

Friluftsliv fördjupning på distans, Malungs folkhögskola

Fördjupningskursen är en kurs som skapas och drivs av kursdeltagarna, med utgångspunkt ur individens *nyfikenhet* och *passion*. Du har själv ett väldigt stort ansvar för din/er kurs. En viktig del av kursen är att ha dialog och utbyta erfarenheter med de andra kursdeltagarna. Detta är själva idén med friluftslivets pedagogik, att uppleva, reflektera och ha en levande dialog med sig själv, andra och naturen. Det är även grunden för folkbildning, att mötas och lära sig av varandra.

Det utbytet och mötet, den dialogen, kan ske på olika sätt. Tex genom deltagande på gemensamma aktiviteter/turer/workshops/seminarium, men även genom att dela schema, projektbeskrivning och rapporter under terminen.

Friluftslivet är förknippat med frihet och storslagna upplevelser och kan njutas överallt i fantastisk natur. Att färdas i naturen är för alla, och det är tillgängligt för alla, men det kan också medföra krav på kunskap och innebära risker. Vår vilda natur som inte är tillrättalagd kan vara svårtillgänglig och komplex. Vädret kan vara utmanande och vissa element i naturen är komplexa. Detta gör att vi förväntar oss att det inför ALLA turer upprättas färdplan som även innehåller en säkerhetsplan. Det är en viktig del av lärprocessen.

Vi arbetar problemförebyggande, och utformandet av en färdplan är ett viktigt redskap för att kunna få en trygg och lärorik tur. Färdplanen är också grunden för att kunna vara flexibel under färden. För att komma ut på de stora, utmanande turerna så behöver vi göra förarbetet! En annan viktig aspekt i lärande och säkerhet är att ha spegling, att få feedback. I den processen har vi *Friluftskompis* som utgångspunkt. Det är din turkamrat, som är stöd och bollplank under färden. Soluturer är på många sätt fantastiskt, men vägen dit är lång, och kräver mycket erfarenhet och förarbete.



Ni kursdeltagare kommer vists i olika natur och skilda miljöer. Vi utgår från *Färd efter förmåga*, och vi vill att det skall finnas rymd i turer som planeras så att vi kan lyfta blicken och göra medvetna, *vakna vägval*.

Vi har möjlighet att samverka mellan kursen som du sökt, och *Fjäll- & Vildmarksledarlinjen*. Det innebär att det som sker på respektive kurs eventuellt kan vara tillgängligt för alla. Du kan bjuda in, men även bli inbjuden och delta.

Kursen *Friluftsliv fördjupning* går till som så att du i din ansökan formulerar grunden till din kurs, din *kurs/projektplan* beskriver VAD du vill göra (innehåll, fokus osv *Vad* är konkret, begränsat/avgränsat och tydligt), HUR du tänker gå till väga (grovplanering med vecko/månadsöversikt, *hur* är processen, tillvägagångssättet/upplägget). Vidare kan; VAD görs NÄR, VAR, HUR och med VEM/VILKA vara till hjälp. Slutligen beskriver du VARFÖR du vill skapa och gå denna kurs (vad kommer detta ge dig, vad är syftet/målet/drivkraften/kärnan i din kurs).

Har du mindre erfarenhet från friluftsliv, men stor passion och stort driv. Har du förmågan att omsätta dina idéer till en plan och självständigt arbeta med det, då kan det vara grund till att få en plats på kursen.

Det du behöver göra är att i tankarna formulera vad du vill, hur, varför osv. Sedan få ut det på papper så att du kan dela det med andra, med mig. Det kan vara i skrift, man även bilder, kartor, skisser osv kan hjälpa till att beskriva/måla upp din tänkta kurs.

Vi tänker att friluftslivet är praktiskt och likt ett hantverk, så blir du bättre på det desto djupare kunskap du får, men det är också otroligt viktigt att ha en genuin grund att stå på. Vi lägger stor vikt kring det, att få en grundtrygghet och genuin känsla för friluftslivet som grund, och utgå därifrån.

Det är alltid de första, små stegen, som lägger grunden till de stora äventyren!

Allt gott!

Mats Andersson

Lärare på friluftskurserna
Malungs folkhögskola

