



# FAGBESKRIVELSE/ VINTERFJELD

---

## FAGETS IDENTITET

Vinterfjeld er et 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 vinterfjeldsforløbet arbejde med Turski. Faget afvikles sideløbende med faget Telemarkski og disse to fag spiller tæt sammen.

Foruden planlægning og gruppearbejde i Danmark, afvikles fagets undervisning i Norge.

## FORMÅL

Den studerende skal efter bestået forløb være i stand til at kunne planlægge og afvikle vinterfjeldsture, forestå undervisning på Turski, inddrage teknik fra Telemarkski, samt være i stand til at tage en gruppe med på fjeldet.

## EMNER

### TURSKI

Omdrejningspunktet for undervisningen er den studerendes evne til at begå sig på vinterfjeldets præmisser. Emnet omfatter basal turteknik, herunder skiteknik, udstyrslære, turplanlægning, smøreteknik og førstehjælp på vinterfjeld, sikkerhed og hypotermi.

### TUR OG OVERNATNING

Basisvinterfjeld med fokus på overnatning i telt og snehule, orientering og organisering af lejr. Der vil være teoretiske og praktiske øvelser med fokus på at skredvurdere forskelligt terræn og introduktion til skibestigning og off-piste på turski.

Ydermere skal den studerende have kendskab til fjeldvettreglerne og kunne arbejde ud fra dem i forbindelse med turplanlægning og afvikling af ture.

### SKIHISTORIE

Undervisning i vinterfjeld og skiløbets betydning for det nordiske friluftsliv, skisportens udvikling samt skiens form og funktion.

### SKIVÆRKSTED

Praktisk arbejde med istandsættelse af udstyr, montering af bindinger, slibning af kanter, reparationer, udstyrslære og viden om fordele og ulemper ved forskellige ski og bindingstyper.



# FAGBESKRIVELSE/ VINTERFJELD

---

## KOMPETENCER

Gennem undervisningsforløbet tilstræbes det, at den studerendes forudsætninger og forventninger til fagets niveau indgår i et berigende forhold. Faget er turbårent og praksisfunderet. Undervisningen i Vinterfjeld og Turski vil 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. Den studerende skal være i stand til at afvikle og planlægge ture på Vinterfjeld med deltagere, efter devisen "tur efter evne".

## ARBEJDSFORMER

Vejledning er den bærende undervisningsform, og praktisk erfaringsdannelse er den gennemgående vej til udvikling af færdigheder. 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 undervisningen 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.

## EKSAMEN

Eksamen i Vinterfjeldsfaget og Turskidelen består af internt censurerede prøver, samt en helhedsvurdering i forhold til de i undervisningen gennemførte opgaver. Der gives én samlet karakter efter 7-trinsskalaen i forbindelse med Vinterfjeld

## LITTERATUR

Faget tager udgangspunkt i følgende grundbog og kompendie:

O'Bannon, Allen (2007): Backcountry Ski Book. 2.udg. The Globe Pequot Press  
Paul Petersens Idrætsinstitut - Vinterfjeldskompendie