



**Norsk Fjellsportforum**

---

# NASJONAL STANDARD

**FOR INSTRUKTØRER, FØRERE  
OG KURSARRANGØRER  
I FJELLSPORT**

1. januar 2026

© Norsk Fjellsportforum

[www.fjellsportforum.no](http://www.fjellsportforum.no)

Det skal ikke kopieres fra denne publikasjonen uten etter tillatelse fra rettighetshaveren.  
Spørsmål vedrørende publikasjonen og Norsk Fjellsportforum kan rettes til:

Norsk Fjellsportforum

[post@fjellsportforum.no](mailto:post@fjellsportforum.no)

## Innhold

<b>1</b>	<b>Del 1: Innledning</b>	<b>7</b>
1.1	Forord	7
1.2	NFs kompetansestandard	8
1.2.1	Bakgrunn	8
1.2.2	Om innholdet	8
1.2.3	Praktisering av Nasjonal standard	9
1.2.4	Bruk av Norsk Fjellsportforums navn og logo	9
1.2.5	Forholdet til andre standarder	10
<b>2</b>	<b>Del 2: Rammer for utdanningen</b>	<b>11</b>
2.1	Godkjenning av instruktører/veiledere/førere	11
2.1.1	Krav til kvalifiserende kurs	11
2.1.2	Opptak til kvalifiserende kurs	11
2.1.3	Godkjenning	12
2.1.4	Særskilt ordning for universiteter og høyskoler	13
2.2	Instruktørutdanning sportsklatring	14
2.2.1	Forhåndsgodkjenning instruktørkurs sportsklatring	14
2.2.2	Rammer for instruktørkurs sportsklatring	14
2.2.3	Assistentpraksis	15
2.2.4	Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport	15
2.2.5	Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport kursleder	16
2.2.6	Godkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport	16
2.3	Instruktørutdanning fjellklatring	18
2.3.1	Forhåndsgodkjenning metodekurs klatring	18
2.3.2	Rammer for metodekurs klatring	18
2.3.3	Rammer for assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell	19
2.3.4	Rammer for veilederkurs klatring lavland/høyfjell	20
2.3.5	Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell	21
2.3.6	Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder	22
2.3.7	Viderekvalifisering fra NF klatreinstruktør 1 lavland til høyfjell	22
2.3.8	Rammer for metodeseminar klatring	22
2.3.9	Godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell	23
2.4	Instruktørutdanning isklatring	25
2.4.1	Forhåndsgodkjenning isklatreinstruktørkurs	25
2.4.2	Rammer for isklatreinstruktørkurs	25

2.4.3	Godkjenning som NF isklatreinstruktør .....	26
2.5	Instruktørutdanning bre .....	27
2.5.1	Forhåndsgodkjenning breførerkurs .....	27
2.5.2	Rammer for breførerkurs.....	27
2.5.3	Assistentpraksis etter breførerkurs .....	28
2.5.4	Godkjenning som NF brefører .....	28
2.5.5	Assistentpraksis før breinstruktørkurs.....	29
2.5.6	Forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs .....	29
2.5.7	Rammer for breinstruktørkurs.....	30
2.5.8	Godkjenning som NF breinstruktør 1.....	30
2.5.9	Godkjenning som NF breinstruktør 1 kursleder .....	31
2.5.10	Rammer for metodeseminar bre .....	31
2.5.11	Godkjenning som NF breinstruktør 2.....	32
2.6	NF fjellkursleder .....	34
2.6.1	Godkjenning som NF fjellkursleder.....	34
2.6.2	Arbeidsfelt.....	34
2.7	Instruktørutdanning skred alpin skiferdsel.....	35
2.7.1	Forhåndsgodkjenning metodekurs skred alpin skiferdsel .....	35
2.7.2	Rammer for metodekurs skred alpin skiferdsel.....	35
2.7.3	Rammer for aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel .....	36
2.7.4	Rammer for veilederkurs skred alpin skiferdsel .....	37
2.7.5	Godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel .....	38
2.7.6	Kvalifisering mellom NF veileder 1 nordisk skiferdsel og NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel .....	38
2.7.7	Godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder .....	38
2.7.8	Rammer for metodeseminar skred alpin skiferdsel.....	38
2.7.9	Godkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel .....	39
2.8	Veilederutdanning nordisk skiferdsel .....	41
2.8.1	Forhåndsgodkjenning metodekurs nordisk skiferdsel.....	41
2.8.2	Rammer for metodekurs nordisk skiferdsel .....	42
2.8.3	Rammer for aspirantpraksis for veileder 1 nordisk skiferdsel .....	42
2.8.4	Rammer for veilederkurs nordisk skiferdsel .....	43
2.8.5	Godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel.....	44
2.8.6	Kvalifisering mellom NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel og NF veileder 1 nordisk skiferdsel .....	44
2.8.7	Godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder.....	44

2.8.8	Godkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel .....	45
2.9	Utdanningsstige førstehjelp for friluftsliv .....	46
2.9.1	Forhåndsgodkjenning metodekurs førstehjelp for friluftsliv .....	46
2.9.2	Rammer for metodekurs førstehjelp for friluftsliv .....	47
2.9.3	Rammer for assistentpraksis for førstehjelpsinstruktør 1 .....	47
2.9.4	Rammer for NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv .....	48
2.9.5	Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 .....	49
2.9.6	Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder .....	49
2.9.7	Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2 .....	49
2.10	Regodkjenning .....	51
2.10.1	Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport (også kursleder) .....	51
2.10.2	Regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport .....	51
2.10.3	Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell (også kursleder) .....	52
2.10.4	Regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell .....	53
2.10.5	Regodkjenning som NF isklatreinstruktør .....	53
2.10.6	Regodkjenning som NF brefører .....	53
2.10.7	Regodkjenning som NF breinstruktør 1 (også kursleder) .....	54
2.10.8	Regodkjenning som NF breinstruktør 2 .....	55
2.10.9	Regodkjenning som NF fjellkursleder .....	55
2.10.10	Regodkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel (også kursleder) .....	56
2.10.11	Regodkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel .....	57
2.10.12	Regodkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel (også kursleder) .....	58
2.10.13	Regodkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel .....	58
2.10.14	Regodkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 (også kursleder) .....	59
2.10.15	Regodkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2 .....	59
<b>3</b>	<b>Del 3: Innhold i utdanningen .....</b>	<b>61</b>
3.1	Innhold i kvalifiserende kurs, assistentpraksis og metodeseminar klatring og isklatring .....	61
3.1.1	Gjennomføring av instruktørkurs sportsklatring .....	61
3.1.2	Gjennomføring av metodekurs klatring .....	64
3.1.3	Gjennomføring av assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell .....	67
3.1.4	Gjennomføring av veilederkurs klatring .....	67
3.1.5	Gjennomføring av metodeseminar klatring .....	71
3.1.6	Gjennomføring av isklatreinstruktørkurs .....	72
3.2	Innhold i breførerkurs, breinstruktørkurs, assistentpraksis og metodeseminar bre .....	75
3.2.1	Gjennomføring av breførerkurs .....	75

3.2.2	Gjennomføring av assistentpraksis etter breførerkurs.....	77
3.2.3	Gjennomføring av assistentpraksis før breinstruktørkurs .....	77
3.2.4	Gjennomføring av breinstruktørkurs .....	78
3.2.5	Gjennomføring av metodeseminar bre .....	81
3.3	Innhold i kvalifiserende kurs, aspirantpraksis og metodeseminar skred alpin skiferdsel ....	83
3.3.1	Gjennomføring av metodekurs skred alpin skiferdsel .....	83
3.3.2	Gjennomføring av aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel .....	86
3.3.3	Gjennomføring av veilederkurs skred alpin skiferdsel.....	87
3.3.4	Gjennomføring av metodeseminar skred alpin skiferdsel .....	89
3.4	Innhold i kvalifiserende kurs og aspirantpraksis nordisk skiferdsel.....	91
3.4.1	Gjennomføring av NF metodekurs nordisk skiferdsel .....	91
3.4.2	Gjennomføring av aspirantpraksis for NF veileder 1 nordisk skiferdsel .....	95
3.4.3	Gjennomføring av veilederkurs skred nordisk skiferdsel.....	96
3.5	Innhold i kvalifiserende kurs og assistentpraksis førstehjelp for friluftsliv .....	100
3.5.1	Gjennomføring av metodekurs førstehjelp for friluftsliv.....	100
3.5.2	Gjennomføring av assistentpraksis for førstehjelpsinstruktør 1 .....	102
3.5.3	Gjennomføring av veilederkurs førstehjelp for friluftsliv .....	104
3.5.4	Anbefalt litteratur .....	106
3.6	Felles for alle disipliner .....	107
3.6.1	Praksis på kvalifiserende kurs .....	107
3.6.2	Instruktørseminar .....	108
<b>4</b>	<b>Del 4: Arrangørgodkjenning .....</b>	<b>110</b>
4.1	Godkjenning av NF-arrangører .....	110
4.1.1	Generelt .....	110
4.1.2	Arrangørens plikter .....	110
4.1.3	Dokumentasjon.....	110
4.1.4	Annullering av kurs og godkjenning.....	113
4.1.5	Kurs og arrangementer .....	113
4.1.6	Rapportering .....	113
4.2	Kompetansekrav ved arrangementer .....	114
4.2.1	Breføring .....	114
4.2.2	Ikke-kvalifiserende brekurs.....	114
4.2.3	Enkle klatrearrangementer .....	114
4.2.4	Sportsklatrekurs .....	114
4.2.5	Ikke-kvalifiserende klatrekurs .....	114

4.2.6	Isklatrekurs.....	115
4.2.7	Føring på klatrefjell .....	115
4.2.8	Ikke-kvalifiserende skredkurs.....	115
4.2.9	Ikke-kvalifiserende skiferdselskurs .....	115
4.2.10	Ikke-kvalifiserende kurs i førstehjelp i friluftsliv .....	115

## Del 1: Innledning

### 1.1 Forord

Dette er den 22. utgaven av Norsk Fjellsportforum Nasjonal Standard, etter at første utgave kom i 1994. Nasjonal Standard har befestet sin posisjon som en bransjenorm for arrangører innen klatring, brevandring, skred og førstehjelp for friluftsliv. Antall personer som søker om og gjennomfører et av NFs kvalifiseringsløp er stadig økende. Vi ser også en økning i antall organisasjoner som søker om arrangørgodkjenning i Norsk Fjellsportforum og ønsker å bruke NFs navn og logo som kvalitetsstempel for sine fjellsportarrangementer.

I denne utgaven av Nasjonal Standard innlemmes også nordisk skiferdsel som en del av NFs utdanningsstiger. Bakgrunnen for dette er at skredinstruktørutdanningens oppdeling i alpin og nordisk disiplin ikke har fungert optimalt for nordisk disiplin. Utviklingsarbeidet for å lage en veilederutdanning for nordisk skiferdsel har strukket seg over en toårsperiode. Pådrivere i dette utviklingsarbeidet har spesielt vært UH-sektoren og Den Norske Turistforening. Innlemming av nordisk skiferdsel som disiplin i Nasjonal Standard vil trolig bidra til at Norsk Fjellsportforum blir relevant for flere organisasjoner, og vil videreføre tradisjonen etter Nansen med forflytning på fjellski med telt og pulk.

Samtidig med at det har blitt utviklet en utdanningsstige for nordisk skiferdsel har også NFs skredinstruktørstige fått en revisjon. Læringsmål er revidert og systematisert for å gjøre utdanningsforløpet mer helhetlig og sammenhengende.

NF har i 2025 deltatt i det pågående komitearbeidet i regi av Standard Norge for å utvikle en nasjonal standard for guiders basiskompetanse i forbindelse med regjeringens initiativ for å utvikle en nasjonal godkjenningsordning for lokal- og regionalguider, turledere og fjellførere. Dette er et pågående arbeid som vil fortsette inn i 2026.

Ellers er det en rekke små justeringer og presiseringer som ikke listes opp her. De viktigste endringene i denne utgaven er innlemming av nordisk skiferdsel som ny disiplin og revisjon av skredinstruktørutdanningen. Utover dette er det også gjort justeringer i krav for godkjenning som kursleder på nivå 1.

Norsk Fjellsportforums bransjenorm videreutvikles med mål om å opprettholde kvalitet og sikkerhet gjennom instruktørkompetanse og kvalifiserende kurs for arrangørmedlemmer i sitt virke i fjellet.

16. Desember 2025

Odd Magne Øgreid

(Styreleder 2025)

## 1.2 NFs kompetansestandard

### 1.2.1 Bakgrunn

Arbeidet med en Nasjonal standard for instruktører, førere og kursarrangører i fjellsport ble tatt opp på slutten av 1980-tallet som en av de første oppgavene for et nystiftet Norsk Fjellsportforum. På det tidspunktet hadde grunnleggende opplæring i brevandring og fjellklatring allerede over 30 års tradisjon i Norge. Tradisjonene for instruktørutdanning innen fjellsport var mindre omfattende. Instruktørene ble rekruttert via bekjente og fikk gradvis opparbeidet erfaring i rollen som formidler. Gevinsten ved en slik praksis var rekrutteringen av personer med spesiell tilknytning til kursstedet. De praktiserte lokal etikk, hadde ofte god lokalhistorisk innsikt, detaljert kjennskap til terrenget og oversikt over farbare veger under ulike værforhold i området.

Mye av det som overføres fra generasjon til generasjon, bearbeides over flere år, og elementer av det kan betegnes som "taus kunnskap". Innenfor normen om naturvennlig og sikker ferdsel har det også vært rom for individuelle forskjeller og ulik kurspraksis. Dette mangfoldet har vært en styrke for fjellsportmiljøet i Norge.

Interessen for fjellsport har økt, flere kursarrangører med ulik kompetanse har kommet til, og flere ønsker seg på kurs. Det har gitt behov for retningslinjer for virksomheten, slik at kvalitet og sikkerhet kan opprettholdes. Dette har vært det viktigste utgangspunkt for arbeidet i Norsk Fjellsportforum med en *Nasjonal standard* for instruktørkompetanse og kvalifiserende kurs. Bakgrunnen for initiativet i 1988 om å opprette Norsk Fjellsportforum var nettopp en tro på at en samordning av virksomheten i de ulike organisasjoner som drev med instruktørutdanning, kurs- og opplæringsvirksomhet ville sikre god kvalitet på arrangementene. Dette vil gi arrangører trygghet for at deres arrangementer og instruktører kvalitetsmessig er gode nok, og det vil virke forebyggende mot ulykker.

I henhold til vedtektenes § 1 er Norsk Fjellsportforum et åpent samarbeidsforum for organisasjoner engasjert i klatring, bre- og tindesport. Forumet skal fremme naturvennlig og sikker ferdsel i tråd med norske friluftslivstradisjoner. Arbeidet med å utvikle instruktør- og kursstandarder handler om å ta vare på det som ligger nedfelt i gode fjellsportradisjoner i Norge, og å møte utviklingen åpent og kritisk. Siktemålet er at mangfoldet og den tause kunnskapen ikke går tapt når standarden utvikler seg.

### 1.2.2 Om innholdet

Norsk Fjellsportforums kursrekker kan deles inn i *kvalifiserende kurs* og *ikke-kvalifiserende kurs*.

De ikke-kvalifiserende kursene er kurs for å lære seg de grunnleggende ferdighetene for å drive fjellsport innen hver av NFs disipliner. NF betegner sine ikke-kvalifiserende kurs for introkurs/grunnkurs/videregående kurs avhengig av innhold og omfang. Kursmaler for ikke-kvalifiserende kurs er ikke en del av Nasjonal standard, men er tilgjengelige på NFs nettsider.

NFs kvalifiserende kurs er obligatoriske å gjennomføre/bestå når man ønsker å utdanne seg til instruktør/veileder/fører innen en disiplin. For disse kursene er det opptakskrav, man blir vurdert underveis i kursene og får en sluttvurdering etter endt kurs. Rammer for gjennomføring av kvalifiserende kurs og gjennomføring av disse er en del av hovedinnholdet av Nasjonal standard.

Norsk Fjellsportforums *Nasjonal standard* faller i fire hoveddeler. Del 1 er innledning og bakgrunn.

Del 2 beskriver krav og prosedyrer for godkjenning og regodkjenning av instruktører/veiledere/førere, samt rammer for kvalifiserende kurs/seminarer som leder fram til godkjenning og arbeidsfeltene for de ulike nivåene.

Del 3 inneholder detaljerte beskrivelser av gjennomføring av de kvalifiserende kursene og seminarene som kandidatene må gjennom for å få godkjenning. Alle kursbeskrivelsene inneholder retningslinjer for kursenes formål, gjennomføring og innhold (temalister/læringsmål), samt vurdering av kandidatene.

Del 4 angir krav til arrangører og til kompetanse på fjellspportarrangementer.

### 1.2.3 Praktisering av Nasjonal standard

Norsk Fjellspportforums arbeid reguleres av forumets vedtekter. Styret er ansvarlig for utvikling og praktisering av Nasjonal standard, mens rådsrådet fastsetter medlemsavgiften og ellers er rådgivende overfor styret. Det praktiske arbeidet utføres av styre og sekretariat. Det er viktig å understreke at Norsk Fjellspportforum bare har rådgivende myndighet overfor medlemsorganisasjonene. Dersom medlemsorganisasjonene ønsker å bruke Norsk Fjellspportforums navn eller logo i forbindelse med sin virksomhet, må imidlertid retningslinjene følges. Ved misbruk kan NF-styret gi muntlig eller skriftlig advarsel, eller organisasjonen vil kunne miste arrangørgodkjenningen eller ekskluderes fra Norsk Fjellspportforum.

#### 1.2.3.1 Om kompetansestandard

Kompetansestandard angir de kompetansekravene som instruktører/veiledere/førere må tilfredsstille for at en arrangør skal kunne bruke Norsk Fjellspportforums navn, logo og kompetansenivåer ved markedsføring av fjellspportarrangementer og/eller kvalifisering av instruktører/veiledere/førere.

#### 1.2.3.2 Begrensninger

Kompetansestandard omfatter ikke kompetanse for instruksjon og ledelse når det gjelder konkurranseklating og innendørs klatring, skikjøring, ferdsel i grotter, juving, vannsport og luftsport i fjellet. Kompetansestandard omfatter ikke spesialkompetanse som kan være nødvendig på spesielle arrangementer eller ved standard arrangementer for spesielle grupper, f.eks. barn. I slike tilfeller må arrangøren selv vurdere krav til spesialkompetanse og sørge for at instruktørene oppfyller disse.

### 1.2.4 Bruk av Norsk Fjellspportforums navn og logo

Etter Norsk Fjellspportforums vedtekter §3 er bruk av Norsk Fjellspportforums navn og logo en rettighet som er forbeholdt medlemmene av Norsk Fjellspportforum i den grad de er godkjent til dette, og da i forbindelse med fjellspportarrangementer som tilfredsstiller Norsk Fjellspportforums krav.

Norsk Fjellspportforum fikk i 2007 registrert både sitt navn og sin logo som registrert varemerke hos Patentstyret. Norsk Fjellspportforums navn og logo er etter dette beskyttet gjennom «Lov om beskyttelse av varemerker (Varemerkeloven)», og NF har juridiske rettigheter til å bestemme hvem og hvordan navnet og logoen kan benyttes, samt muligheten til å forfølge ulovlig bruk av navn og/eller logo juridisk.

#### 1.2.4.1 Tillatt bruk av navn og logo

Kun betalende medlemmer av NF med arrangørgodkjenning på nivå 1 eller 2 gis rettigheter til bruk av Norsk Fjellspportforums navn og logo. Navn og logo kan av disse medlemmene benyttes til

- markedsføring av medlemmet
- markedsføring av medlemmets kurs og kursvirksomhet som er innenfor NF-standardens virkeområde og medlemmets godkjeningsnivå
- omtale sine kurs som NF-godkjente og at de følger NF-standarden eller NFs kursmaler når de er innenfor NF-standardens virkeområde og medlemmets godkjeningsnivå
- omtale av NF-godkjente instruktører som jobber for medlemsorganisasjonen

Andre organisasjoner eller personer, herunder instruktører med instruktørgodkjenning fra NF har ingen rettigheter til å bruke navn og/eller logo som nevnt ovenfor, da dette er en rettighet som er forbeholdt NFs arrangørmedlemmer. Det tillates allikevel jakkemerker/klistremerker med NFs navn/logo på arbeidsuniform og kursutstyr for instruktører, samt at de kan omtale seg selv som «NF-godkjente» instruktører og angi hvilket nivå de er godkjent på.

Arrangører eller personer som ikke er arrangørmedlemmer av Norsk Fjellsportforum som bruker navn og/eller logo eller henviser til NFs standarder/maler på annet vis må anses som at de bruker dette på ulovlig vis for å oppnå konkurransefortrinn som skal være forbeholdt NFs arrangørmedlemmer. Slik bruk, samt all annen bruk av Norsk Fjellsportforums navn og logo enn den som er nevnt ovenfor som lovlig, må anses som ulovlig. Dette vil bli påtalt av NF, og om nødvendig fulgt videre opp, jfr. Varemerkelovens bestemmelser.

### 1.2.5 Forholdet til andre standarder

I tillegg til Nasjonal standard vil flere offentlige og internasjonale standarder m.m. berøre NF-arrangører og arrangementer i fjellsport.

Fjellsportarrangementer regnes som forbrukertjenester som omfattes av lov om produktkontroll, som pålegger arrangøren en generell plikt til aktsomhet, informasjon, kunnskap og skadeforebyggende tiltak. Lovens §3 sier blant annet: «*Den som eier eller leder virksomhet som tilbyr forbrukertjenester, eller utfører arbeid i slik virksomhet, skal vise aktsomhet og treffe rimelige tiltak for å forebygge at forbrukertjenesten medfører helseskade. Den som eier eller leder virksomhet som tilbyr forbrukertjenester, plikter også å skaffe seg slik kunnskap som er nødvendig for å kunne vurdere faren for helseskade.*»

Den europeiske standardiseringskomiteen CEN utgir tekniske industristandarder som bl.a. danner grunnlaget for CE-normeringen og for korresponderende nasjonale standarder. I Norge blir disse fastsatt av Standard Norge.

#### 1.2.5.1 Forholdet mellom nasjonal standard og det internasjonale forbundet for profesjonelle tindevegledere

Godkjente tindevegledere gis etter søknad til NF innplassering som NF Fjellkursleder, samt NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel. NORTIND-medlemmer under kvalifisering (MUK) med godkjente kurs for relevante arbeidsfelt og relevant praksis i hver disiplin, samt tindeveglederaspiranter, gis innplassering som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel, NF breinstruktør 1 og NF klatreinstruktør 1 høyfjell etter søknad.

Godkjente skiveglederaspiranter med gjennomført og bestått veglederkurs i alpin skiferd og minimum 10 dager praksis gis etter søknad til NF innplassering som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel. Ferdig kvalifiserte skivegledere gis innplassering som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel.

## Del 2: Rammer for utdanningen

### 2.1 Godkjenning av instruktører/veiledere/førere

#### 2.1.1 Krav til kvalifiserende kurs

Når det på kvalifiserende kurs er flere instruktører, skal én instruktør være faglig ansvarlig for kurset, og benevnes her som kursleder.

Kursleder skal etter kurset gi en rapport til arrangøren. Rapporten skal følges av kursprogram og vurderingsskjema for deltakerne. Eventuelle avvik fra kursprogrammet skal noteres.

Vurderingsskjemaene skal angi om den enkelte deltakeren består/anbefales eller ikke. Begrunnelse for stryk/ikke anbefalt skal gis i rapporten.

Kvalifiserende kurs skal gjennomføres i et terreng som er representativt for de områdene instruktøren kan virke i, og som gir anledning til å gjennomgå hele kursets temaliste under realistiske forhold. Kursene skal gjennomføres i henhold til kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Øvrige krav til kursene, og til vurdering og tilbakemelding til kandidatene under kurset, er angitt i de enkelte kursbeskrivelsene.

Ulike kurstyper skal ikke flettes inn i hverandre, men arrangeres uavhengig av hverandre.

Instruktørene skal ikke veilede på ulike kurstyper samtidig. Det er likevel anledning til å trekke inn nybegynnere i gjennomføringen av veilederkurs, slik at veilederkursdeltakerne kan instruere disse og på den måten få prøve reell instruksjon. Arrangøren har da et særskilt ansvar for at nybegynnerne gis kvalitetssikret instruksjon og ikke får en dårligere opplæring selv om de veiledes av kandidater under opplæring.

#### 2.1.2 Opptak til kvalifiserende kurs

Vurdering av erfaring og nivå før kvalifiserende kurs gjennomføres av en opptakskomiteé nedsatt av NF-styret, på grunnlag av skriftlige søknader levert gjennom brattkompetanse.no. Opptaket gjennomføres sentralt hos NF, uavhengig av hvilken arrangør kandidatene ønsker eller får kursplass hos. Søknadene skal dokumentere at alle opptakskravene er oppfylt og at deltakerne har forutsetninger for å oppfylle kompetansestandardens krav etter fullført kvalifiserende kurs. Opptakskrav til de enkelte kursene er angitt i rammebeskrivelsene for hvert enkelt kurs. Opptakskomiteéen utsteder prekvalifiseringsbevis dersom alle opptakskrav er tilfredstilt. Prekvalifiseringsbeviset brukes til å søke om opptak på kvalifiserende kurs direkte hos arrangør.

Opptak til kvalifiserende kurs forutsetter at følgende er dokumentert:

- at kravene til egenerfaring, ferdigheter, praksis, tidligere kurs og eventuell godkjenning på lavere nivå er oppfylt slik de er spesifisert i kompetansestandardens,
- referanse til personer, fortrinnsvis instruktører/veiledere/førere.

Opptakskomiteéen bør ved tvil kontakte de to referansene for en uttalelse.

Dokumentasjonen oppbevares i minst 2 år etter opptak.

Kandidater som har tidligere bestått kvalifiserende kurs, men ønsker å delta på kurset igjen på et senere tidspunkt (eks. oppfriskningskurs ved regodkjenning) behøver ikke nytt prekvalifiseringsbevis for dette. Prekvalifiseringsbeviset erstattes i slike tilfeller av dokumentasjon på det beståtte

kvalifiserende kurset. Kursarrangør kvalitetssikrer kandidaten mht. fortsatt høyt nok aktivitetsnivå før kursets start

#### [2.1.2.1 Opptaksskjema, vurderingsskjema og loggbok](#)

Norsk Fjellsportforum har utarbeidet skjema for loggføring av turerfaring og praksis (turdagbok), samt vurderingsskjemaer for de kvalifiserende kursene.

Etter kvalifiserende kurs og praksis skal kursleder sammen med kandidaten fylle ut et vurderingsskjema som skal legges fram ved seinere søknad på andre kvalifiserende kurs og søknader om godkjenning som instruktør. Skjemaene finnes som vedlegg til standarden og kan lastes ned på NFs nettsider.

#### [2.1.3 Godkjenning](#)

En instruktør/veileder/fører kan godkjennes på et gitt nivå når det er dokumentert at kompetansekravene for dette nivået er tilfredsstillt. Godkjenning forutsetter at de nødvendige anbefalinger foreligger fra kursledere på kvalifiserende kurs og kurs som inngår i praksiskravet. Kursleders anbefaling eller ikke anbefaling kan ikke overprøves.

Godkjenning krever at følgende dokumentasjon foreligger:

- oversikt over tilfredsstilte krav til opptak på kvalifiserende kurs,
- vurderingsskjema fra aktuelle kvalifiserende kurs og praksis,
- vurderingsskjema fra de kursene vedkommende har holdt.

Endelig godkjenning som instruktør/veileder/fører gis av NF ved søknad gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no). Søknad om godkjenning skal snarest sendes inn til NF når kandidaten kan dokumentere at kompetansekravene er tilfredsstillt.

Godkjenning som instruktør/veileder/fører nivå 1 gis av Norsk Fjellsportforums administrasjon. Godkjenninger på nivå 2 gis av fagkomité med ansvar delegert fra NF-styret. Godkjenning som NF fjellkursleder gis av styret i Norsk Fjellsportforum<sup>1</sup>.

Godkjenningen blir registrert i Kompetansedatabasen på [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no). Man kan velge å ikke være synliggjort i offentlig tilgjengelige oversikter.

##### [2.1.3.1 Opptak direkte til veilederkurs/breinstruktørkurs/innpass sportsklatreinstruktør](#)

Personer med sportsklatreinstruktørutdanning fra andre land, samt personer med lang og overbevisende instruktørerfaring og høy egenferdighet (vesentlig høyere enn opptakskravene til instruktørkurs sportsklatring) som av ulike grunner har havnet utenfor NFs kompetansetige kan etter søknad til NF-styret tas opp til assistentpraksis uten å måtte gjennomgå instruktørkurs sportsklatring. Assistentpraksisen skal gjennomføres under veiledning og oppsyn av en NF klatreinstruktør 2 sport eller høyere. Gjennomført og bestått assistentpraksis vil da gi godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport.

Personer med kvalifiserende utdanning fra andre land, samt personer med lang og overbevisende erfaring som instruktør/veileder/fører og høy egenferdighet (vesentlig høyere enn opptakskravene til metodekurs/breinstruktørkurs) som av ulike grunner har havnet utenfor NFs kompetansetige kan etter søknad til NF-styret tas opp til veilederkurs/breinstruktørkurs uten å måtte gjennomgå metodekurs/breførerkurs og assistentpraksis. Gjennomført og bestått

---

<sup>1</sup> Jf. §5 i styrevedtektene for NF.

veilederkurs/breinstruktørkurs vil da gi godkjenning som instruktør/veileder på nivå 1 innen den aktuelle disiplinen.

Søknad til NF-styret skal inneholde:

- Godkjenningsbevis eller kursbevis fra eventuell kvalifiserende utdanning i andre land, samt beskrivelse av kursene man har deltatt på.
- Loggbok hvor det dokumenteres egenferdighet som er vesentlig høyere enn opptakskravene til metodekurs/breinstruktørkurs.
- Dokumentasjon av lang og omfattende erfaring som instruktør/veileder/fører innen den relevante disiplinen.
- Referanser.

#### 2.1.4 Særskilt ordning for universiteter og høyskoler

For statlige høyskoler og universiteter som tilbyr bachelorutdanning eller høyere innen friluftsliv med fordypning innen en eller flere av NFs disipliner, kan studentene få godskrevet deler av sin utdanning, både ikke-kvalifiserende kurs og kvalifiserende kurs eller praksis innen en gitt disiplin. Utdanningsinstitusjonen det gjelder må være godkjent NF-arrangør på nivå 1 (ikke-kvalifiserende kurs) eller nivå 2 (kvalifiserende kurs) i den aktuelle disiplinen, og må når de søker om arrangørgodkjenning i NF dokumentere hvilke deler av sin utdanning som gir studentene den samme kvalifikasjon som ikke-kvalifiserende kurs eller de kvalifiserende kursene. Studentene trenger ikke søke NF om prekvalifisering før de starter sin kvalifiserende utdanning, men det påhviler utdanningsinstitusjonen et ansvar for at studentene har de nødvendige forutsetninger for å starte sitt utdanningsløp i NF, samt at alle deler av NFs utdanningsstige som tilbys studentene dekkes underveis i studiet. Etter endt studium må studentene sende inn sine vurderingslogger fra det som tilsvarer kvalifiserende kurs/praksis, samt loggbok som dokumenterer egenerfaring til NF for godkjenning. Dersom noen vurderes til å ha for lite egenerfaring i sin søknad vil de få beskjed om å samle mer erfaring før endelig NF-godkjenning kan gis.

## 2.2 Instruktørutdanning sportsklatring

Norsk Fjellsportforums utdanningsstige innen sportsklatring er for de som ønsker å utdanne seg til instruktør innen utendørs boreboltsikret sportsklatring hvor klatrer kan fires ned til bakken fra et snuanker.

### 2.2.1 Forhåndsgodkjenning instruktørkurs sportsklatring

Før deltakelse på instruktørkurs skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredsstillt opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle instruktørkurset søker ønsker å delta på. Opptakskravene er minimumskrav for å få opptak til kurset. Tilfredsstillt deltakeren ikke alle opptakskravene bør kandidaten vente til mer erfaring er oppnådd.

#### 2.2.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning instruktørkurs sportsklatring

- fylt 18 år ved kursets begynnelse
- gjennomført NF grunnkurs sportsklatring eller tilegnet seg tilsvarende kunnskaper på annen måte
- dokumentere minimum 2 års erfaring med å lede boreboltsikrete sportsklatreruter
- dokumentere at man har ledet minst 30 ulike boreboltsikrete sportsklatreruter fordelt på ulike utendørs klatrefelt
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt

### 2.2.2 Rammer for instruktørkurs sportsklatring

Rammer for gjennomføring av instruktørkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.2.2.1 Opptakskrav for instruktørkurset

Gyldig prekvalifiseringsbevis for instruktørkurs sportsklatring.

#### 2.2.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 klatring.

#### 2.2.2.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på instruktørkurset:

- NF klatreinstruktør 2 sport
- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.2.2.4 Krav til medinstruktør

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på instruktørkurset:

- NF klatreinstruktør 1 sport kursleder (som i tillegg har minst 4 dagers praksis som kursleder), dvs. totalt minimum 19 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 2 sport
- NF klatreinstruktør 1 lavland kursleder (som i tillegg har minst 4 dagers praksis som kursleder på utendørs sportsklatrekurs), dvs. totalt minimum 19 dagers instruktørpraksis

- NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder (som i tillegg har minst 4 dagers praksis som kursleder på utendørs sportsklatrekurs), dvs. totalt minimum 19 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.2.2.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Det skal være maksimalt 6 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.2.2.6 *Varighet*

Kurs som gjennomføres for deltakere som ikke er godkjent «Klatreinstruktør inne»: Varighet minimum 28 timer fordelt på minimum 3 dager.

Kurs som gjennomføres for deltakere som er godkjent «Klatreinstruktør inne»: Varighet på minimum 18 timer fordelt på minimum 2 dager. Det er ikke anledning for deltakere uten «klatreinstruktør inne» å delta på kurs med denne varigheten for så å ta «klatreinstruktør inne» i etterkant.

Temalisten er den samme uavhengig av kursets varighet, men for kurs som gjennomføres for deltakere som allerede er godkjent «klatreinstruktør inne» bruker man mindre tid på de læringselementene som overlapper med «klatreinstruktør inne».

#### 2.2.2.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.1.1 Gjennomføring av instruktørkurs sportsklatring

#### 2.2.3 *Assistentpraksis*

Før endelig godkjenning skal deltakerne ha et pedagogisk erfaringsgrunnlag, og samtidig vise at de behersker veiledningssituasjonen. De skal derfor gjennomføre et praksiskurs på boreboltsikret klippe utendørs, av minimum 2 dagers varighet under veiledning. Praksisen skal gjennomføres under ledelse og tilsyn av en veileder som er godkjent til å være kursleder for sportsklatrekurs, og kursarrangøren skal ha arrangørgodkjenning fra NF. Veilederen skal gi deltakeren løpende og konkret vurdering i løpet av praksisen, og skal vurdere om vedkommende er skikket til å gis endelig godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport. Assistentpraksis må gjennomføres senest i løpet av tredje kalenderår etter gjennomført instruktørkurs sportsklatring. Dersom det kun var en instruktør som holdt instruktørkurset, må assistentpraksisen gjennomføres med en annen instruktør.

#### 2.2.4 *Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport*

Endelig godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport gis etter bestått instruktørkurs sportsklatring og gjennomført assistentpraksis med anbefaling. Utfylte skjemaer som dokumenterer bestått instruktørkurs og godkjent assistentpraksis sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.1 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport.

##### 2.2.4.1 *Arbeidsfelt*

Godkjent NF klatreinstruktør 1 sport kan virke som:

- instruktør på sportsklatrekurs hvor klatringen er begrenset til ruter hvor klatrer kan fires ned fra snufeste av sikrer på bakkenivå, og hvor all klatring er sikret med borebolter (faste forankringer)
- leder for organiserte klatreaktiviteter som topptauing og rappellering på sportsklatrefelt som er sikret med borebolter

- lede organisert klatring utendørs på borebolter for barn, ungdom og voksne
- gjennomføre brattkorttester

### 2.2.5 Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport kursleder

Når en NF klatreinstruktør 1 sport har opparbeidet seg erfaring fra utendørs instruksjonspraksis i sportsklatring kan instruktøren søke om godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport kursleder.

Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstillter regodkjenningskravene for NF klatreinstruktør 1 sport
- dokumentasjon på at man har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 15 dager

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.1 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport.

#### 2.2.5.1 Arbeidsfelt

Godkjent NF klatreinstruktør 1 sport kursleder kan virke som:

- Kursleder (instruktør med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF klatreinstruktør 1 sport

### 2.2.6 Godkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport

For godkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport kreves at instruktøren skal ha solid erfaring fra egen aktivitet og instruksjon i klatring, samt skal være fortrolig med de tema som inngår i instruktørseminar. I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- godkjent NF klatreinstruktør 1 sport kursleder eller NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder
- praksis som medinstruktør på to instruktørkurs sportsklatring, alternativt ett metodekurs klatring, og fått godkjent praksisen fra ansvarlig kursleder på disse kursene, krav til praksisen er beskrevet i 3.6.1 Praksis på
- deltatt på NF instruktørseminar
- vedvarende egenaktivitet på klatrefjell de siste 3 år. Aktiviteten bør tilsvare mer enn 50 taulengder pr år i flere ulike områder, og bør demonstrere stabil klatring på minst grad 6 på blikk på boreboltsikret sportsklatring,
- godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport og anbefalingene fra instruktørkurspraksisen skal være gitt av minst to forskjellige kursledere. Dersom søker har fått tilbakemelding på sine anbefalinger om ferdigheter som må forbedres, skal dette dokumenteres særskilt.
- for å bli godkjent, må kandidatene godtgjøre pedagogisk innsikt og høy metodisk og sikkerhetsmessig standard, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Utfylte skjemaer som dokumenterer egenferdighet, instruktør- og kurslederpraksis, instruktørkurspraksis og deltakelse på instruktørseminar sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.2 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport.

### 2.2.6.1 Arbeidsfelt

Godkjent NF klatreinstruktør 2 sport kan virke som:

- instruktør og kursleder på alle aktiviteter som NF klatreinstruktør 1 sport kan lede
- kursleder og instruktør på instruktørkurs sportsklatring

## 2.3 Instruktørutdanning fjellklatring

Norsk Fjellsportforums utdanningsstige innen fjellklatring er for de som ønsker å utdanne seg til instruktør innen utendørs naturlig sikret klatring over en eller flere taulengder, samt flertaulengders sportsklatring.

### 2.3.1 Forhåndsgodkjenning metodekurs klatring

Før deltakelse på metodekurs klatring skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredsstiller opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle instruktørkurset søker ønsker å delta på. Dersom søker kan dokumentere høyfjellserfaring på det tidspunktet søknaden sendes inn, kan søker samtidig vurderes om høyfjellskravene før veilederkurs klatring er tilfredsstilt.

#### 2.3.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs klatring

- fylt 18 år ved kursets begynnelse
- gjennomført NF grunnkurs naturlig sikret klatring eller tilegnet seg tilsvarende kunnskaper på annen måte
- dokumentere minimum 2 års erfaring med å lede boreboltsikrete sportsklatreruter, fra et utvalg ulike utendørs klatrefelt
- dokumentere minimum 2 års erfaring med leding på flertaulengders ruter i ulike områder
- dokumentere at man sikkert og metodisk kan lede grad 6- på blikk (onsight) på boreboltsikrete sportsklatreruter utendørs
- dokumentere at man sikkert og metodisk kan lede grad 5 på blikk (onsight) på naturlige sikringer på ukjent klippe
- beherske vanlige metoder for kameratredning, og dokumentere to hele dager med trening på kameratredning. Dette dokumenteres enten ved å sende inn kursbevis fra NF kameratredningskurs klatring, alternativt å dokumentere tilsvarende egentrening på kameratredning.
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt
- referanse til to personer, fortrinnsvis instruktører.

*Presisering: "sikkert og metodisk kunne lede grad X" må forstås som å kunne lede denne graden med god margin. Det er naturlig å forvente at søkeren i så fall også har klatret enkelte ruter av høyere vanskelighetsgrad. Søknaden må dokumentere et betydelig antall ruter på eller over denne graden. "2 års erfaring" må forstås som 2 år med relativt høy egenaktivitet, med minst 50 taulengder i året på naturlige sikringer og et betydelig antall flertaulengders ruter.*

### 2.3.2 Rammer for metodekurs klatring

Rammer for gjennomføring av metodekurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.3.2.1 Opptakskrav for metodekurs klatring

Gyldig prekvalifiseringsbevis for metodekurs klatring.

#### 2.3.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 klatring.

#### 2.3.2.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodekurset:

- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.3.2.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på metodekurset:

- NF klatreinstruktør 1 lavland kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.3.2.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.3.2.6 *Varighet*

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.3.2.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.1.2 Gjennomføring av metodekurs klatring

#### 2.3.2.8 *Arbeidsfelt*

Gjennomført metodekurs gir ingen kvalifisering som klatreinstruktør, men gir anledning til å gjennomføre assistentpraksisen som er nødvendig for å bli tatt opp på veilederkurs klatring.

### 2.3.3 *Rammer for assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell*

Som grunnlag for veilederkurset behøver deltakerne et pedagogisk erfaringsgrunnlag. De skal derfor ha gjennomgått en praksis som instruktørassistent før opptak til veilederkurs klatring. Mål og innhold i praksisen er beskrevet i kapittel 3.1.3 Gjennomføring av assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell.

#### 2.3.3.1 *Opptakskrav*

- Gjennomført metodekurs klatring.
- Dersom det er vesentlige ting kandidaten må trene på etter metodekurset, som dokumentert i vurderingsskjemaet for metodekurset, må dette være gjennomført og dokumentert i kandidatens loggbok

#### 2.3.3.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 klatring.

#### 2.3.3.3 *Krav til veileder*

Praksisen skal gjennomføres under ledelse og tilsyn av en veileder som er godkjent som minimum NF klatreinstruktør 1 lavland.

#### 2.3.3.4 *Rammer for praksisen*

- Skal gjennomføres på utendørs klatrefjell
- Samlet varighet på minst seks fulle dager.
- De seks dagene kan fordeles på flere kurs av kortere varighet.

- Minst fire dager av assistentpraksisen skal være fra instruksjon i naturlig sikret klatring.
- Er kandidaten allerede godkjent som NF klatreinstruktør 1 sport, kreves kun de fire dagene med praksis i naturlig sikret klatring.
- Assistenten skal ikke gis selvstendige instruksjonsoppgaver, men instruere sammen med og være under tilsyn og veiledning av instruktøren.
- Assistentpraksis må gjennomføres senest i løpet av tredje kalenderår etter gjennomført metodekurs klatring.

#### 2.3.3.5 Arbeidsfelt

Gjennomført assistentpraksis gir ingen kvalifisering som klatreinstruktør, men kreves for å bli tatt opp til veilederkurs klatring.

#### 2.3.4 Rammer for veilederkurs klatring lavland/høyfjell

Rammer for gjennomføring av veilederkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel. Dersom kurset holdes i lavlandet, kvalifiserer det til NF klatreinstruktør 1 lavland. Dersom det holdes i høyfjellet, kvalifiserer det til NF klatreinstruktør 1 høyfjell. Det stilles tilleggskrav for opptak til sistnevnte.

##### 2.3.4.1 Opptakskrav for veilederkurs klatring

Felles krav for veilederkurs klatring lavland og veilederkurs klatring høyfjell

- Gjennomført metodekurs klatring.
- Dokumentert assistentpraksis etter kravene i kapittel 2.3.3.

Tilleggskrav for veilederkurs klatring høyfjell

- Dokumentert minst 2 års erfaring med leding på flertaulengders ruter i høyfjellet (jf. 2.3.4.7) i ulike områder. Aktiviteten skal innbefatte en betydelig andel flertaulengders ruter på naturlige sikringer.
- Dokumentert erfaring fra alpint terreng, inkludert bre og isklatring
- Gjennomført flere turer med overnatting ute, sommer og vinter

Dersom høyfjellserfaring ble godkjent av NF samtidig med forhåndsgodkjenning til metodekurs klatring trengs ingen ny vurdering før deltakelse veilederkurs klatring høyfjell. Dersom høyfjellserfaring ikke er godkjent av NF tidligere, må det søkes om godkjenning av denne gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no) i god tid før veilederkurset.

Veilederkurs må gjennomføres senest i løpet av tredje kalenderår etter gjennomført metodekurs klatring. Det forventes at kandidatene behersker teknikker og metoder gjennomgått på metodekurset før de begynner på veilederkurset.

##### 2.3.4.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 klatring.

##### 2.3.4.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på veilederkurset:

- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.3.4.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på veilederkurs klatring lavland og veilederkurs klatring høyfjell:

- NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på veilederkurs klatring lavland:

- NF klatreinstruktør 1 lavland kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

#### 2.3.4.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Kurset skal ha minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

Det skal være maksimalt 3 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.3.4.6 *Varighet*

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.3.4.7 *Skillet mellom lavland og høyfjell*

Utdanningen til NF klatreinstruktør 1 lavland gir adgang for klatrere som har sitt erfaringsgrunnlag fra lavlandet til å kvalifisere seg for å instruere i lavlandet uten å måtte tilegne seg høyfjellserfaring. Instruksjon i høyfjellet og under alpine forhold forutsetter at instruktøren har en betydelig egenerfaring fra slike omgivelser og dessuten god kunnskap om de tilleggskravene som stilles. Klatrere som har tilstrekkelig egenerfaring, kan kvalifisere seg direkte for instruksjon i høyfjellet ved å ta et veilederkurs der høyfjellstema inngår.

«Høyfjell» defineres som alle klatreområder der det er nødvendig å forholde seg til alpine farer og å beherske sikker anmarsj og retur over snødekt bre og bratt snø, sikker klatring i løst fjell, improvisert rappelling, orientering i ukjent terreng, samt uværsbeskyttelse. «Lavland» defineres som klatreområder der et taulag med lett utstyr for sommerklatring kan returnere raskt og trygt fra ethvert punkt på turen, selv ved værromslag.

#### 2.3.4.8 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.1.4 Gjennomføring av veilederkurs klatring.

#### 2.3.5 *Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell*

Endelig godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell gis etter bestått veilederkurs klatring. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført metodekurs, gjennomført assistentpraksis og bestått veilederkurs klatring sendes inn gjennom brattkompetanse.no. Det kreves også gjennomført minimum «NF introkurs førstehjelp for friluftsliv» eller tilsvarende i løpet av de siste 3 år før godkjenning. Kurset «NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv» anbefales og planlegges på sikt som et krav for instruktører.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.3.

#### 2.3.5.1 Arbeidsfelt

##### NF Klatreinstruktør 1 lavland kan virke som:

instruktør på klatrekurs og kameratredningskurs i lavlandet, både sportsklatring og naturlig sikret klatring over en eller flere taulengder.

##### NF Klatreinstruktør 1 høyfjell kan virke som:

instruktør på klatrekurs og kameratredningskurs i lavlandet eller i høyfjellet, både sportsklatring og naturlig sikret klatring over en eller flere taulengder.

#### 2.3.6 Godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder

Når en NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell har opparbeidet seg erfaring fra instruksjonspraksis i naturlig sikret klatring kan instruktøren søke om godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder. Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstiller regodkjenningskravene for NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell
- dokumentasjon på at man har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 15 dager

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.3.

#### 2.3.6.1 Arbeidsfelt

Godkjent NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder kan virke som:

- Kursleder (instruktør med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF klatreinstruktør 1 lavland eller høyfjell

#### 2.3.7 Viderekvalifisering fra NF klatreinstruktør 1 lavland til høyfjell

Kandidater som tidligere er godkjent som NF klatreinstruktør 1 lavland kan viderekvalifisere seg til NF klatreinstruktør 1 høyfjell gjennom å opparbeide egen klatreerfaring fra høyfjell og alpin klatring og deretter delta på og bestå veilederkurs klatring høyfjell. Kravene til klatreerfaring er de samme som for opptak til veilederkurs klatring høyfjell. Søknad om godkjenning opprettes i Brattkompetanse.

#### 2.3.8 Rammer for metodeseminar klatring

Rammer for gjennomføring av metodeseminalet presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

##### 2.3.8.1 Opptakskrav for metodeseminar klatring

Godkjent eller tidligere godkjent NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell, NF klatreinstruktør 2 høyfjell eller NF fjellkursleder

##### 2.3.8.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 klatring.

##### 2.3.8.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodeseminalet:

- NF klatreinstruktør 2 høyfjell

- NF fjellkursleder

#### 2.3.8.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på metodeseminaret:

- NF klatreinstruktør 1 lavland kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på naturlig sikret klatrekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF klatreinstruktør 2 høyfjell
- NF fjellkursleder

#### 2.3.8.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Seminaret holdes i et klatreområde som er egnet for å gjennomgå alle aktuelle metoder.

Det skal være maksimalt 6 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

Det skal være minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

#### 2.3.8.6 *Varighet*

Varighet minimum 28 timer fordelt på minimum 3 dager.

#### 2.3.8.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.1.5 Gjennomføring av metodeseminar klatring

#### 2.3.8.8 *Arbeidsfelt*

Gjennomført metodeseminar gir ikke utvidet arbeidsfelt, men er nødvendig for de som ønsker kvalifisering som NF klatreinstruktør 2 høyfjell, samt at bestått seminar kan erstatte egenaktivitet ved regodkjenning.

#### 2.3.9 *Godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell*

For godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell skal instruktøren ha solid erfaring fra egen aktivitet og instruksjon i klatring, skal beherske de tema som inngår i metodeseminar klatring, samt være fortrolig med de tema som inngår i instruktørseminar. I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- godkjent NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder
- gjennomført praksis som medinstruktør på to kvalifiserende kurs klatring (metodekurs og veilederkurs), hvorav metodekurset kan erstattes med to instruktørkurs sportsklatring,
- anbefaling fra kursleder på disse kursene,
- bestått metodeseminar klatring,
- deltatt på instruktørseminar,
- dokumentere vedvarende egenaktivitet på klatrefjell de siste 3 år. Aktiviteten bør tilsvare mer enn 50 taulengder pr år, og bør innbefatte en betydelig andel naturlig sikret klatring og flertaulengders ruter. Det kreves også klatring på ruter av grad 6 eller over, samt klatring i høyfjellet og klatring under vinterforhold,
- gjennomført kurs som minimum tilsvarer NF grunnkurs skred,

- de tre anbefalingene fra praksisene på kvalifiserende kurs og metodeseminar skal være fra minst to forskjellige kursledere. Dersom søker har fått tilbakemelding på sine anbefalinger om ferdigheter som må forbedres, skal dette dokumenteres særskilt.

For å bli godkjent, må kandidatene godtgjøre pedagogisk innsikt og høy metodisk og sikkerhetsmessig standard, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Utfylte skjemaer som dokumenterer egenferdighet, instruktør- og kurslederpraksis, praksis fra kvalifiserende kurs, bestått metodeseminar og deltakelse på instruktørseminar sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.4.

#### *2.3.9.1 Arbeidsfelt*

NF klatreinstruktør 2 høyfjell kan virke som

- instruktør og kursleder på alle aktiviteter som NF klatreinstruktør 1 høyfjell kan lede
- kursleder og instruktør på kvalifiserende kurs/seminarer på klatrefjell i alle typer terreng (utenom isklating).

## 2.4 Instruktørutdanning isklatring

Isklatreinstruktørutdanningen er en videreutdanning for godkjente NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell som ønsker å utvide sitt arbeidsområde til også å innbefatte instruksjon i og organisering av klatring på fosseis.

### 2.4.1 Forhåndsgodkjenning isklatreinstruktørkurs

Før deltakelse på isklatreinstruktørkurs skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredsstiller opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle instruktørkurset søker ønsker å delta på.

#### 2.4.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning isklatreinstruktørkurs

- Godkjent NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell.
- Minimum 2 års erfaring med klatring av flertaulengders fosseruter i forskjellige områder.
- Sikkert og metodisk kunne lede grad WI4.
- Generell erfaring fra turer i fjellet vinterstid.
- Skredkompetanse tilsvarende NF grunnkurs skred eller tilsvarende. Alternativt legger kandidaten fram plan for deltakelse på NF grunnkurs skred i inneværende sesong<sup>2</sup>.
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt
- referanse til to personer, fortrinnsvis instruktører.

*Presisering: "2 års erfaring" må forstås som 2 år med relativt høy egenaktivitet, med minst 15 taulengder i året på is, med et betydelig antall flertaulengders ruter. Kandidaten bør ha ledet flere ruter på WI4.*

### 2.4.2 Rammer for isklatreinstruktørkurs

Rammer for gjennomføring av instruktørkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.4.2.1 Opptakskrav for isklatreinstruktørkurs

Gyldig prekvalifiseringsbevis for isklatreinstruktørkurs.

#### 2.4.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 klatring.

#### 2.4.2.3 Krav til kursleder og medinstruktør

Både kursleder og medinstruktør på isklatreinstruktørkurs må ha en av disse godkjenningene (og krav til praksis)

- NF klatreinstruktør 2 høyfjell som også er godkjent som NF isklatreinstruktør (som i tillegg har minst 8 dagers instruksjonserfaring fra isklatrekurs),
- NF fjellkursleder (som i tillegg har minst 8 dagers instruksjonserfaring fra isklatrekurs)

#### 2.4.2.4 Krav til deltakere per instruktør

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

---

<sup>2</sup>I slike tilfeller skal vurderingsskjema fra isklatrekurs ikke utstedes før kandidaten har dokumentert sin deltakelse på NF grunnkurs skred til kursleder.

#### 2.4.2.5 Varighet

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.4.2.6 Kursplan

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.1.6 Gjennomføring av isklatreinstruktørkurs.

#### 2.4.3 Godkjenning som NF isklatreinstruktør

Endelig godkjenning som NF isklatreinstruktør gis etter bestått isklatreinstruktørkurs. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført grunnkurs skred og bestått isklatreinstruktørkurs sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Se krav for regodkjenning i kapittel 2.10.5.

##### 2.4.3.1 Arbeidsfelt

*Isklatreinstruktør med godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland kan virke som:*

- Instruktør på isklatrekurs på entaulengdes fosser.

*Isklatreinstruktør med godkjenning som NF klatreinstruktør 1 høyfjell kan virke som:*

- Instruktør på isklatrekurs på fosser på en eller flere taulengder.

*Isklatreinstruktør med godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell eller høyere kan virke som:*

- Instruktør på isklatrekurs på fosser på en eller flere taulengder.
- Kursleder eller medinstruktør på isklatreinstruktørkurs når kravet til praksis for dette er oppfylt.

Arrangøren vurderer når en isklatreinstruktør har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på isklatrekurs. Minst 15 dagers instruktørpraksis, hvorav minst 5 dager på is etter bestått isklatreinstruktørkurs er anbefalt.

## 2.5 Instruktørutdanning bre

Norsk Fjellsportforums utdanningsstige innen bre er for de som ønsker å utdanne seg til å bli brefører og/eller breinstruktør.

### 2.5.1 Forhåndsgodkjenning breførerkurs

Før deltakelse på breførerkurs skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredsstillt opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle breførerkurset søker ønsker å delta på.

#### 2.5.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning breførerkurs

- Være 18 år innen kursstart.
- Gjennomført NF grunnkurs bre eller tilegnet seg tilsvarende kunnskap på annen måte
- Dokumentere minst 10 dager på bre i privat regi, både blåis og snødekt bre, i løpet av de siste to årene. Kandidaten skal ha vært på ulike breer.
- Minst 20 dager i alpint høyfjellsterreng (dette kan være ski, klatring, isklating etc.). 10 av disse dagene kan være en del av de 10 dagene på bre i opptakskravet.
- Praksis som breførerassistent eller lignende kan veie opp for øvrige krav.
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt
- Referanse til to personer, fortrinnsvis instruktører.

**Presisering:** Minst 20 døgn i alpint høyfjellsterreng og minst 10 dager på ulike breer (utenom brekurset og i løpet av de siste 2 år) må dokumenteres spesifikt.

Det er viktig at det blir dokumentert at erfaring fra breområder er selvstendig erfaring, der man har vært med på veivalg og sikring underveis. Erfaring fra turer som andre har ledet er av mindre interesse. Det må også dokumenteres variert erfaring med flere turer fra både snødekt bre og blåis, men det er ikke nødvendig med hele brefall. Høy alpin erfaring fra andre aktiviteter kan veie opp mot færre dager på bre.

### 2.5.2 Rammer for breførerkurs

Rammer for gjennomføring av breførerkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.5.2.1 Opptakskrav for breførerkurs

Gyldig prekvalifiseringsbevis for breførerkurs.

#### 2.5.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 bre.

#### 2.5.2.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på breførerkurset:

- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

#### 2.5.2.4 Krav til medinstruktør

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på breførerkurset:

- NF breinstruktør 1 kursleder (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på brekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

#### 2.5.2.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.5.2.6 *Varighet*

Varighet minimum 48 timer fordelt på 5 dager.

#### 2.5.2.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.2.1 Gjennomføring av breførerkurs.

#### 2.5.2.8 *Arbeidsfelt*

Gjennomført breførerkurs gir ingen kvalifisering som brefører, men gir anledning til å gjennomføre assistentpraksisen som er nødvendig for å søke godkjenning som brefører.

### 2.5.3 *Assistentpraksis etter breførerkurs*

For å få endelig godkjenning som brefører må man gjennomføre to dagers assistentpraksis med breføring i etterkant av kurset. Mål og innhold i praksisen er beskrevet i kapittel 3.2.2 Gjennomføring av assistentpraksis etter breførerkurs.

#### 2.5.3.1 *Opptakskrav*

Gjennomført breførerkurs

#### 2.5.3.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 bre.

#### 2.5.3.3 *Krav til veileder*

Praksisen skal gjennomføres under ledelse og tilsyn av en veileder som er minimum godkjent som NF brefører.

#### 2.5.3.4 *Rammer for praksisen*

- Skal gjennomføres på bre.
- Skal være i en føringssituasjon under oppsyn.
- Kandidaten kan få ansvar for eget taulag.
- Assistentpraksis må gjennomføres senest i løpet av tredje kalenderår etter gjennomført breførerkurs.

### 2.5.4 *Godkjenning som NF brefører*

Endelig godkjenning som NF brefører gis etter bestått breførerkurs og gjennomført assistentpraksis med anbefaling. Utfylte skjemaer som dokumenterer bestått breførerkurs og godkjent assistentpraksis sendes inn gjennom brattkompetanse.no. Det kreves også deltagelse på førstehjelpskurs i løpet av de siste 3 år, minimum tilsvarende norsk førstehjelpsråds «norsk grunnkurs i førstehjelp». Kurset «NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv» anbefales og planlegges på sikt som et krav for instruktører.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må breføreren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.6 Regodkjenning som NF brefører.

#### 2.5.4.1 *Arbeidsfelt*

En NF brefører kan:

- Selvstendig føre på breer, både snødekt og blåis, som er oversiktlige og enkle i hele Norge. Det settes krav til internopplæring på hver enkelt bre hos de ulike arrangørene.

#### 2.5.5 *Assistentpraksis før breinstruktørkurs*

Som grunnlag for breinstruktørkurset behøver deltakerne et pedagogisk erfaringsgrunnlag. De skal derfor ha gjennomgått en praksis som instruktørassistent før opptak til breinstruktørkurs. Mål og innhold i praksisen er beskrevet i kapittel 3.2.3 Gjennomføring av assistentpraksis før breinstruktørkurs.

##### 2.5.5.1 *Opptakskrav*

- Godkjent NF brefører

##### 2.5.5.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 bre.

##### 2.5.5.3 *Krav til veileder*

Praksisen skal gjennomføres under ledelse og tilsyn av en veileder som er godkjent som minimum NF breinstruktør 1.

##### 2.5.5.4 *Rammer for praksisen*

- Skal gjennomføres på bre
- Samlet varighet på minst 4 fulle dager
- De 4 dagene kan fordeles på flere kurs av kortere varighet
- Assistenten skal ikke gis selvstendige instruksjonsoppgaver, men instruere sammen med og være under tilsyn og veiledning av instruktøren

##### 2.5.5.5 *Arbeidsfelt*

Gjennomført assistentpraksis gir ikke noe nytt arbeidsfelt, men er nødvendig å ha gjennomført før opptak til breinstruktørkurs.

#### 2.5.6 *Forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs*

Før deltakelse på breinstruktørkurs skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredstiller opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle breinstruktørkurset søker ønsker å delta på.

##### 2.5.6.1 *Krav for forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs*

- Godkjent NF brefører
- Minimum fem dokumenterte turer utover opptakskravene til breførerkurs på forskjellige breer som inkluderer overgang is/snø, og overgang fra bre til fjell.
- Gjennomført 4 dagers assistentpraksis som beskrevet i kapittel 2.5.5 Assistentpraksis før breinstruktørkurs.

### 2.5.7 Rammer for breinstruktørkurs

Rammer for gjennomføring av instruktørkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

Det forventes at kandidatene behersker teknikker og metoder gjennomgått på breførerkurs før de deltar på breinstruktørkurs.

#### 2.5.7.1 Opptakskrav for breinstruktørkurs

Gyldig prekvalifiseringsbevis for breinstruktørkurs.

#### 2.5.7.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 bre.

#### 2.5.7.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på instruktørkurset:

- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

#### 2.5.7.4 Krav til medinstruktør

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på veilederkurs bre:

- NF breinstruktør 1 (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på brekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

#### 2.5.7.5 Krav til deltakere per instruktør

Kurset skal ha minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.5.7.6 Varighet

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.5.7.7 Kursplan

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.2.4 Gjennomføring av breinstruktørkurs.

### 2.5.8 Godkjenning som NF breinstruktør 1

Endelig godkjenning som NF breinstruktør 1 gis etter bestått breinstruktørkurs. Utfylte skjemaer som dokumenterer bestått breinstruktørkurs sendes inn gjennom brattkompetanse.no. Det kreves også gjennomført minimum «NF introkurs førstehjelp for friluftsliv» eller tilsvarende i løpet av de siste 3 år før godkjenning. Kurset «NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv» anbefales og planlegges på sikt som et krav for instruktører.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.7 Regodkjenning som NF breinstruktør 1.

#### 2.5.8.1 Særskilt godkjenning som NF breinstruktør 1 for NF klatreinstruktør høyfjell 1

Kandidater som er godkjent NF klatreinstruktør 1 høyfjell, kan godkjennes som NF breinstruktør 1 når følgende krav er oppfylt.

- Godkjent NF brefører
- Gyldig prekvalifiseringsbevis for breinstruktørkurs

Søknad om godkjenning som NF breinstruktør 1 sendes inn gjennom brattkompetanse.no

#### 2.5.8.2 *Arbeidsfelt*

NF breinstruktør 1 kan virke som:

- instruktør på brekurs
- fører for eget taulag på alle breer i Norge
- fører på turer i høyfjellet, men ikke turer som innbefatter klatring

#### 2.5.9 *Godkjenning som NF breinstruktør 1 kursleder*

Når en NF breinstruktør 1 har opparbeidet seg erfaring fra instruksjonspraksis på brekurs kan instruktøren søke om godkjenning som NF breinstruktør 1 kursleder. Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstillere regodkjenningskravene for NF breinstruktør 1
- dokumentasjon på at man har virket som instruktør på brekurs i minimum 15 dager

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.7 Regodkjenning som NF breinstruktør 1.

##### 2.5.9.1 *Arbeidsfelt*

Godkjent NF breinstruktør 1 kursleder kan virke som:

- Kursleder (instruktør med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF breinstruktør 1

#### 2.5.10 *Rammer for metodeseminar bre*

Rammer for gjennomføring av metodeseminalet presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

##### 2.5.10.1 *Opptakskrav for metodeseminar bre*

Godkjent eller tidligere godkjent NF brefører, NF breinstruktør 1 eller 2 eller NF fjellkursleder.

##### 2.5.10.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 bre.

##### 2.5.10.3 *Krav til kursleder*

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodeseminalet:

- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

##### 2.5.10.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på metodeseminalet:

- NF breinstruktør 1 (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på brekurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis
- NF breinstruktør 2
- NF fjellkursleder

#### 2.5.10.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Seminaret holdes i et breområde som er egnet for å gjennomgå alle aktuelle metoder. Det skal være maksimalt 6 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

Det skal være minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

#### 2.5.10.6 *Varighet*

Varighet minimum 28 timer fordelt på minimum 3 dager.

#### 2.5.10.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.2.5 Gjennomføring av metodeseminar bre.

#### 2.5.10.8 *Arbeidsfelt*

Gjennomført metodeseminar gir ikke utvidet arbeidsfelt, men er nødvendig for de som ønsker kvalifisering som NF breinstruktør 2, samt at bestått seminar kan erstatte egenaktivitet ved regodkjenning.

#### 2.5.11 *Godkjenning som NF breinstruktør 2*

Instruktøren skal ha solid erfaring fra egen aktivitet og instruksjon på bre, skal beherske de tema som inngår i metodeseminar bre, samt være fortrolig med tema som inngår i instruktørseminar. I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- Godkjent NF breinstruktør 1 kursleder.
- Vært medinstruktør på minimum ett breførerkurs og ett breinstruktørkurs, og fått godkjent praksisen fra ansvarlig kursleder på disse kursene,
- Dokumentere vedvarende egenaktivitet på bre og i alpine områder de siste 3 år, aktiviteten på bre må tilsvare minst 10 dager i året, og skal være i forskjellige områder og under forskjellige værforhold, herunder vinterforhold, og må innbefatte Breturer på snø og på is, samt klatring på is.
- Kompetanse innen sikring på fjell som kreves for å undervise i emnet på instruktørkurs bre.
- Deltatt på metodeseminar bre, med anbefaling.
- Deltatt på instruktørseminar.
- Gjennomført kurs som minimum tilsvare grunnkurs skred.
- De tre anbefalingene fra praksisene på kvalifiserende kurs og metodeseminar skal være fra minst to forskjellige kursledere. Dersom søker har fått tilbakemelding på sine anbefalinger om ferdigheter som må forbedres, skal dette dokumenteres særskilt.

For å bli godkjent, må kandidatene godtgjøre pedagogisk innsikt og høy metodisk og sikkerhetsmessig standard, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Utfylte skjemaer som dokumenterer egenferdighet, instruktør- og kurslederpraksis, praksis fra kvalifiserende kurs, bestått metodeseminar, deltakelse på grunnkurs skred og deltakelse på instruktørseminar sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.8 Regodkjenning som NF breinstruktør 2.

##### 2.5.11.1 *Arbeidsfelt*

NF breinstruktør 2 kan virke som

- instruktør og kursleder på alle kvalifiserende kurs bre

- instruktør og kursleder på alle aktiviteter som NF breinstruktør 1 kan lede

## 2.6 NF fjellkursleder

En fjellkursleder er generalisten som skal kunne instruere på bre, i klippeklatring og i fjellklatring under alle forhold, og skal beherske de tema som inngår i de kvalifiserende kursene i breinstruktørstigen og klatreinstruktørstigen.

### 2.6.1 Godkjenning som NF fjellkursleder

Fjellkurslederen skal tilfredsstille følgende kompetansekrav:

- godkjent som enten NF klatreinstruktør 1 høyfjell kursleder eller NF klatreinstruktør 2 høyfjell,
- godkjent som enten NF breinstruktør 1 kursleder eller NF breinstruktør 2,
- gjennomført og bestått metodeseminar klatring,
- gjennomført og bestått metodeseminar bre,
- gjennomført NF grunnkurs skred eller tilsvarende,
- deltatt på instruktørseminar,
- vært medinstruktør på to kvalifiserende kurs på bre (breførerkurs og breinstruktørkurs), eller to kvalifiserende kurs klatring (metodekurs og veilederkurs), og fått godkjent praksisen fra ansvarlig kursleder på disse kursene. (Praksis på metodekurs klatring kan alternativt erstattes med praksis på to instruktørkurs sportsklatring.)
- dokumentere egenaktivitet på et nivå som tilsvarer kravene til godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell,
- dokumentere egenaktivitet på et nivå som tilsvarer kravene til godkjenning som NF breinstruktør 2,
- dokumentere solid erfaring fra ferdsel i alpint vinterfjell.

Utfylt turdagbok, samt skjemaer som dokumenterer at alle kravene til godkjenning som fjellkursleder er oppfylt sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.9.

### 2.6.2 Arbeidsfelt

NF fjellkursleder kan virke som kursleder og medinstruktør på alle kvalifiserende kurs og -seminarer innen klatring og bre inkludert isklatreinstruktørkurs, samt kursleder og medinstruktør på alle typer grunnkurs klatring og bre inkludert isklatrekurs.

## 2.7 Instruktørutdanning skred alpin skiferdsel

Norsk Fjellsportforums utdanningsstige innen skred er for de som ønsker å utdanne seg til skredinstruktør og kunne undervise på skredkurs og kurs i alpin skiferdsel. Utdanningen skal gjøre instruktøren i stand til å undervise på kurs innen alpin skiferdsel, og har overveiende fokus på håndtering av skredfare som forebyggende arbeid.

Deltakeren skal oppnå den fagkunnskapen som en instruktør må ha for å holde introkurs/grunnkurs skred og videregående skredkurs alpin skiferdsel, samt grunnkurs i alpin skiferdsel. Utdanningen skal gi deltakerne inngående kunnskap om skred og alpin skiferdsel i vinterfjellet med vurdering av terreng, snødekke, værforhold og kameratredning, samt betydelig kunnskap om ledelse av kurs i alpin skiferdsel i NF.

### 2.7.1 Forhåndsgodkjenning metodekurs skred alpin skiferdsel

Før deltakelse på metodekurs skred skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søker tilfredsstiller opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle metodekurset søker ønsker å delta på.

#### 2.7.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred alpin skiferdsel

Dokumentasjonskrav:

- Fylt 18 år ved kursets begynnelse.
- Gjennomført NF grunnkurs skred eller dokumentert tilsvarende erfaring.
- Gjennomført NF videregående skredkurs alpin skiferdsel eller dokumentert tilsvarende erfaring.
- Dokumentere turer i vinterfjellet over flere år. Herunder minst 30 turer fordelt over de siste 3 årene. Flertallet av turene skal være i relevant terrengklasse, og det skal være god variasjon i de alpine skiturene.

Kompetansekrav for deltakelse på metodekurs:

- beherske alpin skiferdsel med overskudd:
  - kunne legge spor oppover i urørt snø, og ha kapasitet til å kunne gå topptur på alpint skiutstyr
  - gode nok skiferdigheter til å kunne kjøre kontrollert under alle forhold i bratte heng i omkring 30 graders helling
  - inneha overskudd i vinterfjellet til ivaretagelse av egenomsorg og andre
  - beherske navigasjon med kart, kompass og GPS
- være erfaren med å utføre vurderinger og valg vedrørende identifisering av skredterreng, skredfare og trygge veivalg, samt bruk av skred- og sikkerhetsutstyr
- kunne utføre søk og utgraving av en skredtatt med bruk av sender/mottaker
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt
- referanse til to personer, fortrinnsvis instruktører

### 2.7.2 Rammer for metodekurs skred alpin skiferdsel

Rammer for gjennomføring av metodekurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### *2.7.2.1 Opptakskrav for metodekurs skred alpin skiferdsel*

Gyldig prekvalifiseringsbevis for metodekurs skred.

#### *2.7.2.2 Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 skred alpin skiferdsel.

#### *2.7.2.3 Krav til kursleder*

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodekurset:

- skredinstruktør 2 alpin skiferdsel

#### *2.7.2.4 Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på metodekurset:

- NF Skredinstruktør 2 alpin skiferdsel
- NF Skredinstruktør 1 alpin skiferdsel (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på skredkurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

#### *2.7.2.5 Krav til deltakere per instruktør*

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### *2.7.2.6 Varighet*

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### *2.7.2.7 Gjennomføring og læringsmål*

Gjennomføring av metodekurs med læringsmål er beskrevet i kapittel 3.3.1 Gjennomføring av metodekurs skred.

#### *2.7.2.8 Arbeidsfelt*

Gjennomført metodekurs gir ingen kvalifisering som skredinstruktør, men gir anledning til å gjennomføre assistentpraksisen som er nødvendig for å bli tatt opp på veilederkurs skred alpin skiferdsel.

### *2.7.3 Rammer for aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel*

Som grunnlag for veilederkurset behøver deltakerne et pedagogisk erfaringsgrunnlag. De skal derfor ha gjennomført aspirantpraksis før opptak til veilederkurs skred alpin skiferdsel. Mål og innhold i praksisen er beskrevet i kapittel 3.3.2 Gjennomføring av aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin.

#### *2.7.3.1 Opptakskrav*

- Gjennomført metodekurs skred alpin skiferdsel.
- Fulgt opp eventuelle anbefalinger om egenaktivitet og/eller egenutvikling før praksis.

#### *2.7.3.2 Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 skred alpin skiferdsel.

#### *2.7.3.3 Krav til veileder*

Praksisen skal gjennomføres under veiledning av godkjent minimum NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel.

#### *2.7.3.4 Rammer for praksisen*

- Praksisen skal gjennomføres på skredkurs/kurs i alpin skiferdsel

- Samlet varighet på minst seks fulle dager, ett av kursene må være NF grunnkurs skred
- Aspiranten skal ikke gis undervisningsoppgaver uten tilstedeværelse og veiledning av veileder.
- Aspirantpraksis må gjennomføres senest 3 år etter gjennomført metodekurs.
- Kursleder skal etter endt praksis fylle ut vurderingsskjema for gjennomført aspirantpraksis.

#### 2.7.3.5 *Arbeidsfelt*

Gjennomført aspirantpraksis gir ingen kvalifisering som skredinstruktør, men kreves for å bli tatt opp til veilederkurs skred alpin skiferdsel.

### 2.7.4 *Rammer for veilederkurs skred alpin skiferdsel*

Rammer for gjennomføring av veilederkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.7.4.1 *Opptakskrav for veilederkurs skred alpin skiferdsel*

- Gjennomført metodekurs skred alpin skiferdsel.
- Gjennomført aspirantpraksis etter kravene i kapittel 2.7.3 hos NF-godkjent arrangør. Kandidaten skal være sett, vurdert og anbefalt av minimum to ulike instruktører.
- Ha fulgt opp anbefalinger fra metodekurs og aspirantpraksis.

Kandidatene må beherske metoder og fagtema gjennomgått på metodekurs før de søker opptak på veilederkurs. Veilederkurset må gjennomføres senest tre år etter gjennomført metodekurs.

#### 2.7.4.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 skred alpin skiferdsel.

#### 2.7.4.3 *Krav til kursleder*

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på veilederkurset:

- NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel

#### 2.7.4.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på veilederkurset:

- NF Skredinstruktør 2 alpin skiferdsel
- NF Skredinstruktør 1 alpin skiferdsel (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på skredkurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

#### 2.7.4.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Kurset skal ha minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.7.4.6 *Varighet*

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.7.4.7 *Gjennomføring og læringsmål*

Gjennomføring av veilederkurset med læringsmål er beskrevet i kapittel 3.3.3 Gjennomføring av veilederkurs skred alpin.

### 2.7.5 Godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel

Endelig godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel gis etter bestått veilederkurs skred alpin skiferdsel. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført metodekurs, gjennomført aspirantpraksis og bestått veilederkurs skred alpin skiferdsel sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no). Det kreves også gjennomført minimum «NF introkurs førstehjelp for friluftsliv» eller tilsvarende i løpet av de siste 3 år før godkjenning. Kurset «NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv» anbefales og planlegges på sikt som et krav for instruktører.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.10.

#### 2.7.5.1 Arbeidsfelt

Skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kan virke som:

- instruktør på NF introkurs skred, grunnkurs skred, videregående skredkurs alpin skiferdsel og grunnkurs alpin skiferdsel (toppturkurs)

### 2.7.6 Kvalifisering mellom NF veileder 1 nordisk skiferdsel og NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel

Under utarbeidelse.

### 2.7.7 Godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder

Når en NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel har opparbeidet seg instruksjonspraksis fra skredkurs/skiferdselskurs kan instruktøren søke om godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder. Utfylte skjemaer som dokumenterer instruksjonspraksisen sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no). Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstiller regodkjenningskravene for NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel
- dokumentasjon på at man har virket som instruktør på skredkurs/skiferdselskurs i minimum 15 dager

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.10.

#### 2.7.7.1 Arbeidsfelt

Godkjent NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder kan virke som:

- Kursleder (instruktør med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel.

### 2.7.8 Rammer for metodeseminar skred alpin skiferdsel

Rammer for gjennomføring av metodeseminalet presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.7.8.1 Opptakskrav for metodeseminar skred alpin skiferdsel

- Godkjent eller tidligere godkjent NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel, NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel

eller

- Annen relevant utdanning og kompetanse.

#### 2.7.8.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 skred alpin skiferdsel.

#### 2.7.8.3 *Krav til kursleder*

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodeseminaret:

- NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel

#### 2.7.8.4 *Krav til medinstruktør*

En instruktør med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medinstruktør på metodeseminaret:

- NF Skredinstruktør 2 alpin skiferdsel
- NF Skredinstruktør 1 alpin skiferdsel (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på skredkurs), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

#### 2.7.8.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Seminaret holdes i et skredrelevant område og terreng som er egnet for å gjennomgå alle aktuelle metoder.

Det skal være maksimalt 6 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

Det skal være minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

#### 2.7.8.6 *Varighet*

Varighet minimum 28 timer fordelt på minimum 3 dager.

#### 2.7.8.7 *Kursplan*

Kursplan med temaliste og innhold er beskrevet i kapittel 3.3.4 Gjennomføring av metodeseminar skred alpin

#### 2.7.8.8 *Arbeidsfelt*

Gjennomført metodeseminar gir ikke utvidet arbeidsfelt, men er nødvendig for de som ønsker kvalifisering som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel, samt at bestått seminar kan erstatte egenaktivitet ved regodkjenning.

### 2.7.9 *Godkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel*

For godkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel skal instruktøren ha solid erfaring fra egen skiferdsel og instruksjon på skredkurs, skiferdselskurs og turer, og skal beherske de tema som inngår i metodeseminar skred, samt være fortrolig med tema som inngår i instruktørseminar. I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- Godkjent NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel.
- Vært medinstruktør på minst to kvalifiserende kurs skred alpin skiferdsel (metodekurs og veilederkurs),
- anbefaling fra ansvarlig kursleder på disse kursene.
- Dokumentere vedvarende egenaktivitet i alpin skiferdsel de siste 3 år. Aktiviteten må tilsvare minst 10 døgn per år, og skal være i forskjellige områder og under forskjellige værforhold.
- Bestått metodeseminar skred alpin skiferdsel.
- Deltatt på instruktørseminar.

- Ha kjennskap til de ulike kursstigenes i NF Nasjonal Standard.

Anbefalingene fra praksisene på kvalifiserende kurs og metodeseminar skred alpin skiferdsel skal være fra minst to forskjellige kursledere. Dersom søker har fått tilbakemelding på sine anbefalinger om ferdigheter som må forbedres, skal dette dokumenteres særskilt.

For å bli godkjent, må kandidatene godtgjøre pedagogisk innsikt og høy metodisk og sikkerhetsmessig standard, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Utfylte skjemaer som dokumenterer egenferdighet, instruktør- og kurslederpraksis, praksis fra kvalifiserende kurs, bestått metodeseminar og deltakelse på instruktørseminar sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.11.

#### *2.7.9.1 Arbeidsfelt*

NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel kan virke som kursleder og instruktør på alle kvalifiserende skredkurs alpin skiferdsel, samt alle arbeidsfelt som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel.

## 2.8 Veilederutdanning nordisk skiferdsel

Norsk Fjellsportforums veilederutdanning nordisk skiferdsel er for de som ønsker å veilede grupper i vinterfjellet. Utdanningen fokuserer på nordisk skiferdsel primært i terrengklassifisering 0 og 1 på lagdelt snø og i terrengklassifisering 2 på stabilt snødekke i henhold til KAST, og med på fokus forflytning og overnatting utendørs. Utdanningen har overveiende fokus på håndtering av skredfare som forebyggende arbeid.

Deltakeren skal oppnå den fagkunnskapen som en veileder må ha for å holde NF introkurs skred, grunnkurs skred og videregående kurs nordisk skiferdsel, samt planlegge og lede organiserte turer med grupper over flere dager i vinterfjellet. Utdanningen skal gi deltakerne inngående kunnskap om ferdsel i vinterfjellet med vurdering av terreng, snødekke, værforhold og kameratredning, samt betydelig kunnskap om ledelse av grupper på tur.

Utdanningen skal gi deltakerne inngående teoretisk og praktisk kunnskap om planlegging og gjennomføring av skiturer for grupper i vinterfjellet over flere dagers varighet der etablering av teltleir og bivuaakk inngår. Videre inngår kunnskap om teoretisk og praktisk terrengvurdering med tanke på trygge og effektive veivalg, identifisering av skredproblem i snødekket, gruppedynamikk på tur og kameratredning.

### 2.8.1 Forhåndsgodkjenning metodekurs nordisk skiferdsel

Før deltakelse på metodekurs nordisk skiferdsel skal søkeren vurderes av NF om opptakskravene oppfylles. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søker sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring. Dersom søker tilfredsstillt opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle metodekurset søker ønsker å delta på.

#### 2.8.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred nordisk skiferdsel

Dokumentasjonskrav:

- Fylt 18 år ved kursets begynnelse.
- Gjennomført NF grunnkurs skred eller dokumentert tilsvarende erfaring.
- Gjennomført NF videregående kurs nordisk skiferdsel eller dokumentert tilsvarende erfaring.
- Dokumentere turer i vinterfjellet over flere år. Herunder minst 30 turdager/turdøgn fordelt mellom lengre dagsturer og overnattingsturer over de siste 3 årene. Flertallet av turene skal være i en relevant terrengklasse, og minimum tre av turene skal være med overnatting ute i telt eller snøhule.

Kompetansekrav for deltakelse på metodekurs:

- beherske nordisk skiferdsel med overskudd:
  - Inneha fysisk kapasitet til forflytning i vinterfjellet med egen sekk/pulk over flere dager.
  - Inneha overskudd i vinterfjellet til ivaretagelse av egenomsorg og andre
  - Beherske navigasjon med kart, kompass og GPS.
  - Inneha gode egenferdigheter på fjellski med tursekk og pulk i nordisk terreng, og kunne ta økonomiske veivalg med tanke på terreng og snøens beskaffenhet. Samt beherske bruk av skismøring og skifeller.
  - Beherske overnatting i telt og snø.
- Være kjent med å utføre vurderinger og valg vedrørende identifisering av skredterreng, skredfare og trygge veivalg, samt bruk av skred- og sikkerhetsstyr.

- kunne utføre søk og utgraving av en skredtatt med bruk av sender/mottaker
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt
- referanse til to personer, fortrinnsvis instruktører

## 2.8.2 Rammer for metodekurs nordisk skiferdsel

Rammer for gjennomføring av metodekurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

### 2.8.2.1 Opptakskrav for metodekurs nordisk skiferdsel

Gyldig prekvalifiseringsbevis for metodekurs nordisk skiferdsel.

### 2.8.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 nordisk skiferdsel.

### 2.8.2.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodekurset:

- NF veileder 2 nordisk skiferdsel

### 2.8.2.4 Krav til medveileder

En veileder med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medveileder på metodekurset:

- NF veileder 2 nordisk skiferdsel
- NF veileder 1 nordisk skiferdsel (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på skredkurs eller kurs i nordisk skiferdsel), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

### 2.8.2.5 Krav til deltakere per instruktør

Det skal være maksimalt 6 deltakere per veileder (kursleder/medveileder).

### 2.8.2.6 Varighet

Minimum varighet er 38 timer fordelt over 4 dager. Lesing av pensum og arbeidsoppgaver knyttet til turplanlegging og egenmelding kommer i tillegg.

### 2.8.2.7 Gjennomføring og læringsmål

Gjennomføring av metodekurs med læringsmål er beskrevet i kapittel 3.4.1 Gjennomføring av NF metodekurs nordisk skiferdsel.

### 2.8.2.8 Arbeidsfelt

Gjennomført metodekurs gir ingen kvalifisering som veileder, men gir anledning til å gjennomføre aspirantpraksis som er nødvendig for å bli tatt opp på veilederkurs nordisk skiferdsel.

## 2.8.3 Rammer for aspirantpraksis for veileder 1 nordisk skiferdsel

Som grunnlag for veilederkurset behøver deltakerne et pedagogisk erfaringsgrunnlag. De skal derfor ha gjennomført aspirantpraksis før opptak til veilederkurs. Mål og innhold i praksisen er beskrevet i kapittel 3.4.2 Gjennomføring av aspirantpraksis for NF veileder 1 nordisk skiferdsel.

### 2.8.3.1 Opptakskrav

- Gjennomført metodekurs nordisk skiferdsel.
- Fulgt opp eventuelle anbefalinger om egenaktivitet og/eller egenutvikling før praksis.

### 2.8.3.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 nordisk skiferdsel.

### 2.8.3.3 *Krav til veileder*

Praksisen skal gjennomføres under veiledning av godkjent minimum NF veileder 1 nordisk skiferdsel.

### 2.8.3.4 *Rammer for praksisen*

- Samlet varighet på minst seks fulle dager.
- De seks dagene skal fordeles mellom praksis på kurs og på organisert tur. Minst to av dagene skal være fra NF grunnkurs skred, og fra en nordisk skitur i fjellet med forflytning og overnatting i telt/bolig i snø med en gruppe – f.eks. NF videregående kurs nordisk skiferdsel.
- Aspiranten skal gis selvstendige undervisningsoppgaver.
- Aspirantpraksis må gjennomføres senest 3 år etter gjennomført metodekurs.
- Aspirantpraksis må gjennomføres før veilederkurs.
- Kursleder skal etter endt praksis utfylle vurderingsskjema for gjennomført aspirantpraksis.

### 2.8.3.5 *Arbeidsfelt*

Gjennomført aspirantpraksis gir ingen kvalifisering som veileder, men kreves for å bli tatt opp til veilederkurs nordisk skiferdsel.

## 2.8.4 *Rammer for veilederkurs nordisk skiferdsel*

Rammer for gjennomføring av veilederkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

### 2.8.4.1 *Opptakskrav for veilederkurs nordisk skiferdsel*

- Gjennomført metodekurs nordisk skiferdsel.
- Gjennomført aspirantpraksis etter kravene i kapittel 3.4.2 hos NF-godkjent arrangør. Kandidaten skal være sett, vurdert og anbefalt av minimum to ulike veiledere.
- Ha fulgt opp anbefalinger fra metodekurs og aspirantpraksis.

Kandidaten må beherske metoder og fagtema gjennomgått på metodekurs før de søker opptak på veilederkurs. Veilederkurset må gjennomføres senest tre år etter gjennomført metodekurs.

### 2.8.4.2 *Krav til arrangør*

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 nordisk skiferdsel.

### 2.8.4.3 *Krav til kursleder*

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på veilederkurset:

- NF veileder 2 nordisk skiferdsel

### 2.8.4.4 *Krav til medveileder*

En veileder med en av disse godkjenningene (og eventuelt krav til praksis) kan være medveileder på veilederkurset:

- NF veileder 2 nordisk skiferdsel
- NF veileder 1 nordisk skiferdsel (som i tillegg har minst 10 dagers praksis som kursleder på skredkurs/kurs i nordisk skiferdsel), dvs. totalt minimum 25 dagers instruktørpraksis

### 2.8.4.5 *Krav til deltakere per veileder*

Kurset skal ha minst 2 veiledere (kursleder/medinstruktør).

Det skal være maksimalt 6 deltakere per veileder (kursleder/medinstruktør).

#### 2.8.4.6 Varighet

Varighet minimum 38 timer fordelt på minimum 4 dager.

#### 2.8.4.7 Gjennomføring og læringsmål

Gjennomføring av veilederkurset med læringsmål er beskrevet i kapittel 3.4.3 Gjennomføring av veilederkurs skred nordisk skiferdsel.

#### 2.8.5 Godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel

Endelig godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel gis etter bestått veilederkurs nordisk skiferdsel. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført metodekurs, gjennomført aspirantpraksis og bestått veilederkurs nordisk skiferdsel sendes inn gjennom brattkompetanse.no. Det kreves også gjennomført minimum «NF introkurs førstehjelp for friluftsliv» eller tilsvarende i løpet av de siste 3 år før godkjenning. Kurset «NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv» anbefales og planlegges på sikt som et krav for veiledere.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må veilederen søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.12.

##### 2.8.5.1 Arbeidsfelt

NF veileder 1 nordisk skiferdsel kan virke som:

- Veileder på NF introkurs skred, grunnkurs skred og videregående kurs nordisk skiferdsel.
- Veileder i nordisk skiferdsel i terreng klassifisering 0 og 1 på lagdelt snø og i terrengklassifisering 2 på homogent snødekke i henhold til KAST, og med fokus på forflytning og overnatting utendørs.

#### 2.8.6 Kvalifisering mellom NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel og NF veileder 1 nordisk skiferdsel

Under utarbeidelse.

#### 2.8.7 Godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder

Når en NF veileder 1 nordisk skiferdsel har opparbeidet seg veiledningspraksis fra skred- og skiferdselskurs kan veilederen søke om godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder. Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstiller regodkjenningskravene for NF veileder 1 nordisk skiferdsel
- dokumentasjon på at man har virket som veileder på skredkurs/skiferdselskurs i minimum 15 dager

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må veilederen søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.12.

##### 2.8.7.1 Arbeidsfelt

Godkjent NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder kan virke som:

- Kursleder (veileder med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF veileder 1 nordisk skiferdsel.

### 2.8.8 Godkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel

For godkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel skal veilederen ha solid erfaring fra egen skiferdsel og instruksjon på skredkurs, skiferdselskurs og turer, og skal beherske de tema som inngår i metodekurs nordisk skiferdsel, samt være kompetent med tema som inngår i instruktørseminar. I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- Godkjent NF veileder 1 nordisk skiferdsel.
- Vært medveileder på minst to kvalifiserende kurs nordisk skiferdsel (metodekurs og veilederkurs),
- anbefaling fra ansvarlig kursleder på disse kursene.
- Dokumentere vedvarende egenaktivitet i nordisk skiferdsel de siste 3 år. Aktiviteten må tilsvare minst 10 døgn per år, og skal være i forskjellige områder og under forskjellige værforhold.
- Deltatt på instruktørseminar.
- Ha kjennskap til de ulike kursstigene i NF Nasjonal Standard.

Anbefalingene fra praksisene på kvalifiserende kurs skal være fra minst to forskjellige kursledere. Dersom søker har fått tilbakemelding på sine anbefalinger om ferdigheter som må forbedres, skal dette dokumenteres særskilt.

For å bli godkjent, må kandidatene godtgjøre pedagogisk innsikt og høy metodisk og sikkerhetsmessig standard, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

Utfylte skjemaer som dokumenterer egenferdighet, veileder- og kurslederpraksis, praksis fra kvalifiserende kurs og deltakelse på instruktørseminar sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må veilederen søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.13

#### 2.8.8.1 Arbeidsfelt

NF veileder 2 nordisk skiferdsel kan virke som kursleder og instruktør på alle kvalifiserende kurs nordisk skiferdsel, samt alle arbeidsfelt som NF veileder 1 nordisk skiferdsel.

## 2.9 Utdanningsstige førstehjelp for friluftsliv

Norsk Fjellsportforums utdanningsstige innen førstehjelp for friluftsliv er for de som ønsker å utdanne seg til førstehjelpsinstruktør. Førstehjelpsinstruktør 1 er en sertifisert instruktør med fagkompetanse innen veiledning og førstehjelp for friluftsliv. Utdanningen består av tre moduler, metodekurs, assistentpraksis og veilederkurs.

Kursene i førstehjelp for friluftsliv anvender Førstehjelpstriangelet som visuell modell for å tydeliggjøre og prioritere undersøkelse og behandlingstiltak innen førstehjelp for friluftsliv. Modellen skal videre fungere som et didaktisk verktøy på alle kursnivåer.



### Hovedlæringsmål for instruktørutdanningen

- A. Ha kunnskap om Norsk Fjellsportforum, skadeforebyggende arbeid og utøvelse av friluftsliv i Norge.
- B. Beherske førstehjelp for friluftsliv.
- C. Beherske friluftslivsdidaktikk.

### 2.9.1 Forhåndsgodkjenning metodekurs førstehjelp for friluftsliv

Før deltakelse på metodekurs førstehjelp skal NF vurdere om søkeren oppfyller opptakskravene. Deltakeren må i god tid før kurs sende inn søknad gjennom brattkompetanse.no. I søknaden må søkeren sende inn utfylt NF-turdagbok som dokumenterer erfaring og kompetanse. Dersom søkeren tilfredstiller opptakskravene utsteder NF et bevis på dette (prekvalifiseringsbevis) som søker fremlegger for NF-arrangøren som arrangerer det aktuelle metodekurset søker ønsker å delta på.

#### 2.9.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs førstehjelp for friluftsliv

Personer som søker opptak som førstehjelpsinstruktør bør ha spesiell interesse for førstehjelp, friluftsliv og undervisning. Dette må dokumenteres gjennom søknad:

- Fylt 18 år ved kursets begynnelse
- Gjennomført grunnkurs førstehjelp for friluftsliv eller inneha tilsvarende kompetanse.
- Selvstendig erfaring fra pasientbehandling innen helse, forsvar, redningstjeneste eller tilsvarende. Søker bør ha ervervet erfaring over tid.
- Solide ferdigheter i friluftsliv sommer og vinter, med minst 10 overnattinger utendørs.
- generell leder- eller instruksjonserfaring vil telle positivt

## 2.9.2 Rammer for metodekurs førstehjelp for friluftsliv

Rammer for gjennomføring av metodekurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

### 2.9.2.1 Opptakskrav for metodekurs førstehjelp for friluftsliv

Gyldig prekvalifiseringsbevis for metodekurs førstehjelp.

### 2.9.2.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 førstehjelp.

### 2.9.2.3 Krav til kursleder

En instruktør med en av disse godkjenningene kan være kursleder på metodekurset:

- NF førstehjelpsinstruktør 2

### 2.9.2.4 Krav til medinstruktør

Medinstruktør er personer med følgende kompetanse:

Enten

- NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder (som i tillegg har minimum 4 dagers praksis som kursleder på NF førstehjelpskurs), dvs. totalt minimum 10 dagers instruktørpraksis i førstehjelp for friluftsliv

eller

- førstehjelpsinstruktør 2

### 2.9.2.5 Krav til deltakere per instruktør

Det skal være maksimalt 5 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

### 2.9.2.6 Varighet

Varighet minimum 24 timer fordelt på minimum 3 dager.

### 2.9.2.7 Kursplan

Kursplan med læringsmål og tilhørende informasjon er beskrevet i kapittel 3.5.1 Gjennomføring av metodekurs førstehjelp for friluftsliv.

### 2.9.2.8 Arbeidsfelt

Gjennomført metodekurs gir ingen kvalifisering som førstehjelpsinstruktør, men gir anledning til å gjennomføre assistentpraksisen som er nødvendig for å bli tatt opp på veilederkurs førstehjelp.

## 2.9.3 Rammer for assistentpraksis for førstehjelpsinstruktør 1

Som grunnlag for veilederkurset behøver deltakerne et pedagogisk erfaringsgrunnlag. De skal derfor ha gjennomgått en praksis som instruktørassistent før opptak til veilederkurs førstehjelp.

#### 2.9.3.1 Opptakskrav

- Gjennomført metodekurs førstehjelp.
- Fulgt opp eventuelle anbefalinger om egenaktivitet og/eller egenutvikling før praksis, og dokumentere dette.

#### 2.9.3.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 1 førstehjelp.

#### 2.9.3.3 Krav til veileder

Praksisen skal gjennomføres under ledelse og tilsyn av en veileder som er godkjent som minimum NF førstehjelpsinstruktør 1.

#### 2.9.3.4 Rammer for praksisen

- Delta som instruktørassistent på ett NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv.
- Instruktørassistenten kan fungere som medinstruktør under veiledning av NF førstehjelpsinstruktør.
- Assistentpraksis må gjennomføres senest tre år etter gjennomført metodekurs.

#### 2.9.3.5 Arbeidsfelt

Gjennomført assistentpraksis gir ingen kvalifisering som førstehjelpsinstruktør utover det som er gitt etter vurdering metodekurs, men assistentpraksis kreves gjennomført, med anbefaling videre, for å bli tatt opp til veilederkurs førstehjelp.

### 2.9.4 Rammer for NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv

Rammer for gjennomføring av veilederkurset presenteres her, mens kursplanen presenteres i eget kapittel.

#### 2.9.4.1 Opptakskrav for NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv

- Gjennomført metodekurs førstehjelp.
- Gjennomført assistentpraksis etter kravene i kapittel 2.9.3 hos NF-godkjent arrangør.
- Ha fulgt opp anbefalinger fra metodekurs og assistentpraksis og dokumentert dette.

Kandidatene må beherske læringsmålene fra metodekurs før de søker opptak på veilederkurs. Veilederkurset må gjennomføres senest tre år etter gjennomført metodekurs.

#### 2.9.4.2 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 førstehjelp for friluftsliv.

#### 2.9.4.3 Krav til kursleder

- NF førstehjelpsinstruktør 2

#### 2.9.4.4 Krav til medinstruktør

Medinstruktør er personer med følgende kompetanse:

Enten

- NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder (som i tillegg har minimum 4 dagers praksis som kursleder på NF førstehjelpskurs), dvs. totalt minimum 10 dagers instruktørpraksis i førstehjelp for friluftsliv

eller

- NF førstehjelpsinstruktør 2

#### 2.9.4.5 *Krav til deltakere per instruktør*

Kurset skal ha minst 2 instruktører (kursleder/medinstruktør).

Det skal være maksimalt 4 deltakere per instruktør (kursleder/medinstruktør).

#### 2.9.4.6 *Varighet*

Varighet minimum 16 timer fordelt på minimum 2 dager.

#### 2.9.4.7 *Kursplan*

Kursplan med læringsmål og tilhørende informasjon er beskrevet i kapittel 3.5.3 Gjennomføring av veilederkurs førstehjelp for friluftsliv.

### 2.9.5 *Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1*

Endelig godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 gis etter bestått veilederkurs førstehjelp. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført metodekurs, gjennomført assistentpraksis og bestått veilederkurs førstehjelp sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

#### 2.9.5.1 *Arbeidsfelt*

NF førstehjelpsinstruktør 1 kan virke som:

- Instruktør på NF dagskurs og grunnkurs førstehjelp for friluftsliv

Arrangøren vurderer når en NF førstehjelpsinstruktør 1 har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på førstehjelpskurs. Minst 6 dagers instruktørpraksis er anbefalt.

### 2.9.6 *Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder*

Når en NF førstehjelpsinstruktør 1 har opparbeidet seg instruksjonspraksis fra førstehjelpskurs for friluftsliv kan instruktøren søke om godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder. Utfylte skjemaer som dokumenterer instruksjonspraksisen sendes inn gjennom brattkompetanse.no. Kravene er som følger:

- dokumentasjon på at man tilfredsstiller kravene for regodkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1
- dokumentasjon på at man har virket som instruktør på førstehjelpskurs for friluftsliv i minimum 6 dager

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.14.

#### 2.9.6.1 *Arbeidsfelt*

Godkjent NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder kan virke som:

- Kursleder (instruktør med hovedansvar) på alle aktiviteter som er listet opp under arbeidsområdet til NF førstehjelpsinstruktør 1

### 2.9.7 *Godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2*

For godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2 skal instruktøren ha solid erfaring fra egen aktivitet og veiledning på førstehjelpskurs. NF førstehjelpsinstruktør 2 skal inneha høy pedagogisk, metodisk og sikkerhetsmessig kompetanse, samt inneha kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel.

I tillegg kommer følgende krav til kompetanse:

- Godkjent NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder
- Minimum 10 dagers praksis som instruktør på førstehjelpskurs, hvorav minst 4 dager på NF førstehjelpskurs
- Godkjent NF instruktørseminar
- Vært medinstruktør på minst ett NF metodekurs førstehjelp for friluftsliv
- Vært medinstruktør på minst ett NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv
- anbefaling fra ansvarlig kursleder på både NF metode- og veilederkurs førstehjelp for friluftsliv. anbefalingene skal være fra to ulike kursledere.
- Dokumentere vedvarende egenaktivitet i friluftsliv sommer og vinter de siste 3 år.
- Dokumentere selvstendig erfaring fra pasientbehandling innen helse, forsvar, redningstjeneste eller tilsvarende. Søker må praktisere dette regelmessig. Instruktører med tidligere profesjonell yrkeserfaring (ambulansesarbeidere, paramedisiner, sykepleiere og leger), men som ikke lengre praktiserer pasientbehandling i sitt daglige virke, kan godkjennes

Utfylte skjemaer som dokumenterer dette sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Godkjenningen har en varighet på 5 år. Etter 5 år må instruktøren søke om regodkjenning. Kravene til regodkjenning finnes i kapittel 2.10.15.

#### [2.9.7.1 Arbeidsfelt](#)

NF førstehjelpsinstruktør 2 kan virke som kursleder og instruktør på NF kvalifiserende kurs førstehjelp for friluftsliv.

## 2.10 Regodkjenning

Alle instruktørgodkjenninger gis med begrenset varighet som spesifisert i kapitlene som inneholder rammene for instruktørutdanning. Her spesifiseres krav som må oppfylles for å få regodkjenning.

Det forventes at søknad om regodkjenning sendes inn når det nærmer seg datoen for utløp av godkjenningen, men søknad om regodkjenning kan også sendes inn etter at godkjenningen er utløpt. Kriteriene for regodkjenning er de samme uavhengig av om søknaden leveres inn før eller etter utløpsdato, og uavhengig av hvor lang tid det har gått siden godkjenningen utløp.

Når regodkjenning innvilges, gis det 5 års forlenget godkjenning fra den datoen regodkjenningssøknaden godkjennes.

Søkere som ikke oppfyller alle kriteriene, kan skjønnsvurderes på bakgrunn av overbevisende tilleggskvalifikasjoner. I grensetilfeller kan NF forlenge godkjenningen med inntil ett år for å gi søker anledning til å oppfylle kravene til regodkjenning.

### 2.10.1 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport (også kursleder)

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter kravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.2.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning instruktørkurs sportsklatring
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillter kravene til regodkjenning, må instruktørkurs sportsklatring tas på nytt og består for å bli regodkjent.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

### 2.10.2 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.2.6 Godkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som klatreinstruktør 2 sport ble gitt.

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstill de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstill egenferdighetskravene/instruksjonskravene til regodkjenning, må instruktørkurs sportsklatring tas på nytt og består for å bli regodkjent som enten NF klatreinstruktør 1 sport eller NF klatreinstruktør 2 sport, avhengig av deltakelse på instruktørseminar.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 sport. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom brattkompetanse.no.

### 2.10.3 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell (også kursleder)

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstill ferdighetskravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.3.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs klatring
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager/50 taulengder

eller

- deltatt på metodeseminar klatring eller veilederkurs klatring og bestått i løpet av godkjenningsperioden

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom brattkompetanse.no

Søknader som ikke tilfredsstill regodkjenningskravet om relevant terreng (lavland/høyfjell) kan få innvilget regodkjenning i annet terreng (sport/lavland) om de vurderes som innenfor til dette.

Dersom søker ikke tilfredsstill kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av tre følgende måter:

- delta på veilederkurs klatring lavland/høyfjell på nytt og bestå
- delta på metodeseminar klatring og bestå
- fungere som hjelpeinstruktør under to ulike kurs på grunnleggende nivå. Hjelpeinstruktøren skal være under tilsyn og få vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike kursledere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 6 dager, hvorav minst 2 dager med hver kursleder.

Instruktøren får da fornyet godkjenning i den terrengklassen veilederkurset ble holdt i. Hvis instruktøren deltok på metodeseminar klatring gis regodkjenning i den terrengklassen instruktøren hadde i forrige godkjenningsperiode.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom brattkompetanse.no.

#### 2.10.4 Regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.3.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs klatring.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på utendørs klatring i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager/50 taulengder
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som klatreinstruktør 2 høyfjell ble gitt

eller

- deltatt på metodeseminar klatring og bestått i løpet av godkjenningsperioden
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell ble gitt

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom brattkompetanse.no.

Søknader som ikke tilfredsstillter regodkjenningskravet om relevant terreng (høyfjell) kan få innvilget regodkjenning i annet terreng (sport/lavland) om de vurderes som innenfor til dette.

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstillter de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 høyfjell. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstillter egenferdighetskravene/instruksjonskravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes gjennom å delta på metodeseminar klatring og bestå (kravet om deltakelse på instruktørseminar kommer i tillegg).

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF klatreinstruktør 2 høyfjell. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom brattkompetanse.no.

#### 2.10.5 Regodkjenning som NF isklatreinstruktør

Godkjenningen som isklatreinstruktør synkroniseres med godkjenningen som NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell eller NF klatreinstruktør 2 høyfjell. Man søker kun om regodkjenning som klatreinstruktør, skiver i søknaden at man også ønsker regodkjenning som isklatreinstruktør. Når regodkjenning som klatreinstruktør blir innvilget skal også isklatreinstruktørgodkjenningen forlenges.

#### 2.10.6 Regodkjenning som NF brefører

For NF brefører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.5.1.1 Forhåndsgodkjenning breførerkurs .
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som brefører i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager

eller

- deltatt på breførerkurs og bestått i løpet av godkjenningsperioden

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillter kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av to følgende måter:

- delta på breførerkurs på nytt og bestå
- fungere som assistentfører på 6 føringsdager under oppsyn av minimum godkjent brefører. Assistentføreren skal være under tilsyn og få vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike breførere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 6 dager, hvorav minst 2 dager med hver brefører.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.7 Regodkjenning som NF breinstruktør 1 (også kursleder)

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.5.1.1 Forhåndsgodkjenning breførerkurs og kapittel 2.5.6.1 Krav for forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på bre i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager

eller

- deltatt på metodeseminar bre eller breinstruktørkurs og bestått i løpet av godkjenningsperioden

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillter kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av tre følgende måter:

- delta på breinstruktørkurs på nytt og bestå
- delta på metodeseminar bre og bestå
- fungere som hjelpeinstruktør under to ulike kurs på grunnleggende nivå. Hjelpeinstruktøren skal være under tilsyn og få vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike kursledere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 6 dager, hvorav minst 2 dager med hver kursleder.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.8 Regodkjenning som NF breinstruktør 2

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.5.1.1 Forhåndsgodkjenning breførerkurs og kapittel 2.5.6.1 Krav for forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør på bre i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som breinstruktør 2 ble gitt

eller

- deltatt på metodeseminar bre og bestått i løpet av godkjenningsperioden
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som breinstruktør 2 ble gitt

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstillter de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF breinstruktør 1. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som NF breinstruktør 2 ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstillter egenferdighetskravene/instruksjonskravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes gjennom å delta på metodeseminar bre og bestå (kravet om deltakelse på instruktørseminar kommer i tillegg).

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF breinstruktør 2. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.9 Regodkjenning som NF fjellkursleder

For NF fjellkursleder som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.3.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs klatring og kapittel 2.5.1.1 Forhåndsgodkjenning breførerkurs og kapittel 2.5.6.1 Krav for forhåndsgodkjenning breinstruktørkurs.

- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som instruktør i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager/50 taulengder
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som fjellkursleder ble gitt

eller

- deltatt på metodeseminar klatring eller metodeseminar bre og bestått i løpet av godkjenningsperioden
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som fjellkursleder ble gitt

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Søknader som ikke tilfredsstillers regodkjenningskravet innen begge kan få innvilget regodkjenning i en disiplin (klatring/bre) om de vurderes som innenfor til dette.

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstillers de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF klatreinstruktør 1 høyfjell og NF breinstruktør 1. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som fjellkursleder ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstillers egenferdighetskravene/instruksjonskravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes gjennom å delta på delta på metodeseminar klatring eller metodeseminar bre og bestå (kravet om deltakelse på instruktørseminar kommer i tillegg).

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF fjellkursleder. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.10 [Regodkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel \(også kursleder\)](#)

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillers ferdighetskravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.7.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som skredinstruktør på i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager.

eller

- deltatt på metodeseminar skred alpin skiferdsel eller veilederkurs skred alpin skiferdsel og bestått i løpet av godkjenningsperioden

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillere kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av tre følgende måter:

- delta på veilederkurs skred alpin skiferdsel på nytt og bestå
- delta på metodeseminar skred alpin skiferdsel og bestå
- fungere som hjelpeinstruktør under to ulike kurs på grunnleggende nivå. Hjelpeinstruktøren skal være under tilsyn og få vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike kursledere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 6 dager, hvorav minst 2 dager med hver kursleder.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.11 Regodkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillere ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.7.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som skredinstruktør i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som skredinstruktør 2 alpin skiferdsel ble gitt

eller

- deltatt på metodeseminar skred og bestått i løpet av godkjenningsperioden
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som skredinstruktør 2 alpin skiferdsel ble gitt

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstillere de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstillere egenferdighetskravene/instruksjonskravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes gjennom å delta på metodeseminar skred alpin skiferdsel og bestå (kravet om deltakelse på instruktørseminar kommer i tillegg).

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

### 2.10.12 Regodkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel (også kursleder)

For veiledere som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.8.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred nordisk skiferdsel.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som veileder på skredkurs/skiferdselskurs/ledet turer i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager.

eller

- deltatt på veilederkurs nordisk skiferdsel og bestått i løpet av godkjenningsperioden

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillter kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av to følgende måter:

- delta på veilederkurs nordisk skiferdsel på nytt og bestå
- fungere som hjelpeveileder under to ulike kurs på grunnleggende nivå. Hjelpeinstruktøren skal være under tilsyn og få vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike kursledere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 6 dager, hvorav minst 2 dager med hver kursleder.

Når veilederen har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/veiledervirksomhet, men veilederen må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

### 2.10.13 Regodkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel

For veiledere som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende krav dokumenteres for å bli regodkjent

- dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstillter ferdighetskravene for godkjenning som spesifisert i kapittel 2.8.1.1 Krav for forhåndsgodkjenning metodekurs skred nordisk skiferdsel.
- dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som veileder på skredkurs/skiferdselskurs/ledet turer i relevant terreng i minimum 10 dager
- den totale aktiviteten av de to ovennevnte kulepunkter må være minimum 25 dager
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som veileder 2 nordisk skiferdsel ble gitt

eller

- deltatt på veilederkurs nordisk skiferdsel og bestått i løpet av godkjenningsperioden
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som veileder 2 nordisk skiferdsel ble gitt

NF-styret kan godskrive relevante arrangementer arrangert av andre enn NF-arrangører eller NF-styret om alternativ til instruktørseminaret. Innhold og arbeidsformer må da dokumenteres.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

Dersom søker mangler instruktørseminar, men tilfredsstill de øvrige kravene for regodkjenning gis regodkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel. Når søker på et senere tidspunkt kan dokumentere deltakelse på instruktørseminar gis fornyet godkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel ut resten av denne godkjenningsperioden.

Dersom søker ikke tilfredsstill egenferdighetskravene/veiledningskravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes gjennom å delta på veilederkurs nordisk skiferdsel og bestå (kravet om deltakelse på instruktørseminar kommer i tillegg).

Når veilederen har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/veiledningsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som NF veileder 2 nordisk skiferdsel. Veilederen må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.14 Regodkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 (også kursleder)

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende dokumenteres for å bli regodkjent

- Dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstill kravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.9.1.1.
- Dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har minimum 10 dagers praksis som instruktør på førstehjelpskurs, hvorav minst 4 dager på NF førstehjelpskurs.

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstill kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på en av to følgende måter:

- Delta på veilederkurs førstehjelp for friluftsliv på nytt og bestå.
- Fungere som assistentinstruktør på to ulike kurs på grunnleggende nivå. Assistentinstruktøren skal være under tilsyn og få veiledning, vurdering og anbefaling om regodkjenning fra to ulike kursledere. Praksis for regodkjenning skal ha en varighet på minst 4 dager.

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, men instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

#### 2.10.15 Regodkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2

For instruktører som har vært godkjent i kortere periode enn 15 år, må følgende dokumenteres for å bli regodkjent:

- Dokumentasjon på at man fremdeles tilfredsstill kravene for prekvalifisering som spesifisert i kapittel 2.9.1.1.
- Dokumentasjon på at man i løpet av godkjenningsperioden har virket som førstehjelpsinstruktør i minimum 10 dager, hvorav minst 4 dager er som instruktør på NF kvalifiserende kurs førstehjelp.
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2 ble gitt

Søknad om regodkjenning skal leveres gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no)

Dersom søker ikke tilfredsstillter kravene til regodkjenning, kan søker regodkjennes på følgende måte:

- Fungere som assistentinstruktør på ett NF metodekurs og ett NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv. Assistentinstruktøren skal være under tilsyn og få veiledning, vurdering og anbefaling om regodkjenning fra kursleder.
- dokumentasjon på deltakelse på instruktørseminar etter siste godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 2 ble gitt

Når instruktøren har hatt sammenhengende godkjenning i 15 år kreves ikke dokumentasjon av egenaktivitet/instruksjonsvirksomhet, kun dokumentasjon av deltakelse på instruktørseminar for regodkjenning som førstehjelpsinstruktør 2. Instruktøren må fremdeles sende inn søknad om regodkjenning gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

## Del 3: Innhold i utdanningen

### 3.1 Innhold i kvalifiserende kurs, assistentpraksis og metodeseminar klatring og isklatring

Her presenteres kursplaner for de ulike kvalifiserende kursene klatring, assistentpraksisen og seminarene som er en del av NF-standarden.

#### 3.1.1 Gjennomføring av instruktørkurs sportsklatring

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.2.2 Rammer for instruktørkurs sportsklatring. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

##### 3.1.1.1 Mål

###### *Formål med kurset*

Etter kurset skal deltakerne ha høy bevissthet om grunnleggende forutsetninger for sikker klatring på boreboltsikrede sportsklatrefelt. De skal være godt kjent med metodesett og undervisningsprinsipper for sportsklatring. De skal ha en god forståelse av rollen som klatreinstruktør i sportsklatring og ansvaret som følger med. De skal vise reflekterte holdninger til etikk og retningslinjer for bruk av borebolter og etablering av klatrefelt.

###### *Læringsmål*

Etter endt kurs skal deltakerne beherske de temaene som inngår i instruktørkurset godt nok til å kunne gi klatrekursdeltakere kompetent, sikker og inspirerende veiledning. De skal:

- Ha forståelse for myndighetskrav til organisert klatreaktivitet og anvende kravet
- Ha en grundig forståelse av standard metodesett ved sportsklatring.
- Mestre og vurdere utstyret som brukes ved sportsklatring og kunne forklare utstyrets ulike funksjoner, bruksområder og begrensinger. De skal kunne gjøre rede for hva som er feil bruk av utstyret og hvilke konsekvenser det kan medføre.
- Ha grunnforståelse for hvordan lære bort topptau- og ledklatring på sportsklatrefelt
- Ha en grundig forståelse av, og evne til å bruke og vurdere, standard metodesett for entaulengdes rappell og metoder for å ivareta deltakersikkerhet under entaulengdes rappell.
- Kunne rigge gelendertau, og mestre metoder for raskt å komme opp eller ned til uøvd deltaker i veggen ved behov.
- Forstå ulike typer borebolters funksjon og virkemåte, boltene begrensinger, slitasje og levetid, samt å gjenkjenne metall kvaliteten
- Kunne formidle de ulike læringsmomentene på et sportsklatrekurs til uøvd på en trygg, sikker og pedagogisk måte.
- Kunne gjenkjenne og gjennomføre sikker og naturvennlig klatring og ferdsel på og ved sportsklatrefelt.

##### 3.1.1.2 Temaliste

Kurset gjennomføres på utendørs klatreklippe sikret med borebolter, helst på flere ulike felt. Veggene skal ha muligheter for både topptau-, ledklatring og rappell. Det skal være lett å komme seg mellom toppen og bunnen av klippen. Klippen bør ha klatreruter av ulik vanskegrad som setter krav til ulike klatreteknikker. Det skal være mulig å legge standplass i bunnen av veggen. Klippen bør ha jevnlig tilsyn av en lokal klatreklubb eller annen instans som vurderer boreboltene tilstand. Gjennom øvelser og klatring skal standard metodesett, taulagsrutiner og sikkerhetskrav gjennomgås.

Deltakerne må samtidig gis begrunnet og nyansert tilbakemelding på sin egen praksis. Deltakerne skal motiveres til å være aktive, ta initiativ, være deltakende i diskusjoner og vise forståelse og innsikt i tema som tas opp.

#### *Helse, miljø og sikkerhet*

Deltakerne skal gis en forståelse av de risikofaktorene som er forbundet med klatring. Deltakerne skal gis en kort innføring i de kravene til tilbydere av forbrukertjenester, arrangementsansvarlige og instruktører som følger av produktkontrollloven med forskrifter, og hvordan disse kravene kan etterleves i praksis. De skal også gis en oversikt over det praktiske ansvarsforholdet mellom tilbyder og tjenestemottaker. Refleksjoner over instruktørens rolle og ansvar, for sikkerheten og som verdiformidler, går som en rød tråd gjennom hele kurset. Deltakeren skal:

- kjenne til Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester (produktkontrollloven - PKL) og forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter (Internkontrollforskriften - IKF)
- kunne vurdere sikkerhet i utendørsklatring
- mestre risikoreducerende tiltak
- kunne iverksette varsling og førstehjelp ved ulykker
- kjenne til typiske ulykker ved sportsklatring

#### *Personlig utstyr og basismetoder for klatring*

Kurset skal gi deltakerne en grundig forståelse for klatreutstyr, hjelmbruk og metoder ved boreboltsikret sportsklatring. Metoder for bruk av taubrems ved topptauklatring og ledklatring gjennomgås, samt bruk av ulike taubremser og hvordan de formidles på en sikker måte i en kurssituasjon. Deltakeren skal:

- kunne lære bort bruk av sportsklatreutstyr
- kunne lære bort innbindingsknute
- kunne lære bort knuter til sportsklatring
- kunne lære bort bruk av langslynger som universell metode for utlikning av et sentralpunkt
- forstå viktigheten ved bruk av hjelm med organisert klatring, kjenne igjen merking av godkjent sportsklatreutstyr og holdbarhet på utstyr.

Anbefalt utstyr til en sportsklatreinstruktør på kurs i organisert klatring

- Hjelme
- Førstehjelpsutstyr
- 120 cm slynge og ekstra skrukarabinere
- Klemknutetau
- Mekanisk taubrems (valgfritt)
- Instruktørtau (solid heltau, gjerne statisk)
- I tillegg til ordinært klatreutstyr

#### *Topptau og ledklatring*

Deltakerne skal få en grundig gjennomgang av klatring på topptau- og ledklatring og gjøres oppmerksom på risikomomentene ved sportsklatring. Deltakeren skal lære bort klatring på topptau og led til nybegynnere og ha et reflektert forhold til forskjellen på klatring innendørs og utendørs. Deltakeren skal:

- kunne lære bort trygg topptau- og ledklatring

- kunne lære bort kameratsjekk
- kunne lære bort innheking av tau i kortslynger
- kunne lære bort taulagskommunikasjon
- kjenne til farer ved fall
- kjenne til karabinerbrudd og reduksjon av faren for dette
- kjenne til metoder for å henge opp kortslynger fra bakken

#### *Instruktørmetoder*

Deltakeren skal:

- kunne rigge gelendertau
- kunne bruke klemknute i kombinasjon med gelendertau
- kunne metoder for å ta seg opp og ned langs et fiksert tau

#### *Metoder for snumanøver på snufester*

Deltakerne skal beherske metoder for å snu på toppfester. De skal forstå metodenes begrunnelse og kunne formidle dem. En bør legge vekt på faremomentet ved at en skifter sikringssystem, og prinsippet med at en alltid har to uavhengige forankringer. Deltakeren skal:

- kunne lære bort å snu i toppankeret
- kunne lære bort å alltid ha to uavhengige forankringer når en snur i toppankeret
- kunne lære bort kommunikasjon og rutiner ved snumanøver
- lage en øvingsmodell for å gjennomføre snumanøver ved eller på bakkenivå

#### *Klatreteknikk*

Generell klatreferdighet forutsettes å ligge innenfor det deltakerne behersker fra før. Kurset skal gjennomgå hvordan man best mulig kan formidle klatreteknikk i ulike klatrestiler til kursdeltakere. Deltakerne skal:

- vise at de har alminnelig god og variert klatreteknikk
- kunne formidle enkel klatreteknikk

#### *Rappell og opphenging av topptau*

Deltakeren skal kunne lære bort entaulengdes rappell, rappellering for etablering av topptau og etablere rappellstasjon for organisert klatreaktivitet. Deltakeren skal:

- kunne lære bort etablering av rappellfester
- kunne lære bort entaulengdes rappeller
- kunne lære bort bruk av klemknutetau ved rappell
- kunne lære bort til faremomenter knyttet til rappellering
- mestre å organisere en rappellstasjon som egen aktivitet
- kunne gi instruktørbistand ved rappell, (både ved bruk av et ekstra rappelltau og ved stramming av rappelltau nedenfra)

Det skal:

- demonstreres hvordan deltakerrappell kan gjennomføres med et ekstra sikringstau styrt av instruktøren

Rappellfestene skal bestå av solide trær, stolper eller borebolter på toppen av veggen. Diskusjoner og vurderinger av rappellfestenes kvalitet skal belyses i kurset.

### *Veilederrollen – formidling, instruksjon og opplæring i klatring*

Deltakerne skal fungere godt i instruktørrollen og være kjent med ulike læringsaktiviteter og metoder for grunnopplæring i klatring. NKFs Brattkorttest skal gjennomgås, med vekt på forutsetningene for å gjennomføre den utendørs. Deltakerne skal kjenne til utvalgte pedagogiske arbeidsformer, herunder begrepene instruerende og problemløsende metode. Alle deltakerne skal få prøvd seg med aktiv veiledning i praksisperioden i en instruktørsituasjon. Deltakerne skal:

- kjenne til maler i grunnkurs i utendørs sportsklatring (for eksempel inne-til-ute og grunnkurs ute, NKF)
- kunne organisering av klatreaktivitet utendørs for barn, ungdom og voksne
- kunne tilpasse veiledningen til deltakerne
- kjenne til ulike formidlingsmåter og pedagogiske arbeidsformer
- kunne anvende naturlig kursprogresjon fra topptauing, via ledning med separat sikring og ledning med hvil undervegs til selvstendig ledning
- kjenne til hvordan gjennomføre NKFs Brattkorttest, med vekt på forutsetningene for å gjennomføre den utendørs

### *Utearena, bolter og etikk*

Deltakerne skal få innsikt i ulike typer borebolter, hvordan disse fungerer, metallkvalitet og plassering. Dette skal gi grunnlag for å vurdere boreboltens sikkerhet på klatrefelt. Etske refleksjoner knyttes til bolting av ruter, etablering av klatrefelt og sporløs ferdsel. Deltakeren skal også kjenne til sikkerhet gjennom fysisk tilrettelegging kontra sikkerhet gjennom utvikling av ferdigheter. Modulen skal også gi deltakerne kunnskap om allemannsrett, grunneier- og tilkomstproblematikk og bruk av utearenaer. Deltakerne skal vise reflekterte holdninger og forståelse for disse problemstillingene. Deltakeren skal:

- ha kunnskap om ekspansjonsbolter sine deler og limbolter
- gjenkjenne rustfritt og syrefast stål (316/A4)
- kjenne ulike typer snufester
- kunne vurdere sikkerhet på klatrefelt i forhold til organisertaktivitet
- kjenne til vurderinger og prosessen av etablering av klatrefelt utendørs
- kunne gjenkjenne og gjennomføre sikker og naturvennlig klatring og ferdsel på og ved sportsklatrefelt.

#### *3.1.1.3 Vurdering*

Deltagerne skal få en løpende, muntlig tilbakemelding gjennom kurset. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltager. Deltageren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Deltakerne skal vise gode og reflekterte holdninger til rollen som klatreinstruktør og sportsklatring som aktivitet for å bestå kurset. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap.

Kandidatene vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

#### *3.1.2 Gjennomføring av metodekurs klatring*

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.3.2 Rammer for metodekurs klatring. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

### 3.1.2.1 Mål

#### Formål med kurset

Etter kurset skal deltakerne ha høy bevissthet om grunnleggende forutsetninger for sikker klatring og være godt kjent med metodesett og tankegang for sikring og redning på klatreklippe sommerstid. Deltakerne skal vise at de har alminnelig god utholdenhet og klatreteknikk samt forutsetninger for å ta vare på seg selv og andre under skiftende forhold. Deltakerne skal ha grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel. Kurset skal anspore til refleksjon over instruktørens formidlerrolle og ansvar.

#### Læringsmål

Etter endt kurs skal deltakerne beherske de temaene som inngår i metodekurset så godt som det kreves for å gi klatrekursdeltakere kompetent, sikker og inspirerende veiledning. De skal:

- Kunne mestre og vurdere utstyret som brukes ved flertaulengders naturlig sikret klatring og kunne forklare utstyrets ulike funksjoner, bruksområder og begrensinger. De skal forstå hva som er feil bruk av utstyret og hvilke konsekvenser det kan medføre.
- Ha en grundig forståelse av standard metodesett ved flertaulengders naturlig sikret klatring, herunder knuter, bruk av taubrems, sikringsplasseringer og forlengere, sikringskjeden, standplasser, klatring på enkelttau og dobbeltau, og evne til å bruke og vurdere dette.
- Kunne bruke og vurdere standard metodesett for flertaulengders rappell, samt metoder for å ivareta deltakersikkerhet under flertaulengders rappell med en instruktør alene.
- Kunne bruke standard metoder for kameratredning.

### 3.1.2.2 Temaliste

Kurset gir en grundig gjennomgang av metoder for flertaulengders naturlig sikret klatring og kameratredning. Deltakerne forutsettes å beherske vanlige metoder for naturlig sikret klatring og kameratredning før de kommer på kurset, slik at kurset kan konsentreres om å gjennomgå og drøfte metoder som er egnet i kurssammenheng.

Gjennom øvelser og klatring skal standard metodesett, taulagsrutiner og sikkerhetskrav gjennomgås. Deltakerne må samtidig gis begrunnet og nyansert tilbakemelding på sin egen praksis. En sentral del av kurset er en full gjennomgang av de viktigste metodene innen kameratredning.

Deltakerne skal få mest mulig egenpraksis i sikringsmetodikk og kameratredning. De skal først og fremst få anledning til å lære mest mulig. Kurset skal ikke bære preg av eksaminasjon eller testing. De skal motiveres til å være aktive, ta initiativ, være deltakende i diskusjoner og vise forståelse og innsikt i tema som tas opp.

#### Bevegelsesteknikk og bruk av personlig utstyr

Bevegelsesteknikk og bruk av personlig utstyr forutsettes å ligge innenfor det deltakerne behersker fra før. Temaene kan berøres dersom det viser seg nødvendig for å bevisstgjøre dem på spesielle momenter. Hjelmskall skal brukes på kurset.

#### Taulagsrutiner; klatring, tauop, rappell

Temaet omfatter taulagskontrakten (gjensidig ansvar), rutiner på standplass, ved leding, topptauing, rappell, klemknutegang og flertaulengders ruter, samt tauop. Kommunikasjon i taulaget under vanskelige forhold bør berøres. Temaet kan med fordel gjennomgås under en flertaulengders klatretur med påfølgende rappeller.

### *Valg og bruk av sikringsmidler og sikringsmetoder*

Det anbefalte metodesettet gjennomgås. Deltakerne bør vise gode egenferdigheter i bruk av klatre- og sikringsutstyr, og få forståelse for enkeltdelenes funksjon i sikringskjeden. Følgende berøres spesielt:

- Valg av sikringsmidler og personlig utstyr, kjennskap til kursutstyr
- Bruk av ulike typer sikringsmidler under ulike forhold
- Muligheter for og konsekvenser av feilbruk, slitasje og svikt
- Valg og bruk av sikringsmetoder (enkelt- og dobbeltau)
- Forhold til metoder brukt på innevegg og boreboltklatring
- Forskjellen mellom dynamiske og statiske sikringsmetoder
- Bruk og vurdering av ulike bremseprinsipper og taubremser
- Gjennomgang av sikringskjeden, inkludert aktuelle knuter.
- Tauteorier, krefter i sikringskjeden og konsekvenser for sikringsarbeidet
- Krav til standplasser, rappellfester og topptaufester
- Rigging og vurdering av kursstandplasser
- Vurdering og plassering av sikringer på led
- Orden i utstyret
- Hensyn til natur i valg av sikringsmidler og sikringsmetoder

Emnene kan gjennomgås i forbindelse med leding / standplassarbeid samt kameratredning, med vekt på å presentere innlæringsmetoder. Betydningen av god metodekjennskap og oversiktlige metoder skal vektlegges.

### *Kameratredning*

Basismetoder for kameratredning gjennomgås:

- Avbinding av tau og frigjøring fra standplass
- Klemknutegang
- Ulike metoder for å omplassere en skadd person
- Rigging av taljer og heising
- Sikkerhetsmessige hensyn og prioritering av innsats under redning

Emnet bør legges opp i et bratt treningsfelt med rikelige naturlige forankringsmuligheter.

### *Kjennskap til den organiserte redningstjenesten*

Temaet kan tas opp i forbindelse med kameratredningsøvelsene. Det bør fokuseres på tidsfaktor, varslingsrutiner og hvordan taulaget kan fungere sammen med redningstjenesten.

### *Førstehjelp*

Elementær førstehjelp må gjennomgås hvis deltakerne ikke behersker dette. Ellers berøres de mest vanlige skadetyper og tilstander i fjellet, opptreden på skadested, varsling samt å ta vare på skadet. Nedkjøling og nødbivuakk bør vies spesiell oppmerksomhet.

### *Naturvennlig ferdsel*

Gjennom kurset skal kursdeltakerne få en forståelse for hva som ligger i NFs arbeid for naturvennlig ferdsel.

### *Veilederrollen*

Veilederrollen er ikke tema for metodekurset, men deltakerne bør gjøres kjent med hva som er en

klatreinstruktørs ansvar og oppgaver, hvilke egenskaper som er viktige i veilederrollen og hva som forventes for å bestå et veilederkurs.

#### *Andre tema*

Dette er emner som kan tas opp i situasjoner ute eller som presentasjoner på kveldsøkter, i pauser eller når det er naturlig ute på tur.

- Risikofaktorer og ulykkesårsaker i klatring og fjellsport
- Orientering i fjellet, grunnleggende om kart og kompass.
- Klær, mat og drikke.

Man kan ikke gå dypt inn i alle tema her. En del av teoriemnene egner seg godt for selvstudium. Det bør presenteres anbefalt litteratur for slikt selvstudium.

#### *3.1.2.3 Vurdering*

Deltakerne skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i kurset. Etter endt kurs skal deltakerne få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. Deltakere med manglende forståelse for sikkerhet og/eller utilstrekkelig egenferdighet i veggen, må få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell videre utdanning. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

#### *3.1.3 Gjennomføring av assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell*

Rammene for assistentpraksisen er beskrevet i kapittel 2.3.3 Rammer for assistentpraksis for klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell. Her beskrives mål og innhold i assistentpraksisen.

##### *3.1.3.1 Mål*

###### *Formål med praksisen*

Instruktørassistenten skal lære ved å observere andre instruktører på et kurs og ved å delta i instruksjon. Assistenten skal gjennom observasjon og praksis få en innføring i hvordan et klatrekurs er bygd opp, hvordan rekkefølgen på de ulike læringsmomentene bør være, samt hvordan man på best mulig måte lærer bort de ulike læringsmomentene til kursdeltakere (klatredidaktikk). Veilederen skal gi instruktørassistenten løpende og konkret vurdering i løpet av praksisen.

##### *3.1.3.2 Vurdering*

Assistenten skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i praksisen. Etter endt kurs skal assistenten få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

#### *3.1.4 Gjennomføring av veilederkurs klatring*

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.3.4 Rammer for veilederkurs klatring. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

##### *3.1.4.1 Mål*

Kurset gir en gjennomgang av metoder for veiledning i naturlig sikret klatring. Deltakerne skal gis en endelig vurdering av om de er egnet i rollen som klatreinstruktør.

###### *Formål med kurset*

Etter kurset skal deltakerne være forberedt på rollen som klatreinstruktør og bevisst det ansvaret som følger med. Kurset skal gi grunnlag for å vurdere hvordan ulike tema på klatre- og kameratredningskurs bør formidles. Veilederkurset skal også være en praktisk eksamen hvor deltakerne skal vise at de har nødvendig forståelse, kunnskap og egenferdighet innen sikkerhet,

sikringsarbeid, klatreteknikk og formidling, samt vise at de har nok initiativ og driv til å fungere som instruktør.

### *Læringsmål*

Etter endt kurs skal deltakerne beherske de temaene som inngår i metode- og veilederkursene godt nok til å kunne gi klatrekursdeltakere kompetent, sikker og inspirerende veiledning. De skal:

- Ha en grundig forståelse av utstyr til flertaulengders naturlig sikret klatring og bruken av dette, og kunne vurdere utstyrets ulike funksjoner, bruksområder og begrensinger. De skal forstå hva som er feil bruk av utstyret og hvilke konsekvenser det kan medføre, og de skal kunne formidle dette til deltakere i en kurssammenheng.
- Kunne bruke og vurdere standard metodesett ved flertaulengders naturlig sikret klatring, herunder knuter, bruk av taubrems, sikringsplasseringer og forlengere, sikringskjeden, standplasser, klatring på enkelttau og dobbeltau, og de skal kunne formidle dette til deltakere i en kurssammenheng.
- Ha en grundig forståelse av, og evne til å bruke, standard metodesett for flertaulengders rappell, samt metoder for å ivareta deltakersikkerhet under flertaulengders rappell når man kun er en instruktør, og de skal kunne formidle dette til deltakere i en kurssammenheng.
- Kunne velge og beherske standard metoder for kameratredning, samt å formidle disse til deltakere i en kurssammenheng.
- Forstå og mestre grunnleggende prinsipper for friluftslivsveiledning, og kunne velge hvilke pedagogiske arbeidsformer som egner seg best for å formidle de ulike læringsmomentene.
- Anerkjennne det ansvaret som følger med instruktørrollen, kunne ta ledelse, og framstå som en trygg og god leder i en kurssammenheng.

### *3.1.4.2 Temaliste*

Under hele kurset skal det fokuseres på veilederrollen. Instruksjonsøvelser er en sentral del av kurset. Pedagogiske tilnærminger til nybegynnerkurs og kameratredningskurs skal gjennomgås. Deltakerne skal aktiviseres og få ansvar for gjennomføring av økter slik at de får vist at de egner seg som instruktører. Deltakerne skal vise at de behersker presentasjon av praktiske tema så vel som teori, og samtidig at de har tilstrekkelig egenferdighet.

Instruksjonsøvelsene bør også fungere som en repetisjon av de viktigste temaene fra metodekurset.

### *Instruktørrollen; helse, miljø og sikkerhet*

Ved diskusjoner skal deltakerne vise bevisste holdninger og at de reflekterer over det å ta på seg ansvar som instruktør. Instruktørens ansvar og oppgaver tas opp til diskusjon i situasjoner kurset kommer opp i.

Deltakerne skal gis en kort innføring i de kravene til tilbydere av forbrukertjenester, arrangementsansvarlige og instruktører som følger av produktkontrolloven med forskrifter, og hvordan disse kravene kan etterleves i praksis. De skal også gis en oversikt over det praktiske ansvarsforholdet mellom tilbyder og tjenestemottaker.

Øvelser i oppfølging av kravene til informasjon, farevurdering, risikoanalyse og risikoreduserende tiltak skal anspore deltakerne til å reflektere over hvordan lovens og forskriftenes krav kan følges slik at det best tjener til å forebygge helse- og miljøskade.

### *Formidlingsteknikk*

Krav til trygt og godt læringsmiljø og hvordan en kan legge til rette for dette, krav og hensyn i valg av

læringssituasjoner, grunnleggende prinsipper for formidling av praktiske og teoretiske emner og hvordan situasjoner og erfaringer kan utnyttes til læring individuelt og i grupper. Tilpassing av progresjon og innhold til ulike deltakere. Tilbakemelding og evaluering.

#### *Veivalg, sikkerhet, risikofaktorer og ansvar*

Deltakerne skal bevisstgjøres om sitt ansvar som turledere og kravene til å vurdere ei gruppe. De skal trenes i å begrunne turvalg/aktivitet ut fra gruppas sammensetning, terreng, utstyr og skiftende værforhold, og til å ivareta sikkerheten for kursdeltakere med ulike forutsetninger. Følgende skal tas opp spesielt:

- Veivalg: Sikrings- og retrettmuligheter, sikkerhetsmessige forhold ved anmarsj og retur.
- Veivalg: Bruk av klatrefører, graderingssystem.
- Forberedelse på uforutsette hendelser, uforutsett overnatting ute.
- Kritiske faktorer i vurdering av kursgrupper.
- Generelle risikofaktorer i klatring, ulykkesstatistikk.
- Ulykkesforebygging: Risikobevisthet, menneskelige feil og muligheter til å fange opp feil, preventivt tenkesett og gradvis erfaringsoppbygging.
- Kommunikasjon, løpende kameratsjekk og samarbeid i taulaget.
- Sikkerhet med uøvde i utsatt terreng: Opptreden, situasjonsoppfatning og sikring.
- Krav til valg av sted for instruksjon og øvelser.
- Egenansvar og instruktøransvar.

#### *Klatreteknikk*

Grunnleggende klatreteknikk bør være tema for en instruksjonsøvelse, slik at deltakerne bevisstgjøres om valg av sted, situasjon og formidlingsform.

#### *Taulagsrutiner og sikringsmetoder*

Temaene fra metodekurset bør repeteres gjennom diskusjon og instruksjonsøvelser, slik at deltakerne får vist at de har nødvendig metodekjennskap og forståelse. Presentasjonsform og prioritering av emner på nybegynnerkurs gjennomgås.

#### *Kameratredning*

Deltakerne planlegger og gjennomfører øvelser som de ville gjort på kurs. Samtidig drøftes hva som bør undervises på nybegynnerkurs og på videregående kurs, valg av sted for øvelser og hvordan ta vare på sikkerheten under øvelsene.

#### *Verdier og normer, historie og tradisjoner, klatreskikk og etikk*

Temaet bør berøre spørsmål knyttet til individuelt og felles ansvar under klatring og ferdsel i fjellet, rollemodeller i klatring og ulik sikkerhetspraksis, alvor kontra lek, sporløs ferdsel kontra tilrettelegging, ulike holdninger til naturbruk, tradisjoner i fjellsport og fjellbruk, utviklinga i norsk klatreskikk, historiske faser i utvikling av klatresporten og utstyrsutvikling. Dette kan tas opp til diskusjon i situasjoner ute, i pauser eller i kveldsøkter.

#### *Naturvennlig ferdsel*

Gjennom kurset skal kursdeltakerne få kunnskaper og ferdigheter innen naturvennlig ferdsel, og få forståelse for ulike måter å arbeide med dette temaet på et kurs.

#### *Andre tema*

Dette er emner som tas opp i situasjoner ute eller som presentasjoner på kveldsøkter, i pauser eller når det er naturlig ute på tur.

- Instruktørens praktiske oppgaver før, under og etter et kurs.
- Informasjon og kommunikasjon med kursdeltakere og andre.
- Klær, mat og drikke – instruktørens ansvar?
- Førstehjelp (jf. metodekurset).
- Geologi, fjellkjennskap og klatreformasjoner.
- Kjennskap til standarder, lover og regler og organisasjoner.

Deltakerne kan få tildelt hvert sitt teoriemne og vise hvordan de vil presentere emnet på et nybegynnerkurs.

#### *Nærmere om valg og bruk av arbeidsmåter*

Gjennom hele kurset skal deltakerne trenes i å vurdere hvordan de ulike læringsemnene bør formidles på et klatrekurs:

- Hvor? (Vurdering av hvor undervisning av læringsemnet bør gjennomføres)
- Hva? (Vurdering av hvilke enkeltelementer som går inn i læringsemnet)
- Hvordan? (Valg av situasjon og pedagogisk arbeidsform – instruerende og/eller problemløsende)
- Når? (Hvor bør læringsemnene plasseres i kurssammenhengen?)
- Hvorfor? (Verdiforankret begrunnelse for hvert av de 4 første punktene)

Valg og bruk av situasjoner man treffer på eller skaper underveis bør være gjennomgående for kurset. Deltakerne må lære seg at de kan formidle ting uten at de nødvendigvis instruerer kontinuerlig. Flere temaer kan tas opp til diskusjon om innhold og presentasjon, da dette vil stimulere til refleksjon og bevisstgjøre deltakerne.

Læringssituasjonene under instruktørkurset er ikke nødvendigvis de samme som egner seg på et nybegynnerkurs. I en eller flere instruksjonsøvelser bør deltakerne gis i oppgave å tilpasse læringsemner for et begynnervurs, slik at de selv velger hvilke enkeltelementer som skal inngå, velger situasjon og pedagogisk arbeidsform, og gjennomfører emnet. Ethvert læringsemne legges opp som en progresjon bygd opp av enkle og oversiktlige elementer slik at deltakerne har overskudd til å reflektere over det de skal gjøre. Velg lette ruter for å sikre dette overskuddet til å lære.

Hver dag bør oppsummeres ved at alle deltar i en erfaringsdeling på kvelden. Forberedelse til neste dag bør også være et naturlig element i kveldsøkta. Dette er rutiner deltakerne bør ta med seg i sin videre instruktørrolle.

#### *Høyfjellstema*

For at veilederkurset skal kunne kvalifisere deltakerne direkte til klatreinstruktør 1 høyfjell, må kurset gjennomføres i et fjellområde som har alpin karakter, og som byr på utfordringer knyttet til anmarsj eller retur over bratt snø og/eller isbre, klatring i ur og/eller løst fjell, improvisert rappelling, orientering og uvisse værforhold. Følgende tema skal gjennomgås ut over de som inngår i et lavlandskurs.

#### Naturkunnskap

- Værkunnskap; været i høyfjellet, typiske mønstre (vind, nedbør, temperatur og tordenvær)
- Snøkunnskap; sommersnø i høyfjellet, skredfare sommerstid
- Brekunnskap i høyfjellet, om alpine isforhold
- Fjellgrunnskunnskap; kvalitetstegn for fjellgrunnen, tolking av steinsprangfare

- Plante- og dyrekunnskap; planter og dyr i høyfjellet

#### Ferdigheter

- Mat og drikke, valg og bruk tilpasset klatring i høyfjellet
- Klær, valg og bruk tilpasset klatring i høyfjellet
- Ly og leir; bivuakk og leirliv i høyfjellet
- Orientering og vegvalg; aktuelle hjelpemiddel og framgangsmåter for orientering i høyfjellet
- Alpine snø- og isferdigheter
- Ferdsel på klippe med løs fjellgrunn
- Klatre i alpint lende med snø, is og løs fjellgrunn
- Klatring med stegjern og ulike isverktøy
- Valg og bruk av sikringsmetoder og sikringsmidler for alpine forhold
- Improvisert rappell
- Klatring på løpende mellomforankring
- Kameratredningsferdigheter, tilpasning til ferdsel i høyfjellet

#### 3.1.4.3 Vurdering

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i kurset. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap. Kandidatene skal vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

#### 3.1.5 Gjennomføring av metodeseminar klatring

Rammene for seminaret er beskrevet i kapittel 2.3.8 Rammer for metodeseminar klatring. Her beskrives innholdet i seminaret i detalj.

##### 3.1.5.1 Mål

###### *Formål med seminaret*

Seminaret skal gi anledning til øving med og diskusjon om metoder, og gjennom dette gi deltakerne bredt innblikk i fortrinn og ulemper ved ulike metoder i gitte situasjoner. Seminaret skal gi deltakerne en gjensidig, faglig oppdatering og bidra til at et enhetlig metodesett praktiseres likt på alle kvalifiserende kurs etter Nasjonal standard. Seminaret skal også være et forum for å utveksle erfaringer med andre instruktører. Det ventes at deltakerne er aktive i diskusjoner og selv bidrar til innhold og gjennomføring.

###### *Læringsmål*

Seminaret skal gi deltakerne anledning til å bruke og drøfte metodesettene for fjellklatring og videregående kameratredning. De skal ha detaljert kunnskap om standardmetodene for samme som brukes i kvalifiserende kurs etter Nasjonal standard; de skal kunne gjøre rede for hvorfor disse metodene er valgt, og de skal selv vise gode ferdigheter i bruk av metodene. Deltakerne skal i tillegg kunne bedømme hvordan ulykker kan og bør forebygges, både generelt og spesielt i forbindelse med kurs og organisert klatring.

##### 3.1.5.2 Temaliste

- Prøving og drøfting av metoder i kursklatring og grunnleggende kameratredning.

- Ulykkesforebyggende arbeid, med spesiell vekt på analyse av risikofaktorer, tiltak for å redusere faren for mistak og konsekvenser av mistak. Ansvar for egen og deltakeres sikkerhet skal drøftes.
- Etikk, sikkerhet og ansvar, jf. veilederkurset.
- Improvisert redning i kompliserte situasjoner i fjellvegg.
- Valg av område for redningsøvelser.
- Ansvar og opptreden ved ulykker på kurs eller under føring.
- Varsling og organisering ved en ulykke.
- Teoretisk innføring i den organiserte redningstjenesten og hvordan en redningsaksjon organiseres og gjennomføres.
- Hensyn til natur ved en eventuell ulykkeshendelse.
- Førstehjelp.

### *Vektlegging og rekkefølge av temaene*

Det bør ikke være nødvendig å gå like dypt inn i alle tema på lista. Deltakernes kompetanse må i stor grad bestemme hvilke temaer som kan tas summarisk og hvilke man må gå grundigere inn på. Improviserte metoder og teknikker som instruktør kan ha bruk i tilfelle ulykke skal prioriteres.

#### *3.1.5.3 Vurdering*

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i seminaret. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap. Kandidatene vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

For kandidater til nivå 2 skal det på redningsdelen legges avgjørende vekt på hensiktsmessig og troverdig innsats i redningsarbeid på klippe. Deltakere som viser lav egenferdighet og/eller liten forståelse for sikkerhet og metoder skal ikke anbefales som klatreinstruktør 2 høøfjell.

For kandidater til regodkjenning på nivå 1 skal det minst dokumenteres ferdigheter tilsvarende de som skal til for å bestå veilederkurs klatring.

### *3.1.6 Gjennomføring av isklatreinstruktørkurs*

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.4.2 Rammer for isklatreinstruktørkurs. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

#### *3.1.6.1 Mål*

##### *Formål med kurset*

Deltakerne skal bevisstgjøres om forutsetninger for sikker klatring på fosseis og bruk av økser på klippe (tørrøksing). De skal gjøres godt kjent med metodesett og tankegang for sikring på is og snø, dog ikke alpin vinterklatring. Deltakerne skal vise at de er klar over og tar hensyn til de spesielle farer man møter under klatring på fosseis, herunder skred, isras og faren ved å klatre med skarpt utstyr. I tillegg skal deltakerne være bevisste på valg av klær og utstyr til klatreturer i fosseis. Deltagerne skal også vise at de er i stand til å undervise i disse emnene.

##### *Læringsmål*

Etter endt kurs skal deltakerne:

- Kunne mestre og vurdere utstyret som brukes ved flertaulengders klatring på fosseis og kunne forklare utstyrets ulike funksjoner, bruksområder og begrensinger, med særlig vekt på bruken av naturlige sikringsmidler ved klatring på fosseis, miks og snø. De skal forstå hva som er feil bruk av utstyret og hvilke konsekvenser det kan medføre.
- Ha en grundig forståelse av standard metodesett ved flertaulengders klatring på fosseis, med særlig vekt på sikringsplasseringer og forlengere, sikringskjeden, standplasser, klatring på enkelttau og dobbeltau, og evne til å bruke og vurdere dette.
- Kunne vurdere linjevalg i fosseis og finne hensiktsmessig og sikker plassering av standplass, og kunne grunngi disse valgene.
- Kunne bruke og vurdere teknikker for å bevege seg sikkert på bratt is og snø.
- Kunne bruke og vurdere standard metodesett for flertaulengders rappell på isruter, samt metoder for å ivareta deltakersikkerhet under flertaulengders rappell med en instruktør alene.
- Kunne ta i bruk standard metoder for kameratredning i situasjoner på fosseis.

### 3.1.6.2 *Temaliste*

Gjennom øvelser, klatring, undervisning og teori skal metodesett, rutiner, sikkerhetskrav og veiledning gjennomgås. Det skal legges sterk vekt på de spesielle hensyn og forsiktighetsregler man må ta under isklating og vinterfriluftsliv.

Deltagerne skal gis begrunnet og nyansert tilbakemelding på sin egen praksis. De skal få mest mulig egenpraksis i metodikken i klatring på is og snø og skal motiveres til å være aktive, ta initiativ, være deltagende i diskusjoner og vise forståelse og innsikt i tema som tas opp.

#### *Bevegelsesteknikk og bruk av personlig utstyr*

Bevegelsesteknikk og bruk av personlig utstyr forutsettes å ligge innenfor det deltakerne behersker fra før. Kurset skal imidlertid gjennomgå hvordan man best mulig kan formidle ulike bevegelsesteknikker på snø og is, samt bruk av øks på klippe i en kurssammenheng.

#### *Taulagsrutiner*

Temaet forutsettes å ligge innenfor det deltagerne kan fra før, men gjennomgås på klatreturer.

#### *Snø- og iskjennskap. Linjevalg.*

Deltakerne skal vise at de har god kjennskap til den naturgitte variasjonen i isens egenskaper, er fortrolige med isen som medium for klatring, og at de er i stand til å gjøre fornuftige og sikre vegvalg.

#### *Sikringsmidler og sikringsmetoder*

Deltakerne skal vise gode egenferdigheter i bruk av klatre- og sikringsutstyr, og ha forståelse for enkeltdeles funksjon i sikringskjeden. Følgende momenter for klatring på is og snø berøres spesielt:

- Ulike typer isskruer og hensiktsmessig plassering av isskruer. Vurdering av isskruers holdfasthet under ulike isforhold.
- Ulike sikringsmidler i snø. Vurdering av snøkvalitet og styrke på sikringsmidlene.
- Bruk av isøks som sikringsmiddel på snø og is og momenter relatert til dette.
- Valg og bruk av sikringsmetoder (enkelt- og dobbeltau).
- Standplasser på is og snø. Krav til standplasser og valg av plassering. Kursstandplasser.
- Krefter i sikringskjeden. Valg av tau og slynger ved isklating.
- Rigging av toppfester for organisert aktivitet på is.
- Rappellfester på snø og is. Abalakov-forankring.

- Oppbremsing med isøks i snøbakke.
- Kort om sikring på klippe under vinterforhold.
- Organisering av utstyr. Hvordan beskyttes mot skarpt utstyr.
- Vedlikehold av utstyr.

Emnene kan gjennomgås i forbindelse med leding / standplassarbeid samt kameratredning, med vekt på å presentere innlæringsmetoder.

#### *Kameratredning og kjennskap til den organiserte redningstjenesten*

Dette er kjente tema fra metodekurs klatring og kan berøres både under tur og på kveldstid.

#### *Førstehjelp*

Det gjennomgås elementær førstehjelp for skadetyper som er spesielt relatert til isklating. Frostskafer, nedkjøling og kuttskafer skal vies spesiell oppmerksomhet. Hvordan man holder deltakere varme under organisert aktivitet skal også være tema i denne økten. Bekledning og valg av mat og drikke bør og tas opp i denne forbindelse.

#### *Veilederrollen*

Det forutsettes at deltagerne får anledning til å praktisere i veilederrollen gjennom kurset og at denne rollen er emne for diskusjon om kvelden. Det skal fokuseres på det ansvar man har som instruktør og turlleder under vinterforhold og hvilke spesielle hensyn man bør ivareta under vinterforhold, herunder valg av aktivitet eller tur ut fra gruppens sammensetning og evne til å ivareta en gruppes sikkerhet under skiftende forhold.

Det skal diskuteres kursinnhold på forskjellige kurs. Deltagerne skal trenes i hvordan ulike emner presenteres på kurs. Hvilke emner skal inngå i et kurs? Hvordan bør man presentere ulike emner? I hvilken rekkefølge skal de ulike tema presenteres? Etc.

Ved klatring på snø og is er isras og snøskred elementer om er viktige i vurderingen av risikobildet. Disse spesielle faremomentene skal tas opp både på tur og på teoriøkter underveis i kurset med fokus på å gjøre trygge veivalg.

#### *Andre tema*

Dette er emner som kan tas opp i situasjoner ute eller som presentasjoner på kveldsøkter, i pauser eller når det er naturlig ute på tur.

- Risikofaktorer og ulykkesårsaker ved klatring på is og tørrøksing.
- Risikofaktorer ved ferdsel ute vintertid. Dårlig sikt, korte dager og uforutsette overnattinger.
- Bekledning, mat og drikke på vinterturer.
- Naturvennlig ferdsel ved denne typen turer og kurs.

#### *3.1.6.3 Vurdering*

Deltagerne skal få en løpende, muntlig tilbakemelding gjennom kurset. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltager. Deltageren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap.

Kandidatene skal vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

## 3.2 Innhold i breførerkurs, breinstruktørkurs, assistentpraksis og metodeseminar bre

Her presenteres kursplaner for de ulike kursene, assistentpraksisen og seminarene som er en del av utdanningsstigen på bre i NF-standarden.

### 3.2.1 Gjennomføring av breførerkurs

Rammene for kurset er beskrevet i 2.5.2 Rammer for breførerkurs. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

#### 3.2.1.1 Mål

Deltakerne skal bevisstgjøres om viktigheten av sikkert veivalg på bre og alpint terreng som brefører. Deltakerne skal gjøres godt kjent med metodesett og tankegang for sikring og redning på bre, i snøbakker og utsatt terreng (dog ikke klatreterreng), samt overgang fra bre til fjell.

Deltakerne skal vise at de kan orientering og veilede grupper på bre i føringssammenheng. De skal også ha tilstrekkelig turerfaring til å ha overskudd og god utholdenhet underveis, samt inneha god bevegelsesteknikk i oversiktlig terreng på snødekt bre og blåis.

Deltakerne skal videre læres grunnleggende kunnskap og ferdighet innen naturvennlig ferdsel, og være i stand til å formidle dette videre i praksis som brefører. Kurset skal anspore til refleksjon over instruktørens formidlerrolle og ansvar.

#### 3.2.1.2 Temaliste

Deltakerne skal lære om metoder knyttet til breføring på blåis og enkel snødekt bre. Deltakerne skal få mest mulig egenpraksis i bevegelsesteknikk på snø og is, sikringsarbeid i små og store taulag, veivalg i små og store taulag, kameratredning og orientering på snø og is.

Det er viktig at det skapes et trygt læringsmiljø og kurset skal gjennomføres som et kurs der det er gjensidig læring. Metodene som velges skal begrunnes, for å utvikle metodekompetanse og bevissthet om ulike måter å løse oppgaver på.

Deltakerne skal motiveres til å være aktive i læringssituasjon, ta initiativ, være deltakende i diskusjoner og vise forståelse og innsikt i tema som tas opp.

Forslag til dag for dag progresjon på NF breførerkurs med temafordeling.

### **Kurs dag 1 - blåis**

- Stegjernsteknikk med og uten isøks.
- Innbinding i små (4-6 personer) og store (7-20 pers) taulag i blåis. Diskutere konsekvens/risiko med ulike taulagsstørrelser.
- Diskutere hvordan man jobber med taulag i føringssammenheng.
- Plassering av isskruer og standplass på is.
- Taulagsrutiner på is i små og store taulag.

*Tema: glasiologi (brelære)*

### **Kurs dag 2 - blåis**

- Hvordan føre små og store taulag. Veivalg og risiko.
- Tilrettelegging av føringsrute med trinnhogging.
- Bruk av sikringsmidler ved føring. Diskutere når man bruker isskruer eller i situasjoner man benytter seg av jernstaur for å sikre taulag.
- Kameratredning. 1:2, 1:3, 1:6-talje. Hvordan utøve kameratredning i føringssituasjoner i blåis (ved bruk av separat redningstau)

*Tema: Bre- og fjellsporthistorie.*

### **Kurs dag 3 - blåis**

- Standplass på is.
- Topptauklatring med gjester i føringssituasjoner og metoder for det.
- Klemknutegang som metode for selvredning. Rappell av og på bre, og metoder for å lage abalakovforankring.
- Metoder med tauklemme på hovedtau og heising direkte på hovedtau.

Presisering: metoder der man må redde gjest fra sprekk der gjest ikke kan hjelpe til.

*Tema: HMS og produktkontrolloven*

*Tema: førstehjelp i føringssituasjoner på blåis*

### **Kurs dag 4 – snødekt bre**

- Snøbakketeknikk med og uten isøks.
- Sikringsmidler i snø og standplass på snø.
- Innbinding i små og store taulag på snødekt bre. Diskutere konsekvens/risiko osv.
- Taulagsrutiner på snø.
- Veivalg og orientering på bre. Bruk av kart, kompass og GPS.
- Redning på snødekt bre med 1:2, 1:3 og 1:6. Formålet må her må være å tydeliggjøre forskjeller fra redning på is.

*Tema: orientering, kart, kompass, bruk av GPS-verktøy, turplanlegging for neste dag*

### **Kurs dag 5 – snødekt bre**

- Turdag på en enkel snødekt bre. (valg av egnet rute/turplanlegging/orientering)
- De planlegger tur, og man går gjennom orientering og turplanlegging dagen før.

*Tema: førstehjelp i føringssituasjoner på snødekt bre*

### **Andre temaer som dekkes i løpet av kurset:**

- Kjennskap til den alpine redningstjenesten
- HMS og produktkontrolloven

- Natur, om fauna og flora, geologi, meteorologi, brelære – dette er tema som bør tas opp når det faller seg naturlig ute på tur
- Kjennskap til standarder (som Nasjonal standard), lover (som produktkontrolloven, internkontrollforskriften og allemannsretten), regler og organisasjoner (som lokale breførerlag og DNT)
- Verdier og normer i norsk friluftslivstradisjon og fjellsporthistorie
- Alpine farer
- Klær, mat og drikke – førerens ansvar?

### 3.2.1.3 Vurdering

Kurset skal evalueres daglig i kveldsøkter for å trekke frem læringsmomenter og tilpasse nivået. Deltagerne skal i disse øktene selv si noe om hvordan dagen har vært, hva de synes de har fått til, og hva de må øve mer på, samt få tilbakemelding på dette fra instruktørene. Etter endt kurs skal deltakerne få en personlig samtale med instruktørene og en muntlig og skriftlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling.

Deltakerne skal innlede dette selv med å vurdere seg på temaene sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederegenskaper. Deltakere med manglende selvinnsikt, forståelse for sikkerhet og/eller utilstrekkelig egenferdighet på breen, må få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell videre utdanning. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

Det gis vurdering bestått/ikke bestått, men kandidaten må gjennomføre to dagers praksis med en veileder som er minimum godkjent NF brefører før endelig godkjenning foreligger.

## 3.2.2 Gjennomføring av assistentpraksis etter breførerkurs

Rammene for assistentpraksisen er beskrevet i kapittel 2.5.3 Assistentpraksis etter breførerkurs. Her beskrives mål og innhold i assistentpraksisen.

### 3.2.2.1 Mål

#### Formål med praksisen

En kandidat under utdanning til å bli NF brefører skal ha to dagers praksis med en som er minimum godkjent NF brefører. Dette skal være praksis i en føringsssituasjon og formålet skal være å høste erfaring og læring under oppsyn.

Kandidaten kan få ansvar for eget taulag, men må være under oppsyn av en annen veileder som er minimum NF brefører.

### 3.2.2.2 Vurdering

Kandidaten skal få en tilbakemelding fra den som har ansvaret på praksis via et tilbakemeldingsskjema. Dette skjemaet, sammen med skjemaet fra breførerkurset, må sendes inn til NF for å få endelig godkjenning som NF brefører.

## 3.2.3 Gjennomføring av assistentpraksis før breinstruktørkurs

Rammene for assistentpraksisen er beskrevet i kapittel 2.5.5 Assistentpraksis før breinstruktørkurs. Her beskrives mål og innhold i assistentpraksisen.

### 3.2.3.1 Mål

#### Formål med praksisen

Instruktørassistenten skal lære ved å observere andre instruktører på kurs og ved å delta i

instruksjon. Assistenten skal gjennom observasjon og praksis få en innføring i hvordan et brekurs er bygd opp, hvordan rekkefølgen på de ulike læringsmomentene bør være, samt hvordan man på best mulig måte lærer bort de ulike læringsmomentene til kursdeltakere (didaktikk). Veilederen skal gi instruktørassistenten løpende og konkret vurdering i løpet av praksisen.

Assistenten skal ikke gis selvstendig ansvar som instruktør for taulag, men veksle mellom å iakttta veilederen og selv ha ansvar for økter under veilederens tilsyn. Hvor mye ansvar assistenten skal ha må komme fram i dialog med veilederen, men det naturlige vil være at assistenten først observerer og gradvis får mer ansvar utover praksisen, ut fra hvordan veilederen vurderer kandidaten underveis. Assistenten bør få anledning til å sikre under redningsøvelse, rigge standplass og lignende, men veilederen skal hele tiden ha tilsyn og kontrollere at assistenten gjør dette på en tilfredsstillende måte. Assistenten skal ikke virke alene med eget taulag på nye geografiske eller tematiske områder.

### 3.2.3.2 Vurdering

Assistenten skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i praksisen. Etter endt kurs skal assistenten få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. Kandidaten skal vurderes på sikkerhet og egenferdighet. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

### 3.2.4 Gjennomføring av breinstruktørkurs

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.5.7 Rammer for breinstruktørkurs. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

#### 3.2.4.1 Mål

##### Formål

Formålet med breinstruktørkurs er at man skal lære å holde brekurs. Dette vil omfatte brekurs for tomannstaulag og flermannstaulag med de metodene det betyr. Denne modulen er for de som ønsker å jobbe både med kurs og føring på bre.

Gjennomgående på dette kurset er å få kandidatene til å reflektere når man instruerer og når man veileder. Fokuset på dette kurset må være hvordan man skal lære vekk breferdsel til deltakere på ulike typer brekurs.

Breinstruktørkurset skal også være en praktisk eksamen hvor deltakerne skal vise at de har nødvendig forståelse, kunnskap og egenferdighet innen sikkerhet, sikringsarbeid, klatreteknikk og formidling, samt vise at de har nok initiativ og driv til å fungere som instruktør.

Breinstruktørkurset består av fire dager, og det er bestått/ikke bestått.

##### Læringsmål

Etter endt kurs skal deltakerne beherske de temaene som inngår i breførerkurs og breinstruktørkurs godt nok til å kunne gi brekursdeltakere kompetent, sikker og inspirerende veiledning. De skal:

- Ha en grundig forståelse av utstyr til brevandring og bruken av dette, og kunne vurdere utstyrets ulike funksjoner, bruksområder og begrensinger. De skal forstå hva som er feil bruk av utstyret og hvilke konsekvenser det kan medføre, og de skal kunne formidle dette til deltakere i en kurssammenheng
- Kunne bruke og vurdere standard metodesett for ferdsel på bre og kunne formidle dette til deltakere i en kurssammenheng

- Ha en grundig forståelse av, og evne til å bruke, standard metodesett for mer avansert redning utover det som er hensiktsmessig å lære vekk på nybegynnerkurs
- Kunne velge og beherske standard metoder for kameratredning, samt å formidle disse til deltakere i en kurssammenheng
- Forstå og mestre grunnleggende prinsipper for friluftslivsveiledning, og kunne velge hvilke pedagogiske arbeidsformer som egner seg best for å formidle de ulike læringsmomentene
- Anerkjennne det ansvaret som følger med instruktørrollen, kunne ta ledelse, og framstå som en trygg og god leder i en kurssammenheng

#### 3.2.4.2 Temaliste

Dette er forslag til en progresjon på kurset slik at man får dekket over flest mulig temaer i gunstig og matnyttig rekkefølge.

#### **Kurs dag 1 - enkel/komplisert blåis**

##### Instruksjon/veiledning av:

- Stegjernsteknikk med og uten isøks.
- Sikringsmidler på is og standplass
- Innbinding i flermannstaulag (4-7 personer) og taulagsrutiner

##### Egenferdighet/instruksjon/veiledning

- Veivalg/ferdsel i avansert blåis ved bruk av sikringsmidler

**Tema:** brelære

#### **Kurs dag 2 - blåis/evt. med enkel snødekt bre**

##### Egenferdighet/instruksjon/veiledning

- Når binder man seg inn i taulag og når gjør man ikke det? Forskjellen mellom blåis og snødekt.
- Metoder for tilkomst til og fra bre (sikringsmidler i fjell/abalakovforankring etc.)
- Instruksjon/veiledning av redning i flermannstaulag. Med og uten hjelpetau. 1:2, 1:3, 1:6-taljer på blåis. Hvordan lage instruktørstandplass i kurssituasjon.

**Tema:** førstehjelp i høyfjellet

#### **Kurs dag 3 - tomannstaulag (snøfonn, evt. enkel snødekt bre)**

##### Instruksjon/veiledning av:

- Snøbakketeknikk med og uten isøks.

- Sikringsmidler i snø og standplass.

#### Egenferdighet/instruksjon/veiledning

- Tomannstaulag. Innbinding, veivalg, vurdering av når man skal benytte tau etc.
- Diskutere begrensninger ved bruk av tomannstaulag, og hvilke turer man kan gjennomføre ved bruk av denne metoden.
- Redning i tomannstaulag

**Tema:** turplanlegging med kart, kompass, GPS og andre verktøy for neste dag

#### **Kurs dag 4 - avansert snødekt bre**

#### Egenferdighet/instruksjon/veiledning

- Tur med fokus på ferdsel i overgang snø/is i område med uoversiktlige sprekker
- Instruksjon/veiledning av redning i flermannstaulag. Med og uten hjelpetau. Må gå gjennom 1:2, 1:3, 1:6-taljer på snødekt bre. Hvordan lage instruktørstandplass i kurssituasjon.

#### Andre temaer som dekkes i løpet av kurset:

- Differensiere mellom veiledning og instruksjon
- Valg av kurssteder må være et tema underveis. For eksempel hvor er det mest hensiktsmessig å ha stegjernsteknikk/snøbakketeknikk.
- Formidlingsteknikker (hvor, hva, hvordan, når, hvorfor)
- Emner for diskusjon i situasjoner ute, i pauser eller på kveldsøkter.
  - Instruktørens praktiske oppgaver før, under og etter et kurs
  - Informasjon og kommunikasjon med kursdeltakere og andre
  - Klær, mat og drikke – instruktørens ansvar?
  - Førstehjelp
  - Fauna og flora, geologi og meteorologi spesielt for breområder
  - Brelære

#### Nærmere om valg og bruk av arbeidsmåter

Gjennom hele kurset skal deltakerne trenes i å vurdere hvordan de ulike læringsemnene bør presenteres på et brekurs:

- Hvor? (Vurdering av hvor undervisning av læringsemnet bør gjennomføres)
- Hva? (Vurdering av hvilke enkeltelementer som går inn i læringsemnet)
- Hvordan? (Valg av situasjon og metode – instruerende og/eller problemløsende)
- Når? (Hvor bør læringsemnene plasseres i kurssammenhengen?)
- Hvorfor? (Verdiforankret begrunnelse for hvert av de 4 første punktene)

Valg og bruk av situasjoner man treffer på eller skaper underveis bør være gjennomgående for kurset. Deltakerne må lære seg at de kan formidle ting uten at de nødvendigvis instruerer kontinuerlig. Flere temaer kan tas opp til diskusjon om innhold og presentasjon, da dette vil stimulere til refleksjon og bevisstgjøre deltakerne.

Lærings situasjonene under instruktør kurset er ikke nødvendigvis de samme som egner seg på et nybegynnerkurs. I en eller flere instruksjonsøvelser bør deltakerne gis i oppgave å tilpasse læringsemner for et begynerkurs, slik at de selv velger hvilke enkeltelementer som skal inngå, velger situasjon og metode og gjennomfører emnet. Ethvert læringsemne legges opp som en progresjon bygd opp av enkle og oversiktlige elementer slik at deltakerne har overskudd til å reflektere over det de skal gjøre.

Hver dag bør oppsummeres ved at alle deltar i en erfaringsdeling på kvelden. Forberedelse til neste dag bør også være et naturlig element i kveldsøkta. Dette er rutiner deltakerne bør ta med seg i sin videre instruktørrolle.

#### 3.2.4.3 Vurdering

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i kurset. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør eller fører.

Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap. Det gis karakter bestått / ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

#### 3.2.5 Gjennomføring av metodeseminar bre

Rammene for seminaret er beskrevet i kapittel 2.5.10 Rammer for metodeseminar bre

2.5.7 Rammer for metodeseminar bre. Her beskrives innholdet i seminaret i detalj.

##### 3.2.5.1 Mål

Seminaret skal gi deltakerne dypere innblikk i og forståelse av metoder for ferdsel på bre og brerredning og evne til å beherske og vurdere disse. Deltakeren skal i løpet av seminaret vise ferdigheter når det gjelder videregående kameratredning og alpin fjellredningstjeneste på bre. Deltakeren skal også vise solid egenferdighet på breen. Seminaret skal ta opp spesielle hensyn ved ulykker, samt gi en innføring i den alpine fjellredningstjenesten.

Seminaret skal også være et forum hvor instruktører får faglig oppdatering og vedlikeholder sin kompetanse gjennom å utveksle erfaringer med andre instruktører og miljøer. Det forventes at deltakerne er aktive i diskusjoner og bidrar til innhold og gjennomføring.

Hovedvekten er på fordyping i redningsmetoder. Det bør fokuseres på enkle/improviserte metoder som deltakerne kan benytte hvis de kommer ut for en hendelse i forbindelse med sitt virke i fjellet, men deltakerne skal også gjøres kjent med tyngre utstyr og metoder som brukes av den organiserte fjellredningstjenesten.

### 3.2.5.2 *Temaliste*

Det ulykkesforebyggende arbeid skal hele tiden være i fokus under seminaret. Spesiell vekt legges på analyse av risikofaktorer, tiltak for å redusere faren for mistak og konsekvenser av mistak. Ansvar for egen og deltakeres sikkerhet skal drøftes.

- Varsling og organisering ved en ulykke
- Helhetlig og balansert redningstjeneste, den organiserte redningstjenesten og hvordan en redningsaksjon organiseres og gjennomføres
- Valg av område for redningsøvelser
- Repetisjon av grunnleggende kameratredningsteknikker
- Improvisasjon ved vanskelig adkomst – teknikker for opphenting fra smale bresprekker
- Utstyr og teknikk brukt av den organiserte redningstjenesten under heising, firing, transport og sikring av bære samt tilkomst og evakuering i trange sprekker
- Søk i sprekkområder og samband
- Opptreden ved ulykker på kurs eller under føring
- Hensyn til natur ved en eventuell ulykkeshendelse
- Førstehjelp med spesiell vekt på medisinske risikofaktorer under breferdsel

### *Vektlegging og rekkefølge av temaene*

Det bør ikke være nødvendig å gå like dypt inn i alle tema på lista. Deltakernes kompetanse må i stor grad bestemme hvilke temaer som kan tas summarisk og hvilke man må gå grundigere inn på. Improviserte metoder og teknikker som instruktør eller fører kan ha bruk for i tilfelle ulykke skal prioriteres.

### 3.2.5.3 *Vurdering*

Kandidatene vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i seminaret. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt, i prioritert rekkefølge: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap.

For kandidater til nivå 2 skal det på redningsdelen legges avgjørende vekt på hensiktsmessig og troverdig innsats i redningsarbeid på bre. Deltakere som viser lav egenferdighet og/eller liten forståelse for sikkerhet og metoder skal ikke anbefales som NF breinstruktør 2.

For kandidater til regodkjenning på nivå 1 skal det minst dokumentere ferdigheter tilsvarende de som skal til for å bestå veilederkurs bre.

### 3.3 Innhold i kvalifiserende kurs, aspirantpraksis og metodeseminar skred alpin skiferdsel

Her presenteres kursplaner for de ulike kvalifiserende kursene som er en del av NF-standarden.

#### *Krav til sikkerhet*

Kurs i vegvalg, snøkjennskap og skredredningstjeneste må legges til terreng med slike dimensjoner og typiske kjennetegn for skredutsatt lende at det er mulig å gjøre dagsturer med utsikt til illustrerende lende, samtidig som tilfredsstillende sikkerhet opprettholdes.

Graving av snøprofil og stabilitetstester må kunne foregå på en slik måte og i slikt lende at deltakere ikke risikerer å bli revet med i farlige skred eller å bli begravd under snø. Skredøvelser skal gjennomføres på steder der det i løpet av øvelsesperioden ikke kan gå naturlige eller kunstig utløste skred. Det vil si at et øvelsesskred ikke skal sprenges eller utløses på annen måte, men graves ut (om nødvendig av deltakerne selv).

Figuranter i skredet skal sikres mot uhell og skader. Ved nedgraving av figurant skal gropen utformes i henhold til Norges røde kors hjelpekorps sine retningslinjer, og figuranten skal ha kontinuerlig samband med kursledelsen, være entydig posisjonsbestemt uavhengig av søkeutstyr og være fysisk og psykisk rustet for oppgaven.

Ved bruk av helikopter forutsettes at kursleder har erfaring med dette og er kjent med sikkerhetsrutiner.

Ettersom flere kurs skal gjøre deltagerne i stand til å gjøre veivalg i *utfordrende*<sup>3</sup> skredterreng må disse også inkludere turer i slikt terreng – dersom forholdene ligger til rette for det. Kursleder er ansvarlig for å gjøre en vurdering av lokale forhold i utfordrende terreng dersom det er regional faregrad 2 eller høyere.

Det skal ikke legges turer og aktiviteter i *komplekst* skredterreng på vintersnø (lagdelt).

#### 3.3.1 Gjennomføring av metodekurs skred alpin skiferdsel

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.7.2 Rammer for metodekurs skred alpin. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

##### 3.3.1.1 Mål

#### *Formål*

Kurset skal dekke den fagkunnskapen som en instruktør må ha for å holde NF introkurs skred, grunnkurs skred og videregående skredkurs alpin skiferdsel, samt grunnkurs alpin skiferdsel (toppturkurs).

Kurset skal gi deltakerne inngående kunnskap om teoretisk og praktisk terrengvurdering, identifisering av skredproblem i snødekket, gruppedynamikk på tur i skredterreng og

---

<sup>3</sup> NF følger NVEs modell for terrengklassifisering. 0) *Ikke skredterreng*: Ingen eksponering for snøskred. flatt eller slakt terreng. 1) *Enkelt skredterreng*: Tidvis eksponering for snøskred. Oversiktlig terreng, enkelt å unngå løsnemråder. Noen utløpsområder for sjeldne skred. Mange muligheter til å redusere eksponeringen. 2) *Utfordrende skredterreng*: Jevnlig eksponering for snøskred. Terreng med veldefinerte løsnem- og utløpsområder, samt terrengfeller. Eksponering kan reduseres ved godt rutevalg. 3) *Komplekst skredterreng*: Lang eksponering for snøskred. Uoversiktlig, bratt terreng med flere løsnem- og utløpsområder, samt mange terrengfeller. Liten mulighet til å redusere eksponering.

kameratredning. Deltakeren skal gjøres i stand til å analysere og vurdere risiko, samt anvende HMS-verktøy for å ivareta egen og gruppens sikkerhet.

#### Forarbeid til kurs

I forkant av kurset skal deltakere utarbeide en turplan for aktuelt turområde. I en slik plan inngår en skriftlig redegjøring om deltakerens motivasjon og forventninger til kurset. Disse dokumentene skal leveres inn ved kursstart.

Deltakerne setter seg inn i relevant pensum. Arrangør sender ut liste over kursmal og litteratur i god tid før samlingen. Se relevant litteratur nederst.

#### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt kurs/undervisning skal deltakerne (kunne)**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
<b>A</b>	<b>Turplanlegging</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare digitale kart som viser bratthet og utløpssoner i forhold til skred og planlegge hensiktsmessige rutevalg.</li> <li>2. Tolke værmelding, innmeldte observasjoner i Varsom-appen, forklare skredvarsel for valgt turområde, samt vise hvilke muligheter og begrensninger disse gir for planlegging av toppturen.</li> <li>3. Forklare 3x3 turplanleggingsverktøy, lage en plan B og planlegge tur etter evne.</li> </ol>
<b>B</b>	<b>Terrengforståelse</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planlegge og gjennomføre spor- og rutevalg på bakgrunn av terrengforståelse og forstå terrengets betydning for ferdsel.</li> <li>2. Analysere situasjonen og anvende risikoreducerende tiltak.</li> <li>3. Gjøre rede for terrengklassifisering.</li> </ol>
<b>C</b>	<b>Kameratredning og førstehjelp</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organisere og gjennomføre gruppesjekk før tur.</li> <li>2. Ivareta sikkerhet og kjenne til samarbeid med redningstjenesten.</li> <li>3. Organisere og gjennomføre kameratredning.</li> <li>4. Ha kunnskap om førstehjelp ved ferdsel i vinterfjellet og for skredtatte, samt tanke på pust, blødning og varme.</li> <li>5. Gjennomføre, prioritere og fordele innsats ved flere forulykkede.</li> </ol>
<b>D</b>	<b>Skredfare og snøforhold</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analysere det regionale snøskredvarselet og gjøre seg kjent med skredfarevurderingen og gjeldende skredproblemer.</li> <li>2. Analysere digitale tjenester for å få informasjon om værmelding og værhistorikk.</li> <li>3. Gjenkjenne snøskred faretegn i terrenget og ha forståelse for hva denne gir av informasjon.</li> <li>4. Velge hensiktsmessig lokalisering for gjennomføring av lille blokktest (LBT) og forstå hva LBT gir av informasjon, samt registrere i Varsom-appen.</li> <li>5. Velge hensiktsmessig lokalisering for gjennomføring av utvidet kompresjonstest (ECT) og forstå hva ECT gir av informasjon, samt registrere i Varsom-appen.</li> <li>6. Anvende systematisk snødekkeundersøkelse (SSU) og vite hvilken informasjon SSU gir.</li> </ol>
<b>E</b>	<b>Snø og snøskred</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare de ulike mekanismene, årsakene og egenskapene knyttet til forskjellige typer snøskred.</li> <li>2. Vise og forklare ulike typer snø og hvordan ulike prosesser i snødekket bidrar til å forme disse.</li> <li>3. Vise og forklare hvordan man finner skredproblemer i varselet og i snødekket, samt forklare konsekvensene av disse.</li> <li>4. Forklare værhistorikkens betydning for snøskredfaren.</li> </ol>

<b>F</b>	<b>Sikkerhetsutstyr</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare og diskutere bruk av hensiktsmessig tur- og skredutstyr ved ferdsel i vinterfjellet, og kunne anvende dette ute.</li> </ol>
<b>G</b>	<b>Menneskelig faktor og beslutningsprosesser</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om sammenheng mellom terreng forståelse og beslutningstaking.</li> <li>2. Ha kunnskap om hvordan en gruppe tar beslutninger når de skal på skitur.</li> <li>3. Forstå og vise gjennom praktiske eksempler hvordan ulike tankesett påvirker våre valg.</li> </ol>
<b>H</b>	<b>Ly</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare og diskutere etablering av en hensiktsmessig rasteplass med tanke på vær og vind.</li> <li>2. Forklare og diskutere etablering av en bivuaakk.</li> </ol>
<b>H</b>	<b>Norske friluftslivstradisjoner</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se eget og turfølgets friluftsliv i sammenheng med norske friluftslivstradisjoner.</li> <li>2. Kjenne til hva som kreves av egenferdighet, kunnskap og loggført erfaring for opptak på NF veilederkurs skred alpin skiferdsel.</li> </ol>
<b>I</b>	<b>Lovverk og forskrifter</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha god kjennskap til og kunne formidle relevante lover og forskrifter for ferdsel og opphold.</li> <li>2. Ha satt seg godt inn dokumentet «<i>Etiske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører</i>».</li> <li>3. Ha satt seg godt inn dokumentet «<i>Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum</i>».</li> </ol>
<b>I</b>	<b>Undervisning</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kjenne til ulike undervisning- og formidlingsmetoder relevant for skredkurs.</li> <li>2. Kjenne til hvordan vi lærer gjennom å gjøre og reflektere over det vi gjør, og vise dette gjennom eksempler.</li> <li>3. Kjenne til hvordan innhold og undervisningsmetoder bør tilpasses i forhold til læringsmål, deltakere, ramme faktorer og sikkerhet.</li> </ol>

### 3.3.1.2 Litteratur og nettressurser

- Nes, C. L. (2022) *Skikompis*. Fri Flyt
- Sande, E. (2024) *Toppturboka*. Fri Flyt
- Varsom-appen
- Skredskolen til Varsom: <https://www.varsom.no/snoskred/snoskredskolen/>
- Systematisk Snødekkeundersøkelse: [Systematisk snødekkeundersøkelse, Faktaark fra NVE](#)
- Skredkortet: [Lenke](#)
- Mountain Safety: [Lenke](#)
- Norsk Fjellsportforum [Nasjonal Standard](#).
- Norsk Fjellsportforum [Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum](#).
- Norsk Fjellsportforum [Etiske Prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører](#).
- Varsom: [Interaktivt skredkurs](#)
- Varsom: [Varsler om naturfarer i Norge | Varsom.no](#)
- Værvarsel: [Yr](#)
- Digitalkart: [Norgeskart Friluftsliv](#)
- Lovverk: [Lov om friluftslivet \(friluftsløven\) - Lovdata](#)
- Lovverk: [Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester \(produktkontrollloven\) - Lovdata](#)

### 3.3.1.3 Vurdering

Underveis på kurset skal deltakerne få en løpende tilbakemelding om sin egen praksis, sikkerhet, egenferdighet og forståelse av fagtemaene.

Ved kursets avslutning skal de gis en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. Deltakere med manglende forståelse for tema som er sentrale på kurset, må få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell videre utdanning. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjemaet i kandidatens loggbok.

Det legges opp til løpende diskusjon (evaluering) av alle økter og kursdager gjennom tilbakemeldinger både fra instruktører og de andre deltakerne.

### 3.3.2 Gjennomføring av aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel

Rammene for aspirantpraksisen er beskrevet i kapittel 2.7.3 Rammer for aspirantpraksis for NF skredinstruktør 1 alpin. Her beskrives mål og innhold i aspirantpraksisen.

#### 3.3.2.1 Mål

##### Formål med praksisen

Formålet med aspirantpraksisen er at aspiranten skal gjennom observasjon og praksis få et erfaringsgrunnlag som veileder før deltakelse på veilederkurs. Veilederen skal gi aspiranten løpende og konkret vurdering i løpet av praksisen.

##### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt praksis skal deltakerne (kunne)**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
A	Egenrefleksjon og utvikling	1. Reflektere over egen undervisning, og reflektere over utviklingsområder innen formidling, instruksjon og veiledning.
B	Fagkunnskap	1. Tilegnet seg økt selvstendighet og fagkunnskap innen temaer i NF introkurs skred, grunnkurs skred, videregående skredkurs og grunnkurs alpin skiferdsel. 2. Tilegnet seg erfaring og inspirasjon til undervisning av temaer i NF introkurs skred, grunnkurs skred, videregående skredkurs og grunnkurs alpin skiferdsel.
C	Formidling	1. Ha bidratt i planlegging og gjennomføring av kurs gjennom å anvende den didaktiske relasjonsmodellen. 2. Ha tilegnet seg erfaring med kursplanlegging sammen med annen veileder. 3. Selvstendig ha organisert, gjennomført, veiledet, evaluert og skapt refleksjon i undervisning i minimum to av emnene i kurset. 4. Kjenne til hvordan en kan kartlegge deltagerens kompetanse og tilpasse sin undervisning deretter.
D	Veiledning	1. Ha kjennskap til momenter som instruktør- og deltagerrolle, gruppedynamikk, forventningsavklaring, motivasjonsfaktorer, og positive læringsopplevelser. 2. Ha kunnskap om ansvar og muligheter for å skape et godt og trygt læringsmiljø.
E	Kursledelse	1. Ha tilegnet seg økt forståelse for instruktørrollen, samt deltagerens og gruppens betydning ved undervisning. 2. Ha reflektert over samarbeidet med andre instruktører på skredkurs.

### 3.3.2.2 Vurdering

Aspiranten skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i praksisen. Utfordringer gitt på metodekurs skal følges opp særskilt. Etter endt kurs skal aspiranten få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok. Kandidaten skal være sett, vurdert og anbefalt av minimum to ulike fagpersoner før opptak veilederkurs.

### 3.3.3 Gjennomføring av veilederkurs skred alpin skiferdsel

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.7.4 Rammer for veilederkurs skred alpin skiferdsel. Her beskrives læringsmål for kurset.

#### 3.3.3.1 Mål

##### Formål

Kurset skal bevisstgjøre og forberede deltakerne på rollen som skredinstruktør 1 alpin skiferdsel og ansvaret som følger med. Kurset skal anspore til refleksjon over hvordan ulike tema i et skredkurs og skiferdselskurs bør formidles. Gjennom kurset vil deltakerne bli evaluert i forhold til om de har tilegnet seg den nødvendige forståelse, kunnskap og egenferdighet innen risikoreducerende tiltak, veiledning, formidling og initiativ til å fungere som instruktører. Kursets overordnede perspektiv handler om veiledning som arbeidsform. Veiledning som i å lede, logistikk og pedagogikk/didaktikk. Dette er kompetanse en instruktør må ha for å holde NF introkurs skred, grunnkurs skred, videregående skredkurs alpin skiferdsel og grunnkurs alpin skiferdsel.

##### Forarbeid til kurs

I forkant av kurset skal deltakere utarbeide en turplan for aktuelt turområde. I en slik plan inngår og en skriftlig redegjøring om deltakerens motivasjon og forventninger til kurset. Disse dokumentene skal leveres inn ved kursstart. Deltakerne setter seg inn i relevant pensum. Arrangør sender ut liste over kursmal og litteratur i god tid før samlingen. Se relevant litteratur nederst.

##### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt kurs/undervisning skal deltakerne**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
A	Egenrefleksjon og utvikling	1. Evaluere egen undervisning og reflektere over utviklingsområder innen formidling, veiledning og kursledelse.
B	Fagkunnskap	1. Inneha fagkunnskaper tilsvarende metodekurs skred alpin skiferdsel, og kunne reflektere rundt og diskutere skredfaget med andre instruktører og kursdeltakere.
C	Formidling	1. Anvende den didaktiske relasjonsmodellen og filtermodellen i planlegging, gjennomføring og vurdering av skredkurs. 2. Kjenne til ferdighetsmodellen som utgangspunkt for å legge til rette for undervisning for ulike deltakere. 3. Vurdere og velge hensiktsmessige undervisningsmetoder ved skredkurs, og kunne legge til rette for læring gjennom oppgaveløsning, erfaring og refleksjon. 4. Konkretisere og tilpasse undervisningen i forhold til deltakernes forutsetninger. 5. Se teori og praksis i sammenheng og formidle dette på skredkurs.
D	Veiledning	1. Bidra til at deltakerne setter egne læringsmål og legge til rette for deltakernes videre utvikling innen skredfaget. 2. Legge til rette for gode læringsmiljø og fungerende grupper.

		3. Formidle og være et forbilde for prinsippet om tur etter evne.
E	Kursledelse	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ivareta god HMS på kurs, herunder situasjonsbestemt ledelse, konflikthåndtering og håndtering av uønskede hendelser.</li> <li>2. Samarbeide med arrangører og andre kursledere for å planlegge, gjennomføre og vurdere skredkurs.</li> </ol>
F	Norsk Fjellsportforum og friluftsliv i Norge	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gjøre rede for Norsk Fjellsportforum og nasjonal standard og ha detaljert kunnskap om hvilke opptakskrav som eksisterer for metodekurs skred alpin skiferdsel.</li> <li>2. Kjenne til friluftslivsutøvelse i Norge.</li> <li>3. Ha kunnskap om standarder, lovverk, plikter og normer som er relevante for ferdsel i vinterfjellet.</li> <li>4. Kjenne til og kunne formidle «<i>Etiske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører</i>» og «<i>Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum</i>».</li> <li>5. Kjenne til demografiske forskjeller i deltakelse og barrierer i vinterfriluftsliv.</li> <li>6. Kjenne til ulike aktører (kommersielle, ideelle og institusjoner) som er godkjente NF-arrangører innen skred alpin skiferdsel.</li> </ol>

### 3.3.3.2 Litteratur og nettressurser

#### Litteratur

- Nes, C. L. (2022) *Skikompis*. Fri Flyt
- Sande, E. (2024) *Toppturboka*. Fri Flyt
- Hallandvik & Høyem (2019). *Friluftslivspedagogikk*. Kap. 2, 3, 4, 5, 6
- Vold, T. Magnussen, L.I. (2025). *Naturguiding. Før, under og etter turen*. Kap. 6, 8, 9, 11, 12, 14, 16
- NF instruktørveileder i førstehjelp for friluftsliv. (2024). Kap. 10

#### Nettressurser

- Varsom-appen
- Skredskolen til Varsom: <https://www.varsom.no/snoskred/snoskredskolen/>
- Systematisk Snødekkeundersøkelse: [Systematisk snødekkeundersøkelse, Faktaark fra NVE](#)
- Skredkortet: [Lenke](#)
- Mountain Safety: [Lenke](#)
- Norsk Fjellsportforum [Nasjonal Standard](#).
- Norsk Fjellsportforum [Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum](#).
- Norsk Fjellsportforum [Etiske Prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører](#).
- Varsom: [Interaktivt skredkurs](#)
- Varsom: [Varsler om naturfarer i Norge | Varsom.no](#)

### 3.3.3.3 Vurdering

Kurset vurderes til bestått eller ikke bestått etter følgende vurderingskriterier: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap.

Underveis på kurset skal deltakerne få en løpende og muntlig tilbakemelding om sin egen praksis. Det legges opp til løpende diskusjon (evaluering) av alle økter og kursdager gjennom tilbakemeldinger både fra instruktører og de andre deltakerne.

Ved kursets avslutning skal deltakerne få en sluttvurdering gjennom personlig samtale. I sluttsamtalen skal deltakeren presentere en egevaluering opp mot læringsmålene for veilederkurs, samt innen sikkerhet og lederskap. Kursleder skal gi skriftlig og muntlig vurdering med konkret veiledning til videre egenutvikling som føres inn i kandidatens loggbok. Deltakere med manglende forståelse for tema som er sentrale på kurset, vil bli vurdert som ikke bestått, og vil få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell ny søknad om opptak.

Godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel gis etter bestått veilederkurs. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført NF metodekurs skred alpin skiferdsel, gjennomført aspirantpraksis og bestått NF veilederkurs skred alpin skiferdsel sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

### 3.3.4 Gjennomføring av metodeseminar skred alpin skiferdsel

Rammene for seminaret er beskrevet i kapittel 2.7.8 Rammer for metodeseminar skred alpin. Her beskrives innholdet i seminaret i detalj.

#### 3.3.4.1 Mål

Seminaret skal gi deltakerne dypere innblikk i og forståelse av metoder for vurdering av skredfare, bevegelsesmønstre og/eller kameratredning og evne til å beherske og vurdere disse.

#### Formål

Seminaret skal gi anledning til øving på og diskusjon om metoder, og gjennom dette gi deltakerne bredt innblikk i fortrinn og ulemper ved ulike metoder i gitte situasjoner. Seminaret skal gi deltakerne en gjensidig, faglig oppdatering og bidra til at et enhetlig metodesett praktiseres likt på alle kvalifiserende kurs etter Nasjonal standard.

Seminaret skal også være et forum for å utveksle erfaringer med andre instruktører. Det ventes at deltakerne er aktive i diskusjoner og selv bidrar til innhold og gjennomføring.

#### Læringsmål

Seminaret skal gi deltakerne anledning til å bruke og drøfte metoder for vurdering av skredfare og videregående kameratredning. Deltakerne skal gis utdypende kunnskap om standardmetodene brukt på grunnkurs/kvalifiserende kurs etter Nasjonal standard.

Deltakerne skal kunne gjøre rede for hvorfor disse metodene er valgt, og de skal selv vise gode ferdigheter i bruk av metodene.

Deltakerne skal i tillegg kunne bedømme hvordan ulykker kan og bør forebygges, både generelt og spesielt i forbindelse med kurs, organiserte skiturer og uorganiserte vennegrupper på toptur.

#### 3.3.4.2 Temaliste

- Prøving og drøfting av metoder for å gripe og forstå de tre skredfaktorene: terreng, forhold og menneske.
- Prøving og drøfting av metoder for kameratredning.
- Improvisert redning i komplekse situasjoner.
- Prøving og drøfting av metoder for skredvarsling – internasjonalt, regionalt og lokalt.
- Prøving og drøfting av metoder for risikoreduserende adferd og tiltak i skredterreng.

- Ulykkesforebyggende arbeid, med spesiell vekt på analyse av risikofaktorer, tiltak for å redusere faren for feilvurdering og konsekvenser av feilvurdering.
- Ansvar for egen og deltakers sikkerhet skal drøftes.
- Valg av område for redningsøvelser og snødekkeundersøkelser.
- Ansvar og opptreden ved ulykker på kurs eller under fellesturer/føring.
- Varsling og organisering ved ulykke.
- Innføring i den organiserte redningstjenesten og hvordan en redningsaksjon organiseres og gjennomføres.
- Førstehjelp.
- Etikk, sikkerhet og ansvar, jf. veilederkurset.

#### *Vektlegging og rekkefølge av temaene*

Det bør ikke være nødvendig å gå like dypt inn i alle tema på lista. Deltakernes kompetanse må i stor grad bestemme hvilke temaer som kan tas summarisk og hvilke man må gå grundigere inn på.

#### *3.3.4.3 Vurdering*

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i seminaret. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som instruktør. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap. Kandidatene vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

For kandidater til nivå 2 skal det på redningsdelen legges avgjørende vekt på hensiktsmessig og troverdig innsats i redningsarbeid. Deltakere som viser lav egenferdighet og/eller liten forståelse for sikkerhet og metoder skal ikke anbefales som NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel.

For kandidater til regodkjenning på nivå 1 skal det minst dokumentere ferdigheter tilsvarende de som skal til for å bestå veilederkurs skred alpin skiferdsel.

### 3.4 Innhold i kvalifiserende kurs og aspirantpraksis nordisk skiferdsel

Her presenteres kursplaner for de ulike kvalifiserende kursene som er en del av NF-standard.

#### *Krav til sikkerhet*

Kurs i vegvalg, snøkjennskap og skredredningstjeneste må legges til terreng med slike dimensjoner og typiske kjennetegn for skredutsatt lende at det er mulig å gjøre dagsturer med utsikt til illustrerende lende, samtidig som tilfredsstillende sikkerhet opprettholdes.

Graving av snøprofil og stabilitetstester må kunne foregå på en slik måte og i slikt lende at deltakere ikke risikerer å bli revet med i farlige skred eller å bli begravd under snø. Skredøvelser skal gjennomføres på steder der det i løpet av øvelsesperioden ikke kan gå naturlige eller kunstig utløste skred. Det vil si at et øvelsesskred ikke skal sprenges eller utløses på annen måte, men graves ut (om nødvendig av deltakerne selv).

Figuranter i skredet skal sikres mot uhell og skader. Ved nedgraving av figurant skal gropen utformes i henhold til Norges røde kors hjelpekorps sine retningslinjer, og figuranten skal ha kontinuerlig samband med kursledelsen, være entydig posisjonsbestemt uavhengig av søkeutstyr og være fysisk og psykisk rustet for oppgaven.

Ved bruk av helikopter forutsettes at kursleder har erfaring med dette og er kjent med sikkerhetsrutiner.

Ettersom flere kurs skal gjøre deltagerne i stand til å gjøre veivalg i *utfordrende*<sup>4</sup> skredterreng må disse også inkludere turer i slikt terreng – dersom forholdene ligger til rette for det. Kursleder er ansvarlig for å gjøre en vurdering av lokale forhold i utfordrende terreng dersom det er regional faregrad 2 eller høyere.

Det skal ikke legges turer og aktiviteter i *komplekst* skredterreng på vintersnø (lagdelt).

#### 3.4.1 Gjennomføring av NF metodekurs nordisk skiferdsel

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.8.2 Rammer for metodekurs nordisk skiferdsel. Her beskrives innhold og læringsmål.

##### 3.4.1.1 Mål

#### *Formål*

Formålet med kurset er å gjøre deltakerne i stand til å planlegge, lede og evaluere turer for grupper med overnatting i telt og bolig i snø, i «moderat krevende fjellområder» i terrengklasse 0-1. Deltakeren skal gjøres i stand til å analysere og vurdere risiko, samt anvende HMS-verktøy for å ivareta egen og gruppens sikkerhet inngår.

Kurset skal dekke den metodiske fagkunnskapen som en veileder må ha for å holde NF introkurs, grunnkurs og videregående kurs nordisk skiferdsel.

---

<sup>4</sup> NF følger NVEs modell for terrengklassifisering. 0) *Ikke skredterreng*: Ingen eksponering for snøskred. flatt eller slakt terreng. 1) *Enkelt skredterreng*: Tidvis eksponering for snøskred. Oversiktlig terreng, enkelt å unngå løsnemråder. Noen utløpsområder for sjeldne skred. Mange muligheter til å redusere eksponeringen. 2) *Utfordrende skredterreng*: Jevnlig eksponering for snøskred. Terreng med veldefinerte løsnem- og utløpsområder, samt terrengfeller. Eksponering kan reduseres ved godt rutevalg. 3) *Komplekst skredterreng*: Lang eksponering for snøskred. Uoversiktlig, bratt terreng med flere løsnem- og utløpsområder, samt mange terrengfeller. Liten mulighet til å redusere eksponering.

### Forarbeid til kurs

I forkant av kurset skal deltakerne utarbeide og levere:

- En plan for turdelen som inngår i kurset. Det skal anvendes en NF nordisk turplan (tilgjengelig på NFs nettsider) for dette arbeidet. Kursleder vil gi tilbakemelding på planen gjennom kurset.
- En «egenmelding» om deltakerens styrker og svakheter i forhold til kursets læringsutbyttebeskrivelser, samt skrive litt om motivasjon og forventninger til kurset.

Både turplan og egenmelding tas med til kursstart.

Deltakerne må lese og sette seg godt inn i relevant pensum. Arrangør sender ut liste med kursmal og litteratur i god tid før kursstart. Se relevant litteratur nederst.

### Kursbeskrivelse

Kursets hovedfokus er den lange fjellskituren med problemstillinger knyttet til; turplanlegging, sikker ferdsel, orientering, veivalg, leirplass, sove ute og turlidelse. Det forventes at deltakerne stiller godt forberedt og at alle deltar aktivt i det praktiske arbeidet, diskusjoner og evaluering av hverandre, samt bidrar i refleksjoner rundt utbyttet av dagene og kurset sett under ett. En viktig del av turplanleggingen vil være å identifisere skredterreng, samt å bruke det regionale skredvarselet og værtjenester for å innhente informasjon om de aktuelle forholdene. For vurdering av veivalg og leirsteder, legges det vekt på løpende forhold, terreng og deltaker-vurderinger.

### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt kurs/undervisning skal deltakerne (kunne)**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
<b>A</b>	<b>Turplanlegging</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Planlegge tur over tur med papirkart og digitale kart med bratthet og utløpssoner for en tur for inntil seks personer som strekker seg over flere dager i vinterfjellet utenfor merket løype i terrengklasse 0-1.</li><li>2. Planlegge etter prinsippet tur etter evne.</li><li>3. Utforme en turplan (etter fastsatt mal) i samråd med turfølget.</li><li>4. Analysere værmelding, skredvarsel og anvende tretrinns turplanlegging.</li></ol>
<b>B</b>	<b>Terrengforståelse</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Anvende KAST-systemet ved turplanlegging og ferdsel.</li><li>2. Forstå kartet og terrenget og kunne gjenkjenne løseområdene, skredbane, utløpsområdet, skredstørrelse og terrengfeller.</li><li>3. Bruke veivalg og organisering av turgruppen for trygg, økonomisk og effektiv ferdsel i vinterfjellet.</li><li>4. Bruke aktuelle skredproblemer og snøforhold til å ta trygge og effektive veivalg i skredterreng.</li><li>5. Lese ut fra kart, iskart og terreng hvor det kan være hensiktsmessig å krysse islagt vann og elv.</li></ol>
<b>C</b>	<b>Kameratredning og førstehjelp</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vite hva som er UIAA sin godkjenning av kameratredningsutstyr (s/m, søkestang, spade)</li><li>2. Lede dobbel gruppesjekk med S/M</li><li>3. Vurdere egen og gruppens sikkerhet ved skredredning og ulykkeshendelser</li><li>4. Organisere varsling ved skredhendelser og andre ulykkeshendelser</li><li>5. Praktisere søkefasene hurtigsøk og grundig overflatesøk</li><li>6. Kjenne til ulike funksjoner på ulike S/M sendere/modeller og hvilke muligheter/begrensinger disse gir i forhold til søk.</li></ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Kjenne til ulike punktsøksteknikker og hvilke muligheter og begrensninger disse gir.</li> <li>8. Kjenne til ulike utgravingsteknikker og hvilke muligheter og begrensninger disse gir.</li> <li>9. praktisere relevant førstehjelp for skredtatte med hensyn til pust, blødning og varme</li> <li>10. lede og organisere kameratredning ved skredhendelser og andre ulykkeshendelser</li> <li>11. analysere hvor i skredmassene den skredtatte mest sannsynlig befinner seg, med hensyn til objekter i skredmassene, skredbanen og sist sett.</li> <li>12. forklare hvordan organisert redning av snøskred ulykker utføres, og kjenne til «Nasjonal veileder for redningstjenesten ved snøskredulykker» (utgitt av HRS)</li> </ol>
<b>D</b>	<b>Kunne finne informasjon om skredfare og snøforhold</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analysere det regionale snøskredvarselet og gjøre seg kjent med skredfarevurderingen og gjeldende skredproblemer.</li> <li>2. Analysere digitale tjenester for å få informasjon om værmelding og værhistorikk.</li> <li>3. Gjenkjenne snøskred faretegn i terrenget og ha forståelse for hva denne gir av informasjon.</li> <li>4. Velge hensiktsmessig lokalisering for gjennomføring av lille blokktest (LBT) og forstå hva LBT gir av informasjon, samt legge denne inn i Varsom.</li> <li>5. Velge hensiktsmessig lokalisering for gjennomføring av utvidet kompresjonstest (ECT) og forstå hva ECT gir av informasjon, samt legge denne inn i Varsom.</li> <li>6. Anvende systematisk snødekkeundersøkelse (SSU) og vite hvilken informasjon SSU gir.</li> </ol>
<b>E</b>	<b>Snø og snøskredkjennskap</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare de ulike mekanismene, årsakene og egenskapene knyttet til forskjellige typer snøskred.</li> <li>2. Vise og forklare ulike typer snø og hvordan ulike prosesser i snødekket bidrar til å forme disse.</li> <li>3. Vise og forklare hvordan man finner skredproblemer i varselet og i snødekket, samt forklare konsekvensene av disse.</li> <li>4. Forklare værhistorikkens betydning for snøskredfaren.</li> <li>5. Forklare sentrale begrep knyttet til snøskred.</li> </ol>
<b>F</b>	<b>HMS og sikkerhetsutstyr</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Forklare og diskutere bruk av hensiktsmessig tur- og skredutstyr ved ferdsel i vinterfjellet, og kunne anvende dette ute.</li> <li>2. Kunne sette sammen et egnet førstehjelpsutstyr for vinterbruk på turer over flere dagers varighet.</li> <li>3. Gjøre en ROS-analyse for en tur over flere dagers varighet.</li> <li>4. Kjenne til bruk av satellittkommunikasjon.</li> <li>5. Ledet og organisere en førstehjelpssituasjon.</li> </ol>
<b>G</b>	<b>Norske friluftslivstradisjoner</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se egen ferdsel i sammenheng med norske friluftslivstradisjoner.</li> <li>2. Kjenne til hva som kreves av egenferdighet, kunnskap og loggført erfaring for opptak på NF veilederkurs.</li> </ol>
<b>H</b>	<b>Lovverk og forskrifter som regulerer ferdsel og opphold i naturen</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha god kjennskap til og kunne formidle relevante lover og forskrifter for ferdsel og opphold.</li> <li>2. Ha satt seg godt inn dokumentet «<i>Etiske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører</i>».</li> <li>3. Ha satt seg godt inn dokumentet «<i>Prinsipper for naturvennlig ferdsel i Norsk Fjellsportforum</i>».</li> </ol>
<b>I</b>	<b>Bekledning og utstyr for ferdsel i vinterfjellet</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vurdere hva som er egnet skiutstyr, staver og sko og hvilke krav som stilles til slikt utstyr på lengre turer.</li> <li>2. Forklare hva som egner/ikke egner seg som bekledning for en todagers tur i vinterfjellet.</li> <li>3. Forklare hvilke krav som stilles til et telt som skal brukes i vinterfjellet.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>Liste opp hva man bør ha med seg av reparasjonsutstyr/reserveutstyr på en todagers vintertur.</li> <li>Redegjøre for ulike typer av brennere og hvilke som egner seg og ikke egner seg til bruk i vinterfjellet samt beregne tilstrekkelig mengde drivstoff per person til en brenner for lengre turer med grupper.</li> <li>Kjenne til sentrale prinsipper for pakking av pulk.</li> </ol>
<b>J</b>	<b>Ledelse, kommunikasjon og den menneskelige faktor i grupper på tur</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Velge tur ut fra forhold og gruppas evne, og sørge for avklaring av den enkeltes og gruppas samlede forutsetninger.</li> <li>Anvende kunnskap om hvordan motivasjoner og holdninger i gruppa påvirker beslutninger og fasilitere en kultur for åpenhet, deling og transparente beslutningsprosesser.</li> <li>Gjennomføre ferdråd før, under og etter tur med vekt på åpenhet, motivasjon, forutsetninger, beslutningsprosesser og ulike holdninger.</li> <li>Organisere grupper i vinterfjellet underveis på tur.</li> <li>Vise god forståelse av og praktisere kommunikasjon tilpasset situasjonen.</li> <li>Vise god forståelse av begrepene risiko og risikofelleskap og hvordan en kan redusere risiko gjennom turplanleggingen og underveis i turen.</li> <li>Vise god forståelse av hva som kreves individuelt og av en gruppe for å kunne bevare overskudd i vinterfjellet over flere dager og legge til rette for dette i en gruppe.</li> </ol>
<b>K</b>	<b>Undervisning og læring</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kjenne til veiledning i friluftsliv som pedagogisk arbeidsform.</li> <li>Kjenne til et utvalg av undervisnings- og læringsmetoder for enkel og forståelig undervisning av skred og skiferdsel, og vise dette gjennom eksempler.</li> <li>Kjenne til hvordan vi lærer ved å gjøre og refleksjon over det vi erfarer individuelt og som gruppe og vise dette gjennom eksempler.</li> </ol>
<b>L</b>	<b>Ly og leir</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Etablere en egnet rasteplass for lunsj eller hendelse som krever skjerma miljø.</li> <li>Finne egnet og trygg leirplass; ut fra terrenget, vær, vind og snøforhold.</li> <li>Organisere teltleir med tanke på formasjon, ren og skitten sone, levegger og latrine.</li> <li>Sette opp telt og etablere leir i sterk vind.</li> <li>Organisere eget telt med grunnleggende rutiner for å bo sammen med andre, med stågrop, ren/skitten sone, fyring, kullos, kondens/damp og utstyrskontroll.</li> <li>Vurdere snøkvalitet samt egnet og trygt sted for å bygge bolig i snøen.</li> <li>Bygge bolig i snø for to eller flere personer (snøhule eller flatmarksgrop).</li> <li>Bygge en nødbivuakk i snø (kantgrop eller revehi).</li> </ol>
<b>M</b>	<b>Orientering og ferdsel</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Anvende kart og kompass, GPS og digitale kart for orientering og veivalg.</li> <li>Orienterere trygt i nedsatt sikt og krevende forhold ved bruk av hare, gruppe og parallellforskyvning av kurs.</li> <li>Lage en SARTTO for en dagstur.</li> <li>Lede grupper med tanke på rutiner for skiferdsel: rullering, stopp/pause, kommunikasjon, tid, ulikheter og tålmodighet.</li> <li>Lede grupper med tanke på hvordan man legger gunstige sporvalg, trække spor for pulk og samarbeide om pulk i bratt/skrått lende.</li> </ol>
<b>N</b>	<b>Bærekraft</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gjøre en analyse av hvordan en tur vil kunne påvirke lokal natur og kultur og vise til forslag på eventuelle avbøtende tiltak.</li> <li>Komme med forslag til hvordan vår bruk av et naturområde kan bli en ressurs for lokal natur og kultur.</li> </ol>

### 3.4.1.2 Litteratur og nettressurser

#### Læringsmål

- Nes, C. L. (2022) Skikompis. Fri Flyt. Alt med unntak av kapittel 14.
- Horgen, A. (2010). Friluftsviledning i vinterfjellet. Høyskoleforlaget. Kapittel 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11

#### Nettressurser

- [NF Nordisk turplan](#)
- Varsom-appen
- Skredskolen til Varsom: <https://www.varsom.no/snoskred/snoskredskolen/>
- Systematisk Snødekkeundersøkelse: [Systematisk snødekkeundersøkelse, Faktaark fra NVE](#)
- Skredkortet: [Lenke](#)
- Norsk Fjellsportforum [Nasjonal Standard.](#)
- Norsk Fjellsportforum [Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum.](#)
- Norsk Fjellsportforum [Etiske Prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører.](#)
- Varsom: [Interaktivt skredkurs](#)
- Varsom: [Varsler om naturfarer i Norge | Varsom.no](#)
- Digitalkart: [Norgeskart Friluftsliv](#)
- Lovverk: [Lov om friluftslivet \(friluftsløven\) - Lovdata](#)
- Lovverk: [Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester \(produktkontrollloven\) - Lovdata](#)

### 3.4.1.3 Vurdering

Underveis på kurset skal deltakerne få en løpende, nyansert tilbakemelding om sin egen praksis, sikkerhet, egenferdighet og forståelse av fagtemaene.

Ved kursets avslutning skal deltakerne gis en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. Deltakere med manglende forståelse for tema som er sentrale på kurset, må få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell videre utdanning. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

Det legges opp til løpende diskusjon (evaluering) av alle økter og kursdager gjennom tilbakemeldinger både fra instruktører og de andre deltakerne.

## 3.4.2 Gjennomføring av aspirantpraksis for NF veileder 1 nordisk skiferdsel

Rammene for aspirantpraksisen er beskrevet i kapittel 2.8.3 Rammer for aspirantpraksis for veileder 1 nordisk skiferdsel. Her beskrives mål og innhold i aspirantpraksisen.

### 3.4.2.1 Mål

#### Formål med praksisen

Formålet med aspirantpraksisen er at aspiranten gjennom observasjon og praktisk arbeid skal kunne tilegne seg et erfaringsgrunnlag knyttet til veiledning før deltakelse på veilederkurs. Veilederen skal gi aspiranten løpende og konkret tilbakemelding og vurdering i løpet av praksisen.

### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt praksis skal deltakerne (kunne)**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
<b>A</b>	<b>Egenrefleksjon og utvikling</b>	1. Reflektere over egen undervisning, og reflektere over utviklingsområder innen formidling og veiledning.
<b>B</b>	<b>Fagkunnskap</b>	1. Tilegnet seg økt selvstendighet og fagkunnskap innen temaer i NF introkurs skred, grunnkurs skred, samt videregående kurs nordisk skiferdsel. 2. Tilegnet seg erfaring og inspirasjon til undervisning av temaer i NF introkurs skred, grunnkurs skred, samt videregående kurs nordisk skiferdsel.
<b>C</b>	<b>Formidling</b>	1. Ha bidratt i planlegging og gjennomføring av kurs gjennom å anvende den didaktiske relasjonsmodellen. 2. Ha tilegnet seg erfaring med kursplanlegging sammen med annen veileder. 3. Selvstendig ha organisert, gjennomført, veiledet, evaluert og skapt refleksjon i undervisning i minimum to av emnene i kurset. 4. Kjenne til hvordan en kan kartlegge deltagerens kompetanse og tilpasse sin undervisning deretter.
<b>D</b>	<b>Veiledning</b>	1. Ha kjennskap til momenter som instruktør- og deltagerrolle, gruppedynamikk, forventningsavklaring, motivasjonsfaktorer, og positive læringsopplevelser, etc. 2. Ha kunnskap om ansvar og muligheter for å skape et godt og trygt læringsmiljø.
<b>E</b>	<b>Kursledelse</b>	1. Ha tilegnet seg økt forståelse for instruktørrollen, samt deltagerens og gruppens betydning ved undervisning. 2. Ha reflektert over samarbeidet med andre instruktører på skredkurs.

#### 3.4.2.2 Vurdering

Aspiranten skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i praksisen. Utfordringer gitt på metodekurs skal følges opp særskilt. Etter endt kurs skal aspiranten få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok. Kandidaten skal være sett, vurdert og anbefalt av minimum to ulike fagpersoner før opptak veilederkurs.

#### 3.4.3 Gjennomføring av veilederkurs skred nordisk skiferdsel

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.8.4 Rammer for veilederkurs nordisk skiferdsel. Her beskrives læringsmål for kurset.

##### 3.4.3.1 Mål

###### Formål

Kurset skal bevisstgjøre og forberede deltakerne på rollen som nordisk skiveileder og ansvaret som følger med. Kurset skal anspore til refleksjon over hvordan ulike tema i et skredkurs og skiferdselskurs bør formidles. Gjennom kurset vil deltakerne bli evaluert i forhold til om de har tilegnet seg den nødvendige forståelse, kunnskap og egenferdighet innen risikoreduserende tiltak, veiledning, formidling og initiativ til å fungere som veiledere.

Kursets overordnede perspektiv handler om veiledning som arbeidsform. Dvs. ledelse, logistikk, pedagogikk/didaktikk. Dette er kompetanse en instruktør må ha for å holde NF introkurs skred, grunnkurs skred og videregående kurs nordisk skiferdsel.

### Forarbeid til kurs

I forkant av kurset skal deltakerne utarbeide og levere:

- Grupper på to-tre deltakere lager en detaljert plan for turdelen som inngår i kurset. Det skal anvendes en NF nordisk turplan for dette arbeidet. Kursleder vil gi tilbakemelding på planen gjennom kurset.
- En individuell «øktplan» knyttet til turplanen, der deltakeren har ansvar for gjennomføring av et opplegg i løpet av turen.
- En «egenmelding» om deltakerens styrker og svakheter i forhold til kursets læringsutbyttebeskrivelser, samt skrive litt om motivasjon og forventninger til kurset

Både turplan, øktplan og egenmelding bør leveres en uke før kursstart.

Deltakerne må lese og sette seg godt inn i relevant pensum. Arrangør sender ut liste med kursmal og litteratur i god tid før kursstart. Se relevant litteratur nederst.

### Kursbeskrivelse

Kursets hovedfokus er ledelse, logistikk, pedagogikk og didaktikk knyttet til det å; planlegge, gjennomføre og evaluere turer og kurs i vinterfjellet.

Det forventes at deltakerne stiller godt forberedt og at alle deltar aktivt i det praktiske arbeidet, diskusjoner og evaluering av hverandre, samt bidrar i refleksjoner rundt utbyttet av dagene og kurset sett under ett. En viktig del av turplanleggingen vil være å argumentere for valg av ledelsesstil, logistikk og pedagogisk arbeidsform/didaktikk knyttet til turplanen og den individuelle øktplanen.

I den praktiske gjennomføring av kurset legges det vekt på deltakerens evne til å gjøre løpende forhold, terreng og deltaker-vurderinger, og hvordan slike vurderinger brukes til å gjøre justeringer i forhold til turplan og øktplan.

### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setning begynner slik:

**\*Etter endt kurs/undervisning skal deltakerne (kunne)**

	TEMA	LÆRINGSMÅL
A	Egenrefleksjon og utvikling	1. Evaluere egen undervisning og reflektere over utviklingsområder innen formidling, veiledning og kursledelse.
B	Fagkunnskap	1. Inneha fagkunnskaper tilsvarende metodekurs nordisk skiferdsel, og kunne reflektere rundt og diskutere skredfaget med andre instruktører og kursdeltakere.
C	Formidling	1. Anvende den didaktiske relasjonsmodellen og filtermodellen i planlegging, gjennomføring og vurdering av skredkurs. 2. Kjenne til ferdighetsmodellen som utgangspunkt for å legge til rette for undervisning for ulike deltakere. 3. Vurdere og velge hensiktsmessige undervisningsmetoder ved skredkurs, og kunne legge til rette for læring gjennom oppgaveløsning, erfaring og refleksjon. 4. Konkretisere og tilpasse undervisningen i forhold til deltakernes forutsetninger. 5. Se teori og praksis i sammenheng og formidle dette på skredkurs.

<b>D</b>	<b>Veiledning</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bidra til at deltakerne setter egne læringsmål og legge til rette for deltakernes videre utvikling innen skredfaget.</li> <li>2. Legge til rette for gode læringsmiljø og fungerende grupper.</li> <li>3. Formidle og være et forbilde for prinsippet om tur etter evne og forhold.</li> </ol>
<b>E</b>	<b>Kursledelse</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ivareta god HMS på kurs, herunder situasjonsbestemt ledelse, konflikthåndtering og håndtering av uønskede hendelser.</li> <li>2. Samarbeide med arrangører og andre kursledere for å planlegge, gjennomføre og vurdere skredkurs.</li> </ol>
<b>F</b>	<b>Norsk Fjellsportforum og friluftsliv i Norge</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gjøre rede for Norsk Fjellsportforum og nasjonal standard og ha detaljert kunnskap om hvilke opptakskrav som eksisterer for metodekurs nordisk skiferdsel.</li> <li>2. Kjenne til friluftslivsutøvelse i Norge.</li> <li>3. Ha kunnskap om standarder, lovverk, plikter og normer som er relevante for ferdsel i vinterfjellet.</li> <li>4. Kjenne til og kunne formidle «<i>Etiske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører</i>» og «<i>Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum</i>».</li> <li>5. Kjenne til demografiske forskjeller i deltakelse og barrierer i vinterfriluftsliv.</li> <li>6. Kjenne til ulike aktører (kommersielle, ideelle og institusjoner) som er godkjente NF-arrangører innen nordisk skiferdsel.</li> </ol>

### 3.4.3.2 Litteratur og nettressurser

#### Litteratur

- Nes, C. L. (2022) *Skikompis*. Fri Flyt
- Sande, E. (2024) *Toppturboka*. Fri Flyt. Kapittel 03, 04, 05, 06, 07, 21, 23, 25
- Vold, T. Magnussen, L.I. (2025). *Naturguiding. Før, under og etter turen*. Kap. 6, 8, 9, 11, 12, 14, 16
- NF instruktørveileder i førstehjelp for friluftsliv. (2024). Kap. 10

#### Nettressurser

- [NF Nordisk turplan](#)
- Varsom-appen
- Skredskolen til Varsom: <https://www.varsom.no/snoskred/snoskredskolen/>
- Systematisk Snødekkeundersøkelse: [Systematisk snødekkeundersøkelse, Faktaark fra NVE](#)
- Skredkortet: [Lenke](#)
- Norsk Fjellsportforum [Nasjonal Standard](#).
- Norsk Fjellsportforum [Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum](#).
- Norsk Fjellsportforum [Etiske Prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører](#).
- Varsom: [Interaktivt skredkurs](#)
- Varsom: [Varsler om naturfarer i Norge | Varsom.no](#)
- Digitalkart: [Norgeskart Friluftsliv](#)
- Lovverk: [Lov om friluftslivet \(friluftsløven\) - Lovdata](#)
- Lovverk: [Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester \(produktkontrolløven\) - Lovdata](#)

### 3.4.3.3 Vurdering

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i kurset. Sluttvurdering skal gis i en personlig samtale med hver enkelt deltaker. Deltakeren skal oppfordres til selv å gjøre seg opp en mening om sine sterke og svake sider som veileder. Kandidatene skal vurderes ut fra følgende punkt: Sikkerhet, egenferdighet, formidlingsevne og lederskap.

Kandidatene skal vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet vurdering som føres inn i kandidatens loggbok.

Endelig godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel gis etter bestått veilederkurs. Utfylte skjemaer som dokumenterer gjennomført NF metodekurs nordisk skiferdsel, gjennomført aspirantpraksis og bestått NF veilederkurs nordisk skiferdsel sendes inn gjennom [brattkompetanse.no](http://brattkompetanse.no).

### 3.5 Innhold i kvalifiserende kurs og assistentpraksis førstehjelp for friluftsliv

Her presenteres kursplaner for kvalifiserende kurs og assistentpraksis i førstehjelp for friluftsliv.

#### 3.5.1 Gjennomføring av metodekurs førstehjelp for friluftsliv

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.9.2 Rammer for metodekurs førstehjelp for friluftsliv. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

##### *Krav til kurssted*

Kurset må gjennomføres i et relevant naturmiljø. Det bør være mulighet for undervisning både inne og ute.

##### *Kursgjennomføring*

Metodekurset har fokus på læring gjennom praksis, refleksjon og veiledning. Teoretiske momenter undervises i tilknytning til praktisk gjennomføring der det naturlig passer inn, slik at det er en tydelig sammenheng mellom teori og praksis. Deltakerne har en aktiv rolle i kurset med forhåndstilte oppgaver tilknyttet læringsmålene for kurset. Undervisningen må være kunnskapsbasert gjennom studier eller fagartikler.

##### *Sikkerhet*

Ved gjennomføring av kurset er det et mål at ingen skal bli skadet eller eksponert for potensiell skade. Kursleder og medinstruktører skal kjenne til og følge arrangørens retningslinjer for helse-, miljø og sikkerhet.

#### 3.5.1.1 Mål

##### *Formål*

Metodekursets formål er å heve førstehjelps kompetansen til hver enkelt instruktørkandidat, sikre kunnskapsbasert praksis og i felleskap enes om hvilke praktiske metoder som kan anvendes i undervisning av NF førstehjelp for friluftsliv. Videre skal kandidaten utvikle kunnskap om læring og undervisning innen førstehjelp for friluftsliv.

##### *Læringsmål*

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setningen begynner slik:

**\*Etter endt metodekurs skal deltakerne**

Metodekurs		
	LÆRINGSMÅL	RELATERTE DELMÅL
A	Ha god kunnskap om skadeforebygging og forberedelser til førstehjelp på tur	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ha god forståelse for betydningen av tur etter evne.</li><li>2. Kunne lede en diskusjon knyttet til skadeforebygging i et utvalg turkontekster som er relevant for deltagerens friluftslivsutøvelse.</li><li>3. Ha kunnskap om vanlig førstehjelpsutstyr, og hva som er aktuelt på turer med ansvar for andre.</li><li>4. Ha kunnskap om sårbarhet ved ferdsel i områder der akutt helsehjelp ikke er umiddelbart tilgjengelig, eller der vær, terreng, mobildekning eller andre faktorer vanskeliggjør redning.</li><li>5. Ha kunnskap om hensiktsmessig innhenting av medisinske opplysninger fra gruppemedlemmer.</li><li>6. Ha bevissthet om naturvennlig og sporløs ferdsel.</li></ol>

<b>B</b>	<b>Ha kunnskap om skadestedsledelse og sikkerhetstiltak</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om enkel skadestedsledelse på tur.</li> <li>2. Ha kunnskap om hvordan en kan skape overblikk i en førstehjelpssituasjon, og hvorfor dette er viktig.</li> <li>3. Kunne vurdere behov for sikkerhetstiltak, og ha kunnskap om aktuelle risikoreduserende tiltak.</li> </ol>
<b>C</b>	<b>Ha kunnskap om gjennomføring av varsling</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om aktuelle nødnumre.</li> <li>2. Ha kunnskap hvordan man varsler og kunne formidle hvem, hva og hvor til nødsentralene.</li> <li>3. Ha kunnskap om ulike kommunikasjonsverktøy for varsling ved utøvelse av friluftsliv.</li> </ol>
<b>D</b>	<b>Ha god kunnskap om og beherske livreddende førstehjelp</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha god kunnskap om og selvstendig beherske systematisk pasientundersøkelse og kunne iverksette livreddende tiltak i henhold til Førstehjelpstriangelet, med hovedfokus på pust, blødning og varme.</li> <li>2. Kunne redegjøre for og drøfte prioritering av tiltak i systematisk pasientundersøkelse og livreddende førstehjelp. -Beherske anvendelse av Førstehjelpstrianglet i undervisning.</li> <li>3. Beherske å utføre og undervise i hjerte-lungeredning (HLR).</li> <li>4. Kunne lede en diskusjon knyttet til kontekstuelle utfordringer ved livreddende førstehjelp.</li> </ol>
<b>E</b>	<b>Ha kunnskap om grunnleggende undersøkelse og stabilisering av et utvalg skader og tilstander</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om undersøkelse og behandling av følgende tilstander: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hodeskader.</li> <li>○ Nakke- og ryggskader.</li> <li>○ Bruddskader, leddforstuinger og luksasjoner</li> <li>○ Brannskader og frostskafer</li> <li>○ Sårskader, gnagsår og sårinfeksjoner</li> </ul> </li> <li>2. Ha kunnskap om skademekanikk og hva som skjer med kroppen ved nedkjøling, snøskred, drukning og kullosforgiftning.</li> </ol>
<b>F</b>	<b>Ha kunnskap om smertelindring, revurdering og pasientovervåking</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om metoder for å sikre at pasienten blir tilstrekkelig skjermet for vær og omgivelser.</li> <li>2. Ha kunnskap om hvordan revurdere tidligere tiltak og følge opp pasient over tid.</li> <li>3. Ha kunnskap om smertelindring i form av ikke-medikamentelle tiltak og reseptfrie medikamenter.</li> <li>4. Ha kunnskap om når mat og drikke ikke bør gis.</li> </ol>
<b>G</b>	<b>Kunne gjennomføre enkel forflytning og forberede evakuering</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om ulike metoder for forflytning av skadet pasient, og kunne vurdere om forflytning er hensiktsmessig.</li> <li>2. Ha kunnskap om redningstjenesten oppbygning.</li> <li>3. Ha kunnskap om samhandling med ulike deler av redningstjenesten, herunder helikoptertjenesten.</li> <li>4. Ha kunnskap om tidsaspektet for organisert redning.</li> </ol>
<b>H</b>	<b>Ha kjennskap til viktige psykologiske aspekter rundt ulykker</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha kunnskap om vanlige reaksjoner og gruppehåndtering under og etter en hendelse.</li> <li>2. Ha kunnskap om hvem som kan bistå i håndtering av psykologiske reaksjoner etter større hendelser og ulykker.</li> <li>3. Ha kunnskap om hva som kan gi trygghet til å ta ansvar i en førstehjelpssituasjon.</li> </ol>
<b>I</b>	<b>Kjenne til hvordan læring foregår innen førstehjelp for friluftsliv.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kjenne til NF instruktørveileder i førstehjelp for friluftsliv.</li> <li>2. Kjenne til et utvalg av undervisning- og formidlingsmetoder for enkel og forståelig formidling av førstehjelp.</li> <li>3. Kjenne til hvordan vi lærer gjennom å gjøre og reflektere over det vi gjør, og vise dette gjennom eksempler.</li> <li>4. Kunne være en del av en gruppe og ha grunnleggende forståelse av gruppedynamikk og læringsmiljø.</li> <li>5. Kunne stille spørsmål som bidrar til læring.</li> </ol>

### 3.5.1.2 Vurdering

Underveis i kurset skal deltakerne få løpende, muntlig tilbakemelding om sin praksis, ferdigheter og kunnskap innen læringsmålene.

Ved kursets avslutning gjennomføres en skriftlig og muntlig evaluering opp mot læringsmålene, og som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. Deltakere med manglende ferdigheter og kompetanse innen læringsmålene ved kursslutt må få konkret beskjed om hva som må forbedres før eventuell videre utdanning. Evalueringene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

### 3.5.2 Gjennomføring av assistentpraksis for førstehjelpsinstruktør 1

Rammene for assistentpraksisen er beskrevet i kapittel 2.9.3 Rammer for assistentpraksis for førstehjelpsinstruktør 1. Her beskrives mål og innhold i assistentpraksisen.

#### 3.5.2.1 Mål

##### Formål med praksisen

Formålet er å sikre videre kompetanseutvikling hos kandidaten gjennom å få observere andre instruktører på kurs og ved å bidra i undervisning. Kandidaten skal gjennom observasjon og praksis få en innføring i hvordan et grunnkurs er bygd opp, hvordan rekkefølgen på de ulike læringsmomentene bør være, samt hvordan formidle førstehjelp for friluftsliv til kursdeltakere (didaktikk). Kandidaten skal bidra i kursgjennomføringen og gjennomføre konkrete undervisningsoppgaver under observasjon av sertifisert NF førstehjelpsinstruktør. Veilederen skal gi instruktørassistenten løpende og konkret vurdering i løpet av praksisen. Instruktørassistenten skal gis rom for egen utvikling gjennom praksisen.

##### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setningen begynner slik:

**\*Etter endt assistentpraksis skal deltakerne**

Assistentpraksis		
	LÆRINGSMÅL	RELATERTE DELMÅL
<b>A</b>	<b>Kunne anvende den didaktiske relasjonsmodellen i planlegging og gjennomføring av kurs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ha bidratt i planlegging og gjennomføring av kurs gjennom å anvende den didaktiske relasjonsmodellen.</li><li>• Ha tilegnet seg erfaring med kursplanlegging sammen med annen instruktør.</li></ul>
<b>B</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske å organisere, gjennomføre, veilede, evaluere og skape refleksjon ved undervisning</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Selvstendig ha organisert, gjennomført, veiledet, evaluert og skapt refleksjon i undervisning i minimum to av emnene i kurset.</li></ul>

<b>C</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske å konkretisere og tilpasse undervisningen i forhold til deltakernes forutsetninger</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kjenne til hvordan en kan kartlegge deltagerens kompetanse og tilpasse sin undervisning deretter.</li> </ul>
<b>D</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske kursgjennomføring og undervisningsmomenter ved kursgjennomføring</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha kjennskap til momenter som instruktør- og deltagerrolle, gruppedynamikk, forventningsavklaring, motivasjonsfaktorer, og positive læringsopplevelser, etc.</li> </ul>
<b>E</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske veiledning i Førstehjelpstrianglet</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kjenne til hvordan en kan anvende Førstehjelpstrianglet i undervisning.</li> <li>• Tilegnet seg økt fagkunnskap om momentene i Førstehjelpstrianglet.</li> </ul>
<b>F</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske veiledning i temaene på NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilegnet seg erfaring og inspirasjon til undervisning av temaer i NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv.</li> <li>• Tilegnet seg økt selvstendighet og fagkunnskap innen temaer i NF grunnkurs førstehjelp for friluftsliv.</li> </ul>
<b>G</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig beherske å veilede i skadeforebyggende arbeid ved friluftsliv</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha kunnskaper om hvordan en kan jobbe på kurs med skadeforebyggende arbeid ved friluftsliv.</li> </ul>
<b>H</b>	<b>Ha god kunnskap om og selvstendig kunne reflektere om egen og andres rolle i en undervisningssituasjon</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha tilegnet seg økt forståelse for instruktørrollen, samt deltagerens og gruppens betydning ved undervisning.</li> <li>• Ha tilegnet seg kunnskaper om ansvar og muligheter for å skape et godt og trygt læringsmiljø.</li> <li>• Ha reflektert over samarbeid med andre instruktører på førstehjelpskurs.</li> </ul>
<b>I</b>	<b>Utvide selvinnsikt som grunnlag for læring og utvikling som instruktør i fagfeltet førstehjelp for friluftsliv</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forstå og etterleve prinsippet kurs etter evne og forhold.</li> <li>• Kjenne egne styrker og begrensninger og kunne være åpen om disse i et kursfelleskap.</li> <li>• Kunne reflektere over egen læring og undervisning, sette egne læringsmål og finne ut hvordan en kan jobbe for å nå disse målene.</li> </ul>

### 3.5.2.2 Vurdering

Assistenten skal få en løpende, muntlig tilbakemelding underveis i praksisen. Utfordringer gitt på metodekurs skal følges opp særskilt. Etter endt kurs skal assistenten få en skriftlig og muntlig evaluering opp mot læringsmålene for assistentpraksis og konkret veiledning til videre egenutvikling. Evalueringene skal føres inn på evalueringskjema i kandidatens loggbok. Kandidaten skal være sett, vurdert og anbefalt videre før opptak til veilederkurs.

### 3.5.3 Gjennomføring av veilederkurs førstehjelp for friluftsliv

Rammene for kurset er beskrevet i kapittel 2.9.4 Rammer for NF veilederkurs førstehjelp for friluftsliv. Her beskrives innholdet i kurset i detalj.

#### Krav til kurssted

Kurset må gjennomføres i et relevant naturmiljø. Det bør være mulighet for undervisning både inne og ute.

#### Kursgjennomføring

Målet med veilederkurs for friluftsliv er å heve deltakerens kompetanse innen friluftslivdidaktikk.

Dag 1 av kurset består av undervisning i friluftslivdidaktikk og planlegging av NF dagskurs førstehjelp for friluftsliv. Dag 2 av kurset består av gjennomføring NF dagskurs førstehjelp for friluftsliv, der instruktørkandidatene i samarbeid planlegger, gjennomfører og evaluerer undervisningen. Det anbefales at dette gjøres med reelle deltakere. I tillegg gjennomføres sluttevaluering av hver enkelt instruktørkandidat.

#### Sikkerhet

Ved gjennomføring av kurset er det et mål at ingen skal bli skadet eller eksponert for potensiell skade. Kursleder og medinstruktører skal kjenne til og følge arrangørens retningslinjer for helse-, miljø og sikkerhet.

#### 3.5.3.1 Mål

##### Formål

Kurset har som mål å bevisstgjøre og forberede deltakerne på rollen som førstehjelpsinstruktør og ansvaret som følger med. Kurset tematiserer friluftslivdidaktikk og undervisning av førstehjelp for friluftsliv. Veilederkurset skal også være en praktisk eksamen, hvor deltakerne skal vise at de har den nødvendige kompetansen innen undervisning av førstehjelp for friluftsliv.

##### Læringsmål

Når de følgende læringsmål leses, ta utgangspunkt i at setningen begynner slik:

**\*Etter endt veilederkurs skal deltakerne**

Veilederkurs		
	LÆRINGSMÅL	RELATERTE DELMÅL
A	Ha god kunnskap om Norsk Fjellsportforum og friluftsliv i Norge.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kunne gjøre rede for Norsk Fjellsportforum og nasjonal standard.</li><li>• Kjenne til friluftslivsutøvelse i Norge.</li></ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha kjennskap til relevant lovverk, plikter og normer for HMS i friluftsliv.</li> <li>• Kjenne til og kunne formidle <i>Etiske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører</i> og <i>Prinsipper for naturvennlig ferdsel NF</i>.</li> </ul>
<b>B</b>	<b>Ha god kunnskap om og beherske veiledning av førstehjelp for friluftsliv.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne anvende Førstehjelpstrianglet og kjenne til andre undersøkelse- og behandlingsmetoder innen førstehjelp.</li> <li>• Kunne anvende den didaktiske relasjonsmodellen og filtermodellen i planlegging, gjennomføring og vurdering av kurs.</li> <li>• Kjenne til ferdighetsmodellen som utgangspunkt for å legge til rette for undervisning for ulike deltakere.</li> <li>• Kunne vurdere og velge hensiktsmessig undervisningsmetoder ved kurs i førstehjelp for friluftsliv, og kunne legge til rette for læring gjennom erfaring og refleksjon.</li> <li>• Kunne se teori og praksis i sammenheng i arbeid med førstehjelp for friluftsliv.</li> <li>• Kjenne til sentrale prinsipper for å skape godt læringsmiljø og fungerende grupper.</li> <li>• Kunne anvende prinsipper for ivaretagelse av HMS på kurs.</li> <li>• Kunne samarbeide med arrangør og andre kursledere for å planlegge, gjennomføre og vurdere kurs</li> </ul>

### 3.5.3.2 Vurdering

Deltakerne skal få en løpende, muntlig vurdering underveis i kurset. Sluttevaluering skal gjennomføres som en personlig samtale med hver enkelt deltaker.

Deltakeren gjennomfører egevaluering innen læringsmålene for veilederkurs og metodekurs, samt innen sikkerhet og lederskap. Evalueringen presenteres for kursledere og skal være et hjelpemiddel for videre utvikling.

Kandidatene skal vurderes til bestått eller ikke bestått, og kursleder skal gi en skriftlig og begrunnet evaluering som føres inn i kandidatens loggbok.

Endelig godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1 gis etter bestått veilederkurs og når skjema for registrering i instruktørregisteret er sendt inn.

Ved ikke godkjent veilederkurs kan kandidaten få delta på nytt metode- eller veilederkurs etter anbefaling fra kursleder og etter å ha fulgt opp tilbakemeldinger. NF veilederkurs må være bestått for endelig sertifisering.

#### 3.5.4 Anbefalt litteratur

- Kursmater for NF dagskurs og grunnkurs førstehjelp for friluftsliv.
- Medisinske retningslinjer fra Norsk Resuscitasjonsråd. [www.nrr.org](http://www.nrr.org)
- Medisinske retningslinjer fra Nasjonal kompetansetjeneste for traumatologi (NKT-Traume). [www.nkt-traume.no](http://www.nkt-traume.no)
- Publiserte artikler ved Fjellmedisinsk forskningsgruppe, UiB. [www.uib.no/fg/fjellmedisin](http://www.uib.no/fg/fjellmedisin)
- Publiserte artikler ved ICAR MedCom. [www.icar-med.com](http://www.icar-med.com)
- Håndbok for kursledere og kursarrangører, Den Norske Turistforening. S 21-23, sammenheng mellom læring og evaluering. S. 37-43, Ledelse, undervisning og læring på turlederkurs.
- Førstehjelp på tur. Fjell-, høyde- og reisemedisin. Fri Flyt AS, 3 utg. 2019.
- Instruktørveileder for førstehjelp, Norsk Fjellsportforum, 2023.
- Dokument: Etske prinsipper for Norsk Fjellsportforums instruktører.
- Dokument: Prinsipper for naturvennlig ferdsel for Norsk Fjellsportforum.

## 3.6 Felles for alle disipliner

### 3.6.1 Praksis på kvalifiserende kurs

For å kunne bli godkjent som instruktør på nivå 2 kreves praksis som medinstruktør på kvalifiserende kurs i den aktuelle disiplinen.

#### 3.6.1.1 Formål med praksisen

Praksisen på kvalifiserende kurs skal gi en innføring i hvordan kvalifiserende kurs er bygd opp og gjennomføres. Man skal være med på å vurdere kandidater under kvalifisering og lære hvordan dette gjøres, hvordan man gir tilbakemeldinger og gjennomfører vurderingssamtale.

#### 3.6.1.2 Opptakskrav

Godkjent instruktør som tilfredsstill minimumskravene til medinstruktør på det kvalifiserende kurset hvor praksisen skal gjennomføres.

Praksisen kan gjennomføres ved å være medinstruktør på det kvalifiserende kurset, eller ved å delta i tillegg til kursleder og medinstruktører.

#### 3.6.1.3 Krav til arrangøren

Arrangøren må forsikre seg om at alle de formelle kravene for at slik praksis kan gjennomføres er på plass, samt at kandidaten har vist et høyt metodemessig nivå og en god formidlingsevne på de kursene kandidaten har instruert på før praksisplass tildeles.

Noen arrangører gir slik praksisplass ulønnet uten at det er behov for praksiskandidaten målt opp mot deltakerantallet på kurset. Også i disse tilfellene skal praksiskandidaten regnes som en fullverdig medinstruktør på kurset med det ansvar som medfølger dette.

#### 3.6.1.4 Krav til gjennomføring av praksisen

Kursleder har ansvar for oppfølging av praksiskandidaten. Dette innebærer følgende.

- Kursleder og praksiskandidat skal ha en samtale i forkant av kurset der det praktiske kursopplegget blir gjennomgått, samt at roller og fordeling av oppgaver avklares og spesifikt hva som forventes av praksiskandidaten i løpet av kurset.
- Hensikten med praksisen er både å lære hvordan kvalifiserende kurs gjennomføres i sin helhet, samt å vise sine formidlingsevner på et faglig høyt nivå som er tilpasset deltakerne, og kandidaten skal få tilbakemelding på sin egen praksis. Kursleder må derfor sørge for at kandidaten er under oppsyn under de ulike øktene slik at kursleder har grunnlag for å vurdere praksisen. Kursleder skal også veilede praksiskandidaten underveis, samt gi løpende muntlig vurdering.
- Praksiskandidaten skal i løpet av praksisen vise driv, initiativ, høyt faglig nivå, god formidlingsevne og vurderes på skikkethet når det gjelder å utdanne instruktører.
- Praksiskandidaten skal gi innspill og bidrag, samt kunne ta initiativ i vurderingssamtalene for kursdeltakerne på slutten av kurset.
- Praksiskandidaten og kursleder skal etter endt kurs gjennomføre en samtale der praksiskandidaten får muntlig tilbakemelding på sin egen praksis. Vurderingen skal også føres inn skriftlig i NFs loggbok/vurderingsskjema.

#### 3.6.1.5 Vurdering

Underveis i praksisen får kandidaten løpende muntlig tilbakemelding fra kursleder. Etter endt kurs skal assistenten få en skriftlig og muntlig vurdering som gir konkret veiledning til videre egenutvikling. De konkrete vurderingene skal føres inn på evalueringsskjema i kandidatens loggbok.

### 3.6.2 Instruktørseminar

Seminaret er obligatorisk for instruktører som ønsker å videreutdanne seg til kursledere på kvalifiserende kurs. Deltakelse på instruktørseminar er også krav for regodkjenning på nivå 2. Instruktørseminaret skal gi deltakerne en faglig basis for å lære bort formidlingsteknikk og ledelse.

#### 3.6.2.1 Formål med seminaret

Seminaret skal gi deltakerne innsikt i pedagogikk og didaktikk knyttet til fjellsport, og en anledning til å drøfte kursleders rolle, ansvar og oppgaver i lys av seminar deltakernes egen praksis. Pedagogiske, sikkerhetsmessige og sosiale sider av kurslederrollen skal belyses. Deltakerne skal bevisstgjøres om veiledning og vurdering av kandidater under kvalifisering. Seminaret skal også være et forum hvor instruktører får en faglig oppdatering gjennom å utveksle erfaringer med andre instruktører.

#### 3.6.2.2 Læringsmål

Etter seminaret skal deltakerne kunne drøfte hvordan instruktører kan settes i stand til å gi kursdeltakere en kompetent, sikker og inspirerende innføring i faget sitt. Deltakerne skal kunne reflektere over alle sider ved instruktørens ansvar og oppgaver, og ha et bevisst og ansvarlig forhold til veiledning og vurdering av instruktørkandidater.

#### 3.6.2.3 Opptakskrav

Nåværende eller tidligere godkjent NF-instruktør.

#### 3.6.2.4 Krav til arrangør

Arrangøren skal ha godkjenning som NF-arrangør på nivå 2 innen minst en disiplin. Seminaret kan også arrangeres av NF.

#### 3.6.2.5 Krav til kursleder

Kursleder på instruktørseminaret skal være godkjent som instruktør 2 innen minst en disiplin, eller fjellkursleder.

#### 3.6.2.6 Krav til medinstruktør

Medinstruktør skal minst være godkjent instruktør 1 innen minst en disiplin.

#### 3.6.2.7 Rammer og varighet for instruktørseminaret

- Kan arrangeres spesifikt for en disiplin, eller som felles seminar for klatre-, bre-, skred- og førstehjelpsinstruktører
- Varighet minimum 20 timer fordelt på minimum 3 dager
- Deltakerne skal hver for seg eller i grupper gis ansvar for å forberede ulike deltema

#### 3.6.2.8 Temaliste

Innholdet i seminaret skal bygge på deltakernes egenerfaring som instruktør og bestå av teori med didaktiske øvelser, vekslende mellom teori, praksis, refleksjoner og diskusjon. Anbefalt litteratur: Kapittel 10 (Ledelse, undervisning og læring på kurs) og kapittel 11 (Evaluering på instruktørkurs) i «NF instruktørveileder i førstehjelp for friluftsliv».

- Ledelse og veiledning
- Pedagogikk; krav til læringsmiljø og progresjon, valg og bruk av arbeidsmetoder og læringssituasjoner
- Kommunikasjon og formidling
- Tilbakemelding og evalueringsmåter i positive og kritiske sammenhenger
- Gruppeprosesser og læringsmiljø, personlige relasjoner i kurssammenheng
- Sikkerhet under opplæring; risikovurdering og risikohåndtering

- Kulturformidling, norsk friluftslivstradisjon
- Organisering og ledelse av kurs, kursleders ansvar og plikter, informasjon
- Kursopplegg, struktur og gjennomføring
- Menneskelige feil og tiltak for å forebygge ulykker
- Instruktørsamarbeid, evaluering
- Nasjonal standard og andre standarder, forskjellige utdanningssystemer
- Lovverk

#### Vektlegging og rekkefølge av temaene

Det bør ikke være nødvendig å gå inn i alle tema på lista. Deltakernes kompetanse må i stor grad bestemme hvilke temaer som kan tas summarisk og hvilke man må gå grundigere inn på.

Kursledelse, pedagogikk og sikkerhet skal prioriteres.

#### 3.6.2.9 Vurdering

Seminalet skal være et faglig forum der det ventes at alle deltakerne er aktive i diskusjoner og bidrar til innhold og gjennomføring. Deltakerne skal kunne få tilbakemeldinger til sin egen praksis og sine egne erfaringer gjennom diskusjoner med andre deltakere og seminarledere. Det gis ingen formell vurdering av deltakerne, men arrangøren skal utstede et bevis på deltakelse.

## Del 4: Arrangørgodkjenning

### 4.1 Godkjenning av NF-arrangører

#### 4.1.1 Generelt

For å få rettigheter til bruk av Norsk Fjellsportforums navn og logo i forbindelse med kurs eller arrangementer, eller for å arrangere kvalifiserende kurs for NF-instruktører/veiledere/førere, må arrangører godkjennes av NF. Arrangørgodkjenning kan gjøres på tre nivåer.

- arrangørnivå 0 (kun bre) gir arrangøren godkjenning til å kunne benytte Norsk Fjellsportforums navn og logo i forbindelse med breføring.
- arrangørnivå 1 (nivå for ikke-kvalifiserende kurs) gir arrangøren godkjenning til å kunne benytte Norsk Fjellsportforums navn og logo i markedsføringen av fjellsportarrangementer på introkurs/grunnkurs/videregående kurs, og å arrangere introkurs/grunnkurs/videregående kurs som følger Norsk Fjellsportforums maler for slike kurs. Dette gjelder kun de/den disiplinen(e) arrangøren er godkjent innen.
- arrangørnivå 2 (nivå for kvalifiserende kurs) gir arrangøren godkjenning til å gjennomføre Norsk Fjellsportforums kvalifiserende kurs og seminarer. Dette gjelder kun de/den disiplinen(e) arrangøren er godkjent innen.

En arrangør kan søke om godkjenning innen en eller flere disipliner (sportsklatring, fjellklatring, bre, skred alpin skiferdsel, nordisk skiferdsel og førstehjelp) på hvert arrangørnivå. Ny søknad må sendes til NF og godkjennes dersom arrangøren ønsker NF-godkjenning for flere disipliner enn opprinnelig godkjenning gjelder for, samt når arrangører med eksisterende godkjenning ønsker å få godkjenning på et høyere nivå.

Bare arrangører som er medlemmer av NF og godkjent på arrangørnivå 2, kan utdanne og godkjenne førere/instruktører/veiledere i henhold til NFs krav. Arrangører av kvalifiserende kurs innen bre, klatring, skred alpin skiferdsel, nordisk skiferdsel og førstehjelp er ansvarlig for at kandidater fra egne kurs får tilbud om foreskrevet praksis innen rimelig tid etter gjennomført kurs. Arrangører må etter gjennomførte kvalifiserende kurs informere deltakerne om at søknad om endelig godkjenning skal sendes inn gjennom brattkompetanse.no.

NFs arrangørgodkjenning kan trekkes tilbake umiddelbart hvis arrangøren bryter NFs regler for godkjenning. Tillatelsen til å godkjenne instruktører kan trekkes tilbake med ett års varsel, hvis NF finner grunn til å endre standarden, innføre nye krav eller at andre forhold gjør dette nødvendig.

#### 4.1.2 Arrangørens plikter

Arrangører som tildeles godkjenning som arrangør forplikter seg til

- Å benytte kun NF-godkjente breførere (gjelder nivå 0 bre)
- å benytte kun NF-godkjente instruktører/veiledere/førere og kursledere innen aktuell disiplin,
- å følge NFs regelverk.
- hvert år sende inn ferdig utfylt "rapporteringskjema for arrangører i fjellsport".

#### 4.1.3 Dokumentasjon

Søknader om godkjenning som arrangør skal skje på NFs arrangørsøknadsskjema. Krav til arrangører på ulike nivå og dokumentasjon som skal framlegges i forbindelse med søknaden er gitt under.

#### 4.1.3.1 Godkjenning som fjellsportarrangør (arrangørnivå 0 bre)

Følgende krav/dokumentasjon må gis i forbindelse med søknaden:

- Arrangør må være betalende medlem av NF<sup>5</sup>.
- Beskrivelse av arrangøren/organisasjonen, herunder adresser, telefonnummer og epost.
- Navn, adresse, telefonnummer og epost på en faglig ansvarlig. Faglig ansvarlig må være minimum NF brefører med minimum 15 dagers breførererfaring.
- Beskrivelse av breføringsvirksomheten og rutiner i forbindelse med denne som må være i tråd med NFs formålsparagraf. Skisser eksempler på opplegg med lokal tilpasning i aktuelt område med alternativ for ulike forhold.
- Liste med navn på aktuelle breførere og breinstruktører med erfaring og godkjenningsnivå som er tilknyttet arrangøren.
- Rutiner for oppfølging av ulykker og nestenulykker og rapportering av slike skal dokumenteres.
- Arrangør må drive i samsvar med produktkontrollovens krav til tilbydere av forbrukertjenester og ha et opplegg for helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid (HMS) som tilfredstiller minimumskravene i Internkontrollforskriften (Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter). Beskrivelse av rutiner for kvalitetssikring, internkontroll, helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid legges ved søknaden.

#### 4.1.3.2 Godkjenning som fjellsportarrangør (arrangørnivå 1)

Følgende krav/dokumentasjon må gis i forbindelse med søknaden:

- Arrangør må være betalende medlem av NF<sup>6</sup>.
- Beskrivelse av arrangøren/organisasjonen, herunder adresser, telefonnummer og epost.
- Navn, adresse, telefonnummer og epost på en faglig ansvarlig. Faglig ansvarlig må være godkjent som kursleder innen den disiplinen det søkes om arrangørgodkjenning innen. Det kan være ulike faglige ansvarlige for ulike disipliner.
- Kursopplegg<sup>7</sup> (detaljerte dagsplaner) for grunnkurs innen den disiplinen det søkes om godkjenning innen. Kursoppleggene som må være i tråd med NFs formålsparagraf. Skisser eksempel på detaljert dagsplan med lokal tilpasning i aktuelt område med alternativ for ulike forhold.
- Liste med navn på aktuelle instruktører og kursledere med erfaring og godkjenningsnivå som er tilknyttet arrangøren.
- Rutiner for oppfølging av ulykker og nestenulykker og rapportering av slike skal dokumenteres.
- Arrangør må drive i samsvar med produktkontrollovens krav til tilbydere av forbrukertjenester og ha et opplegg for helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid (HMS) som

---

<sup>5</sup> Dersom arrangør på søknadstidspunktet ikke er medlem av NF ses arrangørsøknaden som innmelding i NF, og ordinær medlemsavgift for inneværende år vil bli fakturert. Dersom arrangørsøknaden godkjennes, vil det mellomværende for avgiften for arrangørmedlemskap bli fakturert.

<sup>6</sup> Dersom arrangør på søknadstidspunktet ikke er medlem av NF ses arrangørsøknaden som innmelding i NF, og ordinær medlemsavgift for inneværende år vil bli fakturert. Dersom arrangørsøknaden godkjennes, vil det mellomværende for avgiften for arrangørmedlemskap bli fakturert.

<sup>7</sup> NFs grunnkursmaler er ikke dokumentasjonen som etterspørres her, men de kan være til hjelp for å utarbeide kursopplegg.

tilfredsstill minimumskravene i Internkontrollforskriften (Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter). Beskrivelse av rutiner for kvalitetssikring, internkontroll, helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid legges ved søknaden.

#### 4.1.3.3 Godkjenning som arrangør av kvalifiserende kurs (arrangørnivå 2)

NF-arrangører av kvalifiserende kurs er gitt et stort ansvar, i det godkjenning av instruktører er delegert til disse. Det stilles derfor strengere krav til godkjenning av disse arrangørene, og søknad om godkjenning på nivå 2 må i tillegg til kravene for nivå 1 inneholde følgende:

- Navn, adresse, telefonnummer og e-post på en faglig ansvarlig. Faglig ansvarlig må minimum ha godkjenning som NF breinstruktør 2, NF klatreinstruktør 2 sport/høyfjell, NF skredinstruktør 2 alpin skiferdsel, NF veileder 2 nordisk skiferdsel, NF førstehjelpsinstruktør 2 eller NF fjellkursleder (avhengig av hvilken disiplin det søkes for).
- Kursopplegg (detaljerte dagsplaner) for kvalifiserende kurs innen aktuell disiplin, som må være i tråd med NFs formålsparagraf.

#### 4.1.3.4 Annet

Søkes det om godkjenning innen flere disipliner (bre/sportsklatring/fjellklatring/skred alpin skiferdsel/nordisk skiferdsel/førstehjelp), kan arrangøren ha en faglig ansvarlig for hver av disiplinene det søkes for. De faglig ansvarlige er NFs kontaktpersoner hos arrangøren når det gjelder faglige spørsmål. Endring av faglig ansvarlige skal meldes til NF. Arrangørene kan samarbeide om utvikling av kursopplegg og arrangering av kurs. Imidlertid skal bare én av arrangørene være faglig ansvarlig overfor NF. Dokumentasjon av kursopplegg, materiell o.l. behandles av NF som arrangørens eiendom, og skal kun benyttes i forbindelse med saksbehandlingen i NF.

#### 4.1.4 Annullering av kurs og godkjenning

NF kan i ettertid annullere kvalifiserende kurs hvis kurset ikke er i henhold til NFs formelle krav, dvs. hvis:

- Instruktørene/veilederne ikke har (gyldig) godkjenning iht. NFs kompetansestandard,
- det er for mange deltakere pr instruktør iht. NFs regler,
- det er for få instruktører/veiledere på kurset iht. NFs regler,
- kurset ikke har lang nok varighet,
- kurset ikke gjennomføres iht. NFs formålsparagraf.

NF kan i ettertid annullere arrangørens godkjenning av en instruktør/veileder/fører hvis godkjenningen ikke er i henhold til NFs formelle krav. Dette gjelder i tilfeller der:

- instruktøren/veilederen/føreren har ikke gjennomgått de nødvendige kvalifiserende kurs, eller ikke er godkjent, eller kursrapport fra kvalifiserende kurs ikke foreligger,
- instruktøren/veilederen/føreren er for ung, eller ikke har lang nok erfaring iht. NFs regler,
- instruktøren/veilederen/føreren har ikke gjennomført praksis før veilederkurset der standarden krever det,
- godkjenningen ikke er i henhold til kravet om varighet,
- godkjenningen er ikke gjennomført av en godkjent NF-instruktør/veileder med den nødvendige kompetanse.

Enhver kan klage til NF på kvalifiserende kurs eller godkjenninger som sies å være i henhold til NFs kompetansestandard. NF kan også sette i gang granskning på eget initiativ.

#### 4.1.5 Kurs og arrangementer

NF-godkjente arrangører forplikter seg til å holde alle sine kurs innen klatring, breferdsel, skred og førstehjelp i henhold til produktkontrollovens krav til tilbydere av forbrukertjenester og i samsvar med kravene som er gitt i Nasjonal standard. For alle typer kurs i klatring og breferdsel skal det bare brukes instruktører som er godkjent etter Nasjonal standard. Alle typer arrangementer skal ha en ansvarlig kurs- eller arrangementsleder. Det er arrangørens ansvar å sikre at det til enhver tid er tilstrekkelig kompetent personale til stede til å ivareta deltakernes sikkerhet og å håndtere enhver uønsket situasjon som måtte oppstå.

#### 4.1.6 Rapportering

NF arrangører skal hvert år sende inn ferdig utfylt "rapporteringsskjema for arrangører i fjellsport". Skjemaet finnes som vedlegg til standarden. En oversikt over hvilke arrangører som har tillatelse til å godkjenne instruktører i henhold til NFs kompetansestandard skal til enhver tid ligge tilgjengelig på Norsk Fjellsportforums nettsider.

## 4.2 Kompetansekrav ved arrangementer

For alle kvalifiserende kurs og seminarer er kompetansekravene til kursleder og medinstruktører beskrevet i rammene for hvert kurs/seminar som er beskrevet i Nasjonal standard.

For ikke-kvalifiserende kurs og andre arrangementer viser følgende oversikt hvilken kompetanse som kreves av instruktører og ledere ved de ulike arrangementene for at arrangementene skal tilfredsstille kravene i Nasjonal standard. Arrangøren skal påse at alle instruktører/veiledere/førere har nødvendig kompetanse for alle kurs og andre aktiviteter som avholdes. Arrangøren må forsikre seg om at instruktørene/veilederne/førerne har tilstrekkelig erfaring fra samme type terreng og forhold som kursene og aktivitetene avholdes i.

### 4.2.1 Breføring

Føring på enkle og oversiktlige breer krever godkjenning som brefører og internopplæring hos den enkelte arrangør. Føring på breer som ikke er enkle og oversiktlige krever minst godkjenning som NF breinstruktør 1.

Innbefattet i disse kravene er både snødekt bre, blåis og turer i høyfjellet som ikke innbefatter klatring.

### 4.2.2 Ikke-kvalifiserende brekurs

Instruktører på grunnkurs og videregående kurs på bre skal ha godkjenning som breinstruktør 1. Arrangøren vurderer når en breinstruktør 1 har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder. NF breinstruktør 1 kursleder eller høyere er anbefalt.

### 4.2.3 Enkle klatrearrangementer

Enkle arrangementer med organisert aktivitet som ikke har preg av kurs, eksempelvis topptauing og rappelling på sportsklatrefelt som er sikret med borebolter, skal ha en faglig ansvarlig leder med instruktørgodkjenning på relevant nivå, minimum NF klatreinstruktør 1 sport eller NF klatreinstruktør 1 lavland. Assisterende personale som ikke skal klatre selv, men bare bistå med sikring på topptau og liknende, skal ha dokumenterbare sikringsferdigheter, eksempelvis Brattkort.

### 4.2.4 Sportsklatrekurs

Instruktører på sportsklatrekurs hvor klatringen er begrenset til ½ taulengde med nedfiring fra snufeste, og hvor all klatring er sikret med borebolter (faste forankringer), skal ha godkjenning som NF klatreinstruktør 1 sport eller høyere. Arrangøren vurderer når en NF klatreinstruktør 1 sport har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på slike klatrekurs. NF klatreinstruktør 1 sport kursleder eller høyere er anbefalt.

### 4.2.5 Ikke-kvalifiserende klatrekurs

Instruktører på alle klatrekurs og kameratredningskurs på naturlige sikringer i lavlandet, samt boreboltsikret klatring over flere taulengder, skal ha godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland eller høyere. Instruktører på alle klatrekurs i høyfjellet skal ha godkjenning som NF klatreinstruktør 1 høyfjell eller høyere.

Arrangøren vurderer når en NF klatreinstruktør 1 lavland eller høyfjell har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på klatrekurs. NF klatreinstruktør 1 lavland/høyfjell kursleder eller høyere er anbefalt.

#### 4.2.6 Isklatrekurs

Kursleder og instruktører på isklatrekurs på fosser begrenset til en taulengde skal ha godkjenning som NF klatreinstruktør 1 lavland eller høyere og bestått isklatreinstruktørkurs.

Kursleder og instruktører på isklatrekurs på alle fosser over en taulengde skal være godkjent som NF klatreinstruktør 1 høyfjell med bestått isklatreinstruktørkurs, eller høyere.

Kursleder og instruktør på isklatreinstruktørkurs skal være godkjent NF klatreinstruktør 2 høyfjell med bestått isklatreinstruktørkurs, eller høyere. Både kursleder og instruktører skal ha minst 8 dagers erfaring som instruktør på isklatrekurs.

#### 4.2.7 Førings på klatrefjell

Føring på klatreruter kan gjøres av godkjente klatreinstruktører på ruter som faller innenfor det arbeidsområdet instruktøren er godkjent for og med bruk av de metodene som inngår i kvalifiseringen på instruktørens nivå. Andre former for føring gir Nasjonal standard ingen formell kvalifisering for. Slike tilbud må vurderes innenfor rammene av arrangørens eget HMS-ansvar.

#### 4.2.8 Ikke-kvalifiserende skredkurs

Kursleder og instruktører på introkurs og grunnkurs skred skal minst ha godkjenning som NF skredinstruktør 1 eller NF veileder 1 nordisk skiferdsel. Kursleder og instruktører på videregående skredkurs alpin skiferdsel skal ha minst ha godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel.

Arrangøren vurderer når en NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel/NF veileder 1 nordisk skiferdsel har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på skredkurs. NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder/NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder eller høyere er anbefalt.

#### 4.2.9 Ikke-kvalifiserende skiferdselskurs

Kursleder og instruktører på grunnkurs alpin skiferdsel (toppturkurs) skal minst ha godkjenning som NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel. Kursleder og instruktører på videregående kurs nordisk skiferdsel skal ha minst ha godkjenning som NF veileder 1 nordisk skiferdsel.

Arrangøren vurderer når en NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel/NF veileder 1 nordisk skiferdsel har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på skiferdselskurs. NF skredinstruktør 1 alpin skiferdsel kursleder/NF veileder 1 nordisk skiferdsel kursleder eller høyere er anbefalt.

#### 4.2.10 Ikke-kvalifiserende kurs i førstehjelp i friluftsliv

Instruktører på introkurs og grunnkurs førstehjelp i friluftsliv skal minst ha godkjenning som NF førstehjelpsinstruktør 1. Arrangøren vurderer når en NF førstehjelpsinstruktør 1 har tilstrekkelig erfaring som instruktør til å virke som kursleder på førstehjelpskurs. NF førstehjelpsinstruktør 1 kursleder er anbefalt.