

Norsk modul - Nordisk friluftsliv

Vinter 2013

Opgave 1 – Egenvurdering

Reflekter over din egen vinterfjells-kompetanse i forkant av egenferden. Beskriv hvilke punkter du vil bli bedre på og hvordan du vil arbeide med disse punkter under turen for å heve din kompetanse. Ta meget gjerne utgangspunkt i kravslisterne for vinterskog og vinterfjell.

(500-800 ord)

Innlevering: Leveres med turplan *før* egenferd

Vurdering: Karaktersette ikke, men vurderes med godkjent/ikke godkjent.

Opgave 2 – Refleksjon over praksis

1. Diskuter hvilke sikkerhetsmessige vurderinger en gruppe bør ta før og underveis på en ukestur i vinterfjellet. Inndrag gjerne egne opservasjoner og erfaringer (Ca 2000 ord).

2. Drøft hvordan man som veileder for en gruppe i vinterfjellet kan tilrettelegge for gode lærings situasjoner. Inndrag gjerne egne opservasjoner og erfaringer (Ca 2000 ord).

Vurdering: Hver deloppgave teller 25 %. Samlet teller opgaven 50 % av samlet karakter.

Opgave 3 – Helse og friluftsliv

1. Diskuter hvilke sammenhenge der kan være mellom friluftsliv og mental og fysisk helse. Inndrag gjerne dine egne erfaringer i besvarelsen (Ca. 3000 ord)

Vurdering: Oppgaven teller 50 % av samlet karakter.

Generell informasjon og formelle krav til oppgaven:

Alle oppgaver skal besvares

Skriftstørrelse 12; Linjeavstand: 1 ½

Bruk litteraturhenvisninger i oppgave-besvarelsene

Alle litteraturhenvisninger skal stå i litteraturlista sist i oppgaven