



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

På bakgrunn av søknad vil søkere bli invitert på opptaksprøve.

Opptaket er i tråd med [IFMGAs plattform](#) og stiller krav om erfaring, egenferdighet og gyldig helseerklæring hos de som søker om opptak. På opptaksprøven blir søkerne gitt ulike oppgaver som skal synliggjøre egenferdighet og erfaring.

Opptaksprøven går over 6 dager og består av 7 aktiviteter;

1. Skiferdsel i terrenget
2. Skiteknikk
3. Friluftslivsferdigheter
4. Alpin tindeferd
5. Sportsklatring
6. Alpin isferd
7. Samtale med refleksjon

Samtale med refleksjon gjennomføres av rektor og veiledere i fellesskap med hver enkelt søker etter at aktivitet 1-6 som inngår i opptaksprøven er gjennomført. Ved utførelse av aktivitet 1-6 vil søkerne bli vurdert av veilederne og få resultat etter poeng i en skala fra 1-5. Poengene 1 og 2 er ikke bestått. Poengene 3, 4 og 5 er bestått. Samtale med refleksjon vurderes med bestått/ikke bestått. Alle aktiviteter på opptaksprøven må være bestått før søkerne kan rangeres. Det gis maksimum 30 poeng på opptaksprøven.

Eksempel: Ved utførelse av aktiviteten sportsklatring må alle underpunktene under kategorien klatreferdighet være bestått. Poengsummen i kategorien klatreferdighet innen sportsklatring er et resultat av gjennomsnittlig poengsum fra underkategoriene balanse, overskudd, teknikk og kraftbruk. Poengsummen i klatreferdighet vil deretter bli lagt sammen med poengsummen fra metode og bli delt på to. Resultatet gir den poengsummen søkeren får i aktiviteten sportsklatring.

Eksempel på vurderingsskjema for opptaksprøve

Navn på søker	Skiferdsel i terrenget	Skiteknikk	Friluftslivsferdigheter	Alpin tindeferd	Sportsklatring	Alpin isferd	Samtale/refleksjon	Total poeng	Bestått/ikke bestått
NN	2	3	3	5	3	3	Bestått	19	Ikke bestått
NN	3	3	3	4	3	3	Bestått	19	Bestått



Norsk Fjellfagskole AS Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Maks antall oppnåelige poeng									
	5	5	5	5	5	5	Bestått	30	

Aktivitet 1. Skiferdsel i terrenget

Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; skred, gruppehåndtering, terrenghåndtering, overskudd, skiteknikk og snøkjennskap. Vurderingskriteriene er listet opp som underkategori.

Oppgave: Deltaker skal finne god og trygg snø, holde kontroll på en gruppe, finne hensiktsmessige start og stoppesteder og kunne argumentere for sine valg. Det blir lagt vekt på gode sikkerhetsmarginer og ferd etter evne. Deltaker skal gjøre rede for en gitt snøprofil der vurderingskriterier under kategorien snøkjennskap blir vektlagt. Det vil også bli gitt oppgave i skredredning.

Kategori

Skred	Gruppehåndtering	Terrenghåndtering	Overskudd	Skiteknikk	Snøkjennskap
-------	------------------	-------------------	-----------	------------	--------------

Underkategori

Finnes skredproblem i terrenget?	Stoppesteder	Sporvalg/veivalg	Flyt	Teknikkvalg i forhold til terreng/forhold/gruppe	Identifisere hovedtyper
Hvorfor finnes/finnes ikke skredproblem?	Kommunikasjon	Gjenkjenne og håndtere terrengformer	Overblikk	Svingtype - variasjon/bredde	Vurdering og håndtering av stabilitet og skiføre



Norsk Fjellfagskole AS

Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Hvordan er skredproblemet skapt/nøytralisert?	Organisering	Optimalisering av terrenget	Fleksibilitet og kreativitet	Utstørvalg og utstyrshåndtering	Begrepsbruk og formidlingsevne
Er skredproblemet håndterbare? I så fall hvorfor og hvordan?	Informasjon	Orientering	Fysisk overskudd	Skiferdighet	Forståelse og grad av konkretisering
Rednings – og sikkerhetsutstyr				Fartskontroll	

Aktivitet 2. Skiteknikk

Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; svingteknikk, posisjon, rytme og overskudd. Vurderingskriteriene er listet opp som underkategori

Oppgave: Deltaker skal mestre fartsbegrensende/ skrensende sving; deltakeren begrenser eller senker farten ved hjelp av svingen. Deltakeren skal mestre fartsøkende/ skjærende sving; deltakeren holder samme fart eller øker farta ved hjelp av svingen. Deltakeren skal kunne bruke hensiktsmessig svingtype etter terreng og snøkvalitet, med fartskontroll, overskudd og tilstrekkelig sikkerhetsmargin.

Kategori

Svingteknikk	Posisjon	Rytme	Overskudd
Underkategori			
Fartsbegrensende sving	Rotasjon – balanse	Rytmeskifte	Kontroll/håndtering av utstyr
Fartsøkende sving	Bak/framvekt	Flyt i overganger mellom terreng	Blikk/oversikt



Norsk Fjellfagskole AS

Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Vinkel mot underlag	Stavbruk – plattform	Timing	Evne til fleksibilitet
Fartskontroll			Sikkerhetsmargin

Aktivitet 3. Friluftslivsferdigheter

Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; orientering, turplanlegging og basisferdigheter. Vurderingskriteriene er listet opp som underkategori.

Oppgave: Deltakere skal vise ulike ferdigheter innen friluftsliv i høyfjellet. Oppgavene er virkelighetsnære og av praktisk og teoretisk art.

Kategori

Orientering

Turplanlegging

Basisferdigheter

Underkategori

Kompasskurs

Risikovurdering

Taubruk på bre

Posisjon

Valg av utstyr

Ly og leir

Kart- og terrengforståelse

Tidsbruk/tidsplan

Utstyrskjenning

Alternativer i turplanen

Utstyrshåndtering

Helheten i turplanen iht. forutsetningene (vær, føre, gruppe, tid og ferdigheter)



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Aktivitet 4. Alpin tindeferd			
Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; klatreferdighet, utstyr, metoder og veivalg. Vurderingskriteriene er listet opp som underkategori			
Oppgave: Deltaker skal vise ferdigheter på klatreturer i høyfjellet på egne sikringer over flere taulengder på klippe. Minimum grad 5+ (norsk grad). Evne til å gjøre gode og trygge veivalg i alpint terreng. Det blir lagt vekt på gode sikkerhetsmarginer og ferd etter evne.			
Kategori			
Klatreferdighet	Utstyr	Metoder	Veivalg
Underkategori			
Balanse	Valg og bruk av utstyr	Valg og bruk av metode	Hensiktsmessige veivalg
Overskudd (fysisk/mentalt)	Håndtering av utstyr	Sikringshåndverk (bruk av taubrem, tauhåndtering, knuter, etablering av standplass, utfiring, med mer.)	Konsekvenstenkning
Teknikk	Plassering av sikringsmidler		Skadeforebyggende arbeid
Kraftbruk			

Aktivitet 5. Sportsklatring



Norsk Fjellfagskole AS

Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; klatreferdighet og metode. Vurderingskriteriene er listet opp under hver enkelt kategori.

Oppgave: Deltaker skal vise ferdigheter på sportsklatring av minimum grad 6+. Det skal klatres flere forhåndsdefinerte ruter på led, fortrinnsvis på ruter som er ukjente for deltaker. Grad av overskudd i utførelse, konsekvenstenkning, sikkerhetsmargin og håndverk blir vektlagt.

Kategori	
Klatreferdighet	Metode
Underkategori	
Balanse	Valg og bruk av metode
Overskudd (fysisk/mentalt)	Sikringshåndverk
Teknikk	Valg og bruk av utstyr
Kraftbruk	Utstyrshåndtering

Aktivitet 6. Alpin isferd

Deltakerne blir vurdert i følgende kategorier; klatreferdighet, utstyr, metoder og veivalg. Vurderingskriteriene er listet opp under hver enkelt kategori.

Oppgave: Deltaker skal vise ferdigheter på klatreturer i høyfjellet på egne sikringer over flere taulengder på vekslende underlag (snø, is, klippe) minimum 5+ (norsk grad). Evne til å gjøre gode og trygge veivalg i høyalpint terreng. Det blir lagt vekt på gode marginer og ferd etter evne.

Kategori



Norsk Fjellfagskole AS

Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

Klatreferdighet	Utstyr	Metoder	Veivalg
Underkategori			
Balanse	Valg og bruk av utstyr	Valg og bruk av metode	Hensiktsmessige veivalg
Overskudd (fysisk/mentalt)	Håndtering av utstyr	Sikringshåndverk (bruk av taubrems, tauhåndtering, knuter, etablering av standplass, utfiring, med mer.)	Konsekvenstenkning
Teknikk	Plassering av sikringsmidler	Evne til å veksle metode etter underlag	Skadeforebyggende arbeid
Kraftbruk	Evne til å veksle mellom ulikt utstyr etter underlag		

Aktivitet 7. Samtale med refleksjon

Samtale med refleksjon med utgangspunkt i gjennomføring av aktivitetene i opptaksprøvene.

Rektor og veiledere gjennomfører i felleskap en samtale med refleksjon med den enkelte søker etter at aktivitet 1-6 er gjennomført. Gjennom aktivitet 1-6 vil tekniske ferdigheter, fysisk og mentalt overskudd, vurderingsevne og erfaring bli synliggjort og bli vurdert av veilederne med karakterer. Aktivitet 1-6 vil også fungere som arena for synliggjøring av søkers evne til samarbeid, stressmestring, involvering, selvinnsikt, læringsvilje, læringsevne og den enkeltes holdning til risiko og vurderes i den naturlige sammenhengen de trer fram.

For undervisningen i Norsk Fjellfagskole er balansegangen mellom sikkerhet og risiko grunnleggende. Undervisningen foregår i all hovedsak utendørs i ulike og skiftende naturmiljø. Undervisningen er yrkesrelatert og i fellesskap må lærere og studenter vurdere og forholde seg til farer. Dette kan eksempelvis være snøskredfare, bresprekker, steinsprang, fallpotensiale og kulde. Det er derfor svært viktig at studenter viser en sunn holdning til risiko og ser nødvendigheten av



Norsk Fjellfagskole AS Norske Tindeveglere



Veileder for opptakssamling, Tindevegleder

tilstrekkelig sikkerhetsmargin til farer allerede før studiet starter. Samtalen med refleksjon, som er en del av opptaksprøven, vil være en anledning for søker til å reflektere om egen prestasjon i aktivitet 1-6. Veiledere og rektor ønsker å se om deres inntrykk av søkerne stemmer med søkerens vurdering av egen prestasjon. Som eksempel kan nevnes: dersom en søker går inn i et skredfarlig område uten å være villig til kritisk selvransakelse i etterkant, vil veiledere vurdere læringsvilje, risikoholdning og selvinnsikt som ikke bestått.

Opptaksprøven vil i hovedsak foregå i grupper. Søkerne skal løse oppgavene i aktivitetene 1-6 enkeltvis eller i fellesskap som gruppe. Veilederne på opptaksprøven vil vurdere resultatene i aktivitet 1-6 fortløpende. Vurdering i aktivitet 1-6 vil stå sentralt i samtalen med refleksjon med betoning av ferd etter evne og gode sikkerhetsmarginer.

Samarbeidsevne	Stressmestring	Involvering	Selvinnsikt	Læringsvilje	Læringsevne	Risikoholdning