientering og sykkel i skog og fjell, og enkle klatreaktiviteter inne og på sportsklatrefelt og Via Ferrata ute
- Kan kartlegge en situasjon, gjøre ROS-analyse og løpende risikovurdering, og treffe tiltak i en guidesituasjon om høsten
- Kan planlegge og gjennomføre livredderprøven utendørs sammenhengende og uten opphold, herunder også HLR på land
- Kan planlegge og gjennomføre dagsturer og overnattingsturer med gjester i fjell, skog og på vann
- Kan planlegge og gjennomføre guiding og instruksjon på vann, til fots og på sykkel etter ulike gjesters behov
- Kan formidle enkle tema om lokal natur, kultur eller historie
- Har forståelse for leir og godt leirliv, smittevern og hygiene, aktiviteter og hensynsfull ferdsel
- Kan utvikle og utveksle synspunkter og tjenester og diskutere med fagfeller om friluftsguiding og instruksjon med ferdsel på vann og på land
- Kan planlegge og gjennomføre et individuelt utviklingsprosjekt
- Kan utvikle arbeidsmetoder, produkter og /eller tjenester i friluftsguiding relevant for yrkesutøvelsen som friluftsguide
- Kan vise etiske grunnholdninger i friluftsguiding

Innhold

Emnet er organisert i 7 tema:

Tema 1. Friluftsguiding og ledelse av aktiviteter og sammenkomster

- HMS og ROS-analyser og sikkerhet
- Naturvennlige sammenkomster i natur
- Utforming av mål og valg av midler til ulike aktiviteter
- Planlegging, gjennomføring og evaluering av små og store sammenkomster ute under alle forhold til alle årstider
- Leker for barn og voksne

- Utendørsaktiviteter med få rekvisitter og med godt utvalg av rekvisitter
- Kjennskap til aktivitetsmuligheter i bygda og i terrenget der aktivitetene skal foregå
- Spionasjeteknikker - ulike gruppers forutsetninger
- Kommunikasjon med gjesten
- Gruppeprosesser og samarbeid
- Storytelling
- Kundebehandling og service
- Introduksjon til bedriftsarrangement: ledelse, teamarbeid og teamutvikling

Tema 2. Friluftaktiviteter ved og på sjø

- Båtførerprøven
- Navigering på sjøen
- Sikkerhet, sikkerhetsprosedyrer og utstyr til forebygging av ulykker og til redning
- Livredderprøven
- Historie og kultur ved kysten
- Flo og fjære, fisk, alger og dyr i sjø
- Vær og klima på kysten
- Aktiviteter og leker
- Organisering av aktiviteter og arrangementer for grupper
- Tradisjonsaktiviteter som garnfiske, teiner, dorging, stangfiske og bunnsnøre
- Valg av robåt og båt med motor til ulike aktiviteter
- Sporløs ferdsel i fjæra

Tema 3. Ferdsel på vassdrag med kano og raft

- Kanotyper og utstyr til padling
- Raft og utstyr til raft
- Padleteknikk for fremdrift og styring av kano og raft
- Sikkerhetsinstruksjon og signaler ved rafting
- Kunnskap om elv og orientering og synfaring på vann og i elv
- Kameratredning med kano og egenredning ved rafting

- Guidede turer i kano og aktivitetsleirer for gjester
- Storytelling i kano som verktøy

Tema 4. Ferdsel i skog og på fjellet

- Forberedelse, gjennomføring og evaluering av dagsturer og flerdagsturer i skogen og på fjellet
- Orientering med kart, kompass og GPS og veivalg
- Vær og værmelding
- Utstyr og bekledning
- DNT ambassadørkurs, Grunnleggende turlederkurs og Sommerturlederkurs

Tema 5. Sykkelteknikk

- Grunnteknikk, tilvenning og utstyr
- Posisjonering av kropp og sykkel
- Hensiktsmessige øvelser
- Utvikling til sammensatte bevegelser
- Metodevalg
- Risikovurdering og sikkerhet ved sykling
- Sykling i varierende terreng
- Linjevalg
- Egenutvikling
- Sykkelsjekk
- Enkle reparasjoner

Tema 6. Enkle klatreaktiviteter

- Klatring inne: NKF- Grunnkurs i klatring med brattkorttest
- Klatring på led på boltede ruter ute
- Via Ferrata: utstyr og ferdsel
- Gelendertau på trær og steiner

Tema 7. Ly og leir

- Plassering av leirplass, sikkerhet og sporløs ferdsel
- Oppsett av leir, ulike boformer og opphold i leir
- Natur og miljø på og ved leirplassen
- Utstyr på leirplassen
- Aktiviteter på og ved leiren
- Hygiene og smittevern, skitten og ren sone
- Primus, bål, kokegrop og røykeovn på leirplassen: plassering, bygging og sikkerhet
- Matlaging med råvarer fra sjø, skog og fjell

Organisering, undervisnings- og læringsformer

Hensikten med emnet er å sette studentene i stand til å utvikle, planlegge, gjennomføre og evaluere trygge og opplevelsesrike aktiviteter og sammenkomster på destinasjoner i Norge om høsten. Med sammenkomster forstår vi planlagte friluftaktiviteter med betalende gjester.

Emnet har en praktisk tilnærming, og læringsformene varierer mellom praksis, teori, gruppearbeid og egentur, både lærer- og studentstyrt. Video vil bli bruk som hjelpemiddel i tekniske ferdigheter. Det legges opp til plenumsdiskusjoner, studentpresentasjoner og refleksjon. Det vil også bli gitt praktisk veiledning individuelt og i gruppe. Gjennom deltakelse i undervisningen skal studentene øve opp grunnleggende praktiske ferdigheter i ferdsel, ly, leir og i aktiviteter og slik forberede seg på guiderollen.

Studentene skal jobbe i grupper der de skal planlegge, gjennomføre og evaluere minimum to dagsturer. Den første dagsturen er på sykkel og har fokus på teknikk og guiderollen. På dagsturene skal gruppen arbeide med guiderollen. Innholdet i gruppearbeidene vil være planlegging, egenferdighet, risikovurdering og guide- og instruktørrollen. På gruppeturene skal studentene også arbeide med individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen som startet i emnet FGA 100. Gruppedanning og smittevernregler er tilpasset myndighetenes krav.

Det blir også flere ferder med overnatting i skog, fjell og vassdrag. Studentene gis medansvar for planlegging, gjennomføring og evaluering av turene. I tillegg skal studentene gjennomføre gruppestyrt egentur med overnatting.

Studentene må avlegge livredderprøven. Dette er en kritisk ferdighet som må bestås. Prøven er en utendørs variant, tilpasset kravene til Norges Svømmeforbund og Norges livredningsselskap. Prøven tilrettelegges ut fra området man benytter seg av:

- Hoppe fra brygge eller fjell
- Svømming 20 meter på mage og 20 meter på rygg
- Hente opp en gjenstand fra bunnen, ca. 1,5 - 2 meter dybde
- Ilandføre en jevnstor person ca. 20 meter

Eksterne sertifiseringer

- DNT: Ambassadørkurs
- DNT: Grunnleggende turlederkurs
- DNT: Sommerturlederkurs
- Norges Klatreforbund: Brattkort
- Sjøfartsdirektoratet: Båtførerprøven
- Sjoa rafting: Guidekurs i rafting

Båtførerprøven må avlegges på et godkjent testsenter. Sjoa Rafting forestår sertifiseringen i rafting. Dette gjøres i andre semester. Det gis også et utvidet grunnkurs i klatring med brattkorttest, som sertifiseres av klatreinstruktør på vegne av Norges Klatreforbund.

Emnet går på høsten. Undervisningsstedene er Hemsedal, Hallingdal, Sjoa og Hurum.

Arbeidskrav og vurdering gjennom studietiden

Følgende arbeidskrav må gjennomføres og består før studenten kan gå opp til eksamen:

- 80 % oppmøte og aktiv deltakelse i undervisningen
- 100% oppmøte på guidekurs i rafting og på forberedelse, gjennomføring og etterarbeid til alle turer
- Bestått ferdighetsprøve i livredning
- Ambassadørkurs, DNT

Følgende arbeidskrav må være gjennomført, men ikke bestått før studenten kan gå opp til eksamen

- Båtførerprøven
- Ambassadørkurs, DNT
- Grunnleggende turlederkurs, DNT
- Sommerturlederkurs, DNT

Eksamen

Praktisk og muntlig metodisk gruppeeksamen med gruppevis og individuell vurdering i en friluftaktivitet. Gruppetørrelse: 3-4 studenter. Gruppene trekkes. Eksamen gjennomføres på følgende måte:

- Studentgruppen får utlevert eksamensoppgaven to dager gjennomføring. Skriftlig plan for gjennomføringen leveres innen gitt frist. Gruppen får samme karakter. Vektes 20%.
- Ca. 3 timers gjennomføring av aktivitet med gjester. Antall gjester, alder og ferdighetsnivå er definert i oppgaven. Studentenes kunnskaper og ferdigheter, slik disse kommer til uttrykk gjennom samtaler og praktiske situasjoner, vil bli løpende vurdert. Gruppen får samme karakter. Vektes 80%.

Eksamen vil gå over flere dager. Studentene opptrer som gjester for hverandre etter oppsatt plan. Dette er obligatorisk for å få godkjent eksamen.

Det gis bokstavkarakter på en skala fra A til F, der F er ikke bestått.

Studenter som får karakteren F på en ordinær eksamen, har rett til å gå opp til kontinuasjonseksamen. Dersom særskilt grunn foreligger, kan rektor etter søknad tillate at studenten går opp en tredje gang. Klage på avslag på slik søknad behandles av klagenemnda.

Litteraturliste

Bagøien, T. E. & Storli, R. (2019). Lag en naturlekeplass. Oslo: Gyldendal. (80 s)

Engelsborg, J. & Engelsborg, T. (2015). *Båtførerprøven i teori og praksis*. Oslo: Redningsselskapet

Forskrift om krav til minstealder og båtførerbevis mv. for fører av fritidsbåt. (2009). (FOR-2009-03-03-259). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2009-03-03-259>

Forskrift om krav til sykkel. (1990). (FOR-2018-04-09-545 fra 10.04.2018). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1990-02-19-119?q=forskrift%20om%20sykkel>

Forskrift om kjørende og gående trafikk (trafikkregler). (1986). (FOR-2019-12-20-1915 fra 01.01.2020). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1986-03-21-747?q=Forskrift%20om%20kj%C3%B8rende%20og%20g%C3%A5ende>

Køhn, Ø. (2000). *Padling. En grundig innføring i padlingens teknikker*. Oslo: Cappelen. Pensum er sidene; 6-128, 132-138, 164-183

Nicander, E. (2012). *Sjøsport. Kompendium SSV AS*. Oslo: SSV AS. (26 s.)

Tronstad, S. (2014). S. (2007). *Innføring i klatring*. Oslo: Akilles forlag.

Vickers, P., Brynjulfsen, B., A. (2006). *Belay & Brake Device Loading Evaluation*, Sjoa Rafting. (18 s.)

Vickers, P., Brynjulfsen, B., A. (2006). *Throw line loading test*, Sjoa Rafting. (5 s.)

Lopes, B. & McCormack, L. (2017). *Mastering Mountain bike Skills*. Overland Park: Walworth. (30 s.)

Tillegglitteratur

Grimeland, G. (2009). *Bratte gleder: Klatring med barn og ungdom*. Oslo: Akilles forlag.

Monsen, L. (2006). *Villmarkstips*. Oslo: Lars Monsen Boksenteret Outdoors. (127 s.)

Nicander, E. (2009). *Aktivitetsekken*. Kompendium SSV AS (98 s.)

Waalder, R. (2003). *Med barn på tur i naturen – Rettigheter og plikter*. I: Bagøien, T., E. (Red.). *Barn i friluft. Om verdifullt friluftsliv*. Oslo: Sebu forlag (36 s.)

4.3 Skiteknikk og skiaktiviteter

Emne:	Skiteknikk og skiaktiviteter		
Emnekode:	FGA 102	Temaer:	<ol style="list-style-type: none">1. Skiguide og trener2. Teknikk på alpinski3. Aktiviteter leik og ski4. Ski og reiseliv
Studiepoeng:	9		
Bygger på:	FGA-100		
Semester:	2		
Arbeidsomfang:	252 timer		
Timer med faglærer	140		
Egenarbeid/ grupper	112		

Læringsutbytte
Etter fullført emne skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter:
<i>Kunnskaper</i>
<ul style="list-style-type: none">• Har innsikt i sikkerhetsarbeid i preparert og upreparert terreng• Har god kunnskap om klær og skiutstyr og bruken av dette• Kan oppdatere sin kunnskap om hovedtrekk i norsk ski- og snowboardhistorie i et samfunns- og reiselivsperspektiv• Har bransjekunnskap og kjennskap til rollen som skiguide, herunder også ROS-analyse og aktuell førstehjelp i skibakken• Har kunnskap om basisferdigheter, tekniske grunnprinsipper, teknisk analyse og egenferdighetstrening på alpinski• Har kunnskap om skismurning, basisferdigheter, grunnteknikk og terrengvurdering på langrennsski og fjellski• Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om egenutvikling og skiteknikk• Har kunnskap om turplanlegging i henhold til prinsippet om «tur etter evne»• Har kunnskaper om leker og aktiviteter ute om vinteren• Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om smittevern, skiinstruksjon og skileik
<i>Ferdigheter</i>

- Kan anvende kunnskap om smittevern og førstehjelp, gjøre løpende vurderinger, treffe tiltak og utføre nødvendig førstehjelp
- Kan anvende de tekniske grunnprinsippene for å utvikle egne ferdigheter, grunnleggende elementer på alpinski og teknisk analyse i utvikling av egne ferdigheter på alpinski og teknisk forståelse
- Kan anvende skismurning, grunnteknikk og terrengvurdering på langrennsski og fjellski på turer og aktiviteter i nærmiljøet
- Kan anvende skiutstyr og vise gode øvingsbilder i en instruksjonssammenheng for nivået nybegynnere og noe øvet
- Kan kartlegge en guidesituasjon for ulike grupper gjester i preparert og upreparert terreng
- Kan finne informasjon og fagstoff om barn og unges motoriske utvikling med hensyn til skiaktiviteter
- Kan anvende relevant verktøy for å lage lekearena og skiaktiviteter ut fra utvalgte målgruppers behov

Generell kompetanse:

- Kan utvikle arbeidsmetoder knyttet til konsekvenstenkning for ferdsel i snødekt terreng
- Kan utføre teknikk på alpinski og være øvingsbilde på grunnleggende nivå og kunne gjøre teknisk analyse av gjester på alpinski
- Kan planlegge og gjennomføre økter med grunnteknikk og terrengvurdering på langrennsski og fjellski, og slik være øvingsbilde på turer og aktiviteter i nærmiljøet, samt gjøre teknisk analyse av gjester
- Kan planlegge og gjennomføre nivåtilpasset skiundervisning på grunnleggende nivå etter utvalgte gjesters behov
- Kan utvikle en ROS-analyse, gjøre løpende vurderinger og iverksette og lede nødvendige tiltak og førstehjelp ved uhell
- Kan utvikle synspunkter og tjenester og diskutere friluftsguiding og instruksjon i skiaktiviteter med fagfeller

- Har forståelse for sammenhengen mellom skiopplevelser på snø og utvikling av positive holdninger til fysisk aktivitet og til kultur- og naturmiljøet
- Kan bygge relasjoner med andre guider og gjester som fremmer læring og opplevelse
- Kan utvikle egenferdighet og pedagogiske arbeidsmetoder som skiguide, trener og instruktør knyttet til verdier og situasjonsbestemt ledelse

Innhold

Emnet er organisert i 4 tema

Tema 1. Skiguide, instruktør og trener

- Forventninger til en skiguide
- Situasjonsbestemt ledelse i alpinanlegget og nærmiljøet
- Kommunikasjon med gjester
- Likeverdig og tilpasset opplæring
- Undervisningsprinsipper på ski med fokus på variasjon og individualisering
- Barneidrettens verdigrunnlag
- Skivettregler for alpine skiløpere og snowboardere, og regler for terrengpark
- Ansvar og sikkerhet i nedfarer – anleggseiers ansvarsområde
- Smittevern ved organiserte skiaktiviteter
- ROS-analyse for aktiviteter i og ved skibakken
- Skader i skibakken, førstehjelp

Tema 2. Teknikk på alpinski

- Alpinutstyr for barn, voksne og funksjonshemmede
- Basisferdigheter i sving og svingprogresjon
- Grunnleggende elementer, balanse, vri og kant, trykk og kraft
- Skolesvinger, store svinger og korte svinger
- Grunnteknikk i storslålåm
- Terrengvurdering og løypestikking
- Teknisk analyse av skikjøring hos barn og voksne

- Faser i den motoriske utviklingen og alderstypiske trekk relatert til utvikling av teknikk på ski
- Læreforutsetninger hos barn og voksne nybegynnere
- Koordinasjon og akrobatikk
- Egenferdighetstrening
- Teknikktrening på barmark

Tema 3. Aktiviteter og lek med langrennski og fjellski

- Utstyr og skismøring
- Basisferdigheter og grunnteknikk i nordisk skiløping og telemark
- Basisferdigheter for å svinge ulike føreforhold
- Fallteknikker
- Terrengvurdering og effektiv teknikk
- Lekearena for langrennski og fjellski som utfordrer balanse og koordinasjon
- Leker med ski på bena
- Aktiviteter som utfordrer balanse, posisjon, tyngdeoverføring, vridning av kropp, kantiing av ski
- Kjøring i upreparert terreng med fjellski
- Analyse av skiteknikk, og bruk av video
- Tur i nærmiljøet med fjellski i upreparert terreng
- Teknikktrening på barmark

Tema 4. Reiseliv og ski

- De første ski og den første ljàm
- Ski og snowboard som reiselivsfenomen i Norge
- Utvikling av aktivitetstilbud på vintersportsdestinasjoner i Norge
- Ski- og vintertradisjon som grunnlag for norsk identitet
- Bedriftsperspektiver på skidestinasjoner

Organisering, undervisning- og læringsformer

Hensikten med emnet er å sette studentene i stand til å utvikle, planlegge, gjennomføre og evaluere trygge, lærerike og opplevelsesrike skiaktiviteter på destinasjoner i Norge.

Emnet har en praktisk tilnærming. Læringsformene varierer mellom praksis og teori, gruppearbeid og tur. Læringsaktivitetene er både lærer- og studentstyrt. Video vil bli brukt som hjelpemiddel i forbindelse med tekniske ferdigheter. Det legges opp til plenumsdiskusjoner, studentpresentasjoner og refleksjon. Det vil også bli gitt praktisk veiledning innenfor temaene individuelt og i gruppe.

I emnet brukes begrepene skiguide, instruktør og trener. På dette nivået er begrepene sammenfallende og innebærer å legge til rette for trygge, lærerike og naturvennlige opplevelser, mestring og utvikling på ski. Begrepet instruktør stammer fra Den Norske Skiskole (DNS), og trener stammer fra Norges Skiforbund (NSF). Senere i utdanningsstigen til både DNS og NSF vil innholdet være forskjellig.

Sikkerhet i bakken og førstehjelp er integrert i skiguideutdanningen.

I emnet gis flere gruppearbeid i guiding og instruksjon på ski. Tema for arbeidet gis av lærer. I forbindelse med oppgavene skal studentene på minst ett av arbeidene jobbe med Individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen.

Eksterne sertifiseringer

- Den Norske Skiskole instruktør trinn 1 alpint
- Norges Skiforbund trener 1 Freestyle

Undervisningen foregår i januar og februar i Hemsedal.

Arbeidskrav og vurdering gjennom studietiden

- 80 % fremmøte
- Gjennomført Trinn 1 alpint, Den norske skiskole
- Gjennomført Trener 1 freestyle, Norges Skiforbund

Arbeidskravene i emnet må bestås før studenten kan gå opp til eksamen.

Eksamen

Praktisk individuell instruksjonseksamen. Studenten får oppgaven en dag før gjennomføring og må forberede seg slik oppgaven sier, herunder også legge til rette for den praktiske gjennomføringen. Eksamen inkluderer muntlig høring i inntil 20 minutter etter instruksjon. Vektes 100%.

Det gis bokstavkarakter på en skala fra A til F, der F er ikke bestått.

Studenter som får karakteren F på en ordinær eksamen, har rett til å gå opp til kontinuasjonseksamen. Dersom særskilt grunn foreligger, kan rektor etter søknad tillate at studenten går opp en tredje gang. Klage på avslag på slik søknad behandles av klagenemnda.

Litteraturliste

Dalheim G. og Malmsten J. (2011). *Alpin skikjøring, skiundervisning og skiteknikk*.

Gøteborg: ISIA. (120 s.)

Norges Skiforbund. (2019). *Trener 1 kurs skiforbundet*. Hentet fra

<https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=59> (video)

4.4 Praksis i yrkesfeltet

Emne:	Praksis i yrkesfeltet		
Emnekode:	FGA 103	Temaer:	1. Bli kjent med yrkesfeltet 2. Observere og prøve ut guidepraksis 3. Individuelt utviklingsprosjekt i guide rollen
Bygger på:	FGA 100		
Studiepoeng:	6		
Semester:	2		
Arbeidsomfang:	168		
Timer med lærer:	18		
Praksis og egenarbeid	140		

Læringsutbytte på emnenivå
Etter fullført emne skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter: Kunnskaper <ul style="list-style-type: none">• Har kunnskap og innsikt i daglig praksis, rutiner og prosesser, herunder HMS og smittevern, i friluftsguiding i en reiselivsbedrift• Kan oppdatere kunnskaper og ferdigheter i egen guidepraksis i henhold til bestillinger og gjeldende krav i bedriften, samt bærekraftig utvikling på destinasjon og i natur• Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om friluftsguiding gjennom et individuelt utviklingsprosjekt i praksisutplassering og forstå yrkets betydning i et samfunns og verdiskapingsperspektiv Ferdigheter <ul style="list-style-type: none">• Kan kartlegge alternativer for friluftsguiding ut fra forutsetninger i bedriften og på destinasjonen• Kan finne informasjon om HMS og smittevern, faglige forhold og delta i utarbeidelse av turprogram for gjester i ulike aldre og ferdighetsnivåer for større og mindre grupper fra ulike kulturer• Kan anvende veiledning og faglig kunnskap i et individuelt praktisk utviklingsprosjekt gjennom observasjon og deltakelse i guiderollen

Generell kompetanse

- Kan planlegge og utvikle og delta i gjennomføring av turprogram og aktiviteter i friluftsguiding sommer som vinter etter bransjeetiske prinsipper, HMS-rutiner og utvalgte målgruppers behov
- Kan bygge relasjoner og samhandling med andre studenter, guider og gjester i utøvelsen av yrket med friluftsguiding og aktiviteter
- Har utviklet en etisk grunnholdning for bærekraftig praksis i friluftsguiding og aktiviteter i natur
- Kan planlegge og gjennomføre et individuelt utviklingsprosjekt og slik bidra til å utvikle arbeidsmetoder, produkter og tjenester relevant for yrkesutøvelsen som friluftsguide

Innhold

Emnet er organisert i 3 tema:

Tema 1. Bli kjent med yrkesfeltet

- Bli kjent med rammer og daglige rutiner på praksisstedet
- HMS-rutiner og smittevern på praksisstedet

Tema 2. Observere og prøve ut guidepraksis

- Observere guider i aksjon
- Delta som hjelpeguide
- Guide med ansvar under observasjon og veiledning

Tema 3. Individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen

- Videre utvikling og avgrensning av mål og metode for Individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen
- Egenutvikling i guiderollen gjennom praktisk aktivitet med gjester
- Refleksjon over egen rolle som guide

Organisering, undervisnings- og læringsformer

Hensikten med emnet er at studentene over noe tid skal fokusere på guiderollen i en bedrift, bli bedre kjent med yrkesfeltet og videreutvikle seg i rollen som guide.

Det legges opp til tre uker praksis. Totalt er det satt av 5 uker til praksis når det er aktivitet i bedriftene. I planen for våren er det dermed ledig to uker da studentene kan arbeide med logg og individuelt utviklingsprosjekt som omtales lenger nede.

Skolen har ansvar for å tildele studentene praksis. Studentene kan foreslå bedrifter og komme med eget ønske.

Fokus på guiderollen er det sentrale i praksis. Studentene skal observere guider i jobb og selv utføre guideoppgaver. I tillegg forventes det at studentene også kommer under huden på praksisstedet – får innblikk i bedriftens daglige rutiner, gjøremål, utfordringer, dilemmaer og muligheter.

Studentene skal til sammen ha 120 timer praksis i 3 uker. En uke teller 40 timer, en hel dag teller 8 timer og dager med overnatting gir 12 timer uttelling. 18 timer er satt av til forelesning og veiledning. Veiledning gis av faglærer før og etter praksisperioden. I tillegg gir faglærer 4 timer veiledning på praksisstedet gjennom to praksisbesøk. Lokal veileder skal gi 4 timer veiledning. I tillegg forventes det at studentene jobber minst en uke med logg fra praksis og med eget utviklingsprosjekt.

Studentene skal skrive daglig logg fra praksis etter kriterier fra faglærer.

Tiden i praksis skal gi råmateriale til studentenes egen utviklingsprosjekt, som både er et arbeidskrav og gjenstand for eksamensvurdering. Før, under og etter praksis skal studentene videreutvikle individuelt utviklingsprosjekt. Studentene skal videreutvikle egne mål for friluftsguiding: Hvilke kompetanseområder den enkelte vil bli bedre i, og hvilke kompetanseområder det skal jobbes spesielt med. Det skal defineres mål som studenten skal jobbe med i praksis, men også i fritiden og i gruppearbeid i andre emner der dette er naturlig. Arbeidet skal ende opp med at studentene gir en vurdering av egen måloppnåelse som forsvares under muntlig eksamen.

På praksisstedet er det alltid bedriftens HMS-regler som gjelder. Studenten skal imidlertid ikke settes til arbeidsoppgaver som hen ikke har fått opplæring i, eller føler hen ikke har kompetanse i. Det betyr at ekstern praksisveileder og student må avklare rekkevidden av

studentenes arbeidsoppgaver. Studenten skal for eksempel ikke inn i skredfarlig terreng på lagdelt vintersnø eller veilede i klatreaktiviteter ut over brattkornivå. Studenten kan være alene med en gruppe i skibakken, men ikke alene med en gruppe på tur. Studenten er selv ansvarlig for ikke å ta på seg oppgaver hen ikke er klar for.

Arbeidskrav og vurdering gjennom studietiden

- Praksislogg etter presiserte kriterier.
- Egenutviklingsprosjekt i guiderollen – et tverrfaglig prosjekt der studentene fokuserer på hva de vil bli bedre på i guiderollen. De setter seg mål og vurderer mål, med en innlevering til jul i emnet FGA 100 og innlevering til våren i dette emnet.
- 90% oppmøte på all praksisutplassering

Alle arbeidskravene i emnet må bestås før studenten kan gå opp til eksamen.

Eksamen

Eksamen er todelt;

Skriftlig del. Individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen. Vektes 60%.

Muntlig eksaminasjon i inn til 30 minutter der studenten skal utdype og reflektere over metoder og måloppnåelse i eget utviklingsprosjekt. Vektes 40%.

Det gis bokstavkarakter på en skala fra A til F, der F er ikke bestått.

Studenter som får karakteren F på en ordinær eksamen, har rett til å gå opp til kontinuasjonseksamen. Dersom særskilt grunn foreligger, kan rektor etter søknad tillate at studenten går opp en tredje gang. Klage på avslag på slik søknad behandles av klagenemnda.

Litteraturliste

Herberg, E. B. & Johannesdottir, H. (2018). *Kunnskap, læring og veiledning i praksis*. 2. utgave. Oslo: Universitetsforlaget. (kap. 3 og 5. 47 s.)

Vikane, O. L., Vereide, V. & Hallandsvik, L. (2016). *Ledelse og læring i friluftsliv*. I A.

Horgen, M. L. Fasting, T. Lundhaug, & L. I. Magnussen (2016). *Ute! Friluftsliv – pedagogiske, historiske og sosiologiske perspektiver*. Oslo: Fagbokforlaget. (Kap. 5. 17 s.)

4.5 Friluftaktiviteter og friluftsguiding vinter og vår

Emne:	Friluftaktiviteter og friluftsguiding vinter og vår		
Emnekode:	FGA 104	Temaer:	1. Guiderollen i fjell og skog vinter og vår
Bygger på:	FGA 100		2. Introduksjon til skredlære
Studiepoeng:	15		3. Ferdsel, ly og leir i skog og vinterfjell
Semester:	2		4. Lek, aktiviteter og sammenkomster
Arbeidsomfang:	420		5. Sykkelguiding
Timer med faglærer:	280		6. Sikkerhet og førstehjelp
Egenarbeid/ grupper	140		

Læringsutbytte på emnenivå
Etter fullført emne skal kandidaten inneha følgende læringsutbytter:
Kunnskaper
<ul style="list-style-type: none">• Har kunnskap om klær og utstyr og bruken av dette om vinteren• Har kunnskap om ferdsel og orientering i skog og fjell om vinteren over flere dager med fjellski og truger• Har kunnskap om ferdsel på sykkel og overnattingsturer med sykkel• Har kunnskap om natur og kultur på destinasjonene om vinteren• Har bransjekunnskap om rollen som guide og instruktør i skog og fjell, vinter og vår• Har god kunnskap om, risiko, sikkerhetsarbeid, førstehjelp og smittevern i skog og fjell vinter og vår• Har kjennskap til skred og skredvurderinger ved ferdsel i terrengklasse 0, og 1• Har kunnskap om navigasjon i skog og vinterfjell• Har kunnskaper om leker og aktiviteter ute vinterstid• Har kunnskap om ly og leir i snø, matlaging, smittevern og hygiene ved lek, aktiviteter og sammenkomster• Har kunnskap om turplanlegging i henhold til prinsippet om «tur etter evne» i vinterfjellet

- Kan oppdatere sin yrkesfaglige kunnskap om regler som gjelder for ferdsel på ski og truger, til fots og på sykkel

Ferdigheter

- Kan finne faktastoff om ferdsel vinterstid og anvende faglig kunnskap ved planlegging av turer vinter og vår
- Kan anvende relevante klær, truger og skiutstyr for trugetur og nordisk skiferdsel, herunder skredutstyr
- Kan ferdes og orientere på fjellski og truger i skog og vinterfjell over flere dager
- Kan anvende faglig kunnskap om skred og skredvarsel ved veivalg i vinterfjellet på ski og truger i terrengklasse 0 og 1, og identifisere skredfare gjennom stabilitets og snødekkevurderinger og alarmtegn, samt bruke utstyr for kameratredning
- Kan ferdes over minst to dager med overnatting ute på sykkel i skog og fjell
- Kan kartlegge og identifisere fornuftige veivalg både i skogen og i fjellterreng
- Kan anvende relevante verktøy og teknikker i å grave snøhule og bygge gapahuk, lemur, iglo og kantgrop
- Kan velge hensiktsmessige leirplasser om vinteren
- Kan planlegge sammenkomster og anvende relevante verktøy og teknikker ved arrangement av leker og aktiviteter
- Kan kartlegge og gjøre overveielser om fornuftige veivalg ved sykkelundervisning og sykkelturner med gjester
- Kan kartlegge en situasjon og gjøre ROS-analyse og løpende risikovurderinger ved ferdsel i vinterfjellet og med sykkel om våren
- Kan planlegge og gjennomføre grunnleggende og livreddende førstehjelp i vinterfjellet og om våren

Generell kompetanse

- Kan utføre refleksjon og kritisk egenvurdering og konsekvenstenkning ved ferdsel på barmark om våren i snødekt terreng og med sykkel
- Kan planlegge, og gjennomføre enkle og varierte dagsturer og overnattingsturer i vinterfjellet og på sykkel

- Kan planlegge og gjennomføre friluftsguiding på fjellski og truger i skog og vinterfjell over flere dager
- Kan planlegge og gjennomføre en tur med overnatting med gjester over minst to dager på sykkel i skog og fjell
- Kan formidle enkle tema om lokal natur, kultur eller historie
- Har forståelse for godt leir- og leirliv, smittevern og hygiene, aktiviteter og hensynsfull ferdsel
- Kan utvikle synspunkter og tjenester og diskutere og utveksle kunnskap om friluftsguiding og instruksjon på nordiske ski, truger eller sykkel med fagfeller
- Kan kartlegge en situasjon i vinterfjellet eller på sykkel om våren, gjøre ROS-analyse og løpende risikovurderinger og utføre og lede tiltak som veivalg, smittevern, grunnleggende førstehjelp eller kommunikasjon i en guidesituasjon
- Kan kjenne igjen skredterreng og planlegge, gjennomføre og lede en tur på fjellski og truger i vinterfjellet i terrengklasse 0 og 1, samt lede kameratredning
- Har utviklet en etisk grunnholdning i utøvelsen av friluftsguiding sommer og vinter
- Kan planlegge og gjennomføre grunnleggende kameratredning med skredutstyr, samt lede kameratredning i vinterfjellet en guidesituasjon

Innhold

Emnet er organisert i 6 tema:

Tema 1. Guiderollen i fjell og skog vinter og vår

- Verdibasert, situasjonsbestemt og transparent guiderolle
- Kultur og naturkjennskap for skog, fjell og nærmiljø
- Storytelling
- Møte med gjester, ferdråd og løpende vurderinger på tur
- Lovverk for ferdsel, opphold og sammenkomster i natur
- Rollen og ansvar som sykkelguide i terreng og på veg
- Sommerturlederkurs, DNT

Tema 2. Introduksjon til skredlære

- Dagens skredvarsel og skredproblem

- KAST-systemet for vurdering og klassifisering av skredterreng
- Turplanlegging med hensyn til aktuelt skredproblem
- Stabilitetsvurdering og snødekkeundersøkelse
- Den menneskelige faktor og betydningen av egen motivasjon
- Veivalg og kjøremønster, risikoreduserende adferd og tiltak i skredterreng
- Vurdering av snødekke om våren
- Identifikasjon av alarmtegn
- Utstyr for kameratredning og bruken av dette, herunder graveteknikker

Tema 3. Ferdsel, ly og leir i skog og vinterfjellet

- Ferdsel på fjellski og truger
- Orientering i skog og vinterfjell, navigasjon, kart og kompass
- Gruppetur på ski eller truger
- Flerdagsturer i skog og fjell
- Ly og leir i skog, i snø og på fjell, rutiner for hygiene og latrine
- Matlaging på bål og primus, herunder også smittevern

Tema 4. Lek, aktiviteter og sammenkomster vinterstid

- Leker i snø
- Utstyr til lek og aktiviteter på snø
- Aktiviteter og skileik i skogen og på fjellet
- Teambuilding gjennom aktiviteter som bålrensing og iglobygging
- Bygging av samlingssteder i skog og snø

Tema 5. Sykling på veg og i terreng

- Bekledning og utstyr til sykkel-formål
- Ferdsel i trafikk og i terreng med risikovurdering
- Grunnteknikk og prinsipper for oppbygging av progresjoner i leksjonene
- Trasévalg for sykling i terrenget, på sti og løype med naturbriller og sykkelbriller
- Lover og regler for sykling på veg og i utmark

- Ferdplan og pakking, tur etter evne og tur som fremmer læring
- Rutevalg, turtempo, orientering, gjennomføring og etterarbeid
- Ly og leir på sykkelstur

Tema 6. Sikkerhet og førstehjelp

- ROS-analyse, løpende risikovurdering og tiltak i skog og vinterfjell
- Frostskader og hypotermi, og andre relevante skader
- Vurdering og behandling av vanlige skiskader
- Ledelse på skadested, evakuering og melding av ulykke
- Smittevern

Organisering, undervisnings- og læringsformer

Emnet gir innføring i ferdigheter og friluftsguiderollen vinterstid i skog og på fjell og sykling om våren med mål om at studentene selv kan utøve denne formen for friluftsguiding.

Emnet har en praktisk tilnærming, og læringsformene varierer mellom teori, praksis, gruppearbeid og egentur. Læringsaktivitetene er både lærer- og studentstyrt. Det legges opp til plenumsdiskusjoner, studentpresentasjoner og refleksjon.

Det vil også bli gitt praktisk veiledning individuelt og i gruppe. Gjennom deltakelse i undervisningen skal studentene få grunnleggende praktiske ferdigheter i snøaktiviteter og sykling, og i det å være guide og instruktør for nivået nybegynner til øvet.

Det gis innføring i skredlære. Deltakelse leder frem til sertifiseringen NF grunnkurs Skred Nordisk.

Studentene skal gjennomføre minimum tre gruppetur, hvorav to med overnatting ute.

Gruppedanning og smittevernregler er tilpasset myndighetenes krav. En tur foregår på sykkel og de to andre på ski, truger eller til fots. Innholdet i dette gruppearbeidet vil være planlegging, egenferdighet, risikovurdering og guide- og instruktørrollen. På gruppeturene skal studentene også arbeide videre med Individuelt utviklingsprosjekt i guiderollen.

Undervisningssteder vil være Hallingdal og Hurum, eller alternativt Trysil.

Emnet går fra vinteren og inn i våren.

Arbeidskrav og vurdering gjennom studietiden

Følgende arbeidskrav i emnet må bestås før studenten kan gå opp til eksamen

- 80 % oppmøte i teoretisk undervisning
- 90% oppmøte og aktiv deltakelse i den praktiske undervisningen
- Notat fra gruppeturen på snø, herunder også om guiderollen i Individuelt utviklingsprosjekt
- Individuell presentasjon fra gruppetur på sykkel

Følgende arbeidskrav må være gjennomført, men ikke bestått før studenten kan gå opp til eksamen

- NF grunnkurs Skred Nordisk

Eksamen

Praktisk metodisk og muntlig eksamen med gruppevis forberedelse og deretter individuell gjennomføring og utspørring i inn til 45 minutter. Gruppen forbereder ett tema som trekkes to dager før eksamen. Eksamen kan foregå både på barmark i lavlandet, eller på snø i høyfjellet.

Vektes 100%. Det gis bokstavkarakter på en skala fra A til F, der F er ikke bestått.

Studenter som får karakteren F på en ordinær eksamen, har rett til å gå opp til kontinuasjonseksamen. Dersom særskilt grunn foreligger, kan rektor etter søknad tillate at studenten går opp en tredje gang. Klage på avslag på slik søknad behandles av klagenemnda.

Litteraturliste

Brattlien, K. (2017). *Den lille snøskredboka*. Oslo: Fri Flyt Forlag.

Horgen, A. (2009). *Friluftslivsveiledning vinterstid*. Oslo: Høyskoleforlaget.

Lopes, B. & McCormack, L. (2017). *Mastering Mountain Bike Skills*. Overland Park: Walworth. (60 s.)

Lov om friluftslivet. (1957). (LOV-2020-06-19-85). Hentet fra
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16?q=friluftsliven>

Lov om planlegging og byggesaksbehandling. (2008). (LOV-2020-05-26-50). Hentet fra
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-27-71?q=Plan%20og%20byggningsloven>

Tillegglitteratur:

Filseth, S. (Red.). (2017). *Stibyggerhåndboka 2017*. Oslo: NOTS. (60 s.)

5 BESKRIVELSE AV DEN INDRE SAMMENHENGEN I UTDANNINGEN

Vi gir ett eksempel på den indre sammenhengen mellom læringsutbyttebeskrivelser på nivå 5.1 i Nasjonalt kvalitetsrammeverk (NKR), studiets læringsutbyttebeskrivelser (LUB) og LUB på emnenivå. Dette gjøres gjennom en oppgave studentene arbeider med i alle emner gjennom hele året.

5.1 En lærings situasjon basert på en emneoverskridende oppgave

I emnet *FGA 100 Innføring i yrkesrollen som friluftsguide* introduseres studentene til et individuelt utviklingsprosjekt (IU) der hensikten er at de skal utvikle seg i guiderollen. Studenten finner ut hvilke kompetanseområder hen vil bli bedre på, og lager egne utviklingsmål i guiderollen. Denne oppgaven skal studentene arbeide videre med gjennom hele studiet. I alle emner er det individuelt arbeid, gruppearbeid, arbeidskrav, veiledning, innleveringer og tilbakemeldinger knyttet til denne oppgaven. Slik bidrar det Individuelle utviklingsprosjektet til å sy studiet sammen til en helhet.

LUB fra NKR vil i forbindelse med denne oppgaven i første rekke være evnen til å utvikle arbeidsmetoder, produkter som berører denne oppgaven av relevans for yrkesutøvelsen, og å kunne utføre arbeidet etter utvalgte målgruppers behov.

LUB for hele studiet i generell kompetanse som berører denne oppgaven vil, alt etter hvordan studenten vinkler oppgaven sin, kunne dreie seg om evnen til å utvikle arbeidsmetoder og sikkerhetstenkning på guidede turer, planlegge trygge turer med gjester, gjøre løpende sikkerhetsvurderinger underveis på turen, formidle tema fra natur eller kultur eller være et godt øvingsbilde for de aktuelle gjestene.

I emnet *FGA 104 Friluftaktiviteter og friluftsguiding vinter og vår* skal studentene på tre gruppeturer. På minst en av disse turene skal studentene arbeide med Individuelt utviklingsprosjekt og prøve ut ulike guide-ferdigheter som de ønsker å bli bedre på. Dette kan være praktiske ferdigheter eller formidlings- og relasjonelle ferdigheter. Et konkret eksempel vil

være kryssing av en åpen elv om våren. Læreren har bestemt hvilket turområde studentene skal gå i, og vet at gruppen vil komme frem til denne elven hvor terrenget og situasjonen underviser:

Studentgruppen har vært på vårskitur og er nå kommet ned i skogen med skiene på sekken. Der møter de en ganske stri og «hvit» elv som må krysses. For studenten som fungerer som guide, vil det viktigste være å ivareta sikkerheten. På forhånd har gruppen utarbeidet ROS-analyse for turen med sikte på risikoreducerende tiltak, men ikke fanget opp at det var så mye vannføring i elva. Handlingsalternativene er mange. En ideell løsning vil nå være å stoppe gruppen før noen forsøker å krysse elva, og gjennomføre ferdråd med løpende sikkerhetsvurdering. Elva er stri der studentene står, og noen i gruppen kvier seg for å krysse. En sikkerhetsvurdering vil inkludere befaring opp- og nedstrøms for å finne det beste kryssningspunktet, en samtale om hvordan en best krysser elva, og kartlegging av deltakernes forutsetninger. Det viktig å bruke god tid, og la alle i gruppen komme til orde. Guiden må være mest mulig transparent. Det vil innebære å dele kunnskap og tanker som leder frem til hvordan elvekryssningen best kan foregå.

I denne situasjonen må studenten som er guide, først kartlegge situasjonen (LUB 2 og 4 i tabellen under). Ulike konsekvenser må analyseres (LUB 2, 3 og 4). Guiden må kommunisere med gruppen og ta en beslutning (LUB 1, 2 og 4). Det må videre velges metodikk etter gruppens forutsetninger (LUB 1 og 4).

Etter elvekryssningen vil studentene trolig gi hverandre tilbakemelding umiddelbart i gruppen. Tilbake på skolen skal studentene presentere prosessen og erfaringer fra gruppeturen. Det gis tilbakemeldinger både i plenum og individuelt ved skriftlig notat, som er et arbeidskrav i emnet FGA 104.

NKR (Generell kompetanse)	Overordnet LUB for Friluftsguide Aktivitet	LUB for utdanningens emner (Nummerering etter emnekode referer til målanvendelse i den beskrevne situasjonen)
<p>Kan utvikle arbeidsmetoder, produkter og/eller tjenester av relevans for yrkesutøvelsen</p> <p>Kan utføre arbeidet etter utvalgte målgruppers behov</p>	<p>Kan planlegge og gjennomføre trygge turer og sammenkomster i samarbeid med andre, for gjester i skog, fjell og kyst sommer som vinter i tråd med faglige, etiske retningslinjer og i tråd med gjeldende lovverk knyttet til bærekraft, sikkerhet og HMS, opplevelse og læring</p> <p>Kan gjøre løpende sikkerhetsvurderinger og endre plan ut fra vær og føre, med utgangspunkt i gruppens og egne forutsetninger og iverksette tiltak ved uhell og begrunne sine valg ut fra egne kunnskaper og ferdigheter</p> <p>Kan være et godt forbilde og øvingsbilde, kommunisere tydelig og tilpasse friluftsguiding til utvalgte målgruppers behov</p>	<p>(FGA 100) 1</p> <p>Har grunnleggende forståelse for rollen som guide og instruktør og kan utveksle synspunkter og velge metodikk etter utvalgte målgruppers behov</p> <p>(FGA 104) 3</p> <p>Kan utføre refleksjon og kritisk egenvurdering og konsekvenstenkning ved ferdsel på barmark om våren i snødekt terreng og med sykkel</p> <p>(FGA 104) 4</p> <p>Kan kartlegge en situasjon i vinterfjellet eller på sykkel om våren, gjøre ROS-analyse og løpende risikovurdering og utføre og lede tiltak som veivalg, smittevern, grunnleggende førstehjelp eller kommunikasjon i en guidesituasjon</p>

6 ARBEIDSKRAV OG VURDERINGER

6.1 Eksamen

Eksamen og vurderingsformer er beskrevet under hvert emne.

6.2 Vitnemål

Det utstedes vitnemål etter fullført studium. Vitnemålet viser slutt karakter i hvert enkelt emne, som bekrefter at studiets totale læringsutbytte er oppnådd. I sum utgjør emnene hele utdanningen.

Karakterutskrift utstedes på forespørsel.

6.3 Arbeidskrav

Gjeldende arbeidskrav er beskrevet under hver enkelt emnebeskrivelse i kapittel 4.

6.4 Karakterskala

Det benyttes bokstavkarakterer på en karakterskala fra A – F, der A er beste karakter og E er laveste karakter for å få bestått.

Symbol	Betegnelse	Beskrivelse av vurderingskriterier
A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.
B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.
C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser jevn vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.
D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.
E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstillende minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstillende de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.

7 SØKNAD OG OPPTAKSKRAV

Det vises til kap. 2 i Forskrift om opptak, studier og eksamen ved Norges Friluftsfagskole AS, se §§ 2-3 om søknadsfrist, 2-3 om kvalifisering for opptak, 2-4 om realkompetanse og 2-10 om klage på opptak.

7.1 Opptakskrav og søknad

Alle med fullført videregående utdanning kan bli tatt opp til studier ved Norges Friluftsfagskole.

Søkere som er 23 år eller eldre i opptaksåret, og som ikke fyller de formelle kravene for opptak, kan tas opp på grunnlag av tilsvarende realkompetanse.

Søknad sendes Norges Friluftsfagskole.

7.2 Politiattest

I forbindelse med gjennomføring av undervisning og praksisutplassering der det er barn under 18 år til stede, må studentene må søke politiet om politiattest. Dette gjør du her: <https://www.politiet.no/tjenester/politiattest/politiattest-sok-pa-nett/>. Ved søknad trengs en bekreftelse. Bekreftelsen vil være svarbrevet fra Samordna opptak eller fra fagskolen. Det vises også til § 2-9 om politiattest ved opptak til fagskoleutdanning i Forskrift om opptak, studier og eksamen ved Norges Friluftsfagskole AS.

8 LITTERATUR FOR HELE STUDIET

Andersen, S. & Rolland, C. (2018). Educated in friluftsliv – working in tourism A study exploring principles of friluftsliv in nature guiding. Hentet fra: <https://doi.org/10.1080/15022250.2018.1522727>

Bagøien, T. E. & Storli, R. (2019). Lag en naturlekeplass. Oslo: Gyldendal.

Brattlien, K. (2017). *Den lille snøskredboka*. Oslo: Fri Flyt Forlag.

Dalheim G. og Malmsten J. (2011). Alpin skikjøring, skiundervisning og skiteknikk. Gøteborg: ISIA.

Engelsborg, J. & Engelsborg, T. (2015). *Båtførerprøven i teori og praksis*. Oslo: Redningsselskapet

Fauske, L. & Bruland, Ø. (2019). *Førstehjelp på tur*. Oslo: Fri Flyt Forlag.

Forskrift om kjørende og gående trafikk (trafikkregler). (1986). (FOR-2019-12-20-1915 fra 01.01.2020). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1986-03-21-747?q=Forskrift%20om%20kj%C3%B8rende%20og%20g%C3%A5ende>

Forskrift om krav til minstealder og båtførerbevis mv. for fører av fritidsbåt. (2009). (FOR-2009-03-03-259). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2009-03-03-259>

Forskrift om krav til sykkel. (1990). (FOR-2018-04-09-545 fra 10.04.2018). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1990-02-19-119?q=forskrift%20om%20sykkel>

Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter. (1997). (FOR-2017-06-09-719 fra 01.07.2017). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1996-12-06-1127>

Herberg, E. B. & Johannesdottir, H. (2018). *Kunnskap, læring og veiledning i praksis*. 2.utgave. Oslo: Universitetsforlaget.

Horgen, A. (2009). *Friluftslivsveiledning vinterstid*. Oslo: Høyskoleforlaget.

Horgen, A., Fasting, M., L., Lundhaug, T. & Magnussen, L., I. (2016). *Ute! Friluftsliv – pedagogiske, historiske og sosiologiske perspektiver*. Oslo: Fagbokforlaget.

Køhn, Ø. (2000). *Padling. En grundig innføring i padlingens teknikker*. Oslo: Cappelen. Pensum er sidene 6-128, 132-138, 164-183

Lopes, B. & McCormack, L. (2017). *Mastering Mountain Bike Skills*. Overland Park: Walworth.

Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv. (2006). (LOV-2020-06-19-69 fra 01.07.202). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62?q=Arbeidsmilj%C3%B8loven>

Lov om friluftslivet. (1957). (LOV-2020-06-19-85). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16?q=friluftsloven>

Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester. (1977). (LOV-2020-06-19-86 fra 01.07.2020). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1976-06-11-79?q=produkt>

Lov om planlegging og byggesaksbehandling. (2008). (LOV-2020-05-26-50). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-27-71?q=Plan%20og%20byggningsloven>

Magnussen, E., I & Vold, T. (Red.). (2018). *Friluftsliv og guiding i natur. Teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.

Nicander, E. (2012). *Sjøsport*. Kompendium SSV AS. Oslo: SSV AS.

Norsk Naturguideforbund. (2019). *Profesjonsstandard for norske og arktiske naturguider, 16.01.2019*. Hentet fra <http://naturguideforbund.no/wp-content/uploads/2019/03/Profesjonsstandard-NNGF-2019-1.pdf>

Norges Skiforbund. (2019). *Trener 1 kurs skiforbundet*. Hentet fra <https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=59> (video)

Røkenes, A. & Andersen, S. (2019). *Risikostyring og HMS i naturbasert reiseliv – en håndbok*. Hentet fra <https://septentrio.uit.no/index.php/SapReps/article/view/4629/4233>

Tronstad, S. (2014). S. (2007). *Innføring i klatring*. Oslo: Akilles forlag.

Vickers, P., Brynjulfsen, B., A. (2006). *Belay & Brake Device Loading Evaluation*, Sjoa Rafting.

Vickers, P., Brynjulfsen, B., A. (2006). *Throw line loading test*, Sjoa Rafting.

Vikane, O. L., Vereide, V. & Hallandsvik, L. (2016). *Ledelse og læring i friluftsliv*. I A. Horgen, M. L. Fasting, T. Lundhaug, & L. I. Magnussen (2016). *Ute! Friluftsliv – pedagogiske, historiske og sosiologiske perspektiver*. Oslo: Fagbokforlaget.

Tillegglitteratur:

Filseth, S. (Red.). (2017). *Stibyggerhåndboka 2017*. Oslo: NOTS.

Grimeland, G. (2009). *Bratte gleder: Klatring med barn og ungdom*. Oslo: Akilles forlag.

Monsen, L. (2006). *Villmarkstips*. Oslo: Lars Monsen Boksenteret Outdoors.

Nicander, E. (2009). *Aktivitetsekken*. Kompendium SSV AS

Waalder, R. (2003). Med barn på tur i naturen – Rettigheter og plikter. I: Bagøien, T., E. (Red.). *Barn i friluft. Om verdifullt friluftsliv*. Oslo: Sebu forlag

9 UTSTYRSLISTE FOR STUDENTER

Utstyr	Kan lånes	Kommentar
Alpint		
Hjelm		
Briller		
Solbriller		
Alpinsko		
Ski		
Staver		
Hansker/votter/Hals		
Ryggskinne		
Sokker		
Langrenn		
Ytterplagg		
Langrennsski pakke	X	
Staver		
Turski/fjellski pakke		Fjellski med stålkant
Turstaver		
Sko (til spor og til fjell)		Skistøvler må være store nok til kalde vinterdager.
Bekledning og utstyr		
Undertøy 2x		
Mellomlag ullgenser		
Mellomlag bukse (flice)		
strømper 2x		
Lue 2x		
Hansker		
votter i ull og vindvotter		
Halser		
Bivuaksko		I dun, kunstfiber eller skaller
Tynn/lett microfiberbukse		
Varmejakke		
Ytterbekledning		Allværsbekledning – regn og vindtett
Regntøy		
Tykkere ull som mellomlag		

Truger	X	
Multiverktøy, ståltråd		Til å fikse alt mulig ute på tur
Kniv		
Fritidssko/trackingsko		
Turklær, jakke/ bukse		
Sykkel		
Sykkel		Kan også leies, les dyrere variant til sti/enduro
Beskyttelse kne og albue		
Hansker		
Sykkelbukse		
Hjelm		
Briller		
Dagstursekk (20 l.)		
Fjell, og skog		
Ryggsekker		Til minimum 3 dagers tur 60-90 liter + dagstursekk 20 l.
Vanntette pakkepose(r)		
Vindsekk	X	
Sovepose		Til vinter i norsk klima og overnatting ute vinterstid.
Liggeunderlag, for eksempel Exped eller Bamse Extreme	X	Alle bør ha 2 stk liggeunderlag (to ulike lag). F.eks. en oppblåsbar og en skumplast eller et reinskinn
Førstehjelpssaker		Med personlig utstyr for turer i Norge
Hodelykt		
Termos og drikkeflaske		En liter volum på begge
Skismøring, evt. også feller		
Telt, 3 evt. 4 sesonger	X	Teltet ditt bør helst være et vintertelt (4 sesonger), men plass til minimum to personer. Har du et tresesongstelt så bruk det!
Fjellsko		
Gamasjer		
Skred og sikkerhet		
Sender og mottaker	X	Skredsøker, F.eks. Mammut Barryvox 3 antenners S/M
Søkestang		F.eks. Ortovox ALU 320+ PFA Lengde minimum 240 cm
Snøspade		Solid spade, gjerne med T – grep i skaftet og IKKE av plast i spadebladet. F.eks. G3 Avitech Shovel
Klatring		
Klatresele		
Hjelm		

Via ferrata slynge	X	
Hansker		
Krittpose	X	
Vann		
Redningsvest	X	
Våtsko		
Fiskestang, sluker og kroker	X	
Orientering		
Kart (kr. 249/kart)		Jotunheimen øst, Hemsedal og Skarvheimen
Kompass		Kompasset laget for den nordlige halvkule med bratthetsmåler (klinometer). F.eks. Silva Expedition S
Kartmappe,		F.eks. Ortlieb kartmappe XL
GPS, Garmin GPSMAP 66st	X	Vi anbefaler en GPS som også kan brukes med hansker på
Matlaging		
Brenner og kjelesett (kokesett)		Brenneren må kunne brukes om vinteren, og må kunne brenne bensin. Husk reparasjonssett, ekstra deler og skruverktøy. Du skal lage mat til 3-4 personer på ditt kokesett
Turbestikk, fat og kopp		
KOSTNADER		
Ca. 59.000 regnet etter veiledende priser i butikk		
Ca. 30.000 med våre rabatter		
I tillegg kan det lånes utstyr fra fagskolen (X), tilsvarende ca. 14.000 etter butikkpris		