

Svenska Klätterförbundets

ASPIRANTHANDLEDNING

För utbildningsvägen till auktoriserad inomhusinstruktör

Gällande fr o m 2018-09-16



Svenska
Klätterförbundet

Utbildning

Svenska Klätterförbundets
ASPIRANTHANDLEDNING
på vägen till auktoriserad inomhusinstruktör

Denna handledning är tänkt att vara ett stöd och en informationskälla för den som siktar på att bli auktoriserad inomhusklätterinstruktör. Inomhusinstruktörer auktoriseras av SKF:s examinatoreer som ingår i Gike (gruppen för instruktörskurser och examinationer). Materialet i handledningen uppdateras kontinuerligt och du som aspirant hittar den senaste versionen på SKF:s hemsida bergsport.se.

Denna handledning gäller fr o m 16 september 2018.

Examination

Auktorisationen är en examen där aspiranten praktiskt, muntligt och skriftligt ska kunna uppvisa samtliga kunskaps- och färdighetsmoment enligt normerna för att kunna godkännas som auktoriserad inomhusinstruktör.

Examinationen kan arrangeras med tre olika upplägg:

- En hel dags examination med samtliga examinationsmoment.
- Uppdelad examination där momenten sker under olika dagar.
- Examinande kurs om minst 16 timmar. Aspiranten ska innan kursen påbörjas vara topprepsinstruktör. Se förkrav.

Examinationen leds av examinatoreer som är medlemmar i Gike (Gruppen för Instruktörskurser och Examinationer) utsedda av Svenska Klätterförbundets utbildningskommitté. Examinationens olika delar kan utföras av olika Gike-medlemmar.

Svenska Klätterförbundet arrangerar öppna examinationer på eget eller föreningars initiativ. Lokalklubb eller annan aktör kan även beställa en examination. För mer information kontakta SKF:s kansli, kansli@klatterforbundet.se

Förkrav på aspiranten

- Aspiranten ska vid examinationstillfället ha fyllt 18 år.
- Aspiranten ska vara medlem i förbundsansluten klätterklubb.
- Aspiranten ska behärska alla de moment, tekniker och utrustningsdetaljer som nämns i normerna för klätterkurser inomhus och kraven i ”Norm för auktoriserad inomhusinstruktör”.
- Aspiranten ska ha deltagit som hjälpinstruktör vid minst tre normerade kurser inomhus, dokumenterat i loggbok eller motsvarande.
- Aspiranten ska ha intyg på fullföljd första hjälpen-kurs, helst anpassad för klättring, motsvarande Medicinska kommitténs kursnorm Första hjälpen-kurs för klättrare. Kursen ska ha genomförts max 5 år innan examinationsdagen.
- Genomförd instruktörskurs enligt gällande norm, alternativt en skriftlig rekommendation från auktoriserad inomhusinstruktör.
- Aspiranten ska ha försäkrat sig om att innan examination genom erfarenhet, utbildning och studier ha tillägnat sig och med loggbok, eller liknande, dokumenterat sådan kompetens att han/hon rimligen kan ha chans att godkännas.
- Vid examinerande kurs ska aspiranten även vara topprepsinstruktör och ha genomfört minst tre kurser i denna roll.

Om du är osäker på om dina erfarenheter är nog, eller om den första hjälpen-kurs du genomgått är giltig, eller liknande, skicka en fråga till kansliet i god tid innan examinationen.

Ansöka om dispens

Dispens ges endast i undantagsfall och kräver synnerliga skäl för att sökande ska antas till examination utan att ha uppfyllt förkraven. Dispenser beslutas av

Utbildningskommittén. Varje dispensansökan behandlas individuellt och

Utbildningskommitténs beslut är ej prejudicerande och kan ej överklagas.

Dispensansökan ska vara kansliet tillhanda senast fyra veckor innan examinationen.

En generell dispens finns för de som inte genomfört första hjälpen-kurs. Examinationen får då genomföras, men licensen erhålls först när aspiranten i efterhand uppvisat intyg på genomförd första hjälpen-kurs.

Anmälan till examination

Aspiranten ser till att samtliga förkrav enligt ”Norm för auktoriserad Inomhusinstruktör” samt lista ovan är uppfyllda. Förkraven ska vara dokumenterade och genomförda innan anmälan sker.

Öppna examinationer annonseras på Bergsport.se, anmälan och betalning görs enligt instruktioner. Examinationsavgiften innefattar kostnader för material, examinatoreer etc., men inte mat, logi och resa som alltså tillkommer. Anmälan är bindande. För gällande priser se bergsport.se.

Efter att ansvarig examinator betalt licensavgift till förbundet registreras den nya instruktören och licensen skickas ut.

Examinationens innehåll

Att vara auktoriserad inomhusklätterinstruktör är att arbeta i en miljö med stor problemkomplexitet vilket kräver omfattande specialkunskaper. Man tillhör dessutom en grupp människor med det högsta ansvar man kan ha, ansvaret för andras liv. En instruktör ska ha en kapacitet, både i kunskap och färdighet, att kunna svara på besvärliga frågor från sina elever och reda ut komplikationer som eventuellt dyker upp.

Det går givetvis inte att utforma prov som täcker in allt en inomhusklätterinstruktör måste kunna, men målsättningen är att försäkra sig om aspirantens kunskapsbredd. Ämnesvalen för testerna skiftar från examination till examination, varför tips från tidigare deltagare i examinationer inte nödvändigtvis ger full information om vad som väntar.

Moment vid examinationen

- **Block 1, Hemuppgift**

Inför examinationen får aspiranten en hemuppgift skickad till sig, normalt via epost. Hemuppgiften behandlar teoretiska, pedagogiska och tekniska aspekter samt utrustning som är relevanta för en inomhusinstruktör. Hemuppgiften ska vara besvarad och återsänd senast en vecka innan examinationen.

- **Block 2, Förkravskontroll**

Kontroll av att alla avgifter är betalda samt att förkraven är genomförda och verifierade. Huvuddelen av dessa ska vara inskickade i samband med anmälan.

- **Block 3, Tillämpat instruktörsskap**

Aspiranten ska hålla en normerad ledkurs om tre timmar. I undantagsfall kan även topprepskurs användas vid detta block. Kursens deltagare kan vara på olika nivå gällande förkunskaper, motorik, mognad och språk.

Som instruktör är det viktigt att göra en kunskapsinventering av deltagarna och anpassa kursens innehåll och metoder därefter. I detta block ska utrustning förevisas enligt norm för ledkurs inomhus. Aspiranten kommer att bedömas i sin pedagogik och egna kunskap kring klättrutrustning i detta moment.

- **Block 4, Incidenthantering**

Aspiranten får en vid inomhusklättring möjlig situation iscensatt för sig. Aspiranten ska agera i förhållande till vad situationen kräver. Beroende på situationens allvar krävs ibland ett snabbt agerande. Tydlig kommunikation med klättrare som är inblandade i incidenten, säkert omhändertagande och uppföljning med inblandade är här av stor vikt. Incidentrapporten ska nämnas.

- **Block 5, Klätterfärdighet, metod för replättring, tekniska färdigheter**

Aspiranten ska på ett instruktörmässigt vis och med god marginal ledklättra en led av grad 5c, fransk gradering, onsight. Aspiranten ska dessutom säkra annan aspirant. Med instruktörmässigt menas att både säkring och klättring genomförs på ett säkert och tydligt sätt för att kunna användas som pedagogiskt exempel.

I detta block testas även aspirantens färdighet i replättring för ledbygge (jumarering) med en säker metod. Dessutom får du här praktiska visa färdighet i för inomhusinstruktör normerade knutar och repbromsar.

Omexamination

Vid underkännande i något eller några block krävs att aspiranten återkommer för omexamination inom ett kalenderår. D v s om examination skett 2016 ska aspiranten omexamineras senast under 2017.

Omexamination görs normalt i samband med ordinarie examination eller vid enskilt tillfälle, men kan, vid undantagsfall och om examinatorerna anser det vara lämpligt, göras direkt efter den ordinarie examinationen. Examinatorerna kan även lösa omexaminationen på annat vis, t ex genom skriftlig inlämningsuppgift eller lokal omexamination.

Omexamination av block 1 och 2 är gratis, övriga kostar halv ordinarie examinationsavgift.

Lämpliga förberedelser inför examination

För att bäst få överblick över de krav som ställs enligt ovan, rekommenderas noggrann genomläsning av i första hand SKF:s norm för auktoriserad inomhusklättrinstructör och därefter detaljstudier av SKF:s norm för Topprepskurs, Ledkurs och Uppklättring. I sammanhanget bör uppmärksamhet riktas mot vikten av att på ett tidigt stadium i förberedelsearbetet notera relevanta aktiviteter kurstillfällen och utbildningar under aspirantperioden. Detta är inte ett krav, dock är det flera delar som måste kunna bekräftas skriftligt, och det är lämpligt att samla detta i ett dokument. Skaffa den praktik och erfarenhet du behöver och dokumentera de delar som är obligatoriska inför examinationen.

Ett bra sätt att skaffa sig erforderliga kunskaper är att gå Svenska Klätterförbundets instruktörskurs för inomhusklättrinstructör. Denna kurs kan anordnas av auktoriserad inomhusinstruktör eller av Gike. En erfaren instruktör kan arrangera en skräddarsydd instruktörskurs som passar dig. Observera att enbart Gike kan arrangera en examinerande kurs.

För att skapa erfarenhet av själva instruktörskapet utöver den egna klättringen ska aspiranten medverka på minst tre inomhuskurser som assisterande eller

huvudinstruktör, se förkrav. Ytterligare instruktörstillfällen innan examination rekommenderas för att samla pedagogisk erfarenhet. Denna form av praktik kan genomföras hos klätterklubbar, privata aktörer och en del klätterhallar.

Mentor

Inför en examination kan det vara lämpligt att ta hjälp av en auktoriserad instruktör som kan agera som mentor. Det är även bra att ha en instruktör som kan svara på frågor som dyker upp under tiden man över inför en examination.

Första hjälpen-kurs

Inför en examination krävs att du går en första-hjälpen kurs. Det rekommenderas att kursen motsvarar Medicinska kommitténs kursnorm som finns publicerad på klätterförbundets hemsida. Kursen ska ledas av yrkesutbildad sjukvårdspersonal med formell kompetens för denna utbildning. Se till att få ett skriftligt intyg från kursen då detta måste skickas in inför examination. Enbart HLR godtas inte.

Den sista komponenten i en grundlig förberedelse inför examination är flitiga studier av materialet i kurslitteraturen som specificeras nedan. Kom ihåg att ta del av det skrivna material du får i samband med instruktörskursen. För dig som valt att inte gå instruktörskursen finns digitalt material att beställa från SKF:s kansli.

Rekommenderad kurslitteratur

Stora boken om Klättring av Nils Ragnar Gustavsson

Rock Climbing for Instructors av Alun Richardson

Topprepsklättring Inomhus - Elearning av Svenska Klätterförbundets utbildningskommitté, bergsport.se/utbildning/topprepsklattring-inomhus.

Övrigt att tänka på inför examination mm

Aspiranten ska själv medföra nödvändig utrustning minst omfattande nedanstående detaljer. Utrustningen ska vara i gott skick och CE-märkt.

- En egen sittsele
- Karbinpar, varav några längre eller förlängningsbara
- 4 Skruvkarbiner varav en HMS
- Repbroms av slotmodell (ATC eller liknande)
- Repbroms av hjälplåsande modell (Grigri, Jul 2 eller liknande)
- Dynamiskt enkelrep (minst 40 m) för egen ledklättring.
- Friktionsskor
- Kritpåse
- Första hjälpen-kit
- Lunchpaket och dryck för dagen

Aspiranten ansvarar för att eleverna har tillgång till rätt utrustning för respektive kurs. Fråga anläggningen om detta finns att låna om du ej har detta själv. I antagningsbeskedet som skickas ut efter anmälan till examination framgår tid, mötesplats och andra detaljer som är av vikt att känna till för aspiranten inför just det specifika tillfället.

Certifikat och innehav av licens

Om aspiranten godkänns vid pedagogisk examination tilldelas hen ett instruktörscertifikat med specificerad behörighetstyp (i detta fall inomhusklättring) och tidsperiod för vilken licensen är giltig. Giltigheten räknas från det datum aspiranten godkänns och i tre år framåt (årsskiftet). Certifikatet förnyas genom deltagande minst vart tredje år på instruktörsseminarium som vanligtvis anordnas 2 gånger per år av Svenska Klätterförbundet. För mer information om certifikatet hänvisas till regler som presenteras på Svenska Klätterförbundets hemsida samt det dokument som tilldelas varje ny auktoriserad instruktör.

Överklagande av examinationsbeslut

Om aspirant efter genomförd examination inte är tillfreds med examinerarnas beslut finns möjlighet att överklaga detta till Svenska Klätterförbundets utbildningskommitté. Invändningar mot examinationsbeslut ska göras skriftligen inom två veckor efter aktuell examination och skälen till överklagandet ska tydligt och ingående anges. Aspiranten förväntas under utredningen vara behjälplig med kompletterande information som utbildningskommittén kan komma att begära in. Utbildningskommitténs beslut kan ej överklagas.

Vanliga frågor

Vilka bedömningsgrunder har en examiner vid en examination?

En examiner bedömer aspiranten ur framförallt tre perspektiv när det gäller tekniska färdigheter: säkerhet, effektivitet och rutin. När aspiranten arbetar med en elev fokuseras på aspirantens rent pedagogiska kvalitéer, förmåga till anpassning av elevernas individuella behov och förutsättningar samt arbeta kurseffektivt och problemförebyggande i en trygg kursmiljö. Vikt läggs också vid god kommunikationsnivå med eleverna och uppvisande av social kompetens och servicekänsla.

Måste man välja vissa speciella metoder/lösningar för att bli godkänd?

Så länge grundkriterierna säkerhet och effektivitet är uppfyllda och aspiranten uppvisar god rutin i att använda sin aktuella metod/lösning är det för det mesta fritt fram. När ovanliga lösningar dyker upp under en examination får dock aspiranten av naturliga skäl finna sig i att bli granskad lite extra i det aktuella momentet. På förfrågan ska aspiranten visa upp vad denne anser ska läras ut till en nybörjare. Vi förväntar oss då att aspiranten följer Svenska Klätterförbundets normer och rekommenderade tekniker. Se kurslitteraturen.

Vad vill examinerarna se under tillämpade instruktörskapet?

Vi vill att ni som aspiranter ger kursdeltagarna en bra och inspirerande kurs. Vi vill att ni tar hand om era elever på ett naturligt och bra sätt och ger dem den kurs som de

efterfrågar och är mogna för. Vi vill se att ni kan de olika momenten som ni tänker lära ut och att ni kan strukturera upp kursen på ett pedagogiskt och säkert sätt. Vi vill även se att tempot är anpassat efter deltagarna och att alla eleverna är sysselsatta under hela kursen utan för mycket väntetid och dötid och att ni når fram till det mål som instruktörsaspiranten och eleverna har satt upp inför kursen. Den utrustning som är normerad i kursen ska vävas in och då bedömer examinatorn din pedagogik kring utrustningsdelarna.

Varför är kraven så högt ställda?

Att vara auktoriserad klättrinstruktör är att arbeta i en miljö med stor problemkomplexitet vilket kräver omfattande specialkunskaper. Instruktören tillhör dessutom en grupp människor med det högsta ansvar en kan ha, ansvaret för andras liv. Produktsäkerhetslagen, PSL, stipulerar att tjänster som erbjuds ska vara säkra och konsumentverket erkänner SKF:s normer för klättrinstruktörer som branschstandard.

Detta ansvar i kombination med instruktörskårens goda rykte förpliktigar. En arbetande instruktör måste också ha en viss kunskaper överstigande kursnormen för att kunna svara på besvärliga frågor från sina kursdeltagare och kunna reda ut komplikationer som eventuellt dyker upp under en annars lugn kurs. Alla dessa skäl kan anföras som orsaker till de högt ställda kraven.

Vilka klarar sig bättre än andra under en examination?

Om vi får generalisera om vilka aspiranter som klarar sig bättre under en examination så bör personen ha klättrat aktivt i minst 2 år, både inomhus, led och bouldering. Via klätterkurser avancerat och breddat sin kunskap, eller haft en bra och kunnig klättervän som har hjälpt till att kunskap och erfarenhet har förankrats väl. Personen har deltagit på instruktörskurs anordnad av SKF eller motsvarande utbildning via klätterklubb eller klätteranläggning. Person har deltagit som hjälpinstruktör på flertalet kurser än vad förkraven efterfrågar.

Övrig information

Denna aspiranthandledning har strävan att försöka reda ut de flesta frågorna kring en examination. Naturligtvis finns det alltid frågor som inte blir besvarade. För information eller frågor ber vi dig vända dig till Utbildningskommitténs inomhusansvarig. Namn och nummer finner du på förbundets hemsida, www.bergsport.se. Var inte rädd för att höra av dig, vi finns för din skull. Slutligen vill vi önska dig lycka till i dina förberedelser och hjärtligt välkommen till examinationen.

Kontroll-lista

För att underlätta dina förberedelser inför examination finns här en kontroll-lista som ger exempel på många av de delar som du ska kunna som inomhusinstruktör. Observera att en sådan här lista aldrig går att göra helt komplett, detta är ett urval av saker som är viktiga. Du kan använda listan som ett stöd och se var dina brister finns. Du bör ligga längst till höger på samtliga delar. Komplettera gärna listan med fler punkter.

	Aktivitet och inläring	A	B	C	D	E
	kolumn A: Kan ej kolumn B: Kan hjälpligt kolumn C: Kan själv kolumn D: Har provat att lära ut kolumn E: Kan lära ut					
1.	Klätterrepets funktion, uppbyggnad och testprocedur					
2.	Klätterrepets dynamiska egenskaper. Begreppen Fallfaktor och fångryck					
3.	Knutar enligt norm inomhusinstruktör. Åtta-knut, Pålstek, dubbel pålstek, HMS-knut, stoppknutar. Knutarnas användningsområden, för och nackdelar					
4.	Karbiners funktion och hållfasthet, olika modellernas för och nackdelar					
5.	Selens funktion och hållfasthet					
6.	Skillnad mellan olika seltyper och olika spännen					
7.	Repbroms av slotmodell, funktion och egenskaper					
8.	Gri-Gri, eller annan hjälplåsande repbroms, funktion och egenskaper					
9.	Säkringsmetod för att minska fångrycket hos klättraren					
10.	Karbinens placering i selen					
11.	Säkringsarbete topprepsklättring samt kamratkontroll					
12.	Säkringsarbete ledklättring samt kamratkontroll					
13.	Egen ledklättring					
14.	Repklättring på enkelrep, för ledbygge					
15.	Vistas säkert i klätterlokalen					
16.	Rörlighetsträning					
17.	Uppvärmning					
18.	Självsäkringsutrustning ex. Trueblue, inkoppling och kamratkontroll					
19.	PPE och tillvägagångssätt för inspektion					
20.	Produktsäkerhetslagen					
21.	Bygga leder					
22.	Pedagogiska teorier som kan användas vid klätterinstruktörs-situationer					
23.	Metodiska knep för att sätta på selen rätt					
24.	Metodiska knep för att slå åttaknuten rätt					
25.	Metodiska knep för säkringsarbete					
26.	Metodiska knep för kamratkontroll					
27.	Metodiska knep för att lära ut ledklättring					
28.	Hantera en enklare skada i klätterlokalen					
29.	Lagställda krav på klätterlokalen					
30.						