

Norges klatreforbund

Kurslærer klatreinstruktør inne



NORGES KLATREFORBUND

Forfatter: Isak Bang, Joakim Grande, Nina Skaugvoll, Jørn A. Øwre Smørbøl

Sist revidert: 07.12.2022

Innhold

Innledning.....	2
Hovedmål	2
Målgruppe	2
Kvalifisering	2
Rammer	2
Opptakskrav	2
Antall deltakere	2
Varighet på kurs	2
Kompetansekrav kurslærer	3
Krav til anlegg og utstyr.....	3
Sikkerhet	3
Vurdering.....	3
Praksis i etterkant.....	3
Søke godkjenning	4
Regodkjenning.....	4
Pensum.....	4
Moduler	4
Modul 1: HMS teori	4
Modul 2: Inneulykker – diskusjon og refleksjon	5
Modul 3: Praktisk klatreøkt	5
Modul 4: Kursmal og vurdering av deltakere	6
Modul 5: Praktiske øvelser	6
Modul 6: Tilbakemelding og evaluering	7

Innledning

Med kurslærer klatreinstruktør inne (KKII) vil NKF gi et godt utgangspunkt for de som skal utdannes til Klatreinstruktør inne (KII), og gjennom dette sikre god opplæring i sikkerhet i klatring.

Kurset er for instruktører med bred erfaring som Klatreinstruktør inne og som vil utdanne andre til å bli Klatreinstruktør inne. Kurset er rettet mot sikkerhetsarbeid, både sikring på topptau og led, og generelt HMS-arbeid for klatring innendørs.

Hovedmål

Kurset skal gjøre deltakerne i stand til å gjennomføre Klatreinstruktør inne-kurs etter NKF kursmal, kunne lede diskusjoner rundt sikkerhet og HMS, og veilede deltakerne til å bli gode instruktører.

Målgruppe

Kurset er for instruktører som har bred erfaring som Klatreinstruktør inne og som vil utdanne andre til å bli Klatreinstruktør inne.

Kvalifisering

Som godkjent Kurslærer klatreinstruktør inne er man kvalifisert til å holde Klatreinstruktør inne-kurs.

Rammer

Opptakskrav

Sertifisering: Gyldig Klatreinstruktør inne eller tilsvarende (NF klatreinstruktør).

Alder: minimum 20 år ved kursstart.

Egenerklærings- skjema: Dokumentere opptakskrav, som sendes kurslærer ved påmelding.

Erfaring: Minimum 75 timer praktisk erfaring som Klatreinstruktør inne, over minimum 2 år.

- Erfaringen *må* inneholde:
 - o Hovedinstruktør grunnkurs inne (topptau og led) – minimum 48 timer til sammen.
 - o Hatt brattkortprøver – minimum 8 prøver til sammen (kan også inkludere prøver til topptaukort).
- Erfaringen *kan* i tillegg inneholde:
 - o Organisert klatreaktivitet på tau.
 - o Overordnet HMS-ansvar for klatring inne (satt opp HMS-plan, ROS-analyser, eller lignende).

Ferdighet: Sikkert og metodisk kunne klatre ruter på led. Må være komfortabel med å falle og sikre fall på led, samt behersker dynamisk sikring godt. Man må kunne klatre enkle kursruter lett og uanstrengt.

Antall deltakere

Maksimum 6 deltakere per instruktør.

Varighet på kurs

14 timer med kurslærer, inkludert pauser, pluss 2-3 timer egenstudie i forkant av kurset. Kurset bør gjennomføres over to dager.

Kurslærer Klatreinstruktør inne (KKII)

Kompetansekrav kurslærer

- Er kurslærer klatreinstruktør inne.

NKF arrangerer kurslærerkurs, klubber/sentre kan søke til NKF om å arrangere. Godkjenning av Kurslærer klatreinstruktør inne gjøres i NKF-administrasjon.

Klubber/sentre som ønsker å arrangere KKII-kurs skal fylle ut et enkelt søknadsskjema som gjør rede for kursholder, anlegg (HMS-plan) og målgruppe for deltakere. Dette er for å sikre at kurs blir holdt av instruktør med rett kompetanse, følge opp HMS-planer, og få informasjon om hvem som utdannes til å bli Klatreinstruktør inne.

Krav til anlegg og utstyr

Arrangør stiller med utstyr (utenom personlig utstyr), med mindre annet er avtalt.

- Klatreanlegg med vegger på minimum 7 meters høyde.
- Klatreanlegget må ha vegger med muligheter for klatring på både topptau og led.
- Tilgjengelig tau.
- Tilgang på egnet lokale for teoretisk undervisning.
- Tilgang på ulike typer bremses til demonstrasjon. Minimum en tubebrems, en geometrisk assisterende brems og en mekanisk assisterende brems (vise til NKF metodesett).

Sikkerhet

- Kurslæreren har ansvar for å vurdere sikkerheten ved klatrevegg og buldrevegg før kursstart. Oftest skjer dette ved å etterspørre og vurdere vedlikeholdsrutinene hos veggeieren.
- Kurslæreren har ansvar for å vurdere sikkerheten ved utstyr som brukes under kurset.
- Kurslæreren har ansvar for fortløpende vurdering av risiko og sikkerhet underveis i kurset og skal om nødvendig gjennomføre tiltak for å redusere risikoen.
- Ulykker, nestenulykker og farlige situasjoner som oppstår på kurset skal rapporteres til den som har engasjert kurslæreren til å holde kurset. Det skal også rapporteres i NKF's ulykkesdatabase.

Vurdering

Deltakerne vurderes som bestått eller ikke bestått. Krav for å bestå:

- Vise god forståelse av sikkerhet på klatring inne, både gjennom aktiv deltakelse, i diskusjonen og god praksis under øvelser.
- Godkjent hjemmeoppgave om HMS/sikkerhet.
- Kunne lede og vise fagkompetanse i diskusjon rundt inneulykker.
- Kjenne til og kunne bruke metodesett i klatring.
- Være oppdatert på nyeste metode for relevant inne- utstyr.

Vurderingen gis i individuell samtale med hver enkelt deltaker på slutten av kurset.

Praksis i etterkant

Ingen praksis i etterkant av kurset.

Søke godkjenning

Deltakere som har fått bestått på kurslærerkurs kan søke om sertifisering som *Kurslærer klatreinstruktør inne* i brattkompetanse.

Regodkjenning

Sertifiseringen Kurslærer Klatreinstruktør inne er gyldig i 5 år av gangen, og innehaver må selv søke om regodkjenning før gyldighetstiden er ute.

For å bli regodkjent kreves 75 timer praksis, hvor minimum tre (3) Klatreinstruktør inne- kurs skal være gjennomført.

Pensum

- NKF HMS for organisert aktivitet.
- NKF Kursmal Klatreinstruktør inne, samt kursmalens pensum.

Deltakeren må i tillegg bruke Ulykkesdatabasen (ulykkesdatabasen.no/rapport) i forberedelse til diskusjonsoppgaver.

Moduler

Modul	Tidsbruk
Modul 1: HMS teori	1 time.
Modul 2: Inneulykker – diskusjon og refleksjon	2,5 timer.
Modul 3: Praktisk klatreøkt	3 timer.
Modul 4: Kursmal og vurdering av deltakere	3 timer
Modul 5: Praktiske øvelser	3 timer
Modul 6: Tilbakemelding og evaluering	1,5 timer

Pauser er medregnet i tidsberegningen. HMS-modul bør være først og tilbakemelding/evaluering til slutt i gjennomføringen av kurset. Ut over dette står kursholder fritt til å endre rekkefølge på innholdet om dette vurderes hensiktsmessig.

Tidsbruk på modulene må tilpasses deltakernes nivå og behov for opplæring.

Modul 1: HMS teori

Mål

Gå gjennom sentral HMS-teori.

Gjennomføring

Teori med kursholder.

1 time.

Kompetansemål

- God kjennskap til relevante lover og forskrifter om HMS.
- Kunne sette opp HMS-plan og gjennomføre ROS-analyse.

Modul 2: Inneulykker – diskusjon og refleksjon

Mål

Deltakerne skal lede gruppen og vise god fagkompetanse i diskusjon rundt ulykker i klatring innendørs. For å belyse viktige temaer for sikkerhet innendørs skal deltakerne benytte seg av ulykkesdatabasen for innhenting av eksempler til dette.

Gjennomføring

Teori med kursholder.

Deltakerne får tildelt en hjemmeoppgave fra kurslærer i forkant av kurs- gjennomføringen. Oppgaven består av et tema for en ulykke (buldring, autobelay, kurssammenheng, ledklatring, osv.). Deltakeren skal gå til NKF's ulykkesdatabase og velge en eller to rapporterte ulykker som svarer til tildelt tema. Deltakeren skal skrive en oppsummering av ulykken(e) som avslutter med viktig lærdom man bør ta med seg videre. Oppgaven sendes kurslærer senest én uke før kursoppstart.

På kurset gjennomføres modulen ved at hver deltaker presenterer sitt tema (og ulykke) som innledning til en diskusjon rundt temaet. Deltakeren skal så lede diskusjonen med mål om å lande denne i viktig lærdom av hendelsen. Kanskje vil diskusjonen ha en litt annen nyansering av lærdommen enn hva deltakeren selv kom fram til i sin forberedelse? Diskusjon skal vare i rundt 15 minutter.

2,5 timer.

Kompetansemål

- Kunne bruke ulykkesdatabasen for å hente ut informasjon.
- Kunne lede en gruppe i diskusjon rundt tema i sikkerhet.
- Kunne vise god refleksjon rundt temaet og sørge for at viktige momenter blir belyst i en diskusjon.
- Få generell innsikt i sikkerhet/risiko tilknyttet klatring i ulike sammenhenger: Kursvirksomhet, barn og unge, autobelay, buldring osv.

Modul 3: Praktisk klatreøkt

Mål

Deltakerne skal ha en praktisk klatreøkt med falltrening. Fokuset er på god sikring, inkludert dynamisk sikring av fall. Deltakerne skal bruke ulike typer bremsere og diskutere fordeler og ulemper med disse.

Gjennomføring

Praktisk i klatrehall. Ha ulike typer bremsere tilgjengelig (geometriske- og mekaniske- assisterte bremsere).

Diskusjon angående ulike typer bremsere.

3 timer.

Kompetansemål

- Kunne vise god sikringsteknikk og beherske dynamisk sikring godt.
- Kjenne til ulike teknikker for å ta inn og gi ut tau.
- God kjennskap til ulike typer bremsere.

Modul 4: Kursmal og vurdering av deltakere

Mål

Deltakerne skal ha god kjennskap til kursmal for KII, hvordan dette kurset gjennomføres i praksis og hvordan man vurderer deltakere på kurs.

Gjennomføring

Teori med kurslærer. Gjennomgå kursmal for Klatreinstruktør inne med hensikt i at deltakerne skal utveksle synspunkter og erfaringer fra når de selv tok Klatreinstruktør inne (tidligere Klatreleder-inne). Dette kan flettes inn i gjennomgangen, eller være en egen diskusjon etter gjennomgang av kursmal. Det skal grundig diskuteres hvordan man som KKII skaffer seg vurderingsgrunnlag av deltakerne for å avgjøre om de er skikket som Klatreinstruktør inne eller ikke.

Stikkord for diskusjonen:

- Hvordan skaffer seg vurderingsgrunnlag? Når, hvor og hva observerer vi? Klarer vi å observere «i hemmelighet» uten å skape et anstrengt læringsmiljø, og er dette noe å hige etter?
- Hvor/hvordan vurderer vi at deltakerne kan (de tre punkter som skal vurderes i Klatreinstruktør inne- kurset):
 - Ivareta egen og andres sikkerhet på organisert klatring?
 - Sikre og klatre trygt på topptau og led, samt beherske dynamisk sikring?
 - Formidle læringsemner på en tydelig og ryddig måte, og kan lede en gruppe?
- Eksempler på alvorlige mangler/feil som resulterer i umiddelbar stryk som Klatreinstruktør inne (grad 3), ting å påpeke (grad 2 – kan føre til stryk om mange og gjentatte, og om deltaker ikke viser tegn til forbedring under Klatreinstruktør inne- kurset), og grad 1-feil, som er småting som bør forbedres for å fremstå som profesjonell og et ryddig forbilde som instruktør.

2 timer.

Kompetansemål

- Kunne gjennomføre Klatreinstruktør inne- kurs etter gjeldende kursmal.
- Kunne vurdere deltakere.
 - Hvordan vurdere deltakerne gjennom kurset, og gi løpende tilbakemelding.
 - Hvordan gjennomføre evalueringssamtaler med deltakerne.
 - Hvordan gi tilbakemelding til deltakere som stryker.

Modul 5: Praktiske øvelser

Mål

Deltakerne skal vise god kompetanse inne kunnskapsoverføring, i praksis.

Gjennomføring

Hver deltaker blir tildelt en del av Klatreinstruktør Inne- kurset fra kurslærer, som de skal presentere i helhet eller deler av, for resten av gruppen. Dette kan være presentasjon av ulikt utstyr og/eller ulike metoder i Klatreinstruktør inne- kurset. Hver deltaker får 20-25 minutter på å presentere sin del. Kursdeltakerne gir i løpet av denne tiden også korte tilbakemeldinger i etterkant av hver presentasjon.

Deltakerne får sammen med oppgaven i *Modul: 2 – inneulykker* tildelt hver sin oppgave som de skal være forberedt til å presentere. Eksempler på disse kan være (listen er ikke utfyllende):

Kurslærer Klatreinstruktør inne (KKII)

- Introduksjon av utstyr
- Metode for sikring på topptau
- Metode for sikring på led
- Metode for klatring på led
- Eksempler på gjennomføring av deler i brattkortprøven
- Eksempler på god pedagogisk tilnærming
- Godt HMS- arbeid i klubb
- Ect.

3 timer.

Kompetansemål

- Kunne formidle riktig kunnskap på en tydelig måte, i praksis.

Modul 6: Tilbakemelding og evaluering

Mål

Deltakerne skal få individuell tilbakemelding. Informasjon om veien videre kan gjøres i fellesskap. Deltakere og kurslærer evaluerer kurset sammen.

Gjennomføring

Teori.

1,5 time.

Kompetansemål

- Alle kompetansemålene i Kurslærer klatreinstruktør inne