

## **NORDISKT FRILUFTSLIV - LEDARSKAP OCH LÄRANDE I FRILUFTSLIVET, 15 HÖGSKOLEPOÄNG**

NORDIC OUTDOOR LIFE - LEADERSHIP AND LEARNING IN THE  
OUTDOORS, 15 CREDITS

### **Basdata**

Kursen är en fristående kurs.

Utbildningsområde: Idrott  
Ämne: Idrott  
Omfattning: 15 högskolepoäng  
Nivå: Grund

Behandlad av Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap  
2012-01-03.

Kursplanen är fastställd av Grundutbildningsnämnden  
2012-01-18.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med HT 2012.

### **Förkunskapskrav och urval**

För tillträde till kursen krävs 60 hp inom idrott/idrottsvetenskap och grundläggande färdighet i skidåkning (utför och på längden) och skridskoåkning. Därtill krävs simkunnighet.

### **Urval**

Vid fler behöriga sökande än antalet platser antas 50 % med akademiska poäng och 50 % genom lottnings.

### **Förväntade studieresultat**

Studenten skall:

- använda sina teoretiska och praktiska kunskaper utifrån ett säkerhets-, etiskt och miljömedvetet tänkande,
- analysera och problematisera upplevelser av natur- och kulturvärden i olika landskapstyper ,
- utifrån adekvata ledarskapsprinciper planera och genomföra pedagogiskt anordnade friluftaktiviteter.

### **Innehåll och uppläggning**

#### **Moment**

Kursen innehåller följande moment:

**Moment 1 – Fjälllandskapet, 7,5 hp***Part 1 – Mountain Landscape, 7.5 higher education credits*

- säkert och miljömedvetet förflytta sig till fots eller på skidor inklusive glaciärvandring och toppbestigningar,
- praktisk träning i rörelse- och färdighetsteknik, orienteringsförmåga och riskhantering,
- olika former av säker övernattnings-, lägerteknik och bivackering,
- kunskap om; naturliv, väder, glaciärer, snö och laviner,
- friluftslivets natur- och kulturvärden utifrån ett historiskt och nutida nordiskt perspektiv,
- friluftspedagogik; naturen som en möjlighet för ledarskap och lärande.

**Moment 2 – Skärgårdslandskapet, 7,5 hp***Part 2 – Archipelago Landscape, 7.5 higher education credits*

- säkert och miljömedvetet förflytta sig med havskajak eller skridskor,
- praktisk träning i rörelse- och färdighetsteknik, orienteringsförmåga och riskhantering,
- olika former av säker övernattnings-, lägerteknik och bivackering,
- kunskap om; naturliv, väder, hav och vattendrag och isar,
- friluftslivets natur- och kulturvärden utifrån ett historiskt och nutida nordiskt perspektiv,
- friluftspedagogik; naturen som en möjlighet för ledarskap och lärande.

**Arbetsätt**

Den största delen av undervisningen sker utomhus under längre exkursioner i nordiska fjäll samt i Stockholms närliggande friluftsområden och skärgård. Fjällvandring, glaciärturer och toppbestigningar, skidturer, långfärds-skidkoturer (beroende av aktuella förhållanden), havskajakpaddling och lägerliv ingår. I slutet av varje dag under de olika turerna genomförs ett kvällsseminarium som tar sin utgångspunkt i det som har hänt under dagen och i relation till kurslitteraturen utifrån något av kursens tre huvudsakliga perspektiv: (i) friluftsliv utifrån ett säkerhets-, etiskt och miljömedvetet tänkande (ii) natur- och kulturvärden i olika landskapstyper (iii) friluftslivets ledarskap och lärande. Studenterna för även loggbok under exkursionerna. Reflekterandet under skrivprocessen befrämjar insikter och kan därmed skapa mening i det som upplevs under turdagarna.

Undervisningen sker även vid högskolan i form av föreläsningar, seminarier och redovisningar som ytterligare reflekterar, problematiserar och bearbetar upplevelseerfarenheterna under de olika exkursionerna.

**Progression**

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i momenten, förutom att det vilar på beprövad erfarenhet, även i flera delar bygger på vetenskapliga studier. Vidare sker en pedagogisk fördjupning i form av att studenten författar ett självständigt slutligt paper över friluftslivets möjliga ledarskaps- och lärprocesser.

Professionsprogressionen synliggörs genom att kursen har en tydlig inriktning mot att utifrån adekvata ledarskaps- och lärandepprinciper praktiskt kunna planera och genomföra pedagogiskt anordnade friluftaktiviteter utifrån ett säkerhets-, etiskt och miljömedvetet tänkande.

Ämnesprogressionen görs tydlig genom att till skillnad från många andra friluftskurser med mer traditionellt färdighetsinriktat aktivitetsinnehåll istället fokusera på förmågan att analysera och problematisera upplevelser av natur- och kulturvärden i olika landskapstyper och där valet av litteratur understryker kopplingen till vetenskaplighet.

## Examination

### Kurskrav

Deltagande i exkursioner och därmed integrerad gruppundervisning är obligatoriskt. Giltig frånvaro från undervisning vid högskolan ersätts med skriftlig komplettering.

### Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

#### Moment 1 – Fjällandskapet, 7,5 hp

##### *Part 1 – Mountain Landscape, 7.5 higher education credits*

Kunskaper och färdigheter samt enskild planering och turledning prövas i samband med det aktiva deltagandet under exkursioner och utvärderas i relation till kurslitteraturen under kvällsseminarierna. Ytterligare reflektioner och analyser kring upplevelseerfarenheter och anknuten kurslitteraturen examineras i form av skriftliga och muntliga redovisningar av gruppuppgifter samt ett självständigt slutligt författat paper.

#### Moment 2 – Skärgårdslandskapet, 7,5 hp

##### *Part 2 – Archipelago Landscape, 7.5 higher education credits*

Kunskaper och färdigheter samt enskild planering och turledning prövas i samband med det aktiva deltagandet under exkursioner och utvärderas i relation till kurslitteraturen under kvällsseminarierna. Ytterligare reflektioner och analyser kring upplevelseerfarenheter och anknuten kurslitteraturen examineras i form av skriftliga och muntliga redovisningar av gruppuppgifter samt ett självständigt slutligt författat paper.

Ytterligare specifikation av examinationsformerna sker i en kurs PM.

## Antal tillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under momentens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i kurspromemorian som studenten får i och med kursstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens slut, samt innan höstterminens början och/eller när kursen ges vid nästa tillfälle.

## Betyg

Som betyg på moment och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Senast i samband med kursstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå. Betyg ska vara rapporterat till studieadministratör senast tre veckor efter avslutat moment.

## Utvärdering

Efter avslutad kurs gör varje student en utvärdering av kursen och varje lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgruppen och examinator.

## Studentinflytande

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden.

## Litteratur och övriga läromedel

Moment 1 – Fjällandskapet, 7,5 hp

Obligatorisk:

Cliff, Peter (2006). *Mountain Navigation*. 6<sup>th</sup> edition. UK: Peter Cliff, 60 s.

Henderson, Bob & Vikander, Nils (Eds.). (2007). *Nature first: Outdoor Life the Friluftsliv Way*. Toronto: Natural Heritage Books, 336 s.

Martin, Bruce; Cashel, Christine; Wagsstaff, Mark & Breunig, Mary (2006). *Outdoor Leadership. Theory and Practice*. Human Kinetics, 305 s.

Ministry of Agriculture, Food and Fisheries (2007). *The Sami – an Indigenous People in Sweden*. Regeringskansliet, 64 s.

Den obligatoriska litteraturen kompletteras med aktuella artiklar och texter som anges i kurs PM.

Valbar: 250 sidor

Backman, Erik (2010). *Friluftsliv in Swedish Physical Education – A Struggle of Values. Educational and Sociological Perspectives*. Doctoral Thesis in Educational Sciences in Arts and Professions at Stockholm University, Sweden, 147 s.

Branigan, Henry & Jenns, Keith (2006). *A Complete Guide to Ski Touring and Ski Mountaineering*. Including useful information for off piste skiers and snowboarders. Milton Keynes: Author House, 232 s.

Daffern, Tony (1992). *Avalanche Safety for Skiers & Climbers*. 2<sup>nd</sup> edition. Seattle: Cloudcap, 192 s.

Drasdo, Harold. (1972/1998). *Education and the Mountain Centres*. Penrith: Adventure Education, 31 s.

Fulsaas, Kris (2003). *Mountaineering – The freedom of the hills*. 7<sup>th</sup> edition. Seattle: Mountaineers, 575 s.

Grundsten, Claes (2008). *Kungsleden. The royal trail through arctic Sweden*. Ross-on-Wye, Herefordshire: Carreg Limited, 190 s.

Ogilvie, Ken C. (2005). *Leading & Managing Groups in the Outdoors*. 2nd edition. Penrith, Cumbria UK: IOL-Institute for Outdoor Learning, 304 s.

## Moment 2 – Skärgårdslandskapet, 7,5 hp

Obligatorisk:

Archipelago Foundation (2008). *The Stockholm Archipelago – a guide to our islands*. Stockholm: Skärgårdsstiftelsen, 66 s.

Berry, Matt & Hodgson, Chris (Eds.). (2011). *Adventure education. An introduction*. London & New York: Routledge, 264 s.

Smith, Thomas & Allison, Peter (2006). *Outdoor Experiential Leadership. Scenarios Describing Incidents, Dilemmas, & Opportunities*. Lake Geneva WI: Raccon Institute Publications, 370 s.

Swedish Environmental Protection Agency. *The Public Right of Access*.  
<http://www.naturvardsverket.se/en/In-English/Start/Enjoying-nature/The-right-of-public-access/>,  
25 s.

Den obligatoriska litteraturen kompletteras med aktuella artiklar och texter som anges i kurs PM.

Valbar: 250 sidor

Barton, Bob (2006). *Safety, Risk and Adventure in Outdoor Activities*. SAGE Publications Ltd.,  
200 s.

Gartner, William C. & Lime, David W. (Eds.) (2000). *Trends in Outdoor Recreation, Leisure  
and Tourism*. Wallingford and New York: CABI Publishing, 458 s.

Gass, Michael A.; Gillis, "Lee" H.L. & Russel, Keith C. (2012). *Adventure Therapy. Theory,  
Research, and Practice*. London & New York: Routledge, 399 s.

Graham, John (1997). *Outdoor Leadership. Technique, Common Sense & Self-Confidence*.  
Seattle: The Mountaineers, 173 s.

Hutchinson, Derek C. (2003). *The Complete Book of Sea Kayaking*. (5th ed.). Guilford,  
Connecticut: Falcon Guides, 209 p.