



# FAGBESKRIVELSE/ VINTERFJELD

---

## FAGETS IDENTITET

Vinterfjeld er et dobbeltstregenget fag, hvor den studerendes egenfærdighed og vejledningsevner skal indgå i et frugtbart samspil. Faget er drevet af praktiske udfordringer på pisten og i fjeldet, og den studerende skal gennem det seks uger lange vinterfjeldforløb arbejde med Telemark og med Turski.

## FORMÅL

Den studerende skal efter bestået forløb være eksamineret Norsk Skiinstruktør i Telemark samt være i stand til at tage en gruppe med på fjeldet.

## EMNER

### TELEMARK

Undervisningen i Telemarkski skal sikre, at den studerende lever op til den Norske Skiskoles krav i henhold til telemarkinstruktørprøven. Det betyder, at den studerende vil modtage undervisning i telemarkdisciplinens tekniske grundprincipper, off-piste teknik kontra pisteteknik, skiskoledidaktik og basal skipædagogik. Herudover vil undervisningen i Telemark omhandle skiregler, sikkerhed og skadesforebyggende arbejde. Konkurrencediscipliner indenfor Telemark berøres sporadisk.

### TURSKI

Omdrejningspunktet for undervisningen i Turski er den studerendes evne til at begå sig på vinterfjeldets præmisser. Emnet omfatter basal turteknik, herunder skiteknik, udstyrslære, smøreteknik og førstehjælp på vinterfjeld og hypotermi. Basisvinterfjeld, som har fokus på overnatning i telt og snehule, orientering og madlavning. Der vil være teoretiske og praktiske øvelser med fokus på at skredvurdere forskelligt terræn og introduktion til skibestigning og off-piste på turski. Herudover vil undervisningen indeholde skihistorie, der har fokus på eventyr, udvikling, form og funktion. Vigtigt for faget er videre arbejdet med den studerendes færdigheder i skiværkstedet.

## KOMPETENCER

Gennem undervisningsforløbet tilstræbes det, at den studerendes forudsætninger og forventninger til fagets niveau indgår i et berigende forhold. Faget er turbårent og praksisfunderet. Telemarkundervisningen har som udgangspunkt fokus på egenfærdighed og i forlængelse heraf arbejdes der med disciplinens forhold til instruktørrollen. Undervisningen i Turski vil også indledningsvis have fokus på egenfærdighed, men udvikler sig taksonomisk mod et større fokus på den studerendes rolle som vejleder og fører af en gruppe på fjeldet, herunder gruppedynamik, samarbejde og gruppeledelse.



# FAGBESKRIVELSE/ VINTERFJELD

---

## ARBEJDSFORMER

Vejledning er den bærende undervisningsform, og praktisk erfaringsdannelse er den gennemgående vej til udvikling af færdigheder i både Telemark og Turski. Endvidere vil den studerende stifte bekendtskab med forskellige læringsstile, herunder begreber som visuel, auditiv og kinæstetisk perception.

Refleksion over praksis og teori vil forekomme i undervisningen, og der vil blive arbejdet med hele holdet, i niveaudelte grupper og i én til én situationer. Endvidere skal de studerende i forbindelse med både Telemark og Turski instruere 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 er niveau-baserede og tager hensyn til den enkelte såvel som gruppen.

## OPGAVER

Den studerende skal undervejs aflevere turplaner og undervisningsplaner, og der vil være indlagt gruppearbejde med fremlæggelser. Herudover skal den studerende gennemføre egenfærd og 50 km-test, samt gennemgå 12 timers undervisningspraktik på fjeldet med idrætsholdene, medio Marts. Den studerende skal føre logbog undervejs med refleksion over personlig udvikling, læring og oplevelse.

## EKSAMEN

Instruktørexamen trin 1 Telemark defineres af Den Norske Skiskole, og her vægtes egenfærdighed, skolesving og formidlingsevner i forbindelse med instruktørpraksis.

Eksamen består af både en praktisk og en teoretisk prøve. Instruktørexamen vurderes bestået/ikke bestået. Turskidelen består af en teoriprøve og en teknikprøve under 50 km testen, samt en helhedsvurdering i forhold til de i undervisningen gennemførte opgaver. Der gives en samlet karakter efter 7-trinsskalaen i forbindelse med Turski.

## LEKTIONSPLAN

Lektionsplanen findes i Lectio.

## LITTERATUR

Faget tager udgangspunkt i følgende to grundbøger:

O'Bannon, Allen (2007): Backcountry Ski Book. 2.udg. The Globe Pequot Press

O'Bannon, Allen (2008): Telemark Tips. 2. udg. The Globe Pequot Press