

Emneplan grunnleggende sikkerhetskurs oppdatering

STCW konvensjonens regel VI/I, avsnitt A-VI/1, tabeller A-VI/1-1, 1-2, 1-3



NIS//NOR

Sammen for økt sjøsikkerhet i rent miljø

Innholdsfortegnelse

1. Introduksjon	2
1.1. Bruk av emneplanen	2
1.2. Planens omfang:	2
1.2.1. STCW referanse.	2
1.3. Studieressurser	2
1.3.1. Personell	2
1.3.2. Utstyr og lokaler	2
1.4. Krav til planlegging av opplæringen	2
1.5. Opplæringsmetoder	2
1.6. Evaluering av opplæringen	3
1.7. Vurdering av kompetanse	3
1.7.1 Krav til forkunnskap.....	3
1.7.2 Hensikten med vurdering	3
1.7.3 Generelle vurderingskriterier	3
1.7.4 Prinsipper knyttet til vurdering og metoder for vurderingen	3
2. Opplæringens mål, omfang og innhold.	3
2.1 Opplæringens hensikt:	3
2.2 Læringsmål:	4
2.3 Omfang:	4
2.4 Endringslogg	4
2.5. Innhold:	5

1. Introduksjon

1.1. Bruk av emneplanen

Emneplanen er et felles dokument for alle godkjente opplæringsinstitusjoner i Norge som gir oppdatering i grunnleggende sikkerhetskurs i henhold til STCW-konvensjonen. Emneplanen skal sikre at kursene som tilbys tilfredsstillende kravene i konvensjonen og at kursene gir kandidatene en mest mulig lik opplæring. Emneplanen setter bestemmelser for hvilke emner det skal gis opplæring i, og gir også generelle råd til utstyr og lærerressurser som skal være til rådighet for å gi denne utdanningen. Emneplanen skal danne grunnlaget for den enkelte utdanningsinstitusjons planlegging av undervisningen og gjennomføring av underveis- og sluttvurderinger.

1.2. Planens omfang:

1.2.1. STCW referanse.

Planen omfatter de krav som stilles i STCW konvensjonens regel VI, avsnitt A-VI/1 og tabeller A-VI/1-1, 1-2 og 1-3

1.3. Studieressurser

1.3.1. Personell

All opplæring foretas med lærer-/instruktørstøtte med kompetanse iht. STCW konvensjonens regel I/6 og avsnitt A-I/6.

1.3.2. Utstyr og lokaler

Undervisningen skal gis i hensiktsmessige lokaler med relevante audiovisuelle hjelpemidler og med tilgang til godkjente øvingsanlegg for sjøredning, brann og førstehjelp, som møter relevante krav i SOLAS.

1.4. Krav til planlegging av opplæringen

Fagansvarlig skal utarbeide undervisningsmateriell, instruktørveiledning, timeplaner og slutttest.

1.5. Opplæringsmetoder

Opplæringen skjer ved bruk av studentaktive læringsformer med veiledning underveis. Metodene inkluderer en kombinasjon av forelesning og dialog i plenum, arbeid i grupper og praktiske øvelser. Hver øvelse gjennomgås i etterkant for repetisjon av lærestoff, praktisk tilnærming og refleksjon. Kurset skal være et praktisk rettet kurs der det legges vekt på at det meste av tiden på kurset skal brukes til praktisk trening.

1.6. Evaluering av opplæringen

Kandidatene skal oppfordres til å gi tilbakemelding til instruktør underveis. Etter hvert kurs skal det innhentes studentevaluering både skriftlig og muntlig. Institusjonen plikter til minst en gang i året å foreta faglig evaluering av kursinnhold, undervisning og gjennomføring. Evalueringen skal gi grunnlag for justeringer som er nødvendig for å tilfredsstille og forbedre kandidatenes behov for opplæring.

1.7. Vurdering av kompetanse

1.7.1 Krav til forkunnskap

Krav til forkunnskaper er gyldig ferdighetssertifikat for grunnleggende sikkerhetskurs (utstedt etter STCW-1978-konvensjonen regel VI/I med tilhørende tabeller) eller tidligere gjennomført grunnleggende sikkerhetskurs for sjøfolk (utstedt etter STCW-1995-konvensjonen med gyldighet til 31.12.2016). Hvis kompetansen er utgått, må det dokumenteres 12 måneders fartstid med gyldig ferdighetssertifikat eller kurs. Fartstiden beregnes 5 år tilbake fra oppstartdato på nytt kurs.

1.7.2 Hensikten med vurdering

Vurderingen skal foregå slik at det er mulig å avgjøre om kandidaten har tilstrekkelig kompetanse iht. minstekrav i STCW konvensjonens tabeller.

1.7.3 Generelle vurderingskriterier

Det kan bli utført en test for å kunne sjekke forkunnskapene til elevene. Denne testen kan være med på å danne et grunnlag for hva instruktøren skal ha som fokus område i undervisningen. Det er obligatorisk deltakelse i undervisningen. Bestått slutttest i henhold til STCW.

1.7.4 Prinsipper knyttet til vurdering og metoder for vurderingen

Metoden som velges for å vurdere kompetanse må være relevant i forhold til å kunne avgjøre om kandidaten har den kompetanse de skal ha i henhold til STCW konvensjonens minstekrav.

Metodene som velges skal være skriftlig prøve, i kombinasjon med praktisk demonstrasjon av kompetanse.

2. Opplæringens mål, omfang og innhold.

2.1 Opplæringens hensikt:

Sikre at deltakerne får oppdatert sin grunnleggende sikkerhetsopplæring, som gjør dem i stand til å opprettholde sikkerheten om bord.

2.2 Læringsmål:

Etter kurset skal deltakerne kunne demonstrere kompetanse gitt i STCW konvensjonens tabeller A-VI/1-1, 1-2 og 1-3.

2.3 Omfang:

En time i emneplanen er på 45 minutter. Kursets skal gjennomføres på minimum 16 timer fordelt på minimum 2 dager.

2.4 Endringslogg

Versjon 0.1:

Lagt til 1.7.1 Krav til forkunnskaper.

Endring i tekst på 2.3 Omfang.

Endring på innhold tabell A-VI/1-1: Punkt 5.4.2 Endret fra leder på 5 meter til leder på 3 meter. Punkt 5.5.2 fjernet.

Endring på innhold tabell A-VI/1-3: Punkt 7.3 Fjernet tekst: «Gi rikelig med drikke. osv.»

Versjon 0.2:

Endring i p. 1.7.1 Krav til forkunnskap (05.11.14)

Endring på innhold tabell A-VI/1-1: Punkt 5.3 Lagt til punkt 3 (05.11.14)

Versjon 0.3: Hele emneplanen er gjennomgått og det er spesielt gjort endringer i kolonne 1, 3 og 4. Nummerering på læremål (kolonne 1) er fortløpende for hver modul og følger hovedemner i modulen (23.02.16)

Versjon 0.4: Endring i p. 1.7.1 Krav til forkunnskap (01.01.17)

Versjon 0.5: Endring i p. 1.7.1 Krav til forkunnskap (12.01.17)

Versjon 0.6: Endring i p. 1.7.1 Krav til forkunnskap (10.02.17)

Versjon 0.7: Endring i p. 1.7.1 Krav til forkunnskap

2.5. Innhold:

Emne		1.0 Introduksjon, eksamen og avslutning 0,5 time			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
Informasjon om regler ved opphold på skolens område	<ul style="list-style-type: none"> • Presentasjon av instruktører • Informasjon om regler for oppmøte og fravær • HMS, informasjon om opphold på skolens område inkludert øvelsesfelter 	Instruktører presenteres med ansvarsoppgaver gjennom kurset Informasjon om føring av fraværsprotokoll HMS regler for all ferdsel på skolen Sikkerhetsregler for opphold på øvelsesområder	Samtale PP Presentasjon	Klasserom	
Timeplan	Presentasjon av kursets timeplan	Gjennomgang av kursets timeplan, tidspunkter for oppstart, avslutning Utlevering av bekledning for øvelser	PP Presentasjon	Klasserom	
Informasjon om kontroll av læremål	Praktisk og teoretisk vurdering av deltakere	Teoretisk eksamen Observasjon av fagforståelse, beslutninger og handlinger under øvelser		Klasserom	

Emneplan STCW tabell A-VI/1-1

Personlige redningsteknikker

Emne		1.0 Redningsfarkoster (livbåter, flåter og redningsbåter) 0,25 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Livbåter	Beskrive de ulike typene av redningsfarkoster man kan finne på skip	<ol style="list-style-type: none"> 1. Typen av livbåter 2. Beskrivelse av utsettingsmetode for: <ul style="list-style-type: none"> • Konvensjonelle Livbåter • Sliskelivbåter 3. Hvilke forholdsregler vi må ta for å ivareta egen og andres sikkerhet i forbindelse med låring og heving av livbåt 4. Beskrive metode for om bordstigning/mønstring 	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingfelt	
1.2 Redningsflåter	Beskrive ulike typer av redningsflåter	<ol style="list-style-type: none"> 1. Typen av redningsflåter og beskrivelse av: <ul style="list-style-type: none"> • Oppblåsbare redningsflåter • Faste redningsflåter 2. Beskrive «fri flyt»-arrangementet for redningsflåter (hydrostatutløser) 	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingfelt	

Emne	2.0 Personlig redningsutstyr 0,25 time
------	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Livbøyer og varsling ved Mann over bord	Prosedyre ved mann over bord	Beskriv bruk av livbøye og prosedyrer ved mann over bord	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
2.2 Redningsvester	Krav til redningsvester	Beskriv ulike redningsvester og tilhørende utstyr	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
2.3 Redningsdrakter	Krav til redningsdrakter	Beskriv ulike redningsdrakter og tilhørende utstyr	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
2.4 Varmebeskyttende hjelpemidler	Krav til termisk varmebeskyttelse	Beskriv termisk varmebeskyttelse	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	3.0 Personlige redningsteknikker 2,5 timer (praksis)
------	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Redningsvester	Bruk av redningsvester	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ta på redningsvest på riktig måte 2. Svømme og borde en redningsflåte med redningsvest 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.2 Redningsdrakter	Bruk av redningsdrakt	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ta på redningsdrakt riktig 2. Ha på en redningsdrakt og utføre følgende: <ul style="list-style-type: none"> • Hoppe fra en høyde på minst 1 meter og ned i vannet 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.3 Redningsfarkost	Praktisk bruk av redningsfarkost	<ol style="list-style-type: none"> 1. Borde en livbåt 2. Demonstrere bruk av utstyret om bord inklusiv driv ankeret 3. Rette opp en kantret redningsflåte 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne		4.0 Overlevelse i sjø 0,5 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Farer for skipbrudne	Farer for skipbrudne og tiltak for å øke sannsynligheten for overlevelse	Beskrive farer og tiltak for overlevelse i sjø	Teori	Øvingsfelt	

Emne		5.0 Helikopterredning 0,25 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Kommunikasjon med helikopteret		<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklare arm- og håndsignaler som kan brukes 2. Forklare hvordan man kan kommunisere med helikopteret ved hjelp av VHF 	Teori	Klasserom	
5.2 Evakuering fra skip og redningsfarkost		<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklare viktigheten av å ha et område på skipet som er egnet for helikopter «pick up», som er klar av master eller andre hindringer 2. Beskrive måte man kan gjennomføre helikopterevakuering fra sjø, redningsflåte eller livbåt 	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
5.3 Helikopterredning		<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive metoder for «pick up» med redningssele, bære eller redningskurv 2. Forklare håndsignaler brukt for sikker løfting 3. Prosedyrer for mottak av redningsmann fra helikopter. Bruk av styreline 4. Beskrive hvordan en redningsmann fra helikopteret kan hjelpe under operasjonen 5. Forklare viktigheten av å følge ordrene fra helikopterpiloten eller redningsmannen 	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
5.4 Bruk av redningssele		<ol style="list-style-type: none"> 1. Gjennomgå redningssele 2. Demonstrere riktig måte å ta på en redningssele og hvordan man skal forholde seg i den 	Demonstrasjon/ praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne		6.0 Nødradioutstyr utstyr 0,25 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
6.1 Håndholdt nød-VHF radio		Beskrive bruken av en håndholdt nød-VHF radio, skifte batteri, lade batteri og nødvendigheten av å ha antennen så høyt som mulig	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
6.2 Nødpeilesender – EPIRB		<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive nødvendigheten av en EPIRB, (Nødpeilesender) 2. Beskrive hvor de er lagret og hvilket antall vi har om bord 3. Demonstrere hvordan de blir aktivert 	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	
6.3 Radar Transponder – SART/AIS SART		Beskrive bruken av SART/AIS SART	Teori/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	

Emneplan STCW tabell A-VI/1-2

Forebyggende brannvern og brannslukking

Emne		1.0 Minimere risiko for brann 0,75 time			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Forutsetninger for brann	Gjennomgang av forutsetninger for at en brann skal kunne oppstå	Gjennomgå prinsippene for brannfirkanten Beskriv eksempler på tennkilder	Teori	Klasserom	
1.2 Brannfarlige materialer	Gjennomgang av egenskapene for brannfarlige materialer	1. Definisjoner: <ul style="list-style-type: none"> • Tenntemperatur • Flammepunkt • Nedre eksplosjonsområde • Øvre eksplosjonsområde • Selvantennning 2. Gi et eksempel på hvordan statisk elektrisitet kan oppstå 3. Kjennskap til datablad og IMDG-koden	Teori	Klasserom	
1.3 Brann spredning	Forklare hvordan en brann kan spre seg	Forklare hvordan en brann sprer seg gjennom: <ul style="list-style-type: none"> • Varmeledning • Stråling • Konveksjonsstrømmer 	Teori	Klasserom	
1.4 Sikker praksis for forebygging av brann	Gjennomgang av generelle sikkerhetsprosedyrer og tiltak man kan gjøre for å forebygge brann om bord	Generelle sikkerhetsprosedyrer inkludert: <ul style="list-style-type: none"> • Røykeforbud i farlige områder • Ryddighet • God orden på arbeidsplassen • Evne til å gjenkjenne brannfarer og gjennomføre tiltak for å stanse disse • Behov for konstant årvåkenhet • Brannvakt 	Teori	Klasserom	

Emne		2.0 Beredskap til å reagere på brantilløp 0,5 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Kommunikasjon	Bruk av kommunikasjon under brannslukking	Beskriv metode for kommunikasjon brukt under en brann	Teori	Klasserom	
2.2 Prosedyrer for brannbekjempelse	Gjennomgang sikkerhetsprosedyrer ved brann	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar hvordan et brannlag er satt sammen og hvem som er leder 2. Forklar hvorfor en brannsoner ikke skal entres før lederen av brannlaget gir ordre om det 3. Forklar hvorfor det er viktig å være kjent i brannområdet og å kjenne til nødutgangene/rømningsveier i dette området 4. Forklar hvorfor det er viktig med å være utstyrt korrekt i tilfelle det er mørkt og røykfullt 5. Beskriv hvordan man skal være kledd 	Teori	Klasserom	
2.3 Brann- og røykdetektorer	Gjennomgang av brann- og røykdetektorer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar virkemåten til et automatisk branndeteksjonssystem 2. Beskriv ulike typer automatiske brann-detektorer 	Teori	Klasserom	
2.4 Automatisk brannalarm	Gjennomgang av automatiske brannalarmer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv virkemåten til et automatisk brannalarmsystem 	Teori	Klasserom	
2.5 Klassifisering av branner og dertil egnede brannslukningsmidler	Gjennomgang av brannklassifisering og egnede slökkemidler	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv de ulike slökkemidlene vi har for ulike typer branner 	Teori	Klasserom	

Emne		3.0 Bruk av brannslukkere og brannutstyr 2,5 timer (praksis)			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Brannslanger, portabelt skumsløkkerutstyr og strålerør	Gjennomgang og bruk av brannslanger og strålerør	Beskriv hvordan man legger ut brannslanger og la elevene prøve strålerørene med ulike mengder vann og ulik stråle Forklar også normalt vedlikehold på slanger og strålerør Forklar bruken av en skumvæskeinjektor og hva slags strålerør som brukes til hvilken skumtype (tungt, mellom og lett skum)	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.2 Bærbare brannslukningsapparater	Gjennomgang og bruk av bærbare brannslukningsapparater og bruk av skum	1. Forklar hvilke bærbare brannslukkere vi har som: <ul style="list-style-type: none"> • Vann • Skum • Pulver • CO₂ 2. Beskriv hvordan de brukes og bruksområde 3. Beskriv kapasiteten og begrensninger vi har på slike brannslukkere	Teori/demonstrasjon	Øvingsfelt	
3.3 Brannmannsbekledning	Oppklodning av elevene i brannmannsbekledning	1. Beskriv hvordan en brannmann er kledd opp: <ul style="list-style-type: none"> • Personlig utstyr • Røykdykker utstyr • Brannsikker livline med karabinkrok og sele 2. Beskriv kapasiteten og begrensningen til røykdykkerutstyret	Teori/demonstrasjon	Øvingsfelt	
3.4 Branntepper	Bruk av brannteppe	Beskriv og demonstrer bruken av et brannteppe La elevene prøve å slokke brann på person (dummy) med brannteppe.	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.5 Slukking av små branner	Slukking av forskjellige branner der det skal velges riktig slukkemiddel	Utfør korrekt bruk av bærbare håndslukkere ved brann i: <ul style="list-style-type: none"> • Tre • Olje • Propan • Elektriske anlegg 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.6 Slukking av større branner	Slukking av større branner av ulike typer	Utfør korrekt slukking av større branner, inkludert oljebrenn, der vi bruker: <ul style="list-style-type: none"> • Vann • Skum 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne	4.0 Forholdsregler ved bruk av faste slokkeanlegg 0,25 timer
------	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Faste slokkeanlegg	Gjennomgang av faste slokkeanlegg	Farer, muligheter og begrensninger ved de vanligste faste slokkeanlegg som: <ul style="list-style-type: none"> • CO₂ • Sprinkler • Inergen • Skum, (tungt skum, lett skum) • Brannhydranter • Brannpumper • Tåkeanlegg • Pulver 	Teori	Klasserom	

Emne	5.0 Bruk av røykdykkerutstyr for brannbekjempelse – 3 timer
------	---

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Røykdykkerutstyr	Gjennomgang av røykdykkerutstyr	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gi en beskrivelse av røykdykkerutstyret 2. Demonstrer sjekk av RD-utstyret før bruk 	Teori/Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
5.2 Øvelser i røykfylte omgivelser	Praktiske øvelser med bruk av røykdykkerutstyr	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bruk av røykdykkerutstyr i et røykfylt rom hvor røyken er ufarlig (ikke giftig) 2. Bruken av livline som signal line 3. Kommuniser med andre på brannlaget når man bruker røykdykkerutstyr 4. Praktisk brannslukking med håndslukkere når man brukerrøykdykkerutstyr 5. Praktisk brannslukking med røykdykkerutstyr på en omfattende brann når man bruker vann som slukkemiddel ved hjelp av brannslanger 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne		6.0 Bruk av røykdykkerutstyr for effektiv redning – 1 time			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
6.1 Bruk av røykdykkerutstyr under redning av mannskaper i røykfylte rom		1. Gjennomføre søk etter dummier i røykfylte rom med bruk av røykdykkerutstyr	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emneplan STCW tabell A-VI/1-3

Grunnleggende førstehjelp

Emne	1.0 Generelle førstehjelpsprinsipper – 0,25 timer				
------	---	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Strakstiltak	Strakstiltak ved nødsituasjoner	Beskrive sekvensene av strakstiltakene ved nødsituasjoner	Teori	Klasserom	
1.2 Vurdering av ulykke	Vurdering av ulykke i henhold til alvorlighetsgrad	Angi innholdet i en nødsituasjon: <ul style="list-style-type: none"> • Vurdering av ulykkessituasjonen • Vurdering av egen risiko 	Teori	Klasserom	

Emne	2.0 Kroppens oppbygging og funksjoner – 0,25 timer				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Kroppens oppbygging	Beskrive kroppens oppbygging	Beskrive kroppens oppbygging i henhold til: <ul style="list-style-type: none"> • Skjelett • Ledd, muskler og sener • Viktige organer (Hjerne, hjerte, lunger osv.) • Sirkulasjonssystemet Beskrive i enkle ord de funksjonene som utgjør kroppens oppbygging	Teori	Klasserom	

Emne	3.0 Posisjonering av forulykkede – 0,25 timer				
------	---	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Prosedyre for å legge forulykket i hensiktsmessig stilling	Beskrive prosedyre for å posisjonere forulykket person	Beskrive hensiktsmessig prosedyre for posisjonering av forulykkede i en nødsituasjon og da spesielt: <ul style="list-style-type: none"> • Sideleie • HLR-stilling 	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
3.2 Demonstrere sideleie	Demonstrere korrekt metode for å legge person i sideleie	Demonstrere korrekt metode for å legge person i korrekt stilling	Praktiske øvelser/demonstrasjon	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	4.0 Bevisstløshet – 0,25 timer				
------	--------------------------------	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Gjenkjenne symptomer		<ul style="list-style-type: none"> • Gjenkjenne symptomer og farer ved bevisstløshet og kunne utføre nødvendige tiltak 	Teori/demonstrasjon	Klasserom	

Emne	5.0 Prinsipper for gjenopplivningsforsøk – 0,5 timer				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Gjenopplivning		Gjenkjenne nødvendigheten av umiddelbar gjenopplivning i nødsituasjoner	Teori/demonstrasjon	Klasserom	
5.2 HLR		Gjennomføre gjenopplivning alene og med assistanse i henhold til enhver tid gjeldende retningslinjer, og demonstrasjon av hjertestarter	Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	6.0 Blødninger – 0,5 timer				
------	----------------------------	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
6.1 Blødninger		Gjenkjenne farer ved blødninger	Teori/demonstrasjon	Klasserom	
6.2 Blødninger - praksis		Gjennomføre hensiktsmessig grunnleggende tiltak for å begrense/stanse blødninger	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne	7.0 Behandling av sirkulasjonssvikt – 0,5 timer				
------	---	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
7.1 Årsaker til sirkulasjonssvikt		Beskrive de vanligste årsakene til sirkulasjonssvikt	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
7.2 Symptomer for sirkulasjonssvikt		Gjenkjenne symptomer for sirkulasjonssvikt	Demonstrasjon/Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
7.3 Behandling av sirkulasjonssvikt		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for behandling av sirkulasjonssvikt	Demonstrasjon/Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	8.0 Brannskader og forbrenninger – 0,25 timer				
------	---	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
8.1 Symptomer for brannskader og forbrenninger		Gjenkjenne symptomer på brannskader og forbrenninger og skader forårsaket av elektrisitet	Teori/demonstrasjon	Klasserom	
8.2 Nedkjøling av brannskader		Gjennomføre hensiktsmessige tiltak for brannskader og forbrenninger	Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
8.3 Kjemiske brannskader		Gjennomføre hensiktsmessige tiltak for kjemiske brann skader	Teori/praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
8.4 Kjemiske øyeskader		Gjennomføre hensiktsmessige tiltak for kjemiske brannskader på øynene	Teori/praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
8.5 Elektriske brannskader		Gjennomføre hensiktsmessige tiltak for ulykker forårsaket av elektrisitet	Teori/Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	9.0 Transport av skadde – 0,5 timer				
------	-------------------------------------	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
9.1 Transport av skadde		Gjennomføre hensiktsmessig transport av skadde alene og med assistanse fra andre, med tanke på lukkede rom og utfordringer vi kan ha om bord på skip	Teori/demonstrasjon/ praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	
9.2 Transport av skadde med nakke-/ryggskader		Gjenkjenne de farene vi kan ha ved transport av skadde med nakke- og/eller ryggskader, og kunne demonstrere sikker transport av pasienter med slik skade	Teori/praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne		10.0 Andre førstehjelpsemner – 0,25 timer			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
10.1 Bandasjering		<ul style="list-style-type: none"> • Bruke improvisert bandasje av det vi har tilgjengelig • Bruke bandasje fra førstehjelpsskrin • Demonstrere korrekt bandasjering 	Teori/demonstrasjon	Klasserom	
10.2 Smittsomme sykdommer		<ul style="list-style-type: none"> • Gjenkjenne farene fra blod og andre sekreter fra personer som lider av smittsomme sykdommer som hepatitt og HIV • Kunne ta alle nødvendige forholdsregler for å beskytte seg selv ved behandling av personer med slike sykdommer • Kunne beskrive korrekt prosedyre for avhendelse av blod og andre sekreter fra personer med smittsomme sykdommer 	Teori	Klasserom/øvingsfelt	
10.3 Personlig hygiene		<ul style="list-style-type: none"> • Gjennomføre enkle regler for å ivareta egen helse og personlig hygiene 	Teori	Klasserom	