

Certifiering

Skidor

Detta dokument beskriver hur vi arbetar med certifiering av kursdeltagare under säsongen 2014/15.

Systemet med certifiering av kursdeltagare har införts för att främja en mer kontinuerlig utveckling av ledarskap, analysförmåga och skidteknisk färdighet.

Genom att separera certifieringen från kurstillfället ges deltagarna möjlighet att utveckla sina färdigheter med egen träning och praktiskt arbete i skidskolan innan bedömning sker. Samtidigt undviks det distraktionsmoment som det skulle innebära att utföra certifiering i direkt samband med kursen.

Certifieringen verifierar att målen för deltagarens personliga färdigheter på aktuell utbildningsnivå är uppfyllda, utbildningssteget är således inte avklarat förrän det finns en godkänd certifiering. Efter certifieringen är deltagaren redo för nästa utbildningssteg.

Efter U1 och U2 utförs certifieringen av ledare i lokalavdelningen¹ eller kursledare i det regionala utbildningsteamet. Efter U3 och U4 utförs certifieringen av kursledare i det nationella utbildningsteamet. Samma bedömningsgrunder används i alla regioner.

När och var certifiering kan utföras beror på möjligheten att genomföra relevanta prov för aktuell utbildningsnivå. Kontakta ditt utbildningsteam för frågor eller information om aktuella certifieringstillfällen.

Certifieringen omfattar två moment

1. Ledarskap och analysförmåga

Bedömningen sker i en lärsituation där deltagaren ska visa prov på att han/hon uppfyller utbildningsplanens² mål. För att underlätta bedömningen delas den in i tre områden:

1. Kommunikation
2. Disposition
3. Analysförmåga och ämneskunskap

För att bli godkänd ska minst nio poäng samlas ihop (se bedömningsskala nedan), dock får inget område understiga tre poäng.

U1 och U2: Deltagaren håller en lektion i den reguljära skidskoleverksamheten. Nivån på deltagarna ska motsvara målgruppen för utbildningsnivån. Den som utför certifieringen följer med på lektionen som observatör.

U3: Deltagaren håller en clinic/fortbildning för ledare i sin lokalavdelning. Innehållet baseras på något moment från U3 och nivån på innehållet ska motsvara målgruppen för U3. Den som utför certifieringen följer med på clinicen/fortbildningen som observatör.

¹ Ledaren ska vara certifierad på minst U3-nivå och godkänd av det regionala utbildningsteamet.

² <http://www.friluftsfremjandet.se/documents/10103/38173/Alpin+utforsakning2012-12-06.pdf>

U4: Deltagaren håller ett sammanhängande kursmoment (minst tre timmar) under en regional kurs. Nivån på innehållet ska motsvara målgruppen för U4. Den som utför certifieringen är med vid genomförandet av kursmomentet som observatör.

2. Skidteknisk färdighet

Testet omfattar tre uppgifter enligt nedanstående tabell. Före bedömningen presenteras åken och deltagaren får möjlighet att ställa frågor. Svårighetsgraden (exempelvis terräng och lutning) anpassas till respektive utbildningssteg.

Bedömningen sker om möjligt av två kursledare. För godkännande krävs totalt nio poäng, dock får inget uppgift underliga tre poäng.

U1: Certifieringen genomförs i form av uppgift vilket kan ske i hemmabacken om den lämpar sig för testen. Uppgift krävs bara för de svängar nedan som ej kan bedömas under lektionen i moment 1.

U2 till U4: Certifieringen genomförs i form av tre separata uppgifter.

Om färre än tre poäng uppnås i något av uppgifterna, men totalsumman är minst nio poäng, är deltagaren berättigad till omprov i de underkända åken. Vid omprov krävs minst 3 poäng för godkännande. Max två omprov medges.

Det är viktigt att vara väl förberedd vid certifieringstillfället, kursledaren kan endast i mån av tid bistå med instruktioner och coaching.

Vanligtvis utförs de båda certifieringsmomenten vid separata tillfällen utom efter U1 där de normalt sker vid samma tillfälle.

Bedömningsskala

Vid bedömning används följande skala (gäller båda momenten):

- 1 = löser ej uppgiften
- 2 = ej godkänd
- 3 = med tvekan godkänd
- 4 = godkänd
- 5 = mycket väl godkänd

Tre poäng innebär nätt och jämnt godkänt ("*hellre fria än fälla*"). Steget mellan 2 och 4 poäng betraktas följaktligen som ett steg.

Övergångsbestämmelser

Deltagare som gick kurs säsongen 2012/13 behöver endast certifieras med avseende på åkteknik. Från och med säsongen 2013/14 krävs certifiering i båda momenten.

Övrigt

Det är även möjligt att certifieras i en professionell skidskola. Det är i så fall upp till deltagaren att arrangera genomförandet och ta kontakt med sitt utbildningsteam. Skidlärare som utför certifieringen ska godkännas av det regionala utbildningsteamet (för U1 och U2) respektive nationella utbildningsteamet (för U3 och U4).

Färdighetsprov och kriterier för skidteknisk färdighet:

<p>Utbildning 1</p> <p><u>Styrande mellanstora svängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Dosering av vrid/kant genom hela svängen Rund sväng</p> <p><u>Kortare svängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Dosering av vrid/kant genom hela svängen</p> <p><u>Stora svängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Rörelse i höjdlid och sidled</p>	<p>Utbildning 2</p> <p><u>Sladdande parallellsvängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Samtida omvrid genom hela svängen Rund sväng</p> <p><u>Kortare svängar i blå/röd terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Dosering av vrid/kant genom hela svängen Arm-/stavarbete</p> <p><u>Stora svängar på skär i blå/röd terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Tidig kant med tidig belastning Dynamiskt kantreglerande arbete</p>
<p>Utbildning 3</p> <p><u>Sladdande parallellsvängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Samtida omvrid genom hela svängen Arbete i fot-, knä- och höftled Rund sväng</p> <p><u>Kortare svängar i röd/svart terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Dosering av vrid/kant genom hela svängen Rytmskt arm/stavarbete Separation över/underkropp Funktionellt kraftreglerande arbete</p> <p><u>Stora svängar på skär i röd/svart terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Tidig kant med tidig belastning Dynamiskt kantreglerande arbete</p>	<p>Utbildning 4</p> <p><u>Sladdande parallellsvängar i blå terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Samtida omvrid genom hela svängen Funktionellt arbete i fot-, knä- och höftled Rund sväng</p> <p><u>Kortare svängar i svart terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Dosering av vrid/kant genom hela svängen Funktionellt arm/stavarbete Funktionell separation över/underkropp Tidig kant med tidig belastning</p> <p><u>Stora svängar på skär i svart terräng</u> Centrerad position Balans över ytterskidan Tidig kant med tidig belastning Dynamiskt kantreglerande arbete</p>

På alla nivåer ska deltagarna kunna använda ändamålsenliga kroppsreleaser för att styra sina skidor utifrån ett givet mål. Samtliga uppgifter ska utföras sväng i sväng för att uppgiften ska anses utförd.