

# Svensk Snowboardlärarexamen 2022



## Svensk snowboardlärarexamen 2022

Målet för den svenska examen för snösportledare på snowboard, är att det skall innebära ett högt anseende nationellt och internationellt. Att vara en svensk examinerad snowboardlärare skall innebära att snowboardläraren ifråga är en stark snowboardåkare med bred snowboardkompetens samtidigt som man är dokumenterat duktig på att utifrån analys planera och genomföra utvecklande upplevelser för sina gäster.

I och med att du nu läser inbjudan till examen 2022 antar vi att du har kommit så långt i din utveckling att du funderar på examen som ditt nästa steg. Det bör också innebära att du reflekterar mycket runt dina egna färdigheter som instruktör och ledare. Att gå upp på svensk snowboardlärarexamen kräver stor självkänedom och en stark vilja att lyckas med sina mål. För att lyckas bör du vara beredd att avsätta en hel del tid för förberedelser under vinterns gång. Träna snowboardåkning, förbereda dina teoretiska kunskaper samt träna analys och undervisning på hög nivå.

Svensk snowboardlärarexamen handlar om att under fem dagar påvisa sina kunskaper och färdigheter för en examensnämnd bestående av representanter från Svenska Skidförbundet, SLAO, Friluftsförbundet och Svenska Skidlärföreningen. Examensnämndens jobb är att göra bedömningar utifrån de riktlinjer som satts upp för vad en nationell och internationell snowboardlärare ska klara av. Var beredd på att den återkoppling du får under examensveckan kommer att kännas högst personlig, men vet samtidigt om att nämnden inte bedömer dig som person utan enbart utifrån det du visar där och då. Fritt översatt betyder det i slutändan att din lägsta nivå bör vara hög för att kunna gå ut från examensveckan som examinerad snowboardlärare.

Examen är först och främst anpassad för de förhållanden och krav som finns i Sverige, men är förhoppningsvis för många också en första biljett till utlandsjobb. Andra steget för utlandsjobb är ISIA-kursen som är anpassad för internationella krav. ISIA-kursen handlar om att bygga på och påvisa sina kunskaper när det gäller lavin, guidning, språk. Man ska även kunna påvisa kompetens som instruktör i en andra disciplin för att erhålla ISIA-status.

Jag hoppas att ovanstående motiverar dig i dina förberedelser inför svensk snowboardlärarexamen.

På följande sidor kommer information om anmälningsförfarande och övriga praktiska detaljer. Därefter kommer en kort sammanfattande beskrivning av svensk snowboardlärarexamen. Ytterligare information får du i samband med bokningsbekräftelse efter betald anmälningsavgift.

**Svenska Skidrådet hälsar dig välkommen till Svensk Snowboardlärarexamen 2022.**

Med vänlig hälsning

**Anders Nilsson**  
Examensordförande

*Innehåll:*

*Sid 3: Allmänt om anmälan och villkor*

*Sid 5: Examensproven*

*Sid 8: Fördjupningslitteratur*

## Allmänt

### Huvudman

Huvudman för Snowboardlärarexamen är Svenska Skidrådet med följande medlemsorganisationer:

- Friluftsförbundet, FF
- Svenska Skidlärföreningen, SSLF
- Svenska Skidförbundet, SSF
- Svenska Skidanläggningars Organisation, SLAO

Svensk Snowboardlärarexamen organiseras och genomförs av examensnämnden, under ledning av en examensordförande utsedd av Svenska Skidrådet. Examen genomförs en gång per år.

### Behörig till Svensk Snowboardlärarexamen

Den som är godkänd i Friluftsförbundets, SLAO:s (tidigare SPS) eller Skidlärföreningens högsta utbildningssteg. Intyg på sista utbildningssteg skall bifogas anmälan.

### Orter och datum

Snowboardlärarexamen genomförs söndag 3/4 till torsdag 7/4 i Tänndalen.

### Utrustning

”Vanlig” allround-snowboard (freeride/freestyle) med soft-boots (ej alpin snowboard med hard-boots) för de praktiska snowboardfärdighetsproven samt lämplig klädsel.

Utrustning för föredraget.

### Pris

Priset för svensk snowboardlärarexamen är på 7500kr.

I priset ingår examination samt boende med viss pension.

Skipass köps på plats.

### Resa till examen

Ingår inte i priset för examen och anordnas på egen hand.

## Anmälan

Du anmäler dig och betalar examen genom att gå in på SLAO:s hemsida,  
<http://slao.se/utbildning/examen/>  
Senaste anmälan är 19 feb 2021

När du registrerar dig skall du ange personnummer, namn, adress, telefon, organisation där du gått det högsta utbildningssteget samt e-postadress. När du anmält dig får du en bekräftelse på ditt deltagande skickad till din mail.

Kom ihåg att skicka eller mejla intyg på högsta utbildningssteg till SLAO, Torbjörn Lundqvist, Pedagogensväg 2, 831 40 Östersund, mail, [torbjorn.lundqvist@slao.se](mailto:torbjorn.lundqvist@slao.se)  
När anmälningstiden gått ut så kommer all praktisk information att skickas ut till deltagarna.

## Avbokning

Vid avbokning före 19/2 återbetalas hela beloppet minus 500 kr för administration.  
Vid avbokning efter det datumet krävs läkarintyg för återbetalning, minus 500 kr för administration.

## Information

På [www.skidlaraforeningen.se](http://www.skidlaraforeningen.se), [www.friluftsfamjandet.se](http://www.friluftsfamjandet.se), [www.skidor.com](http://www.skidor.com), [www.snowsportsweden.com](http://www.snowsportsweden.com) och [www.slao.se](http://www.slao.se) hittar du information om examen.

Frågor om Snowboardexamen besvaras av:

Daniel Roos  
070-622 72 68  
[larsdanielroos@gmail.com](mailto:larsdanielroos@gmail.com)

Allmänt om examen:

Anders Nilsson, examensordförande.  
072-880 81 59  
[anders.nilsson@skidradet.se](mailto:anders.nilsson@skidradet.se)

Eventuella frågor avseende anmälan och administration besvaras av:

Torbjörn Lundqvist, SLAO.  
Tel 063-13 23 95, [torbjorn.lundqvist@slao.se](mailto:torbjorn.lundqvist@slao.se)

## ISIA

Svensk Skidlärarexamen är anpassad efter de behov och krav som finns i Sverige. För att erhålla ISIA-status (internationell examen) krävs en kompletterande utbildning. Denna arrangeras av Svenska Skidläraryöreningen. Läs mer om detta på [www.skidlaraforeningen.se](http://www.skidlaraforeningen.se)

## Examensprov

### Innehåll

Examen består av tre huvudmoment:

1. Teori
2. Praktiskt färdighetsprov i snowboardåkning
3. Analys och ledarskap

För godkänd examen krävs godkänt i alla huvudmomenten. Teoriprovet måste vara godkänt för att få gå vidare till de andra momenten. Teoriprovet har ingen omprovsgrens, enbart godkänt eller icke godkänt.

### Kompletterande Examen

Om du missar ett av blocken ovan finns möjlighet till komplettering efterföljande vinter.

### Bedömning i Snowboardlärarexamen

Snowboardåkning, undervisning och föredrag bedöms med poängen 1-5 enligt poängstegen nedan. Detta gäller alla moment.

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

## 1. Teori

### Skrivning

Skrivningen innehåller både kryssfrågor och essäfrågor. Inom nedanstående områden skall du ha en bred och insiktsfull kunskap. Du skall ha förmåga att koppla ihop dina kunskaper till en helhet och kunna analysera, förklara, konkretisera, utveckla och tillämpa dessa både teoretiskt och i en verklig situation. Nedanstående områden ingår i skrivningen:

#### Anatomi och rörelselära

#### Första hjälpen

#### Snowboardteknik

#### Mekanik

#### Snö- och lavinkunskap/säkerhet

#### Undervisning och ledarskap

#### Tävlingsregler

#### Kunskap om föreningar och organisationer

### Bedömning

För att få godkänt på teoriprovet, som berättigar dig att fortsätta med resterande delar av examen, skall du ha minst 70 % av maxpoäng. (Har du läs- och skrivsvårigheter ber vi dig meddela examensordföranden i god tid innan skrivningen och visa giltigt intyg för möjlighet till muntligt prov.)

## 2. Praktiska färdighetsprov

För att klara Svensk Snowboardlärarexamen ska du ha en mycket god färdighet som snowboardåkare. På examen testas dina färdigheter både isolerat och som en helhet i olika åkmoment under specifika förutsättningar.

Du ska visa din förmåga att variera din åkning utifrån givna förutsättningar. Du måste behärska ett brett åkregister och kunna reglera och anpassa din teknik utifrån givna förutsättningar, från instruktiv till driven och avancerad åkning. För att lyckas med åkningen är det därför viktigt att du tränar varierat inför färdighetsproven.

**Snowboardåkningen består av två delar:**

**Anpassad snowboardåkning**

**Banåkning**

### 1. Anpassad snowboardåkning

Sex olika moment kommer att testas och varje moment testas tre gånger. Varje moment testas specifika färdigheter, vilka delges av examinatorerna. Examinatorerna vill att du kan visa de specifika färdigheter som efterfrågas på ett för betraktaren tydligt sätt.

Åkningen kan omfatta allt från grundsväng till halfpipe, samt offpist i hög fart.

Färdighetsproven kan utformas så att det testas flera moment i samma åk. Ett exempel är att man i samma åk kan gå från korta svängar i flack terräng till stora svängar i brant terräng.

Exakt vilka färdigheter som skall testas på examen 2020 får du veta på plats under examensveckan, och därför gäller det att vara beredd på allt. Ju högre färdighet du har, desto större möjlighet har du att lyckas.

### Bedömning anpassad snowboardåkning

Snowboardåkningen bedöms av ett examinatorspar vid tre olika tillfällen. Efter detta sammanställs det slutgiltiga resultatet. Bedömningsskalan är 1 – 5. För att vara godkänd på den anpassade skidåkningsdelen skall du samla ihop minst 54 poäng, med sammanlagt minst nio poäng per färdighetsprov. Kommer du inte upp i 9 poäng i något av färdighetsproven, krävs att du kommer upp i minst 54 poäng totalt för att kunna göra omprov i det moment som är under 9 poäng. Omprov får göras i max 2 färdighetsprov. Vid omprov ska minst betyg 3 uppnås för att det ska bli godkänt.

### 2. Banåkning

Du skall klara av att åka en utstakad bana (boardercross om möjligheten finns) under en maxtid som examensnämnden bestämmer. Du har två åk på dig, d v s klarar du tiden på första åket är du godkänd och får inget mer försök. Missar du första försöket får du ytterligare en chans.

Möjlighet till omprov (ett tredje åk) finns om du är godkänd på snowboardåkningen i övrigt.

Omprov sker då i direkt anslutning till ordinarie tävling.

### Bedömning banåkning

Klarar man tidsgränsen är man godkänd.

## Slutgiltig bedömning praktiskt färdighetsprov

För att få godkänt på hela snowboardåkningsmomentet måste du ha godkänt på både anpassad skidåkning och banåkning. Det går maximalt att ha två omprov i anpassad åkning plus ett omprov i tävlingsåkningen.

### 3. Analys och ledarskap

För att klara Svensk Skidlärarexamen ska du ha en mycket god färdighet som ledare och pedagog. På examen testas dina färdigheter både genom att du får leda en grupp och genom att du får utveckla en enskild åkare.

#### Genomförande av utbildningsprov

Undervisningsförmågan testas genom två praktiska moment i backen.

Vid det första undervisningsprovet skall du hålla en muntlig presentation som sedan övergår i en workshop ute i backen dagen efter. Den muntliga presentationen kan bli digital innan vi ses på plats i Tännedalen.

I god tid innan kommer ämnen att mailas ut till dig så du har god tid att förbereda dig. .

Utifrån det lägger du sedan upp en muntlig framställning samt workshop i backen.

Tid för det praktiska av workshopen är 55 min + 20 min på det muntliga.

Gruppen du leder består av andra examensdeltagare samt två examinatorer. Du redovisar hur du går till väga i ditt arbete som skidlärare och varför du gör som du gör.

I din workshop skall det tydligt framgå en **analys** (varför), **en röd tråd** (orsakssammanhang) och en **slutledning** (sy ihop påsen).

Det andra undervisningsprovet är en analys av en åkare som du sedan skall hjälpa att utveckla.

Det vi vill se är din analys och hur du vill utveckla

Vilken åkare du ska jobba med meddelas i direkt anslutning till testmomentet.

Utbildningsprovet genomförs med åkning på deltagarnas egen nivå.

#### Huvudrubriker för bedömning

1. **Ledarskap**
2. **Disposition**
3. **Ämneskunskap**

#### Bedömning

För att få godkänt på undervisningsproven skall du ha godkänt resultat i det sammanvägda resultatet av bägge undervisningsmomenten. Undervisningsproven kommer att genomföras med två olika examinatorspar. Examinatorsparen sammanträder efter undervisningsprov 2 för en slutlig och sammanfattande bedömning. Du kommer att ha samma examinatorspar vid din första del av workshopen, det muntliga som på din praktiska för att de skall se helheten i workshopen. Återkopplingen sker inte i betygsform, du får feedback utifrån om du är godkänd eller inte.

## Litteratur och utbildningsmaterial

### Litteraturlista

Litteraturlistan är indelad i två delar, en huvuddel och en fördjupningsdel. Det är framför allt huvuddelen som används som underlag för de fyra momenten som prövas under examen. För bredare och mer ingående kunskaper rekommenderas även studier av fördjupningslitteraturen.

#### Litteratur:

- Kommunikation
- Svensk Snowboardåkning
- Svensk Skidåkning, Mekanik
- Svensk Skidåkning, Träninglära
- SLAOs lilla gula – Viktigt att veta...
- Första hjälpen i skidbacken
- FIS Tävlingsregler

#### Rekvireras från:

SLAO, [www.snowsportsweden.com](http://www.snowsportsweden.com)  
SLAO  
SLAO  
SLAO  
SLAO  
SLAO  
SSF

- Funktionell anatomi och rörelselära inom alpin skidåkning

Warp Publishing AB  
[adlibris.se](http://adlibris.se) [bokus.com](http://bokus.com)  
[info@stockholmsrehabklinik.se](mailto:info@stockholmsrehabklinik.se)

- Lavinsäkerhet

Topptur förlag, [topptur.nu](http://topptur.nu)

#### Fördjupningsdel:

- Pedagogiskt ledarskap (Liselotte Ohlson)
- Barnskidskola, tur och längd
- Synskadade på skidor
- Tränarskap
- Interski, Rapporter och Historia 1999-2015
- Anatomi med rörelselära och styrketräning
- Kunskapsbanken på SSLFs hemsida
- Will-Skill-Hill (Att leda genom utmaningar)

Liber AB  
Friluftsförbundet  
Synskadades Riksförbund  
SISU idrottsböcker  
SLAO  
Akademibokhandeln  
[www.skidlarare.info](http://www.skidlarare.info)  
Warp Publishing AB

#### Webbsidor med mer information:

- ✓ [www.slao.se](http://www.slao.se)
- ✓ [www.skidlararforeningen.se](http://www.skidlararforeningen.se)
- ✓ [www.skidlarare.info](http://www.skidlarare.info)
- ✓ [www.friluftsfremjandet.se](http://www.friluftsfremjandet.se)
- ✓ [www.skidor.com](http://www.skidor.com) (/sv/Varagrenar/Snowboard/)
- ✓ [www.interski.org](http://www.interski.org)
- ✓ [www.fisnowboard.com](http://www.fisnowboard.com)