

Friluftsliv fördjupning på distans, Malungs folkhögskola ht-25

Varmt välkommen till Malungs Folkhögskola!

För en tid sedan fick Du besked om att Du blivit antagen till Friluftsliv fördjupning på Malungs Folkhögskola. Du har säkert många frågor och funderingar kring den spännande termin som ligger framför dig. Förhoppningsvis så kommer det här brevet att rätta ut några frågetecken.

Jag som skriver heter Mats Andersson, och är kursansvarig lärare på Friluftsliv Fördjupning på distans och arbetar också på Fjäll- & Vildmarksledarlinjen. Det mesta av mina friluftskunskaper har jag fått genom ett mycket stort intresse för friluftsliv i alla dess former. Det är mycket stimulerande för mig att jobba på Malungs Folkhögskola, - att få ha mitt största intresse som arbete!

Kursen börjar onsdagen den 20a augusti kl 13.00-14.00 med gemensam skolstart på gräset bakom skolbyggnaden. När det är klart (ca kl 14.00) så mörs vi vid Slogboden (vindskyddet) bakom skolans huvudbyggnad, Gula Huset, och fortsätter med starten för vår kurs.

Skolan ligger ca 2 km söder om Malungs centrum. När det gäller boende och Din ankomst till Malung så får Du mer information genom att kontakta skolans Husmor på tel 0280-14300. Om Du kommer med bil är det skyltat folkhögskola 2 km söder om Malung. Buss till Malungs folkhögskola åker man bäst via Borlänge eller Mora. Bussar från Borlänge stannar vid folkhögskolan om man säger till. Du behöver boka boende och mat för uppstarten i förväg.

Längre ned i detta infobrev finns ett kortfattat schema över de första dagarna på skolan. Kursen börjar med att vi presenterar oss, och vårt tänkta fördjupningsområde, vår kurs. Ni får information om kursen och dess möjligheter, men också förväntningar på Dig som kursdeltagare. Sedan planerar vi in gemensamma träffar och terminen i stora drag individuellt och tillsammans.

Du kommer att få bygga din egen kurs med stora möjligheter till egen fördjupning och bredd. Den första veckan innebär en hel del förberedelser med planering av det egna schemat samt att få ramar för hur studierna går till, men också ett avstamp för den termin som ligger framför oss. Inriktningen på kursen bestämmer Du helt själv. I samarbete med vägledare, lärare och dina kurskamrater lägger Du sedan upp Din kurs. Friluftsintrasse och friluftsglädje bestämmer kursriktning med fokus på friluftsliv i nordisk natur.

Kursen kräver mycket engagemang och ansvar av Dig och resultatet av kursen bygger till stor del på kursdeltagarnas samlade insatser. Kursen ger möjligheter till både längre praktikperioder och nätverksbyggande inom områden som Du vill fördjupa dig i. Skolan har också rika möjligheter till eget kreativt skapande och hantverk med slöjdsalar, fotolabb, smedja, gymnastiksal, klättervägg, projektorer, stort friluftsbibliotek och gym mm. Ha dock i åtanke att vårt viktigaste klassrum inte har några väggar, eller något tak. Att en styrka med denna kurs, med friluftsliv, är att möta naturen och friluftskompisar utomhus!

"Friluftsliv er det rike liv med enkle midler"

-Arne Naess, Miljöfilosof



Utöver undervisning och undervisningslokaler som är gratis så tillkommer vissa kostnader för utbildningen. Detta är till exempel resor och personlig utrustning. Kursen bygger inte på någon prylhysteri, men en del saker är ett måste, men vad det är beror ju till stor del på Er inriktning.

Kök, tält, klätterutrustning, kanoter, kajaker, pulkor, längdskidor, lägerutrustning, litteratur - och säkerhetsutrustning mm finns att låna på skolan. Har Du i övrigt en bra och komplett egen friluftsutrustning har Du inga stora utlägg. Sen tillkommer också en del kartor, ev liftkort och studerandeavgifter.

Om Du märker att Du behöver komplettera med en del grejer, så gör inga panikinköp nu, utan vänta tills Du har börjat kursen, så kan Du få råd av Dina kurskamrater och av personalen på skolan. Tag det Du har, som Du tror fungerar och spara eventuella inköp till senare.

Det är viktigt att Du är förberedd, att Du när vi möts har en idé om vad Du vill fördjupa dig inom, hur Du vill att Din termin skall se ut och Varför Du har den önskan. Vi kommer sedan att bolla idéer på plats och hjälpas åt att göra en grovplanering för terminen. Även fast det är en distanskurs så ligger styrkan i faktiska möten. De bidrar så otroligt mycket till processen och det individuella spåret som Du har valt! Delaktighet interagerande och samskapande är alla nycklar till dialog och liv under kursen!

Det finns flera ingångar till sådana möten. Dels med vägledare/lärare, men även med kurskamrater, andra aktörer genom studiebesök eller praktik och med egna friluftskompisar. En stor möjlighet är att delta på eller bjuda på möten med de studerande som går den ettåriga kursen Fjäll- & Vildmarksledarlinjen. I slutet av detta välkomstbrev så ligger utkast till schema för hösten. Detta schema är primärt skapat för Fjäll- & Vildmarksledarlinjen, men detta finns också som en möjlighet för er. Dels att delta, men kanske också för någon en möjlighet till att leda, eller bjuda på något som kopplas till detta. För vissa moment eller kurser/turer gäller dock att man behöver förbereda sig, eller ha viss erfarenhet/delaktighet innan. Mer om detta när vi ses.

Det är kul om Du hör av Dig innan kursen börjar. Om Du har frågor av "administrativ karaktär", så hör av Dig till skolans expedition tel 0280-14300, (anmäl till receptionen i vilken omfattning du tänkt dig att studera 50% eller 100%). Där kan ni också boka boende och mat för tillfällen då ni vill vara på skolan (tex uppstartsdagarna).

Om Du undrar något om kursen, så tag kontakt med mig, Mats Andersson.

Mobil: 070-6782430 E-post: mats.andersson@malungsfolkhogskola.se

Jag arbetar i ett litet Team med min fantastiska kollega Hannibal Thorsen. Han har varit Kursansvarig på Fjäll- och Vildmarksledarlinjen sedan mitten på 90-talet och har stor kompetens och erfarenhet från friluftsliv över hela världen, och flertalet stora expeditioner i bagaget. Vi har även någon/några externa föreläsare varje år.

Vem eller vilka beror lite på upplägg och intresse från kursdeltagare, men under hösten så kommer vi ha in externa på akutsjukvård, D-HLR och skogs-exkursion. Kanske blir det någon/något mer, som sagt, lite beroende på hur alla ni kursdeltagare på Fördjupning och Fjäll tänker er terminen.

Ha en fin fortsättning på sommaren,
sköna fjällhälsningar från Malungs Folkhögskola!

Mats Andersson



Friluftsliv fördjupning ht -25 schema, Introduktionsveckan

Onsdag 20/8

Skolstart kl13.00 Skolgemensamt

Kursstart kl14.00 i sloboden bakom Gula huset (matsalen).

Presentation av kursdeltagare (var och en berättar om sig själv, och friluftsbakgrund), jag presenterar också kursen hur den ser ut, förväntningar, ramor osv. Vi kommer också kolla på gemensam digital plattform, Google Classroom. Räkna med att vi håller på till ca kl19.00 med ett avbrott för middag caki17.30.

Torsdag 21/8

Vi tar oss ut till Hättsjön, ett par kilometer från skolan. Där får var och en av er på kursen presentera er tänkta kurs.

Vilket fokus ni har, mål och förväntningar osv. Vi kommer äta lunch ute med Fjäll- & Vildmarksledarlinjen.

Förhoppningsvis hinner vi också kolla på schema och ev planera in gemensamma träffar. Räkna med att vi håller på mellan kl08.30 och ca kl17.00.

Fredag 22/8

Schemaplanering och individuella samtal. Vi är klara med gemensamt och avslutar till lunch (kl12.00).

Onsdag - fredag är en av de (minst) tre obligatoriska träffarna. Det är ju en distansutbildning, men det är bra att få möta alla som man studerar med och även få ta del av resurser som finns på skolan, samt dialog kring vad och hur kursen är, men även dialog med övriga kursdeltagare. Det viktiga här är inte hur länge vi håller på, utan att var och en har tillräckligt för att på ett tryggt sätt kunna ta nästa steg, och på egen hand skapa sin kurs. *Tidigare kursdeltagare har i utvärderingar poängterat vikten av att delta på denna gemensamma start, hur mycket det ger för hela kursen.*

Vi har som grundidé inom folkbildning och i friluftslivets pedagogik, att vi lär genom, och i mötet med andra. Därför kommer vi under den första perioden sätta några gemensamma datum eller turer för hösten där vi alla är med. Vi kommer även att schemalägga datum för när vi har erfarenhetsutbyte och knyter ihop vår fördjupningstermin.

Varmt välkommen till Malungs Folkhögskola!



Preliminär planering Ht-25

Då båda kurserna har möjlighet till individuella spår så kan vissa delar av detta förändras. Men det troliga är att dessa moment ligger (kanske flyttas utifrån väder eller annan påverkansfaktor). Till dessa moment kan då koordineras så att kurserna interagerar med varandra. Detta schema nedan är preliminärt schema för **Fjäll- & Vildmarksledarlinjen** (möjligt att vara med på) och för oss på **Friluftsliv Fördjupning på distans**. Enligt info när ni sökte så är det **3st obligatoriska träffar**, de är schemalagda enl nedan.

Ni får gärna vara med på så mycket ni kan/vill, och även planera in egna turer/träffar i mindre grupper eller för hela kursen. Tillfällen ute, tillsammans, är det som ger djup, perspektiv och dialog!

V34

Terminsstart gemensamma dagar on-fr (Info, presentation och planering). **Obligatorisk träff nr1**

V35 – V36

Helagstur Sommarfjäll (möjlighet att vara med hela, eller del av tur för Fördjupningsdeltagare). 27/8-4/9. Säg till redan innan kursstart om ni planerar att vara med på turen.

V36 (helg fr-sö)

Utefest i Järvsjö! Vi har fixat aktivitetspass och bjuder på resa Malung Järvsö t&r.

<https://www.utefest.se/>

V39

Prel **Fördjupningsvecka. Tur i mindre grupper**. Brekurs (Glaciärkurs) i Norge?

V41

Fjälltur Friluftslivfördjupning gemensam tur. **Obligatorisk träff nr 2**

V43

Ledarskap fokus på individ. På tur enkelt friluftsliv/"överlevnad". *Rekommenderas!*

V44

Höstlov

V45 (helg to-sö)

Prel **Akutsjukvårdskurs**

V46

Tisdag **friluftsdag** hela skolan (leda friluftaktiviteter för övriga på skolan).

V49

Skidvanevecka Sälen

V 50

Vintertälttur Grövelsjön

V51

Terminsavslut och erfarenhetsutbyte sö-ti (söndag kväll till tisdag em). **Obligatorisk träff nr3**

Fler moment kommer att hamna i kalendern, ni kommer ju också stoppa in saker där, och jag ser gärna att vi planerar någon gemensam tur!



Hur fungerar kursen Friluftsliv Fördjupning på distans?

Det är ju som uttryckts när ni sökt, en *distanskurs med 3st obligatoriska träffar*. Det är uppstart (20-22a aug), tur (6-10e okt) och erfarenhetsutbyte (14-16e dec).

Utöver det så möts vi regelbundet digitalt;

I början eller slutet av varje månad (dagar varierar) 8.30-15.30 i ett **månadsmöte** där var och en delar med sig kort kring hur månaden varit, och bjuder på vad nästa månad har på schemat.

Vi har på måndagar mellan 8.30-12.30 **Incheck o Tema**, vilket är att kort stämma av inför vecka/tur eller genomgång av något planerat tema (kan önskas eller bjudas på).

På torsdagar mellan 8.30-12.30 finns det möjlighet att boka in **individuella samtal**.

Dessa tillfällen ser ni på bifogade kalenderbilder nedan. Senare, vid kursstart, i vår gemensamma google kalender.

Övrig tid förfogar var och en över utifrån önskan och vald fördjupning. Gällande undervisningstid så utgår Folkbildningsrådet att den som studerar på halvtid har rätt till i snitt 10h/vecka och de som studerar heltid har rätt till 20h/vecka. Det betyder ju också att man har samma tid till förfogande som egen studie tid.

</