



# FAGBESKRIVELSE/ TREKKING, BASIC & BUSHCRAFT

---

## FAGETS IDENTITET

Trekking, Basic & Bushcraft er fundamentet for alle friluftaktiviteter. Basisfriluftslivets grundelementer og at kunne begå sig i naturen både ved hjælp af moderne udstyr og ved hjælp af gamle Bushcraftmetoder er grundlæggende for faget. At kunne holde sig tør, varm, mæt er forudsætningen for at have overskud til at hjælpe andre, og det er en forudsætning for at kunne vejlede andre i friluftsliv, uanset hvad aktiviteten måtte være.

## FORMÅL

Formålet med faget er, at den studerende opnår kompetencer og færdigheder til at kunne begå sig som ansvarshavende vejleder på trekkingture i terræn af forskellig sværhedsgrad. Den studerende skal opnå grundlæggende kompetencer inden for friluftsliv i forhold til orientering og færden i naturen.

## EMNER

### TREKKING

Grundlæggende trekkingteknik gennemgås, og der arbejdes med praktisk rutevalg, marchhastighed og gruppedynamik på trekkingture.

### SIKKERHED

Sikkerhedsaspektet indgår som en grundlæggende del af al friluftvejledning. I Trekking, Basic & Bushcraft er fokus på krydsning af elg, passering af blokmark, terrænfælder og førstehjælp på fjeldet og på vand. Der vil være cases i sikkerhed og førstehjælp på fjeldet.

### TUR

Faget er bygget op omkring trekkingture, og som en naturlig del indgår undervisning i turplanlægning, orientering, lejrliv og sporløs færden. Bushcraft, herunder bålteknikker, primitiv bagning og madlavning indgår i forlængelse af undervisningen i ernæring på tur. Herudover handler Bushcraft om at opretholde komfort og overskud ved hjælp af oprindelige og primitive teknikker.

### UDSTYR

Pakning af rygsæk, trimning, vægtoptimering og indstilling af rygsæk er basis for udstyrsplejen. Herudover vil fokus være på form og funktion, materialer, pakkelister, produktion og vedligehold af eget udstyr.



# FAGBESKRIVELSE/ TREKKING, BASIC & BUSHCRAFT

---

## KOMPETENCER

Den studerende skal opnå et højt egenfærdighedsniveau og en dyb forståelse for finesserne indenfor friluftsliv. Desuden skal den studerende opnå vejledningskompetence i Trekking, Basic & Bushcraft, således at den studerende med overskud kan tage forskellige grupper med på vandretur. Den studerende skal være i stand til at planlægge den enkelte tur i forhold til målsætning, målgruppe, tid og indhold samt være i stand til at sætte den enkelte tur i relation til et længere turforløb.

## ARBEJDSFORMER

Vejledning er den bærende undervisningsform og praktisk erfaringsdannelse er den gennemgående vej til udvikling af færdigheder. Faget er turbåret og praksisfunderet. På turene arbejdes der med reflektiv mesterlære, og dette afvejes i forhold til gruppens forudsætninger og turens udfordringer. Den studerende vil stifte bekendtskab med forskellige læringsstile og undervisningen vil både være båret af teoretiske oplæg og case-orienterede øvelser.

Der vil blive arbejdet med hele holdet, i teltlag af 4-5 studerende og i én til én situationer. Endvidere vil de studerende skulle undervise hinanden i et omfang tilpasset den enkeltes forudsætninger og niveau. Den studerende og vejlederne arbejder tæt sammen om at finde nye veje til læring, som tager hensyn til den enkelte, samtidig med et ufravigeligt krav om at gruppen er hellig.

## OPGAVER

Aflevering af turplaner og undervisningsplaner samt gruppearbejde med fremlæggelser.

## EKSAMEN

Eksamen består af dels en teoriprøve baseret på cases og faktuelle spørgsmål, og dels af en helhedsvurdering af den studerende i gennem forløbet. Disse to karakterer udgør tilsammen én samlet karakter i faget Trekking, Basic & Bushcraft.

Der bedømmes efter 7-trinsskalaen.

## LEKTIONSPLAN

Lektionsplanen findes i Lectio.



# FAGBESKRIVELSE/ TREKKING, BASIC & BUSHCRAFT

---

## LITTERATUR

Sammenholdt med logbogsføring vil faget arbejde ud fra et kompendium med litteratur fra:  
Brussel, Jens (2001): Friluftsliv, Politikens Forlag  
Forsvarsakademiet (2003): Kortlære Lek 4, Brevskole Sektionen Horgen, André (2009):  
Friluftslivsveiledning, Hoyskoleforlaget Monsen, Lars (1998): Villmarksboka, Boksentret  
Outdoors O'Bannon, Allen (2001): Back Packin' Book, Globe Pequot Press Pedersen,  
Jakob Bak (2011): Turplanlægning og slides. Paul Petersens Idrætsinstitut Pedersen,  
Jakob Bak (2012): Undervisningsplan til orientering. Paul Petersens Idrætsinstitut