

BRANDKÅRSUNGDOMARNAS

GRUPPCHEFSKURS

UTBILDARENS HANDBOK



Text	Suvi Almqvist
Svensk text	Joakim Lindholm
Bilder	Hannu Leskinen
Redaktion	Räddningsbranchens Centralorganisation i Finland

ISBN 000-00-000-000-0
RÄDDNINGSBRANCHENS CENTRALORGANISATION I FINLAND
HELSINGFORS 2010

Partiellt kopieringsförbud

Kopiering av detta verk är i enlighet med Upphovsrättslagen (404/61) förbjuden, med undantag för vad avtalat mellan Finska staten och Kopiosto r.y. om delvis kopiering för undervisningsändamål.

INLEDNING

Målet för brandkårsungdomsarbetet är att uppfostra ungdomarna till personer som tar sina medmänniskor i beaktande och som känner sitt ansvar inom samhället. Vi utbildar ungdomar för att kunna ge dem förutsättningar att förhindra, att olyckor uppstår och så, att de kan handla självständigt och säkert i nödsituationer. Brandkårsungdomsarbetets mål är, att stöda ungdomarnas utveckling så, att de lär sig lita på sig själv och att de växer upp till ansvarskännande medborgare som kan samarbeta.

Inom brandkårsungdomsarbetet är det viktigt att till alla deltagande ungdomar från allra första början lära ut de rätta och trygga handlingssätten och grunderna. **Gruppchefskursen** är en fördjupande kurs inom utbildningssystemet för brandkårsungdomar. Kursen kan med fördel förverkligas i lägerförhållanden av ditt räddningsförbund. Man kan också gärna använda materialet som hjälp för veckoövningarna inom den egna brandkåren. Kursen introducerar ungdomarna i brandkårens verksamhet med hjälp av olika övningar och mångsidiga uppgifter.

Räddningsbranchens Centralorganisation i Finland r.f.

Simo Tarvainen

Verkställande direktör

ANVÄNDADET AV KURSPAKETET

Vid ett utbildningstillfälle möts tre faktorer: eleven, utbildaren och ämnet som skall läras ut. Utbildarens roll är att sammanföra eleven och ämnet som skall läras ut under de mest förmånliga förhållanden. Detta ställer stora krav på utbildaren. En utbildare som behärskar sitt ämne är förtroendeingivande och säker, vilket tillsammans med rätt valda utbildningsmetoder skapar goda förutsättningar för en effektiv inläring.

Kurspaketens innehåll baserar sig på de tidigare kurspaketen samt publikationer som SPEK har utarbetat samt på erfarenheter och material som tidigare utbildare ansett vara bra att använda. Utbildarens material innehåller en del av de behövliga bakgrundsfakta men en viss självstudie kan vara bra att utföra. Kursledarens uppgift är att koncentrera sig på vissa viktiga grundkunskaper med hjälp av föreläsningar och övningar. Dessutom bör kursledaren beakta deltagarnas ålder och bakgrund samt tidigare erfarenhet vid uppgörande av kursprogrammet och fastställandet av svårighetsgraden för kursen.

ÖVNINGAR

Tiden för övningarna bör utnyttjas effektivt. Reservera nödvändigt material på förhand och förbered övningsplatsen så, att övningarna kan påbörjas genast på utsatt tid. Se till på förhand, att eleverna har den personliga utrustningen som behövs för övningen.

Dela vid behov in kursen i mindre grupper genast i början av övningen. Att kunna jobba i grupp är en viktig del av brandkårsungdomarnas utbildning. Varje grupp skall ha en egen hjälputbildare som är ansvarig för gruppens säkerhet under övningen.

UTBILDNINGSPLATSERNA

Teorilektionerna bör i mån av möjlighet ordnas i ändamålsenliga "klassrum" eller utbildningstält med behövlig utrustning som tavla, projektorer osv. Vid val av övningsplatser bör man se till, att man utför uppgifterna i så naturliga men säkra förhållanden som möjligt.

GRUPPCHEFSKURS

KUR SINNEHÅLL OCH LEKTIONS FÖRDELNING

OBLIGATORISKA ÄMNEN

LT 1	Öppnade av kursen
LT 2	Bekanta sig med varandra
LT 3	Gruppchefens uppgifter samt ställning
ÖT 4	Rampfeber samt behärskandet av den
ÖT 5-6	Formationsövning, order- och kommandogivningsteknik
LT 7-8	Att lära och handleda
LT 9	Organisationer i brandkårernas ungdomsverksamhet
ÖT 10-13	Övning i att lära
ÖT 14-15	Övning i att handleda
LT 16	Beteende- och umgängesfostran i ungdomsavdelningarna
LT 17	Säkerhetsfrågor
ÖT 18	Tävlingar och lekar som en del av ungdomsavdelningarnas verksamhet
ÖT 19-21	Slutövning
LT 22	Avslutande av kursen

VALBARA ÄMNEN

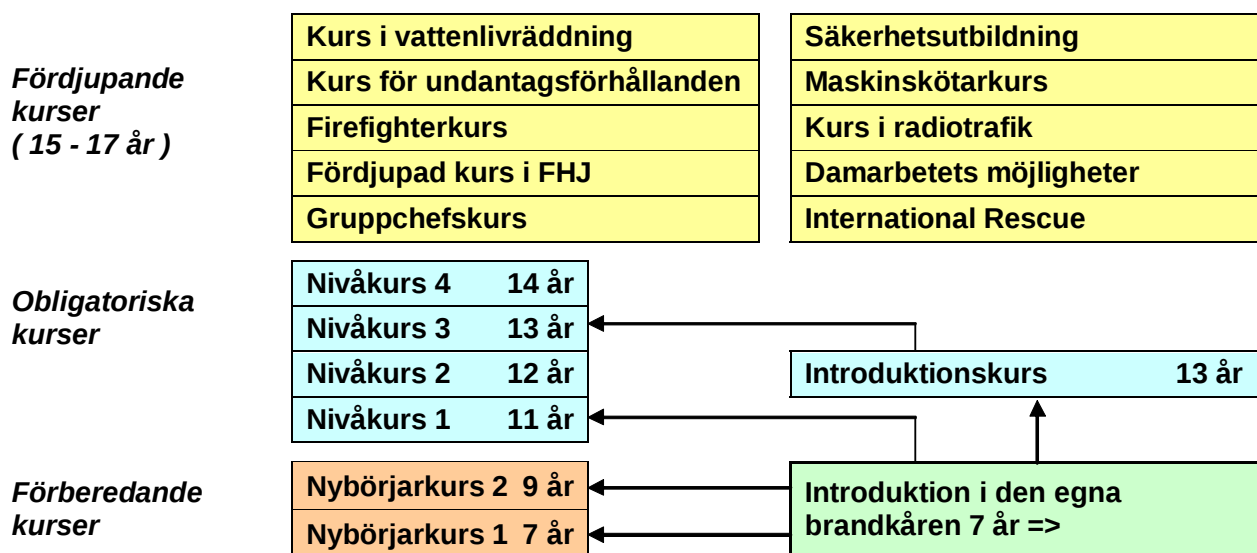
LT	Spelregler för kursen
LT	Funktion som förman
LT	Knopar
LT	Grundklareringar
LT	Hållandet av lektion
LT	Hållandet av övning
LT	Slanghantering
LT	Första hjälp
LT	Radiotrafik
LT	Nedfirning
LT	Vattenräddning

Lektioner LT och övningar ÖT är inte skilda åt på sidorna som berättar om innehållet. Varje lektion borde innehålla även övningar.

PLANERING AV KURSEN

KURSSYSTEMET

Varje kurs består av 28-32 lektioner eller övningar. En lektion eller övningstimme är 30 minuter lång. Kurserna innehåller 22 obligatoriska ämnen samt dessutom en hel del tillvalsämnen ur vilka används 6-10 ämnen. På detta sätt kan utbildaren variera kursinnehållet beroende på hur gruppen ser ut eller beroende på kursplatsen och den till buds stående utrustningen.



NIVÅMÄRKEN

Kurssystemet innehåller inga kursprov utan de som är villiga får avlägga en "examen" med därtill hörande nivåprov. Examina avläggs som en slutövning. Nivåprovet innehåller både ett skriftligt och ett praktiskt prov. Nivåprovet kan göras sista dagen på lägret eller i lokalförbundens regi under hösten/vintern.

NIVÅKURS I
NIVÅKURS II
NIVÅKURS III
NIVÅKURS IV

slangmästare
redskapsmästare
strålmästare
sprutmästare

GRUPPCHEFSKURS ALLMÄNT OM LEKTIONER

LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen och övningsområdena
REKVISITA	Berättelser, flaptavla eller vanlig tavla, overhead apparat, elevernas arbetsböcker, övrigt material och redskap.
FÖRBEREDELSE	Förbered lektionerna väl. Anländ i tid till platsen och kontrollera, att alla grejer fungerar.
INLEDNING OCH AVSLUTNING	Inled lektionen med att hälsa och berätta kort om lektionens innehåll. Avsluta lektionen med att berätta var och när kursen samlas nästa gång och vad som då står på programmet. <i>Lektionerna kan med fördel inledas och avslutas på samma sätt; att sitta i en ring, stå på ett led, genom att ropa kursens slagord osv. Om det under dagens lopp ordnas flere lektioner i följd, kan man börja och avsluta dagen på tidigare nämnt sätt.</i>
GRUPPINDELNING	Grupperna skall fördelas på olika sätt varje gång; indelning till två, indelning till fyra, barnen väljer själv, utbildaren väljer, man utser "kungar" som väljer, osv.
INDIVIDUALISM	Kom ihåg, att alla barn och grupper fungerar olika. Ta i beaktande hurudan grupp du undervisar. Med en grupp hinner du kanske med fem övningar medan följande grupp kanske hinner med bara två övningar på samma tid. Även utbildarna är olika. <i>Det är roligt att ställa ut saker och teckningar som barnen gjort. Självförtroendet växer då man får förevisa sitt eget arbete för någon annan.</i>
LÄROMETODER	Varje lektion borde innehålla samarbete, grupparbete eller arbete parvis. Försök inte lära ut för mycket på en gång, utan välj några övningar som ni kan göra grundligt. <i>Timplanen i detta utbildningspaket är inte huggen i sten. Plocka istället ut övningar som är passande för just din grupp.</i>

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

I DITT SÄLLSKAP UNDER KURSEN

"Vi är barnen i familjen af Löfgren, dvs. Ullis af Löfgren och Freddy af Löfgren. Jag heter Ullis och är åtta år och min bror Freddy är elva. Freddy är ibland helt kul men vanligtvis retar han mig och mina kompisar. Freddy är urstark; han orkar lyfta upp vårt köksbord. Till familjen hör även en hund vars namn är Ludde. Ludde älskar korv och vackra flickhundar. Vi kommer att följas åt under hela denna kurs för brandkårsungdomar. Ha en trevlig och säker kursvecka!"



"Vi är barnen i familjen Lindroos och vi heter Lisbeth och Leif. Jag heter Leif men kallas Lefa och jag är 13 år. Min storsyster heter Lisbeth och hon är redan 16 år. Jag är en klok pojke för jag fick full tia i mattaprovet i skolan. Syrran har en mopo. Den är röd. Jag tycker inte att hon kan köra den ordentligt. Jag skulle i alla fall köra mycket bättre. Vi har en katt också, den heter Lulu. Lulu gillar att jaga möss och sen gömmer den dem på de mest underliga ställen. I förra veckan gömde den ett möss i morsans hatt. Även vi kommer att vara med under denna kurs, så ha en trevlig kursvecka för vår del också!"



LT 1

ÖPPNANDET AV KURSEN

MÅL	Eleven förstår kursens målsättning och känner till spelreglerna för kursen.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen
REKVISITA	Projektor och/eller tavla
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Förbered lektionssalen i tid. Se till att eleverna hittar till platsen. <i>Man kan även ställa upp utanför kurslokalen i tre-manna rad.</i> 2. Hälsa eleverna välkomna. Kursledaren och hjälputbildarna presenterar sig själva. Eleverna presenterar sig själv. Samtidigt kontrolleras närvaron. 3. Kursledaren presenterar sig själv och berättar allmänt om kursen och om allmänna regler för lägret. Samla in kursböckerna. 4. Tillsammans funderar man därefter ut egna spelregler för denna kurs. Resultatet skrivs ned på stora papper varefter varje grupp presenterar sina regler. Pappren tejpas upp på kursplatsen vägg så alla kan läsa dem. <i>Man kan också göra upp mål för veckan; vad vill man lära sig, hurudan gruppchef/utbildare vill man bli, osv. Man kan gärna återkomma till dessa tankar i slutet av kursen.</i> 5. Kursledaren går igenom kursens innehåll och tidtabell. Lyssna samtidigt på elevernas idéer och önskemål. 6. Dela vid behov in kursen i färdiga grupper, utse gruppledare samt gå igenom vilka ansvarsområden som gruppen har. Dela ut arbetsböckerna. 7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

STORDIA

KURSENS MÅL

När du har gått kursen:

- vet och känner du till gruppchefens uppgifter
- känner du igen rampfeberns förekomst samt får förut-sättningar att kontrollera den
- kan du olika uppställningsformationer
- klarar du av ordergivning
- vet du vad handledning innebär inom brandkårs-ungdomsverksamheten
- vet du vad, att undervisa innebär inom brandkårs-ungdomsverksamheten
- får du praktisk erfarenhet
- klarar du bättre av att kontrollera elevgrupper
- känner du till säkerhetsföreskrifternas grunder som gäller för ungdomsavdelningen
- klarar du av att leda olika lekar samt tävlingar

LT 2

SAMHÖRIGHET

MÅL	Eleverna känner samhörighet med varandra, man lär känna varandra, man blir motiverad att lära sig.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN Enkla, små lekar kan med fördel användas som inledning vid tillfällen då gruppens medlemmar inte känner varandra från tidigare. Med hjälp av lekarna lär gruppens medlemmar känna varandra. Vid dessa tillfällen är det mycket viktigt att alla gruppens medlemmar deltar i leken. För uppvärmningen kan man ta en lek där man inte behöver berätta något om sig själv. När man fått upp stämningen en aning kan man påbörja att lära känna varandra bättre.	1. Frågelek; behövs färdiga namnlappar och målartejp. Man fäster en lapp på varje deltagares rygg; på lappen finns namnet på en växt, ett djur, ett brandkårsredskap eller liknande. Varje deltagare skall därefter lista ut vad det sår på lappen. Man ställer frågor som får besvaras med bara JA eller NEJ eller JAG VET INTE. T.ex.: Är jag en växt? Är jag ett djur? Lever jag? Är jag ett föremål? osv. Utgående från svaren skall man sedan gissa vad som finns skrivet på lappen på den egna ryggen. 2. Deltagarna står parvis vända mot varandra. Man tittar noggrant på sin partner från topp till tå. Därefter svänger man sig med ryggen åt varandra och ändrar på två saker hos sig själv, t.ex. öppnar en knapp eller flytta klockan till andra armen. Därefter svänger man sig mot varandra igen och försöker komma på vilka ändringar som har gjorts. 3. Pantomim: Välj ett yrke, ett djur, en port eller dylikt. Dela in eleverna i två grupper. En av gruppens medlemmar kommer turvis framför gruppen och förvisar sin pantomim. Den grupp som snabbast gissar rätt får poäng. 4. Svansnata. Varje deltagare har en svans. Man skall försöka stjäla någon annans svans medan man skyddar sin egen svans. Vinnare är den som i slutet har de flesta svansarna. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Att bli en grupp betyder att man får kontakt med varandra. Att bli en grupp kräver ett gemensamt mål, att alla vill dra i samma tråd och vill höra tillsammans.

I en lyckad process så blir en grupp främmande individer en men fortfarande håller sin egen identitet.

Detta behövs för att gruppen skall nå målen och för att verksamheten fungera så att den hjälper individer och tvärtom.

OLIKA LEKAR SOM FÖRBÄTTRAR SAMHÖRIGHETEN

Bekanta sig med varandra

Eleverna rör sig i ett stort utrymme. Utbildaren ropar direktiv som eleverna skall följa; hälsa med höger hand + namn, hälsa med vänster hand + namn, buga + namn, hälsa med vänstra armbågen + namn, hälsa med högra örat + namn, hälsa med vänster knä + namn, osv.

Hurudan är du?

Välj någon av följande frågor och ställ frågan åt varje elev; han säger sitt namn och svarar på frågan. "Om dina skor skulle prata om dig vad säger de", "Om du var ett djur, vilket skulle du vara och varför", "Om du var ett instrument, vilket skulle du vara och varför", "Vilket brandredskap skulle du vara och varför", "Vad skulle ditt älsklingsdjur berätta om dig".



Stereorespons, dvs. roligt ur båda öronen

Två elever sitter efter varandra på varsin stol. De främre har ögonen fast och den bakom har en bok. Resten av gruppen står parvis bakom dessa två. När utbildaren säger "hepp" börjar den med boken läsa högt ur boken för den som sitter med ögonen fast, de övriga går parvis fram och viskar någonting åt den med ögonen fast. Den som sitter med ögonen fast försöker koncentrerar sig på vad han hör från boken.

Bollek

Stå i en ring. Kasta en boll och säg ditt namn. Andra varvet säger man sitt eget namn och namnet på den man kastar bollen till. Fortsätt på detta sätt tills namnen blir bekanta.

Eget namn

Säg ditt eget namn kryddat med något djur eller redskap som beskriver dig eller välj ett redskap, en blomma eller en frukt som beskriver dig. Motivera ditt val helt kort.

Placering på kartan

Gruppen placerar sig på en fantiserad karta över Finland på de platser där de kommer ifrån. Var och en berättar en kort historia om den egna brandkåren och ungdomsverksamheten där.

[illegible]

LT 3

GRUPPCHEFENS STÄLLNING OCH UPPGIFTER

MÅL	Eleverna vet gruppchefens ställning inom brandkåren samt de uppgifter som hör till gruppchefen.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Eleverna delas i små grupper, i vilka de funderar över och skriver ner vad enligt dem är ledarskap och respekt. - Grupperna presenterar sina tankar. 3. Under utbildarens ledning går man igenom gruppchefens uppgifter, roll och ställning. Utbildaren kan fråga eleverna vad de tycker att är gruppchefens uppgifter. <i>Visa stordia med de olika ledarstilarna.</i> - Eleverna fyller tillika i arbetsboken. <i>5. Eleverna kan framställa en liten pjäs där utbildaren har respekt i elevernas ögon eller en annan situation där utbildaren inte får någon som helst grepp om elevskaran.</i> - Man kan diskutera i små grupper om egna erfarenheter (hurudan gruppchef eller utbildare har varit best och på vilket sätt etc.) Man kan även skriva ner det. - Berätta var och när kursen samlas nästa gång.



BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Att leda och ledarskap

- Ledaren ger tendentiöst riktningen samt målen till gruppen han leder.
- Ledarskapet verkar under utvecklingen så att det människorna gör styrs och ändras mot det man vill nå.
- Ledaren ger en mening till förändringen.
- Att ändra och rikta en tendentiös grupps handlingar till ett visst mål genom att ge allt detta en mening.

Respekt

Att respektera en människa betyder att både känna sig själv och godkänna sig själv och att uppskatta andra samt att respektera människovärdet.

Att godkänna sig själv kräver att man känner sig trygg och det är just det man strävar efter på läger, att skapa en trygg och pålitlig atmosfär där det även är möjligt att missta sig och växa.

Enligt ordboken betyder att leda att behärska och ordna saker. Med hjälp av ledarskap gör en grupp människor saker mera effektivt, det blir mera resultat eller bättre resultat, resurserna blir effektiv använda och arbetsbördan delas jämnt.

Ledaren är en speciell person som har auktoritet att beordra och råda över andra. Ledare kan vara vald av underordnarna och en av dem. Ledaren har oftast ansvaret för helheten. Ledare finns i många olika kollektiv och samhällen. Det kan finnas flere ledare och inom ledarna kan det även finnas hierarki. Ledarens auktoritet kan grunda sig på laglig makt, psykisk och fysisk maktanvändning eller t.ex. karisma.

GRUPPCHEFENS UPPGIFTER

1. **övervakning**
övervakning att de beordrade uppgifterna sköts
2. **handledning**
ledande och handledande av situationen
3. **egentliga verksamheten och utförandet**
verksamhet med ungdomarna

I räddningsverksamhetens operativa situationer och övningar och även utanför dem måste brandkåren vara organiserad samt ge en pålitlig bild av sin verksamhet. Gruppen människor man leder måste man få att fungera snabbt, organiserat och effektivt. Grunden för en organiserad verksamhet är en effektiv förmansverksamhet vars grund skapas på förhand given utbildning för uppgiften. En ger order och andra gör efter ordern.

Ledarens arbete är handledning, det är att arbeta tillsammans med sin grupp. Det är enligt gruppen att få, att binda sig, att skapa en atmosfär etc. Det viktigaste är inte att ledaren lyser utan att få helheten att lysa. Ledaren är inte en egenmäktig härskare utan en demokratisk utbildare, förverkligare.

GRUPPCHEFENS AUKTORITET

Formell auktoritet

Ledaren behöver auktoritet för gruppen han leder för att den skall fungera enligt ordern. När någon blir beordrar eller väljs till förman är det fråga om formell auktoritet.

Inre auktoritet

En som blivit vald till ledarskap har rätt att ge order. Gruppchefen har också rätt att ge order. En del personer har inre auktoritet i jämförelse med andra. Det betyder t.ex. det att gruppens medlemmar gärna gör det som personen med inre auktoritet föreslår.

Åldersauktoritet

Oftast respekterar man en äldre person, för man tycker, att han kan sakerna bättre.

Auktoritet enligt färdighet

När individens teoretiska och praktiska kunskaper är bättre än andras kan man prata om auktoritet enligt färdighet. En ung person kan även vara kunnig. Personer med denna typ av auktoritet borde respekteras mera.

Auktoritet enligt organiseringsförmåga

En del personer får helt enkelt mera gjort en andra fast de inte ens alltid syns. Denna typ av individer har auktoritet baserad på organiseringsförmåga. Personval borde i första hand basera sig på de två sist nämnda auktoriteterna samt inre auktoritet. När man har auktoritet har man lättare att handskas med folk.

Varje ungdomsavdelnings gruppchef samt utbildare har sin egen roll kryddad med sin personlighet. Med roll menas i detta sammanhang uppgift som personen ansvarar över och är tvungen att sköta. När en person blir vald till rollen som gruppchef är han tvungen att göra klart för sig själv:

- vad som hör till ens uppgifter
- vilka är ens skyldigheter
- vilket ens ansvar är
- vilken är ens ställning
- vem befaller
- vem man får befalla

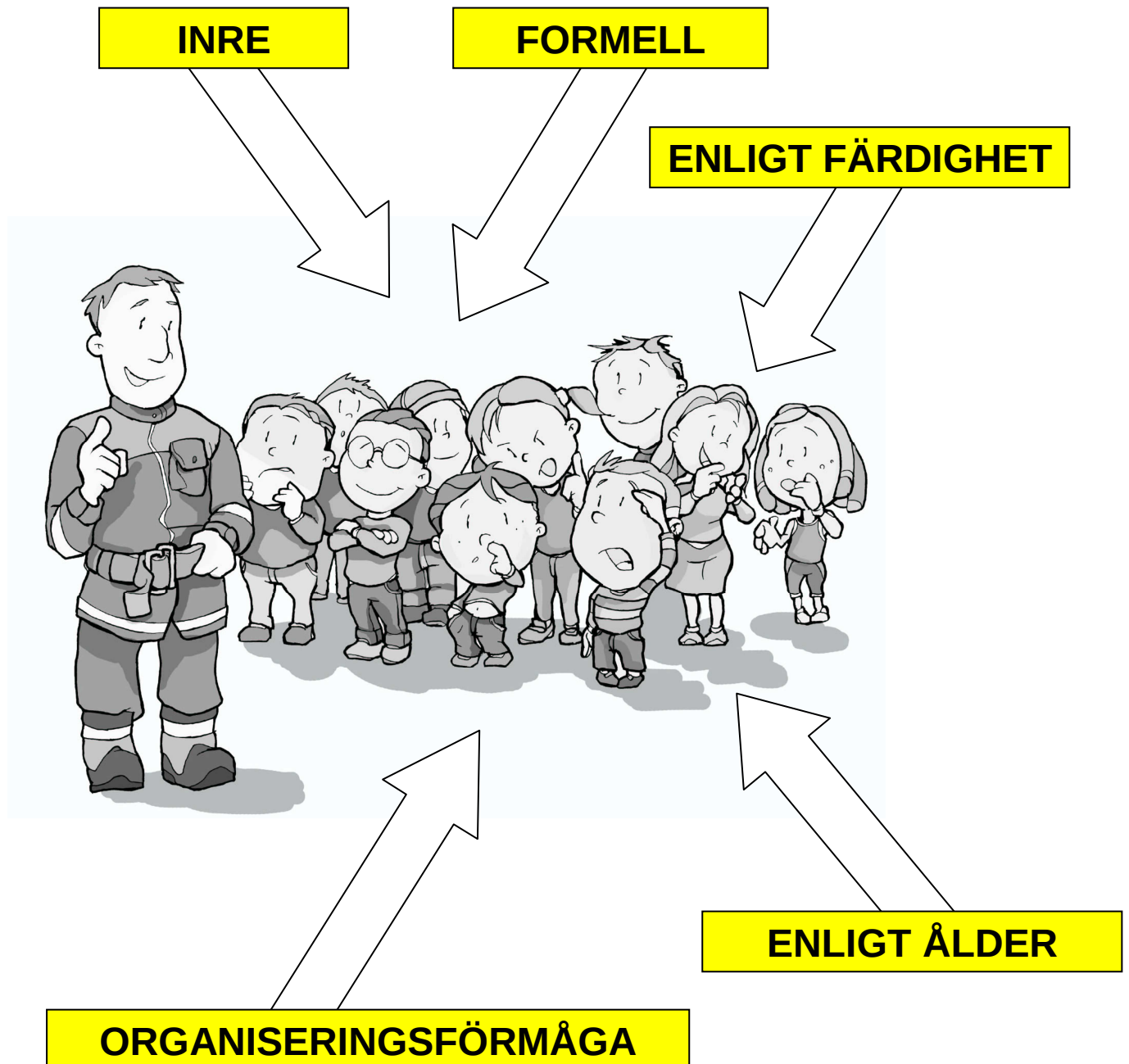
När dessa är klara så måste gruppchefen göra klart för sig själv hur han vill lyckas med rollen som gruppchef. Han är en brandkårsungdom som fungerar i en förmansposition och man förväntar sig ett visst beteende. För de unga är han redan en förebild.

Gruppchefens arbetsuppgifter är i huvudsak

- övervakning
- direkt ledning
- den egentliga verksamheten och utföranden med ungdomarna

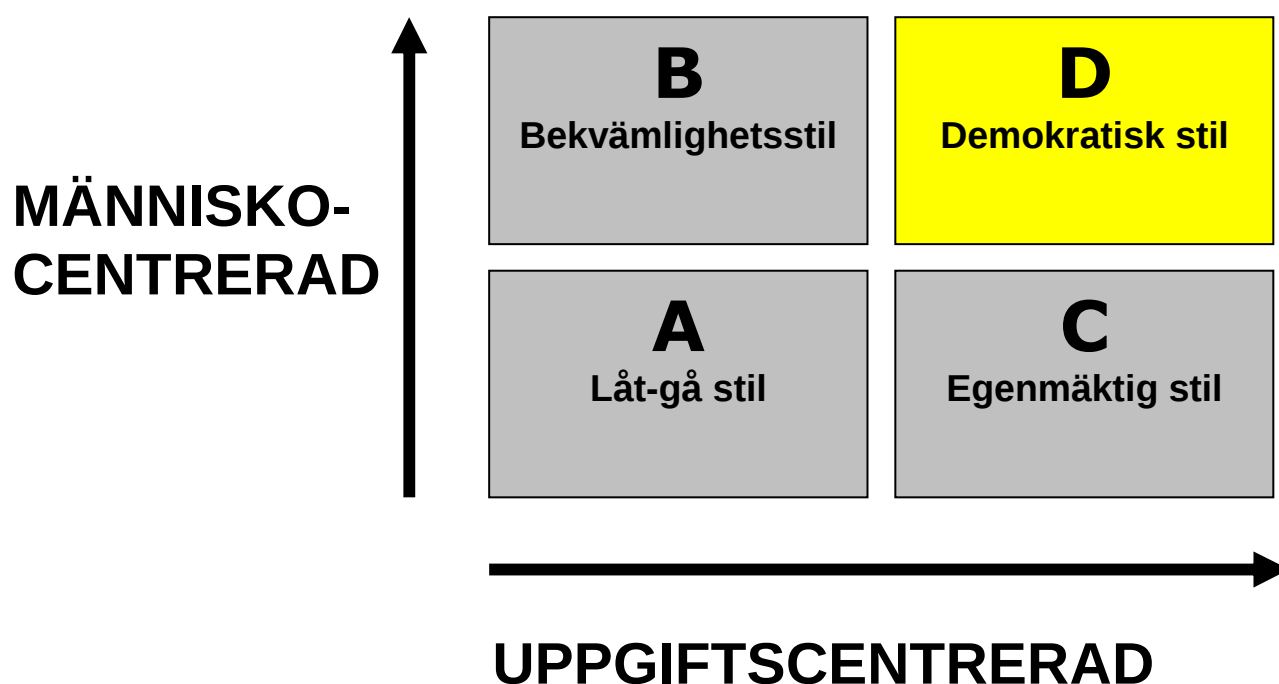
STORDIA

AUKTORITET



STORDIA

LEDNINGSSSTIL



*På **A** område är ledarskapet ineffektivt. Det råder dålig anda och arbetseffekten är dålig.*

*På **B** område är samvaro och trivsel huvudsak. Resultatet är inte så viktigt.*

*På **C** område bryr man sig inte om människorna. Resultatet är huvudsak.*

På D område tar man hänsyn till människorna. Resultatet är bra.

LT 4

GRUPPCHEFENS STÄLLNING OCH UPPGIFTER

MÅL	Eleverna blir medvetna om rampfeber och får förutsättningar att behärska den.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Funderar i små grupper på vad rampfeber är. • Har någon eventuellt lidit av rampfeber? • I vilken situation har man mest rampfeber? • Minskar rampfebern ju mer erfarenhet man får? • Hur kan man minska på det? • Är det bara till godo? • Stör det utförandet? 2. Funderar tillsammans på knep som man kunde åtminstone lindra vanlig spänning och utbildaren berättar vad rampfeber är och vad det beror på. 3. Pantomim i små grupper. En grupp i taget visar en situation (t.ex. stegklarering) och de andra grupperna gissar. Den som gissat flest rätt vinner. 4. Man kan även framställa pjäser eller ordlekar (alias-spel) t.ex. med första hjälp ord. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Att vara iakttagen av andra och framföra sina egna åsikter är inte lika lätt för oss alla. Ju mera krävande tillfället är desto mera reagerar det autonoma nervsystemet och adrenalinproduktionen ökar. Pulsen ökar och man får fysiska förändringar som känns konstiga, t.ex. svettning, darrningar, man känner sig yr, osv.

Att spänna sig inför att prata framför en publik kan störa koncentrationen vid inläringen och kan skapa stark stress. Detta kan leda till, att man undviker allt uppträdande och kan på så sätt störa framstegen i studierna. Spänningen för att prata eller uppträda inför publik kan minskas och ändras till positiv energi genom att förändra tankarna och känslorna gentemot uppträdandet och genom att öva att uppträda.

Rampfeber är en situationsreaktion som är förknippad till situationen. Den kan ses ge negativa situationserfarenheter. Rampfebern påverkas av uppgiften, situationen, andra deltagarna i tillfället och talarens förmåga samt tidigare erfarenheter i att uppträda.

Rampfebern kan man försöka lindra med olika tekniker och terapier. Målet med dessa är att nå rötterna på rampfeber och meningen är att bl.a. behandla lärd kognition och försöka förena positiva tankar och känslor till uppträdandet.

Symptom

Rampfebern känns både i kroppen och i sinnet. Vanliga symptom är att pulsfrekvensen stiger, man svettas, kinderna blir heta, händerna skakar, man har fjärilar i magen, rösten darrar och andningen störs så, att man endera inte får luft eller man andas för mycket. Man känner sig orolig och nervös.

Man får misstankar och självkritiska åsikter om den egna förevisningen är intressant nog, om man förstår den och om sin egen förmåga som talare. Sinnet kan bli fyllt med ångestkänslor om hur dåligt och misslyckat ens uppträdande ser ut. Under uppträdandet tycks tankarna inte gå ordentligt och koncentrationen är svår att hålla. Symptomen är flere och mångfasetterade och starka men det är inte fråga om en sjukdom.

NÅGRA TIPS

- ⇒ **Sätt realistiska mål åt dig själv, kräv inte omöjligheter.**
- ⇒ **Tänk positivt om dig själv som uppträdande.**
- ⇒ **Genom att öva och lära sig kan man lära sig att behärska rampfebern.**
- ⇒ **Uppträd, prata, uppträd och prata. Övning ger färdighet!**

STORDIA

RAMPFEBER

- ***Spänningen känns både i kroppen och i sinnet***
- ***Vanliga symptom är hjärklappningar, svettning, heta kinder, handskakningar, "fjärilar i magen", röstsvikt och rytmstörningar i andningen***
- ***Man känner sig orolig och nervös***
- ***Man får misstankar och självkritiska åsikter om den egna förevisningen är intressant nog, om man förstår den och om sin egen förmåga som talare***
- ***Sinnet kan bli fyllt med ångestkänslor om hur dåligt och misslyckat ens uppträdande ser ut***
- ***Under uppträdandet tycks tankarna inte gå ordentligt och koncentrationen är svår att hålla***

LT 5-6

ORDERGIVNINGSTEKNIK

MÅL	Eleverna kan grundformationerna som används på läger och inom brandkårsverksamheten, att beordra dem samt hissa flagga.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Berätta lektionens ämne och målsättning. Går igenom ordergivningen med stordia. 2. Order och kommenderingsövningarna dras igenom så att utbildaren ger först exempel på utförandet och efter det ger eleverna enkla kommandon enligt de instruktioner de fått. <i>Ingen grupp att beordra ännu, ordern i delar.</i> Hurudan order ger du då din grupp är utspridd på gården och övningen börjar? Uppställning i tvåmanna led framför garaget! De arbetsslangar som skall användas under övningen hämtas från förrådshyllan. Arbetsslangarna från förrådet – hämta! Enhetens medlem nr. 2 har glömt hjälmen på kroken i hallen. Tvåan, hjälmen – hämta! 3. Fundera parvis eller i små grupper på order till följande ämnen. Grupperna presenterar sina förslag. Utbildaren korrigerar. De rätta svaren skrivs in i arbetsboken. 1. Motorsprutan skall föras från bilen till stranden vid båten (vattentaget) 2. Den kvarglömda brandlinan skall hämtas till bilen (ge ordern åt ettan) 3. Stegen skall föras från bilen till A-trappans vänstra sida (ge ordern åt trean och fyran) 4. Stegen ställs upp (3-4) på A-trappans vänstra sida till första våningens fönster. 5. Gruppen utför en grundklarering från bilen till soptunnan. 4. Övar att hissa flagga och beteende under detta. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.
Meningen med att ge order och kommandon: • få människor att fungera organiserat och effektivt • kort och koncist • används i upprepande och formell övning • tredelad	

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Ett säkert, vänligt, bestämt och lugnt framträdande väcker förtroende hos både undersåtar som hos utomstående att ledaren vet vad han vill.

ORDER

Ordern är oftast flerordig och friare än kommandon. Som t.ex. följande:

Grundklarering, objektet det brinnande uthuset, grenstyckets plats mitt på gården – klarera!

Detta är av typ grundorder.

Om gruppen som skall beordras är oerfaren, lönar det sig att ge mera individuella order än denna. Då går man igenom manskapets uppgifter och utrustningen de använder och även arbetssätten de använder i detalj t.ex.:

- *Grundklarering, objektet det brinnande uthuset, motorskötaren pumpen – klarera!*
- *Trean och fyran huvudledningen och grenstycke klarera, grenstyckets plats mitt på gården – verkställ!*
- *Ettan och tvåan arbetsledning till objektet – klarera!*
- *Tvåan röjer, ettan släcker – verkställ!*

När du ger en arbetsuppgift åt en individ, skall personen nämnas vid namn. Det tilltalade tar ställning, genom vilken han visar att han hört ordern. Före du ger en order, tänk hur du ger den.

I alla order bör finnas

1. verksamhetens art
2. objektet
3. (redskap)
4. det egentliga till verksamheten befallande ordet

Man bör speciellt fästa uppmärksamhet i tonen då man ger en order, för alla ungdomar är inte vana med det. Man bör övervaka och undvika att det inte blir några överdrivningar. Att ge en order är inte att skrika och kommendera utan ett sätt att ge direktiv och genom dessa att

Övriga order:

Förorder

brandkåren utför imorgon...

Förberedande order

förbered er för start – tid 5 minuter

Ifyllnadsorder

fyrn, motorsågen - hämta!

Allmänorder

redskapen – samla!

Tilläggsorder

till stegen – mars!

Följande kan frågas av eleverna, eller så är utbildaren själv och framför några.

1. Hurudan order ger du, då din grupp är utspridd på gården och övningen börjar?
- Uppställning i tvåmanna led framför garaget!
2. De arbetsslangar (5 st.) som skall användas under övningen bör hämtas från förrådshyllan.
- Arbetsslangarna från förrådet – hämta!
3. Enhetens medlem nr. 2 har glömt hjälmen på kroken i hallen.
- Tvåan, hjälmen – hämta!

Tips

- ljud bör användas så att de man ger order åt hör; man bör dock komma ihåg att man inte får skrika
- man måste våga ge order
- ledaren/förmannen har rätt att ge order
- genom att ge order får man en grupp människor att fungera som grupp, i riktning mot målet.
- oftast behöver en situation en person som handleder och leder, tar ledarskapet; **gruppchefen** är just den personen.

STORDIA

KOMMANDON

Förberedande del	Paus	Kommando del
Blicken rakt	-	FRAM
Slangen	-	KLARERA
Slangen på ryggen	-	FÖR

KOMMANDOORD INOM BRANDKÅRSVERKSAMHET:

MARS!
FÖR!
SAMLA!
RULLA!

MARS, MARS!
LYFT!
KLARERA!

LT 7-8

ATT LÄRA OCH HANDLEDA

MÅL	Målsättningen med lektionen är att ge svar på frågan, vad betyder att lära och handleda inom ungdomsverksamheten i brandkårer.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Lektionssalen
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Fundera i små grupper vad är att lära. Varje grupp berättar sin definition på saken. 2. Under ledning av utbildaren går man igenom vad det är att lära ut och lära sig. 3. Under utbildarens ledning bekantar man sig med några teorier i att lära ut och lära samt principer i att lära och handleda. 4. Under utbildarens ledning bekantar man sig med hur ett utbildningstillfälle framskrider stegvis. Huvudpunkterna kan skrivas ner på tavlan eller i elevernas arbetsböcker. Bekantar sig med olika övningsmodeller och lärandet av olika övningstillfällen. 5. <i>Varje elev skriver ner sin tankar om "Hurudan utbildare (gruppchef) vill jag vara?" i sitt övningshäfte.</i> 6. Bilda små grupper i vilka var och en läser sina funderingar. Man kan sedan diskutera dessa. 7. Repeterar lektionens huvudpunkter genom frågor. 8. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

VAD ÄR ATT LÄRA OCH UTBILDA? VAD ÄR ATT LÄRA SIG?

Nu för tiden betonar man elevens aktivitetsgrad, växelverkan samt elevens eget tänkande och kritiskt tänkande.

Om utbildaren slutar tala, slutar han inte att utbilda, utan utbildar via uppgifter genom att handleda elevens inläring.

- Att lära sig är att öka sin kunskap och sina färdigheter.
- Att lära sig är att kunna tillämpa sina kunskaper.
- Att lära sig är att förstå saker.
- Att lära sig är att kunna ändra sitt tänkande, på det sättet att man ser en sak på ett nytt, annorlunda sätt.
- Att lära sig är att man själv ändrar som person.

När dessa uppfattningar jämförs med varandra får man två huvudgrupper:

- **Att lära sig via upprepande verksamhet**
- **Att lära sig via utveckling eller förändring i människans tankesätt eller verksamhet**



Ett bra sätt att lära är att ta i beaktande startläge och lägga upp klara realistiska mål för det som skall läras. I ett bra lärosätt så använder man ändamålsenliga tillvägagångssätt. Lärosätten till att lyckas med en bra inläring bör väljas passligt mångsidigt och sedan att de tvingar eller lockar eleven att göra arbete och saker denne lär sig något av.

Bakom utbildarens och lärarens läror finns oftast någon syn eller tro på det rätta sättet att lära sig och att lära ut. Dessa är bl.a. kognitiv läroteori, konstruktiv läroteori, humanistisk läroteori samt behavioristisk läroteori.

Inlärnin g genom att göra

Det bästa och trevligaste sättet att lära sig brandkårs kunskaper är inlärnin g genom att göra. Det betyder att eleven själv utför utförandet. Efter att ha gjort utförandet tillräckligt många gånger kan utförandet göras utan tankeverksamhet. Utförandet utförs då av rutin. Med rutin menas att arbetet både förstås och att man kan alla dess delområden.

PRINCIPER I ATT LÄRA OCH HANDLEDA:

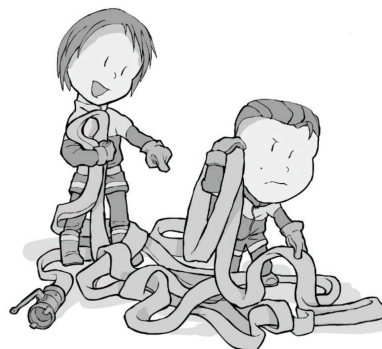
- Respektera de unga
- Uppmuntra i att försöka och självständigt tänkande
- Handleda de unga att tänka kritiskt och kreativt i livets alla frågor
- Tillämpa demokratiska principer
- Beakta den ungas egen livserfarenhet
- Motivering och uppmuntran

PLANERING AV UNDERVISNINGEN

Planeringen kan delas in i olika skeden där varje skede i sig själv grundar sig på det föregående skedet.

Planeringsprocessen och tyngdpunktsområdena beror på utbildningens omfattning och kan variera från en enskild föreläsning till att planera utbildningsmaterial för ett helt skolningsprogram.

- uppskatta utbildningsbehovet
- analys av eleverna
- uppställandet av målsättningen
- val av innehåll
- arbets- och utbildningsmetoder
- utvärdering av utbildningen och inlärnin g



FRAMSKRIDANDET AV UTBILDNINGSTILLFÄLLET

1. Givande av uppgift

I avdelningens utbildningstillfälle ger huvudutbildaren sina gruppchefer uppgifter. Uppgifterna bör ges i god tid så att de kan förbereda sig på dem.

Huvudutbildaren berättar

- vad som skall göras
- varför det skall göras
- med vilka redskap det skall göras
- hur mycket man har på sig

Samma saker berättar även gruppchefen för sin grupp när utbildningstillfället börjar.

2. Motivering

Individen vill lära sig sådant som han/hon anser viktigt och meningsfullt samt anser sig ha nytta av.

TIPS!

Före givandet av uppgiften kan man motivera eleverna att komma till lektionen t.ex. med en lek, sång, pjäs ett spel etc. Det kan vara nata eller en saga där allting går snett och så får eleverna närma sig ämnet genom att fundera på vad som gick snett och hur man borde ha fungerat.

3. Läroskedet

Efter att ha gett uppgiften och motiveringen framskrider övningen på följande vis:

- visning av helhetsutförandet
- delning av helhetsutförandet i delutföranden
- eleverna övar delutföranden
- delutföranden sammanslås till helhetsutförandet
- helhetsutföranden
- många upprepningar och olika situationer

Visa först helhetsutförandet. Om det går att göra ensam, gör det själv. Om du däremot behöver ett par eller en grupp, ta då någon av eleverna med. Berätta steg för steg hur man skall göra. **Ibland kan man sätta eleverna och göra saker utan instruktioner (inga farliga saker) och visa rätta utförandet först efter att eleverna försökt några gånger.**

Den som visar bör ha tillgång till eget material om möjligt. Eleverna gör efter utförandet enligt instruktioner steg för steg.

4. Övningsskede

Detta skede sker inte på samma övningstillfälle som läroskede. Om det behövs kan man vara tvungen att ge stödundervisning åt vissa enskilda elever. Under utbildningen och speciellt i slutskede av utbildningen bör man ge respons.

5. Undervisningen framskrider

Undervisningen framskrider alltid, om man sen tänker på ett övningstillfälle eller på en längre utbildningsperiod.

För tidigt given svår, överlägsen uppgift kan frustrera eleven eller så väcker den ett större intresse hos denne "Det vill jag också lära mig"

6. Repetition

7. Utvärdering

Utvärdering av gruppssamarbete, självutvärdering, utvärdering av utbildare... Ibland görs det tillsammans och handlett och ibland på egen hand funderandes.

8. Avslutning

ORDERGIVNINGSSÖVNING SOM GRUPPARBETE

Ordergivningen kan övas i små grupper med hjälp av t.ex. bilder eller situationsbeskrivningar. Grupperna övar och presenterar sedan sin version.

När grupperna fått sin order rätt formulerad, övar man först ordergivningen utan att beordra en grupp.

- det övas ordergivning som grupparbete
- det utarbetas en detaljerad order (individuell)
- det utarbetas en helhetsorder (gemensam)

Före gruppchefen utbildar eller lär "riktiga" grupper, bör han/hon öva att utbilda sina egna kurskamrater.

I utbildningsövningen övar man t.ex. att kontrollera en grupp, planera en lektion, att dra en övning och framträdande. Dessa alla tillsammans bildar ett övningstillfälle

Exempel på ordergivningsövningar

1. hanteringsövning med 39mm:s slang
 - utkastandet av dubbelrulle
 - ihop rullande av dubbelrulle
 - föra slangen på ryggen
2. hanteringsövning med 76mm:s slang
 - utdragandet av dubbelrulle
 - ihop rullandet av dubbelrulle
3. Hantering av brandlinan
 - hoprullandet
 - låsning
 - bindandet av redskap
 - lyftandet av redskap
 - bärlänken

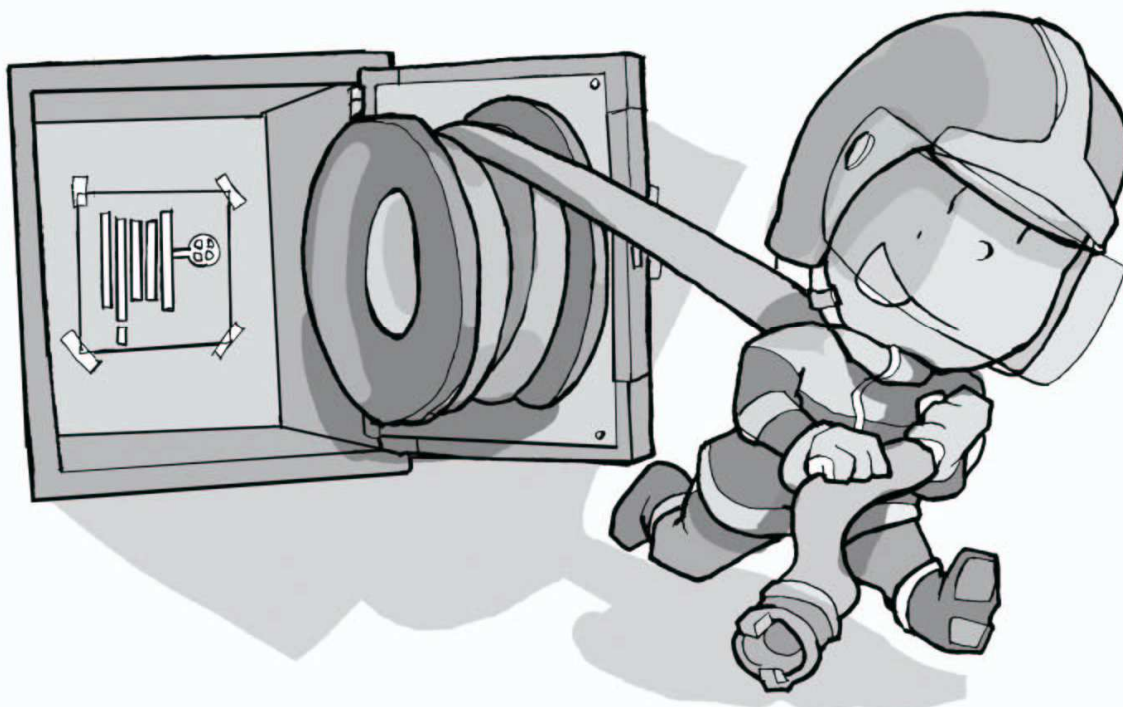
This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

UTBILDAREN ÄR ALLTID UTBILDARE

Utbildarens, ledarens och gruppchefens uppgift är att direkt från början ta ledningen över utbildningstillfället.

Här nedan följer några goda råd för att upprätthålla arbetsron:

- Kom överrens om reglerna för kursen redan under första lektionen – eller så kan du berätta dem för eleverna. SKRIV gärna ner dessa regler.
- Om någon kommer fem minuter för sent till lektionen, jobbar hela gruppen fem minuter längre.
- Planera din tidtabell så att först kommer de viktiga sakerna och sedan de mindre viktiga.
- Pausgymnastik är ingen dålig idé.
- Använd dig av flera olika inlärningsätt (grupparbete, självständig studie, föreläsning, spel, lekar osv.)
- Prata inte längre än fem minuter i ett streck framför gruppen.
- Gör modigt platsbyten och sittarrangemang om inte eleverna slutar prata sinsemellan.
- Använd utrymmen effektivt – rör dig mycket.
- Prata på olika sätt, eleverna orkar lyssna bättre.
- Entusiasm smittar!



LEKTIONEN

1. Givandet av uppgift
2. Motivering
3. Första läroskedet



Säkerhet, anvisningar, bakgrund

4. Andra läroskedet

Försök, modellinläring, uppgifter

5. Undervisningen framskrider

Undervisningen framskrider alltid, om man sen tänker på ett övningstillfälle eller på en längre utbildningsperiod.

6. Repetition
7. Utvärdering

Utbildare, gruppchef, elev

8. Avslutning

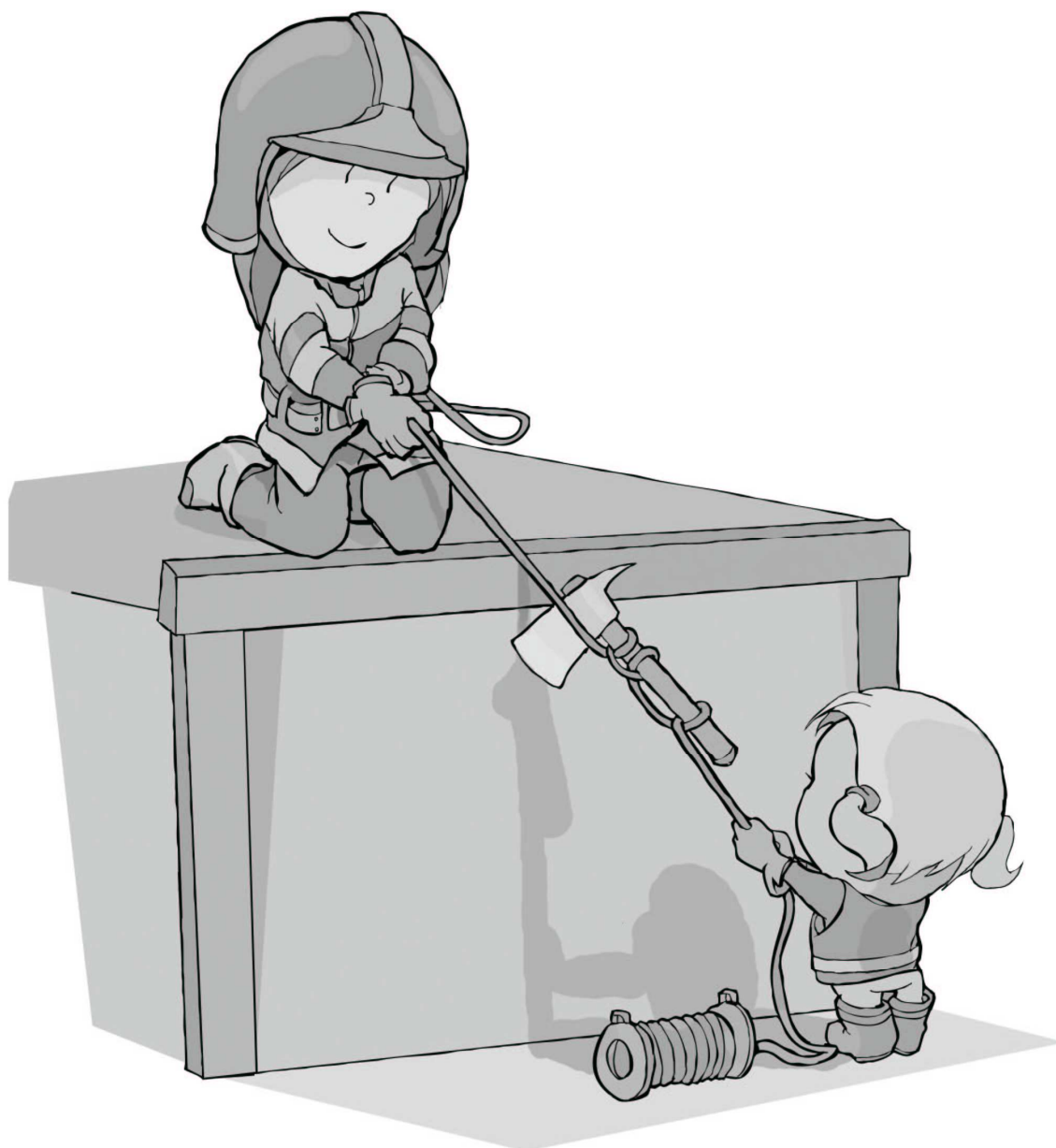
STORDIA

RULLANDE AV HUVUDLEDNINGEN



STORDIA

LYFTANDET AV REDSKAP



LT 9

UNGDOMSVERKSAMHETENS ORGANISATION

MÅL	Eleverna känner till brandkårens grundorganisation
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN <i>Man har satt målsättningar för ungdomsverksamheten inom brandkårerna i verksamhetsdirektiven (2003)</i> <i>Ungdomsverksamheten inom brandkårerna bör:</i> <i>Stöda de ungas tillväxt</i> <i>Gynna verksamheten inom brandkåren</i> <i>Utveckla säkerheten i samhället</i>	1. Funderar i små grupper, vad målet med ungdomsverksamheten är. Framför gruppernas åsikter åt varandra. Ungdomsverksamhetens mål är att stöda ungas tillväxt, gynna verksamheten inom brandkåren samt utveckla säkerheten i samhället. Ungdomsverksamheten stöder ungdomens positiva inställning till andra människor, samhället samt utvecklingen av säkerheten. Målsättningen är att uppfostra kuniga och motiverade hjälpare till de frivilliga brandkårerna samt att undervisa i hur man kan hindra olyckor och kunskaper i hur man klarar sig i sådana situationer. 2. Under utbildarens ledning tar man reda på vilka ungdomarnas förväntningar är när man går med i brandkåren. 3. Under utbildarens ledning tar man reda på ungdomsverksamhetens olika arbetssätt. 4. I små grupper bekantar vi oss med ungdomsverksamhetens historia och nutid (elevens arbetsbok) Man kan även bekanta sig med området mera ingående. 5. Vi kan bekanta oss med gruppchefens ställning och roll. 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Ungdomsverksamhetens målsättning är att stöda ungas tillväxt, gynna brandkårens verksamhet samt utveckla säkerheten i samhället.

Ungdomen bör trivas och känna att han/hon lyckas inom brandkåren. Genom att lyckas växer det ur ungdomen en självständig, deltagande individ och en som litar på sig själv samt är kapabel till samarbete. Ungdomsverksamheten stöder ungdomarnas positiva inställning till andra människor, samhället och utvecklandet av säkerheten.

Som målsättning på utbildningen är att uppfostra kunniga och motiverade hjälpare till de frivilliga brandkårerna samt att lära hur man hindrar olyckor och kunskaper i hur man klarar sig i sådana situationer.

Ungdomarnas egna förväntningar

Ungdomarnas och organisationens förväntningar kan avvika från varandra. Vad förväntar sig ungdomarna?

1. Vill ha action
2. Saknar vänner och gemenskap
3. Vill prova på
4. Sätter egna mål
5. Vill leva ett helhetligt liv

Brandkårsungdomsarbetet består av flere delar

1. Aktiv verksamhet

- lektioner
- övningar
- läger
- kurser
- tävlingar

2. Stöder utvecklingen till självständigt, fungerande och samarbetskunnigt.

- uppehållande av fysiken
- nya vänner och kamrater

3. Gemenskap

GRUPPCHEFENS STÄLLNING OCH ROLL

Gruppchefen

- o är en länk mellan ledningen och ungdomarna, förtroendeman, informations förmedlare.
- o sköter om sin grupp, trygghet och stöd för ungdomarna
- o upprätthåller ordningen
- o ordnar fritids program
- o försöker få gruppens förhållanden öppna och kamratliga, en enhetlig grupp är starkare.
- o fungerar som hjälputbildare enligt instruktioner
- o fungerar enligt huvudutbildarens instruktioner i förberedandet av lektioner etc.
- o sakligt ingriper i missförhållanden och försöker fixa dem, om det är fråga om något allvarligare bör det direkt meddelas förmannen.
- o sköter sin grupps stödundervisning
- o ser till att gruppen är på rätt plats vid rätt tid och rätt utrustad
- o tillrättavisar dåligt uppförande

Gruppchefen

- o mellan de vuxna och ungdomarna
- o förman
- o rätt att ge order inom vissa gränser
- o håller fast vid gemensamma beslut
- o ser till gruppens behov
- o huvudansvaret är hos förmannen
- o har möjlighet att påverka gemensamma beslut
- o har ingen straffrätt



MÅLSÄTTNINGEN MED BRANDKÅRENS UNGDOMSVERKSAMHET

Målsättningen med ungdomsverksamheten inom brandkåren är att samla pojkar och flickor och intressera dem för brandkårsarbetet och bli rutinerade brandkåriste samt utvecklas till ansvars-kännande medborgare.

VERKSAMHETSFORMER

A. Skolningsverksamhet

Brandbranschens kunskaper och färdigheter lärs ut under teorilektioner, övningar, kurser, läger och på tävlingar. Utbildningen strävar till att ta upp säkrast möjliga och för ungdomarna intressanta arbetsformer.

B. Uppfostran

Avdelningens verksamhet stöder ungdomarnas utveckling till självständiga individer som kan sam-arbeta med andra. Man försöker förstärka ungdomarnas positiva inställning till samhällets säkerhet

Målet för den fysiska fostran är att uppnå en för släcknings- och räddningsarbete nödvändig fysisk kondition och upprätthålla den.

C. Övrig verksamhet

Klubbkvällar, utfärder, fester och uppiggande verksamhet erbjuder dessutom en möjlighet att vara tillsammans och skapa en känsla av gemenskap.

För ordnande av ekonomin får avdelningen hjälp av brandkåren, kommunala ungdomsverksam-hetsstöd och skaffar andra möjliga understöd. Avdelningen försöker också enligt förmåga att själva öka inkomsterna.

MÅLSÄTTNING

Man har satt målsättningar för ungdomsverksamheten inom brandkårer i verksamhetsdirektiven (2003)

Ungdomsverksamheten inom brandkårer bör:

- stöda de ungas tillväxt
- gynna verksamheten inom brandkåren
- utveckla säkerheten i samhället



MÅLSÄTTNING

MÅLSÄTTNINGEN MED BRANDKÅRENS UNGDOMSVERKSAMHET

Brandkårsungdomarna bör:

**trivas och känna att han/hon lyckas
inom brandkåren**



**genom att lyckas växer det ur
ungdomen en självständig,
deltagande individ och en
som litar på sig själv samt är
kapabel till samarbete.**

**ungdomsverksamheten bör
stödä ungdomarnas positiva
inställning till andra männi-
skor, samhället och utvecklan-
det av säkerheten.**

MÅLSÄTTNING

Målsättningen för utbildningen är:

- **att uppfostra kunniga och motiverade hjälpare till de frivilliga brandkårerna**
- **att lära hur man hindrar olyckor och kunskaper i hur man klarar sig i sådana situationer**



LT 10-13

ÖVNING I ATT LÄRA

MÅL	Eleverna får praktisk erfarenhet i att hålla utbildning och färdigheter för att fungera som gruppchef inom ungdomsavdelningen i sin brandkår genom att lära varandra.
LEKTIONENS LÄNGD	4 x 30 min
PLATS	Övningsområdet
REKVISITA	Redskap som behövs till punkterna (slangar osv.)
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Eleverna delas in i små grupper (4-5 pers.) 2. Vi går tillsammans igenom hur lektionen och övningen framskrider (presenterandet av ämnet, motiveringen, lärandet, tillämpandet, repetering) 3. Övningen i att lära kan hållas som punktutbildning så att en del av eleverna fungerar som utbildare och en del som "elever". "Elevgruppen" går från en punkt till en annan när den är godkänt avklarad. Utbildarna är som observatörer vid varje punkt. Punkterna kan t.ex. vara: a) punkten, där man övar ordergivning b) punkten, där man övar att lägga tryckförband c) punkten, där man skall dra en lek d) punkten, där man övar hantering av stegar 4. Funderar över den egna gruppens verksamhet tillsammans med utbildarna. Funderar över hur det kändes att vara utbildare på punkten. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

Se till, att alla elever får fungera som utbildare åtminstone en gång. Varje elev kan även få fungera som huvudutbildare i 15 min och dra hela utbildningen ensam.

LT 14-15

ÖVNING I ATT HANDLEDA

MÅL	Eleverna får erfarenhet i att handleda yngre än sig själva och lär sig ta hänsyn till elevernas ålder samt deras kunskapsnivå.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Eleverna fungerar som hjälputbildare åt de egentliga utbildarna på t.ex. nivåkurserna eller nybörjarkurserna och drar självständigt den utbildning de kommit överrens med utbildaren om. 2. Eleverna planerar i små grupper sitt eget utbildnings tillfälle och funderar över betydelsen av åldern och kraven på utbildningen. Vad som kan läras ut åt ungdomar i den åldern och på vilket sätt? 3. Gå tillika igenom grundidéernas planering. <i>Fast utbildaren oftast ger instruktioner åt gruppcheferna i början av lektionen, är även de tvungna att lära sig planera en utbildningshelhet.</i> 4. Planeringen visas för sin utbildare och man gör de förändringar som behövs göras. 5. Efter den egna handledningsövningen diskuterar man tillsammans med utbildarna om hur det gick, vad som gick snett, vad som gick bra och var man kan förbättra? 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

PLANERING

A. Att sätta målsättningar för utbildningen (vad som bör läras)

B. Ämnets innehåll (vad som lärs av ämnet)

- kunskap
- kunskap som baserar sig på utförande
- logisk strukturering

C. Val av lärosätt (pedagogisk utgångspunkt)

- med vilket inlärningsätt lär man sig bäst?
- Inläring som baserar sig på utförande
- observering

D. Utförningsplan med tidtabell

E. Utvärderingsplan: vad som utvärderas och hur

PLANERING AV UTBILDNINGSTILLFÄLLE

Ledaren för utbildningstillfället: _____

Ämnet för utbildningstillfället: _____

Längden på utbildningstillfället: _____

Målsättning (vad skall läras ut)

Innehåll (vad skall läras ut av ämnet)

Val av inlärningsmetod: *lek, försök, föreläsning, grupparbete, osv.*

Tillfallets framskridande

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Utvärdering (vad och hur skall man utvärdera, vem utvärderar vem)

LT 16

BETEENDE- OCH UMGÄNGES FOSTRAN INOM UNGDOMSVERKSAMHETEN

MÅL	Målsättningen är att få eleverna att förstå meningen med gott beteende och goda seder inom ungdomsverksamheten.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen
REKVISITA	Papper och penna
BESKRIVNING AV LEKTIONEN <i>Utbildaren även kan ta fram självkänslan och den sociala samvaron</i>	1. Eleverna funderar i små grupper om vad de tycker är goda seder och var de framkommer. Tankarna skrivs ner och presenteras för gruppen 2. Funderar tillsammans med utbildaren om betydelsen av goda seder inom ungdomsverksamheten i brandkårerna. Kan även fundera över bestraffningar. 3. Med hjälp av följande text, fundera på vad umgängesfostran är och vilken roll har gruppchefen. <i>Umgängesfostran är modellinlärning där de unga tar åt sig av de positiva sederna av vuxna i dennes liv. Att umgås med olika generationer lär ungdomen olika sätt att fungera och tänka på som är typiskt för den generationen. Den vuxnas viktigaste uppgift är alltså att uppmärksamma sitt eget beteende och de normer denne lever enligt. "Påminnarens" roll beskriver rollmodellens roll bäst. Ungdomarna behöver konkreta order som t.ex. "fötterna bort från bordet" eller "lägg rocken på knaggen". Påminnaren måste vara konsekvent och envis så att ungdomen lär sig reglerna för beteendet som en del av det normala sättet av leva.</i> 4. Utbildaren kan även berätta om mobbning. Diskussion 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Vad är umgängesfostran? Vad är goda seder?

- ta hand om naturen
- gott uppförande
- ha tålamod
- ansvar över andra människor
- känna till traditioner
- goda matvanor
- förstå skillnaden mellan rätt och fel
- situationsförstånd
- känna till sina egna rötter samt sitt medborgarskap
- respektera arbetet
- positiv inställning

ATT VARA SOCIAL OCH HA SJÄLVKÄNSLA

Det sociala beteendet styrs av självkänsla samt kunnandet av regler, normer och värden m.a.o. moralkänsla. Gott självförtroende och förmåga att följa uppsatta regler utvecklar de sociala egenskaperna samt empatiförmågorna. Med hjälp av en moralisk, etisk och social uppfostran av en ungdom, lär vi dem att respektera andra människor samt veta sina skyldigheter, sitt ansvar och sin självkänsla. Med detta växer människan upp och blir en i samhället, andra saker som påverkar är hur individens självkänsla utvecklas och hur man tillägnar dessa normer, värden samt beteendesätt. På så sätt vet ungdomen vilka förväntningar som omgivningen satt och kan bete sig enligt dem.

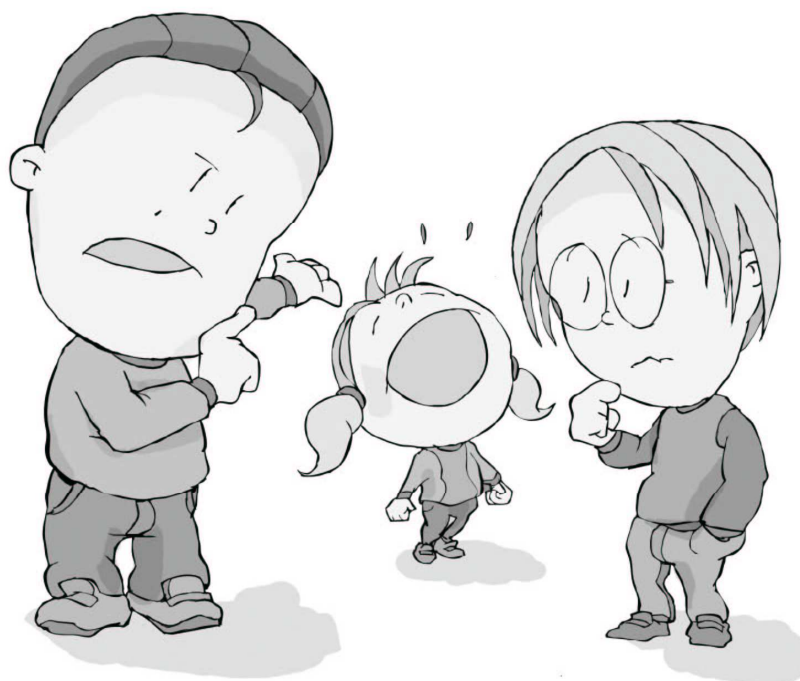
UNGDOMSVERKSAMHETENS ROLL

Ungdomsverksamheten definieras som en gruppverksamhet som idkas av organisationer och grundar sig på ungdomarnas behov samt frivillighet. Målet med verksamheten är att erbjuda ungdomarna möjligheter att utveckla sin personlighet, samhället samt kulturen och via detta lättare integrera sig i samhället. **Ungdomsverksamheten är en verksamhet där man försöker stöda och förbättra ungdomens uppväxt samt uppväxtförhållanden.**

Alla individer i samhället bör veta hur man skall bete sig för att få socialt godkännande. Alla samhällen har egna beteendesätt samt värden. Dessa modeller samt attityder är varje individs gemensamma egendom och på basis av dessa byggs växelverkan upp mellan individerna. För att handla på rätt sätt i en viss situation krävs det att man har de sociala färdigheterna som krävs. Dessa är de s.k. grundfärdigheterna som är att lyssna på andra och uttrycka sig själv. Samt de komplicerade färdigheterna som har att göra med samarbete, hjälpande och följande av direktiv. Speciellt att tillägna de mer komplicerade färdigheterna påverkar människans självkänsla samt den moraliska utvecklingsnivån.

MOBBNING

Mobbning är upprepande psykiskt eller fysiskt våld, som en eller flera barn eller vuxna riktar mot ett offer.

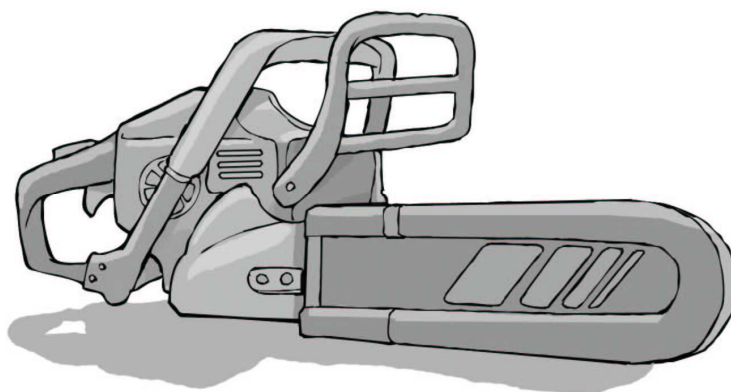


- Den värsta mobbningen är en vuxens likgiltighet, skylla skulden på den mobbade, hemlighålla och täckande av mobbning.
- Det lönar sig oftast inte att bli och vänta att det skall ske ett under och att mobbningen slutar.
- Sådant fel eller olikhet finns inte som skulle ge rätt till att mobba någon annan.

LT 17

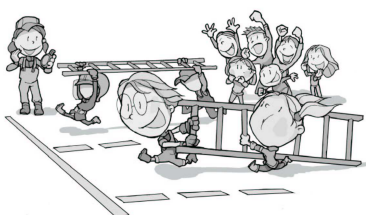
SÄKERHET

MÅL	Eleverna känner till grunderna av säkerhetsföreskrifterna för ungdomsverksamheten samt lär sig känna igen olika säkerhetsrisker.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN <i>Säkerhet kan även vara mentalt. Ett barn känner säkerhet under ledningen av en pålitlig vuxen.</i>	1. Skriv i små grupper ner "gruppens egna säkerhetsföreskrifter". 2. Presenterar dem för de övriga grupperna 3. Tillsammans med utbildaren går man igenom vanliga säkerhetsföreskrifter och skriver ner dem i kursboken. 4. Tillsammans funderar man på vilka platser och vid vilka övningar man måste vara extra noggrann med säkerheten och vilka säkerhetsföreskrifter bör följas under olika typer av övningar. (stegar, eld, elektricitet, motorsåg, nedfirning, rökdykning osv.) 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.



LT 18

TÄVLINGAR OCH LEKAR SOM EN DEL AV UNGDOMSVERKSAMHETEN

MÅL	Målsättningen är att ge eleverna färdigheter i att leda olika lekar och tävlingar så att de stöder den övriga verksamheten inom ungdomsavdelningen.
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	1. Utbildaren diskuterar tillsammans med eleverna och presenterar grundprinciperna för några roliga lekar (hur leken framskrider, vad dess mening är osv.) T.ex. nata, stafett, stjäla svansen osv. 2. Diskuterar sinsemellan om när och i vilka situationer lekar passar i tidtabellen. Vad är lekens uppgift? (som något kul emellan en lång övning, som motivering i början av en teorilektion, som en lek att lära känna varandra osv.) 3. Eleverna delas in i 4-5 personers grupper. Gruppen får 2 minuter tid på sig att planera en lek och sen presentera den för de andra grupperna. 4. Eleverna kan leka någon av de nyligen lärda lekarna. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

OLIKA LEKAR

Vem är rädd för brandmannen?

Deltagare: minst sex (6) personer, ingen övre gräns. *Plats:* ett rymligt slätt område.

En person väljs till brandman. Brandmannen stannar mitt i området och de andra ställer sig i områdets ena kant. Brandmannen ropar "VEM ÄR RÄDD FÖR BRANDMANNEN?" De andra börjar springa över planen till dess andra kant. Brandmannen försöker fånga de som springer. De som hinner till den andra kanten har räddats sig. De som brandmannen fångar blir medhjälpare till brandmannen som fångare. Man fortsätter på detta sätt tills alla fångats in.

Flugsvampen

Deltagare: minst åtta (8) personer, ingen övre gräns. *Plats:* ett rymligt slätt område.

Rita en fyrkant på marken ca. 5-7 m per sida. Dela upp gänget i fyra grupper som var och en placerar sig längs en sida av fyrkanten. Varje grupp väljer en som frivilligt kommer in i fyrkanten för att plocka svamp. Den frivillige förses med ögonbindel och han ställer sig på knä. Inne i fyrkanten finns svampar (t.ex. engångsmuggar) och några av svamparna är farliga flugsvampar (måla röda prickar på muggen) som man inte skall plocka. Leken går ut på att plocka så många svampar som möjligt och undvika flugsvamparna. De övriga i lagen får ge direktiv åt plockaren och varna honom för flugsvamparna. För vanliga svampar får man en poäng medan flugsvampen ger minus en poäng. Vinnaren är det lag som får mest poäng.

Sommarsol och nordanvind

Deltagare: minst tio (10) personer, ingen övre gräns. *Plats:* ett rymligt slätt område.

Välj en deltagare till sommarsol och en till nordanvind. Om nordanvinden fångar en fryser man till en isstod medan sommarsolen tinar upp en och man kan igen springa undan nordanvinden.

Reklammannen (passar bra t.ex. vid kvällsbrasan)

Välj ut t.ex. tre tävlande som var och en skall förklara någonting under en minut. Tävlade nr 1 berättar t.ex. om mobiltelefonen: "mobiltelefonen är ett modernt föremål... bla, bla, ...". Den tävlande skall få lyssnarna övertygade om mobiltelefonens förträfflighet. Den andra kan prata om t.ex. en blyertspenna och den tredje om en handbrandsläckare. Den som klarar uppgiften bäst (utan allt för många tankepauser) är vinnare. Vinnaren kan utses genom att rösta genom att ropa. Leken kan också utföras som en övning utan att utse någon vinnare.

Fruktsalladen

Deltagare: minst tio (10) personer, ingen övre gräns. *Plats:* ett rymligt slätt område, stolar.

Dela in deltagarna i tre eller flere grupper beroende på antalet deltagare. Varje grupp får ett fruktnamn; t.ex. banan, äpple, apelsin, ...

Deltagarna sitter på stolar i en ring och en deltagare ställer sig mitt i ringen. Den som står i ringen ropar ett fruktnamn som någon av grupperna har t.ex. äpple varvid alla äpplen snabbt skall byta platser. Den som står mitt i ringen skall också försöka sätta sig på en tom stol och den som blir

stående ställer sig mitt i ringen som ny "utropare". Om utroparen ropar fruktsallad skall ALLA byta platser. *Man får inte sätta sig på en stol genast bredvid den man sitter på.*

Gruppernas namn kan också vara t.ex. pappers-, papper och kartongåtervinning. Man ropar då ut olika "sopor" och de rätta soporna byter plats. Ropar man "återvinningscentral" byter alla plats med varandra. Man kan också använda olika förstahandssläckare eller första hjälp artiklar som gruppsnamn...

Land-hav-båt

Deltagare: minst fem (5) personer, ingen övre gräns. *Plats:* ett rymligt slätt område.

Rita på linjer på marken och döp områdena efter utbildningsämnet t.ex. Afrika, Asien och Amerika. Lekledaren ropar upp städer och deltagarna placerar sig i rätt världsdel. Den som kommer sist å plats eller som kommer fel faller ut ur leken. Områdena kan också delas in enligt första hands-släckare, klädsel och första hjälp material. Ropa då hjälm, gips, osv.

Kom ihåg lekar enligt utbildningsämne som domino, puzzel, korsord, bingo, memory, osv. Man kan även spela boboll, fotboll, badminton, simning, spruttävlingar, osv., osv.



[illegible]

LT 19-21

KURSENS SLUTÖVNING

MÅL	Eleverna repeterar det de lärt sig och upplever hur det känns att lyckas. Utbildarna får feedback på vad deltagarna lärt sig.
LEKTIONENS LÄNGD	3 x 30 min
PLATS	Övningsområdet
REKVISITA	Redskap som behövs enligt hur övningen är uppbyggd
BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	- Slutövningen kan utföras som en olympiad eller som en punktövning. Man behöver övervakare och hjälpredor för varje punkt. Vid planerandet av punkterna bör man ta i beaktande vad eleverna lärt sig på just denna kurs. Punkterna kan t.ex. vara följande: - hitta på en lek - kommandon - mobbing; red ut en påhittad situation - lektionsplanerings punkt (vid punkten ges ett ämne som de ska planera en lektion om, hur lektionen framskrider, vad som görs på lektionen osv. och de har en minut på sig) - I denna övning kan man även poängtera ordergivningens mening eller göra dem tillsammans med punktutbildningen. Övningarna kan vara t.ex.: Eleven ger ordern muntligt. - Stegen bör föras från gården och ställas upp på dörrens vänstra sida. - Motorsprutan bör flyttas till vattentaget vid stranden. - Individuell ordergivning vid en grundklarering med styrkan 1+5 <i>I utvärderingen bör beaktas bestämdhet, pauserna, orderns klarhet och att ordern ges i den ordning som arbetsuppgifterna utförs.</i> - Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

RESPONSDISKUSSION !

LT 31

AVSLUTANDET AV KURSEN

MÅL	Eleverna reser hem glada och nöjda. Utbildarna får feedback angående kursen
LEKTIONENS LÄNGD	30 min
PLATS	Lektionssalen
REKVISITA	
BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	1. Sitt eller stå i en ring så alla ser varandra. Utbildaren skakar hand med eleverna, delar ut kursintyg och kursböcker samt kursmärken. 2. Dela ut kursböckerna. 3. Utbildaren berättar om övriga fördjupande kurser. 4. Låt eleverna göra utvärderingen av kursen. 5. Premiera kursens primus. 6. Utbildaren berättar när och hur man kommer avsluta lägret. 7. Hjälp utbildarna fyller i sina kritikblanketter och lämnar dem till kursdragaren. 8. Loppu slut för detta år !

VALBARA ÄMNEN

LT	Spelregler för kursen
LT	Funktion som förman
LT	Knopar
LT	Grundklareringar
LT	Hållandet av lektion
LT	Hållandet av övning
LT	Slanghantering
LT	Första hjälp
LT	Radiotrafik
LT	Nedfirning
LT	Vattenräddning

LT Vb 1-2

UPPGÖRANDE AV SPELREGLER FÖR KURSEN

MÅL LEKTIONENS LÄNGD PLATS REKVISITA BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	Eleverna förbinder sig att fungera i grupp enligt på förhand uppgjorda regler. 2 x 30 min. Lektionssalen Flaptavla, pennor 1. Skriv ned tio regler för kursen. Gå igenom reglerna tillsammans. Välj ut de bästa reglerna och skriv ned dem som kursen egna regler. 2. Fundera tillsammans ut lämpliga straff för den som bryter mot kursens regler. 3. Gå igenom de allmänna reglerna samt säkerhetsreglerna för lägret. <i>Funder på hur man gör olika regler om man har en grupp 8-åringar eller en grupp 14-åringar</i> 4. Pictionary tävling med brandkårsämnen: Dela in eleverna i två grupper. En ur gruppen ritar någonting (t.ex. pyttsspruta) medan de andra i gruppen gissar vad det är. Om gruppen inte hittar rätt svar inom en minut får den andra gruppen gissa. Man får poäng för varje rätt gissning. 5. Svansnata med fyra lag. Det lag som har flest svansar vid spelets slut har vunnit 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.
--	---

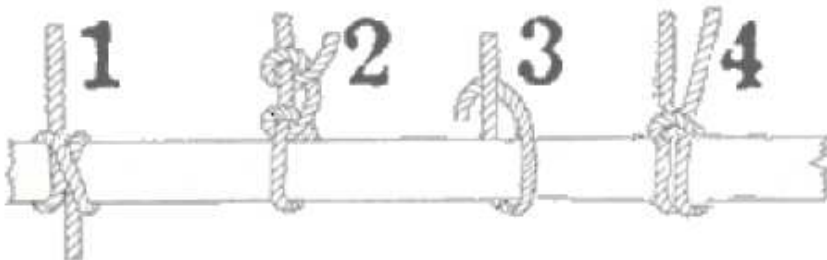
LT Vb 3-8

FUNKTION SOM FÖRMAN

MÅL	Eleven lär sig vad det betyder att vara förman, vilket ansvar och vilka förpliktelser han har. Eleven lär sig förmansfärdigheter, lär sig skapa och ge klara order
LEKTIONENS LÄNGD	6 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Papper, pennor
BESKRIVNING AV LEKTIONEN <i>I många texter som behandlar ledarskap lär man ut att responsen skall ges med en teknik som påminner om en våningssmörgås: man börjar med en positiv respons om personens uppförande, efter det ger man den negativa responsen och till slut ger man igen positiv respons.</i>	1. Dela in kursen i par. Varje par funderar på fortsättningen på meningen: "Som förman är det viktigt att du..." Eleverna skriver ner sina tankar. <i>Exempel: Som förman är det viktigt att du delar dina åsikter, frågor och bakgrunderna till dina tankar och strävanden. Detta minskar behovet av att gissa vad du vill och vilka dina motiv är. När du berättar om ditt sätt att fundera och detta stämmer överens med ditt sätt att fungera bygger du upp förtroendet för dig.</i> 2. Eleverna framför sina tankar för de övriga. 3. Fundera parvis hur man bäst kan ge respons åt en ungdom för hans prestation (genom att skrika, snäsa, fråga, inte säga någonting alls, göra honom generad, på tumanhand, osv.) 4. Öva i mindre grupper ledning och ordergivning. Man kan öva endera ordergivningen eller ledandet av en lek (eller båda-dera). Grupperna leder varandra turvis. Ge akt på givandet av responsen. 5. Diskutera övningen. 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

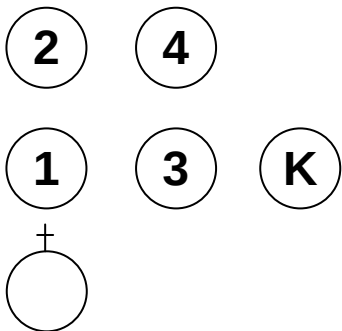
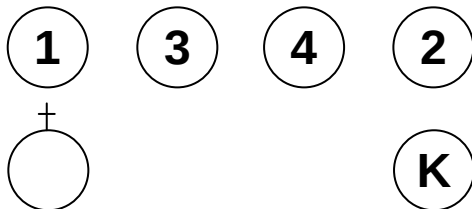
LT Vb 9-10

KNOPAR

MÅL	Eleverna repeterar de knopar de kan och kan använda dem i rätt tillfälle
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Övningsområdet
REKVISITA	Linor
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Utbildaren repeterar de vanligaste knoparna. 2. Öva att binda ihop, transportera och lyfta olika redskap med hjälp av linor. 3. Öva några nya knopar.  1. Dubbelt halvslag 2. Dubbelt halvslag runt egen part 3. Halvslag 4. Lärkhuvud 4. Eleverna funderar i mindre grupper på lekar med linor som passar för 8-11 åringar. Förevisa lekarna åt de andra grupperna. 5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

LT Vb 11-13

GRUNDKLARERING 1+5

MÅL	Eleverna bekantar sig med direktiv och övar sig utbilda grundklarering med styrka 1+5
LEKTIONENS LÄNGD	3 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	Redskap för grundklarering 1+5, brandbil per grupp
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Gå igenom de enskilda medlemmarnas uppgifter och redskap med hjälp av kopior och stordia. (Vi repeterar först grundklarering innan vi lär oss utbilda i ämnet). 2. Utbildarna visar skedesvis hur klareringen utförs. - platsbyten - tilläggsklareringar 3. Eleverna övar som torrklarering. 4. Eleverna övar att turvis fungera som utbildare. 5. Diskutera till slut hur övningen gått. 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.
Gruppering framför fordonet 	Gruppering i bilen 

BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Räddningsenhetens uppgifter

1. RÄDDA människor som är i fara.
2. SKYDDA omgivningen runt det brinnande objektet.
3. BEGRÄNSA branden om den inte går att omedelbart släcka.
4. SLÄCK branden

Räddningsenhetens klareringar

1. Grundklareringar

- grundklarering
- klarering av arbetsledning
- skumklarering

2. Tilläggsklareringar



Brandkårens operativa enhets målsättningsstyrka är 1 + 5

Enheten med styrkan 1+5 består av:

- enhetschef
- maskinskötare
- två släckningspar

Ettan och tvåan bildar det första släckningsparet och trean och fyran bildar det andra släckningsparet. Räddningsenheten bör ha en vicechef; som sådan fungerar oftast maskinskötaren eller ettan.

Tilläggsklareringar:

- klarering av tankbil
- klarering av brandpost
- klarering av motorspruta
- klarering av en andra arbetsledning
- klarering av stegar
- klarering av utrustning för ventilering av brandgaser
- klarering av förstahandssläckningsutrustning

LT Vb 14-19

ÖVNING I ATT UTBILDA

MÅL	Eleven får praktisk utbildning och förutsättningar att fungera som gruppchef i brandkårens ungdomsavdelning.
LEKTIONENS LÄNGD	6 x 30 min
PLATS	Lektionssalen och övningsområdet
REKVISITA	Enligt behov för de olika punkterna
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Repetera tillsammans hur ett utbildnings- och övningstillfälle framskrider (presentation, motivering, inläring, tillämpning, repetition). 2. Dela in kursen i mindre grupper (4-5 personer). 3. Övningen kan genomföras som punktutbildning så, att varje grupp utbildar de andra på en punkt. 4. Grupperna planerar ett eget ca. 15 min långt utbildningstillfälle. En grupp kan utbilda FHJ, en annan användandet av brandlinan, den tredje stegar, den fjärde grundklareringar osv. En grupp per gång fungerar som utbildare medan resten av grupperna är "elever" (vad är målgruppens ålder?). Kursen "riktiga" utbildare vägleder och övervakar. 5. Grupperna kan planera samma övning för två olika ålders elever. Den ena gruppen kan vara t.ex. 9 åringar medan den andra kan vara 14 åringar. Hur skiljer sig övningarna från varandra? Diskussion. 6. Diskutera den egna gruppens funktion med utbildaren. 7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

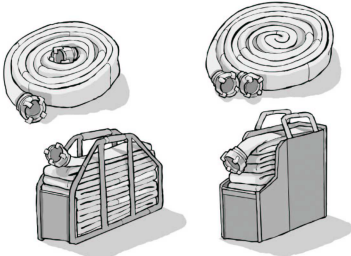
LT Vb 20-23

ÖVNING ATT HANDLEDA

MÅL LEKTIONENS LÄNGD PLATS REKVISITA BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	Eleverna får erfarenhet att leda personer som är yngre än de själv och lär sig ta elevernas ålder och kunnande i beaktande. 4 x 30 min Lektionssalen eller övningsområdet 1. Eleverna fungerar som hjälputbildare åt de ordinarie utbildarna på nybörjar- och nivåkurserna och genomför självständigt de övningar de kommit överens om med utbildaren i fråga. 2. Eleverna planerar i mindre grupper sin egen lektion eller övning och funderar på betydelsen av sina elevers kunnande och ålder. Vad kan man lära ut åt den åldersgruppen och på vilket sätt? 3. Gå samtidigt igenom grunderna i planering av utbildning. Se <i>de tidigare lektionerna</i>. 4. Planen presenteras för utbildarna och vid behov gör man rättelser i planen. 5. Efter övningen diskuterar man med utbildarna hur övningen gick, vad gick fel, vad var bra, vad kan man bättra på, osv. 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.
--	---

LT Vb 24-25

SLANGHANTERING

MÅL	Eleven lär sig olika sätt att använda, packa och utnyttja slangar.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Övningsområdet
REKVISITA	Slangar
BESKRIVNING AV LEKTIONEN 	1. Man kan in leda med en stafett, där en man för en slangrulle framåt ca. 30 m, den följande hämtar den tillbaka osv. Tills alla har sprungit genom banan. Vinnare är det lag som först kommer i mål. 2. Dela in eleverna i mindre grupper. Gruppen funderar ut en slanglek som passar för 8-10 åringar. Fundera på vilken nytta leken har och vad den lär ut åt eleverna. Gruppen förevisar sin lek för den övriga kursen. 3. Varje lek utvärderas av den övriga kursen angående nyttan och inläringen. 4. Öva i samma grupper hur man ger order vid packandet av slang (t.ex. slang på ryggen, sprutan till vattentaget, till båten, osv.) 5. Gruppen förevisar sin egen version av något tillfälle t.ex. grundklarering och dess ordergivning. 6. Grupperna diskuterar tillsammans med utbildarna gruppens funktion och hur de lyckats. 7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

LT Vb 26-29

FÖRSTA HJÄLP

MÅL	Eleven lär sig FHJ för frakturer
LEKTIONENS LÄNGD	4 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	FHJ material enligt behov
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Repetera de olika typerna av frakturer och vilken FHJ man ger för dessa. 2. Utbildaren visar hur en spjälning går till. Öva detta gruppvis. - Lektionerna kan också göras som en punktövning. Varje punkt bör då ha en egen utbildare. Några elever kan fungera som hjälputbildare eller så kan eleverna dra alla punkter åt varandra eller andra barn under utbildarnas övervakning. a. Teori om frakturer b. FHJ-material (man bekantar sig med materialet) c. FHJ för fraktur (övning) d. Lyftandet e. Repetition - Diskutera hur övningen framskridit. Man kan även planera en fiktiv lektion – 2-3 manna grupper. Ämnet frakturer, längd 30 min, målgrupp 8-10 åringar. Gruppen gör en skriftlig plan över ämnet. Planen skall innehålla mål, motivering, tillvägagångssätt och utvärdering. Planen förevisas för de andra. - Berätta var och när kursen samlas nästa gång.



BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN

Frakturen kan förorsakas av en kraftig stöt, vridning eller böjning.

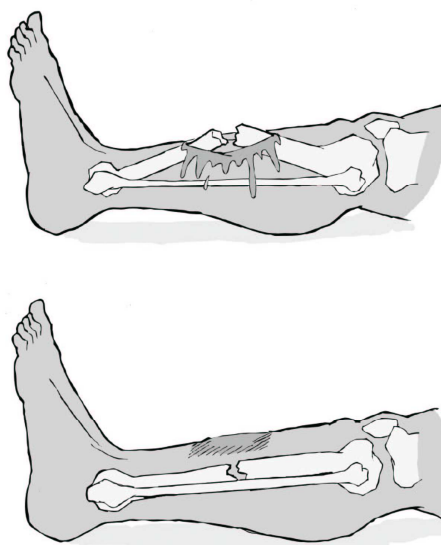
Sluten fraktur; huden är hel på frakturstället.

Öppen fraktur; frakturen kan synas p.g.a. att huden är sönder, benpipor kan sticka upp ur såret.

- **Smärtan** känns extra stark om man försöker flytta på frakturområdet eller trycker på frakturen med t.ex. sina händer.
- **Svullnad** förekommer p.g.a. blödning i omkringliggande vävnad.
- **Aktiv rörelse** lyckas inte om frakturen finns i t.ex. extremiteternas långa ben.

Vridning eller felställningar ses ofta då frakturen sitter på ett långt ben. Frakturer i finger eller vrist kan förorsaka att extremiteten är märkbart kortare än den andra, detta förorsakas av att benpiporna lägger sig om varandra. I frakturområdet kan finnas en utbuktning eller en krök.

ÖPPEN OCH SLUTEN FRAKTUR



Första hjälp

- Flytta inte patienten i onödan. Fundera om det lönar sig att spjåla eller om ambulansen är snabbt på plats.
- Stilla blödningar.
- Välj en ändamålsenlig spjåla (luft-, papp- eller temporär spjåla)
- Fäst spjålan med förbandsmaterial kring frakturen och lyft upp de skadade området.
- Observera patienten
- Om du misstänker frakturer i nacken, ryggraden eller höften, flytta inte patienten ensam.

LT Vb 30-31

RADIOTRAFIK

MÅL	Eleven lär sig grunderna i radiotrafik.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Lektionssalen eller övningsområdet
REKVISITA	VIRVE telefoner
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Gå igenom målsättningen med övningen 2. Klargör VIRVE-nätets uppbyggnad tydliga huvudpunkter. 3. Berätta vilka myndigheter som använder VIRVE. 4. Förevisa kort med en handradio (t.ex. Nokia THR880) vad man menar med: - Talgrupp - Statusinformation - direktkanal 5. Öva parvis eller i grupp hur man använder och talar i en VIRVE telefon. Man kan också öva diktamen och bokstavering eller göra minneskort över detta för egna kommande lektioner. 6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.
Virve är ett riksomfattande kommunikationssystem för myndigheterna.	

LT 32-34

NEDFIRNING MED SELE

MÅL	Eleven lär sig nedfiring med lina och sele.
LEKTIONENS LÄNGD	3 x 30 min
PLATS	Övningsområdet
REKVISITA	Linor, sele, automatisk linbroms, slings, D-länkar...
BESKRIVNING AV LEKTIONEN	1. Gå igenom lektionens mål och repetera säkerhetsdirektiven. <i>Man kan inleda övningen med en repdragningsövning.</i> 2. Gå igenom de olika redskapen som används. Gå igenom vilka knopar man använder (åttan och dubbelåtta). 3. Utbildaren visar ett modellutförande varefter eleverna övar gruppvis. 4. Öva först nedfiringstekniken på plan mark och sedan på olika branta avsnitt beroende på platsen. <i>Vid nedfiringen används selar, slings, nedfiringssdon (broms) samt linor. Brandlinan används INTE längre för nedfiring!</i> 5. Berätta om övriga nedfiringssätt som kan användas; slang-sele, lina med åttor, nedfiringskorg, bår och brandlinan. Påpeka vikten av säkerhet och övervakning när man jobbar med små barn! 6. Repetera säkerhetsdirektiven. 7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.



LT Vb 35-36

VATTENRÄDDNING

MÅL	Eleverna övar räddning ur vatten med hjälp av vanliga ting samt bekantar sig med ytbärgning.
LEKTIONENS LÄNGD	2 x 30 min
PLATS	Simstranden
REKVISITA	Olika räddningsredskap
BESKRIVNING AV LEKTIONEN  DET ÄR MYCKET VIKTIGT ATT HELA TIDEN TILLTALA OFFRET!	1. Diskutera under utbildarens ledning hur man skall handla om man ser en person som ramlat i vattnet och som behöver hjälp. Bedöm. Gör en snabb och noggrann situationsbedömning; hur långt är det till offret, hur många offer i vattnet, vilka är omständigheterna, är vattnet kallt, osv. Lugna. Berätta att du upptäckt honom och ge hela tiden klara direktiv åt honom. Tillägghjälp. Alarmera tillägghjälp till platsen om det är nödvändigt. Tillvägagångssätt. Välj vilket sätt du utför räddningen på. Räddningen skall vara säker och effektiv. Sök hjälpmedel som du kan hålla mellan dig och offret – undvik direkt kontakt. Hjälp. Agera snabbt och målmedvetet. Riskera inte ditt eget liv i onödan. Efteråt. Påbörja återupplivningen och annan första hjälp omedelbart. En drunknad person skall alltid föras till sjukhusvård. 2. Fråga eleverna vilka riskerna för räddarna är och om olika funktionsmodeller. 3. Öva räddning i praktiken vid simstranden. 4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.

RESPONSBLANKETT FÖR UTBILDAREN

Namn _____ Kurs GRUPPCHEFSKURSEN
Datum _____ Plats _____

Denna utvärdering kommer endast att användas som ett hjälpmedel för kursledaren så han kan utveckla och förbättra kursen.

1. Tycker du, att kursens mål var ändamålsenliga och lätta att förverkliga?

2. Kunde du själv de ämnen du skulle lära ut? Förstod eleverna dig?

3. Var de metoder du använde lämpliga för ämnena du skulle lära eleverna? Fick eleverna tillräckligt uppgifter? Blev det för mycket väntetid för eleverna?

4. Fanns det tillräckligt med redskap utbildningsmaterial för utbildningen? Vad fattades?

6. Hur var gruppandan i din grupp? (förhållandet mellan elev/lärare, förhållandet utbildare emellan, förhållandet mellan eleverna).

7. Var det lugnt under utbildningen? Var eleverna motiverade?

8. Hur tycker du att du kan förbättra din egen verksamhet? Vad klarade du bra? Vad behöver du hjälp med? Hur kunde arrangemangen ha gått smidigare? Behövs det utbildning för kursledare?

9. Övrig feedback

10. Totalbetyg

Kursen	☐ ☺	☐ hmm...	☐ ☹
Dina medutbildare	☐ ☺	☐ hmm...	☐ ☹
Kursmaterialet	☐ ☺	☐ hmm...	☐ ☹

Tack för att du tog dig tid att fylla i blanketten !

Utbildningschefen

ELEVENS RESPONSBLANKETT

Namn _____ Kurs GRUPPCHEFSKURSEN
Datum _____ Plats _____

Ringa in det alternativ du tycker passar bäst. Skriv gärna ner dina egna tankar på linjerna under frågan!

1 = alltid, 2 = nästan alltid, 3 = ibland, 4 = sällan, 5 = aldrig

1. Jag följde reglerna på lägret 1 2 3 4 5

2. Jag var aktiv och positivt inställd 1 2 3 4 5

3. Förhållandet mellan antalet lektioner och övningar?
Fick du vänta mycket under övningarna eller fanns det hela tiden något att göra?

4. a) Kom du överens med utbildarna och de andra kursdeltagarna?

b) Något du är arg på?

5. a) Vad tycker du att var allra bäst på kursen ?

b) Vad var tråkigast?

c) Vad skulle du vilja ha mera av?

d) Vad skulle du vilja ha mindre av?

**TACK FÖR ATT DU SVARADE
PÅ DESSA FRÅGOR !**

Din kursledare



[illegible]