

Läroplan SVELAV Friåkning 2

Vid slutet av varje kurs kommer deltagare som uppnått goda resultat att kunna:

SVELAV:s modell för att hantera risken	Övergripande lärandemål	Detaljerade lärandemål			
		A	B	C	D
Förbered dig	1. Använda och tolka lavinprognosen samt terrängkartor för att förbereda sig inför fjällvistelsen	Förklara var, när och hur laviner bildas, samt varför de är farliga.	Dagligen använda lavinprognosen i god tid innan fjällvistelsen, och i synnerhet tolka och använda lavinproblemen till att planera för bäst och säkrast åkning.	Jämföra lutningskartor, topografiska kartor och fotografier över terrängen till att planera sina vinterfjällturer.	
	2. Självständigt tillämpa grundläggande tekniker för kamraträddning	Redogöra för funktioner och begränsningar med sin kamraträddningsutrustning.	Självständigt visa på god sök teknik och kommunikation för att hitta två begravnade med transceiver och sond, markera de begravnade samt med beslutsstöd prioritera vem man ska gräva upp först.	Tillämpa en effektiv grävmetod för att i ett grävteam få upp ett lavinoffer 0,5 meters djup, från 1,5 meters djup samt vid en situation när man är för få räddare för begravningsdjupet.	Tillämpa grundläggande första hjälpen av lavinoffer med fokus på luftvägar och nedkylning.
Planera	3. Gemensamt planera dagen för att identifiera och på förhand hantera risker för dagen.	Anpassa val av tur efter gruppens status, mål och risktolerans.	Ta hänsyn till föregående och prognostiserat väder vid planering av en dag ute.	Förklara hur olika lavinfaror och lavinproblem påverkar vilken terräng som är rimlig att färdas i.	Reflektera kring andra bergsfaror än laviner i sin planering.
		Resonera kring dagens största osäkerhet och hur den bör hanteras.	Välja tänkesätt beroende på situation och lavinproblem.	Välja en rutt med flera vägvalsmöjligheter och tillräckliga säkerhetsmarginaler.	Reflektera tillsammans över nödplanen innan avfärd, och ge exempel på hur larmrutinen skiljer sig i olika situationer.
Åk säkert	4. På eget initiativ tillämpa vedertagna riskhanteringsmetoder innan avfärd.	Självständigt utföra ett korrekt grupptest.	Ta ansvar för att kontrollera gruppens utrustning innan avfärd.	Ge exempel på saker som gör att man behöver ändra planen redan på startpunkten.	
	5. Kontinuerligt uppmärksamma lavinförhållanden, terräng och gruppens förutsättningar på berget.	Använda checklistor för att stödja beslutsprocessen när det kommer till lavinförhållanden, terräng och mänskliga faktorer.	Använda terrängen både för att minska risken och för att hitta bra åkning utifrån lutning, terrängfällor och väderstreck.	Förevisa säker åkning i eller i närheten av lavinterräng.	Mäta lutning över en sträcka av 20 meter i kruxet av aktuell terräng.
	6. Ge exempel på hur olika fältobservationer relaterar till de olika lavinproblemen.	Uppmärksamma tecken på lavinproblem och dokumentera relevanta observationer.	Relatera gjorda observationer till innehållet i lavinprognosen.	Beskriva begränsningarna med enskilda observationer av snötäcket.	
Utvärdera dagen	7. Reflektera kring dagen i syfte att ta ännu bättre beslut nästa dag	Sammanfatta dagens förhållanden och prioritera vilka observationer som bör rapporteras till lavinprognostjänsten.	Reflektera och kritiskt granska det enskilda och gruppens beslutsfattande och risktagande.	Reflektera kring dagens största lärdom.	Ge exempel på hur kursens innehåll och material kan användas för att bibehålla och fördjupa den erhållna kunskapen.
Samarbeta	8. Kommunicera tydligt i syfte att bidra till gruppens tänkande och beslutsfattande.	Förklara utmaningarna med ett så kallat "Wicked learning environment".	Förklara hur mänskliga faktorer kan påverka människans beslutsfattande.	Förklara hur personligt mående kan påverka beslutsfattandet.	Visa upp beteenden och använda metoder som bidrar till att minska effekten av mänskliga faktorer.
		Ge exempel på och använda gruppregler som ett sätt att förbättra gruppens kommunikation och beslutsprocess.	Beskriva vikten av att våga ifrågasätta antaganden.	Uppmuntra säkra beteenden.	

