

Emneplan påbygging Grunnleggende sikkerhetsopplæring fra Norsk olje og gass (GSK)
til Grunnleggende sikkerhetsopplæring for sjøfolk.

STCW konvensjonens regel VI/1, avsnitt A-VI/1 og tabeller A-VI/1-1, 1-2, 1-3 og 1-4.



NIS//NOR

Sammen for økt sjøsikkerhet i rent miljø

Innhold

1. Introduksjon	3
1.1. Bruk av emneplanen	3
1.2. Planens omfang:	3
1.3. Studieressurser	3
1.4. Krav til planlegging av opplæringen	3
1.5. Opplæringsmetoder	3
1.6. Evaluering av opplæringen	4
1.7. Vurdering av kompetanse	4
2. Opplæringens mål, omfang og innhold	4
2.1 Opplæringens hensikt:	4
2.2 Læringsmål:	4
2.3 Omfang:	4
2.4 Endringslogg	5
2.5. Innhold:	5
STCW tabell A-VI/1-1 Personlige redningsteknikker	5
STCW tabell A-VI/1-2 Forebyggende brannvern og brannslukking	8
STCW tabell A-VI/1-3 Grunnleggende førstehjelp	12
Fagplan STCW tabell A-VI/1-4 Personlige sikkerhet og omsorg for menneskeliv og miljø	16

1. Introduksjon

1.1. Bruk av emneplanen

Emneplanen er et felles dokument for alle godkjente opplæringsinstitusjoner i Norge som gir grunnleggende sikkerhetskurser iht. STCW konvensjonen. Emneplanen skal sikre at kursene som tilbys tilfredsstiller 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:

Planen omfatter de krav som stilles i STCW konvensjonens regel VI/I, Avsnitt A-VI/1 og tabeller A-VI/1-1, 1-2, 1-3 og 1-4 og som ikke er dekket i Grunnleggende sikkerhets- og beredskapskurs (GSK) iht. Norsk olje og gass sin fagplan.

Det skal utstedes ferdighetssertifikat for Grunnleggende sikkerhetskurs iht. tabell A-VI/1-1, 1-2, 1-3 og 1-4, med utstedelsesdato lik utstedelsesdato på kursbevis fra Norsk Olje og Gass (NOG), med gyldighet 5 år fra denne dato.

Ved rapportering via Altinn skal utstedelsesdato være lik utstedelsesdato på kursbevis fra NOG

1.3. Studieressurser

1.3.1 Personell

All opplæring foretas med lærer-/instruktørstøtte med kompetanse iht. STCW regel I/6, avsnitt A-1/6

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 undervisningsmaterieell, 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.

1.6. Evaluering av opplæringen

Kandidatene skal oppfordres til å gi tilbakemelding til instruktør underveis. Etter hvert kurs skal det innhentes deltakerevaluering 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 tilfredsstillere og forbedre kandidatenes behov for opplæring.

1.7. Vurdering av kompetanse

1.7.1 Krav til forkunnskap

Deltaker må kunne dokumentere gyldig Grunnleggende sikkerhets- og beredskapskurs (GSK) iht. Norsk olje og gass sin fagplan.

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

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 kandidatene 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 en grunnleggende sikkerhetsopplæring som gjør dem i stand til å opprettholde sikkerheten og hindre forurensning under driften av skipet.

2.2 Læringsmål:

Etter kurset skal deltakerne kunne demonstrere kompetanse gitt i STCW tabeller A-VI/1-1, 1-2, 1-3 og 1-4.

2.3 Omfang:

En time i emneplanen er på 45 minutter. Kursets lengde skal kunne gjennomføres på minimum 24 timer fordelt på 3 dager à 8 timer.

2.4 Endringslogg

Versjon 01: 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)

P. 1.2 Planens omfang: Det er lagt inn informasjon om utstedelse av ferdighetssertifikat og rapportering via Altinn (11.04.2018)

2.5. Innhold:

Introduksjon

Emne	Introduksjon 0,5 time, eksamen og avslutning 0,5 time				
Hensikt/Læremål	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 Øvingsfelt	

STCW tabell A-VI/1-1 Personlige redningsteknikker

Emne	1.0 Nødsituasjoner 0,25 time				
Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet					
1.1 Typer av nødsituasjoner	Opplisting av typer av nødsituasjoner	<ul style="list-style-type: none"> • Kollisjon • Stranding/grunnstøting • Virkning av farlig gods • Forskyvning av last • Brann eller eksplosjon om bord 	Teori	Klasserom	
1.2 Forholdsregler		Forholdsregler vi må ta for å unngå slike nødsituasjoner	Teori	Klasserom	
1.3 Alarminstruks og		Forklare nødvendigheten for å ha:	Teori	Klasserom	

nødsignaler		<ul style="list-style-type: none"> • Alarminstruks • Alarmsignaler • Øvelser om bord 			
1.4 Ekstra utstyr og overlevelse		Beskrive hva slags utstyr vi tar med fra skipet og over i redningsfarkost dersom vi har tid og mulighet til det.	Teori/Gruppe oppgaver	Klasserom	

Emne	2.0 Evakuering 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 Mannskapets plikter overfor passasjerer		Beskrive våre oppgaver i henhold til passasjerer om bord	Teori	Klasserom	
2.2 Mannskapets plikter ved sjøsetting av redningsfarkost		Beskrive oppgaver i forbindelse med utsetting av redningsfarkoster	Teori	Klasserom	
2.3 Kapteinens ordre til å evakuere skipet		Beskrive at ordren kommer fra kapteinen	Teori	Klasserom	
2.4 Komplikasjoner ved evakuering av skipet		Forklare hvilke komplikasjoner som kan oppstå under evakuering når: <ul style="list-style-type: none"> • Noen av redningsfarkostene ikke kan settes ut • Vi har dødt skip, og ikke lys • Fravær av personer med oppgaver i forbindelse med evakueringen 	Teori/Gruppe oppgaver	Klasserom	

Emne	3.0 Redningsfarkost og redningsbåter 0,15 time				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Redningsbåter	Beskrive krav til MOB-båter om bord på skip	Beskrive regelverk som tillater livbåt brukt som MOB-båt	Teori	Klasserom	

Emne	4.0 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	
4.1 Livbøyer og varsling ved Mann over bord	Prosedyre ved mann over bord.	Beskriv bruk av livbøye og prosedyrer ved mann over bord	Teori og gjennomgang av utstyr	Klasserom/ øvingsfelt	
4.2 Redningsvester	Krav til redningsvester	Beskriv ulike redningsvester og tilhørende utstyr.	Teori og gjennomgang av utstyr	Klasserom/ øvingsfelt	
4.3 Redningsdrakter	Krav til redningsdrakter	Beskriv ulike redningsdrakter og tilhørende utstyr.	Teori og gjennomgang av utstyr	Klasserom/ øvingsfelt	
4.4 Varmebeskyttende hjelpemidler	Krav til termisk varmebeskyttelse	Beskrive termisk varmebeskyttelse.	Teori og gjennomgang av utstyr	Klasserom/ øvingsfelt	

Emne	5.0 Personlig 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	
5.1 Redningsvester	Bruk av redningsvester	1. Ta på redningsvest på riktig måte 2. Svømme og borde en redningsflåte med redningsvest.	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
5.2 Redningsdrakter	Bruk av redningsdrakt	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	
5.3 Redningsfarkost	Praktisk bruk av redningsfarkost	1. Borde en livbåt 2. Demonstrere bruk av utstyret om bord inklusiv driv ankeret 3. Rette opp en kantret redningsflåte	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

STCW tabell A-VI/1-2 Forebyggende brannvern og brannslukking

Emne		1.0 Minimere risiko for brann 1,5 timer (brannteori)			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Brannvakt	Gjennomgang av rutiner og behov for brannvakt	<p>Påpeke at et skip med mer enn 36 passasjerer skal ha et effektivt brannvaktssystem.</p> <p>Liste opp oppgavene til brannvakten</p> <p>Påpeke at et brannvakt system er å anbefale på alle typer skip</p>	Teori	Klasserom	
1.2 Brannfarer	Gjennomgang av brannfarer vi har i de ulike delene av et skip	<p>1. Liste opp brannfarer i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maskinrommet • Byssa • Lugarområdet • Lasteområdet <p>2. Gjøre oppmerksom på brannfare ved røyking.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Temperaturen til en sigarett glo kan være på ca. 500 °C • Uforsiktighet med sigaretter og fyrstikker kan sette fyr på sengeklær, innhold i søppelkurver og møbler ombord 	Teori	Klasserom	

Emne		2.0 Beredskap til å reagere på branntilløp			
Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Generell nødalarm	Beskrivelse av generalalarm og andre typer alarmsignaler	1. Beskrivelse av generalalarm 2. Beskrive hensikten med spesialalarmer operert fra broen for å kalle på mannskapet til mønstringsstasjoner for brann	Teori	Klasserom	
2.2 Alarminstruks og mønstringslister	Gjennomgang av alarminstruks	1. Beskrive brannplaner og hvor man finner dem 2. Beskrive mønstringslister 3. Gi et eksempel på oppgavene til enkelte mannskaper	Teori	Klasserom	
2.3 Kommunikasjon	Bruk av kommunikasjon under brannsløkking	Beskriv metode for kommunikasjon brukt under brann.	Teori	Klasserom	
2.4 Prosedyrer for brannbekjempelse.	Gjennomgang sikkerhetsprosedyrer ved brann	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	
2.5 Periodiske øvelser om bord	Forklare hensikten med øvelser om bord	1. Forklar hensikten med slike øvelser 2. Beskriv typiske øvelser som brukes under brannøvelser	Teori	Klasserom	
2.6 Skipets konstruksjon	Forklare generelt om skipets	1. Liste opp grunnleggende prinsipper for skipskonstruksjon	Teori	Klasserom	
2.7 Nød brann pumpe	Gjennomgang av nød brann pumpe	1. Forklar hvor mange strålerør en nød brann pumpe på kunne betjene 2. Forklar hvor en slik pumpe skal lokaliseres	Teori	Klasserom	
2.8 Faste pulver anlegg	Gjennomgang av faste pulver anlegg	Beskriv et typisk fast pulver anlegg med containere som inneholder 250 kg pulver i hver, og forklar hvordan et slikt anlegg kan anvendes på best mulig måte.	Teori	Klasserom	
2.9 Bærbare brannslukningsapparater	Gjennomgang og bruk av bærbare brannslukkingsapparater og bruk av skum	1. Forklar hvilke bærbare brannslukkere vi har som: • Vann • Skum • Pulver • CO ₂ 2. Beskriv hvordan de brukes og bruksområde 3. Beskriv kapasiteten og begrensninger vi har på slike brannslukkere	Teori	Klasserom	
2.10 Nødutganger	Forklare de vanligste nødutgangene vi har på skip, og hva slags krav det er til nødutganger	1. Beskriv de nødutgangene vi vanligvis har om bord på skip 2. Gå igjennom at nødutgangene er utstyrt med et nødlyssystem 3. Forklar at nødutgangene kan brukes for å entre et brannområde i motsatt vei de egentlig er tenkt å brukes.	Teori	Klasserom	

Emne		3.0 Bruk av brannslukkere og brann utstyr 4 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 skumslukker utstyr og strålerør	Gjennomgang og bruk av brannslanger og strålerør	<ol style="list-style-type: none"> Beskriv hvordan man legger ut brannslanger og la elevene prøve strålerørene med ulike mengder vann og ulike stråle. Forklar også normalt vedlikehold på slanger og strålerør Forklar bruken av en skumvæske injektor og hva slags strålerør som brukes til hvilken skumtype (tungt, mellom og lett skum) 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.2 Brannmannsbekledning	Oppkløring av elevene i brannmannsbekledning	<ol style="list-style-type: none"> Beskriv hvordan en brannmann er kledd opp <ul style="list-style-type: none"> Personlig utstyr Røykdykker utstyr Brannsikker livline med karabin krok og sele Beskriv kapasitet og begrensning av røykdykker utstyret 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.3 Slukking av større branner	Slukking av større branner av ulike slag	<p>Utfør korrekt slukking av større branner, inkludert olje brann, der vi bruker:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vann Skum 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne		4.0 Forholdsregler ved bruk av faste slukkeanlegg			
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 slukkeanlegg	Gjennomgang av faste slukkeanlegg	<ol style="list-style-type: none"> Kun kapteinen eller en annen senior offiser kan gi ordre om å utløse et fast slukkesystem Gjennomgå de vanligste faste slukkeanleggene som: <ul style="list-style-type: none"> CO₂ Inergen Sprinkler Skum Brannhydranter Brannpumper Tåkeanlegg Pulver 	Teori	Klasserom	

Emne	5.0 Bruk av røykdykkerutstyr for brannbekjempelse - 6 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 Øvelser i røykfylte omgivelser	Praktiske øvelser med bruk av røykdykkerutstyr	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bruk av røykdykker utstyr i et røykfylt rom hvor røyken er ufarlig (ikke giftig) 2. Bruken av livline som signalline 3. Kommuniser med andre på brannlaget når man bruker røykdykkerutstyr 4. Praktisk brannsløkking med røykdykker utstyr på en omfattende brann når man bruker vann som slokkemiddel ved hjelp av brannslanger. 5. Gjennomføre søk etter dummier i røykfylte varme rom med bruk av røykdykkerutstyr 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

STCW tabell A-VI/1-3 Grunnleggende førstehjelp

Teori og praksis førstehjelp totalt 4 timer

Emne		1.0 Generelle førstehjelpsprinsipper			
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	Angir innholdet i en nødsituasjons: <ul style="list-style-type: none"> • Vurdering av ulykkesituasjonen • Vurdering av egen risiko 	Teori/praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne		2.0 Kroppens oppbygging og funksjoner			
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 etc.) • Sirkulasjonssystemet Beskrive i enkle ord de funksjonene som utgjør kroppens oppbygging	Teori	Klasserom	

Emne	3.0 Posisjonering av forulykkede				
------	----------------------------------	--	--	--	--

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	Klasserom/ øvingsfelt	

Emne	4.0 Bevisstløshet				
------	-------------------	--	--	--	--

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		Gjenkjenne symptomer og farer ved bevisstløshet og kunne utføre nødvendige tiltak.	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom	

Emne	5.0 Prinsipper for gjenopplivings forsøk				
------	--	--	--	--	--

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				
------	----------------	--	--	--	--

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 sjokk				
-------------	--------------------------------	--	--	--	--

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.	Praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
7.3 Behandling av sirkulasjonssvikt		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for behandling av sirkulasjonssvikt.	Praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	

Emne	8.0 Brann skader og forbrenninger				
-------------	--	--	--	--	--

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				
-------------	--------------------------------	--	--	--	--

Hensikt/læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	Innhold
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	Klasserom/øvingsfelt	
9.2 Transport av skadde med nakke/rygg skader		Gjenkjenne de farene vi kan ha ved transport av skadde med nakke og/eller rygg skader, og kunne demonstrere sikker transport av skadde med slik skade	Praktiske øvelser	Klasserom/øvingsfelt	

Emne	10.0 Andre førstehjelps emner
------	-------------------------------

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	

Fagplan STCW tabell A-VI/1-4 Personlige sikkerhet og omsorg for menneskeliv og miljø

Teori/gruppeoppgaver 4 timer

Emne		1.0 Marin forurensning			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Definisjoner	Definisjoner vedrørende forurensning	Forklare forurensning forårsaket av menneskelig aktivitet Hovedkilder i marin forurensning	Teori	Klasserom	
1.2 Marin forurensning	Effekt av operasjonell og forurensning ved uhell	Forklar hvordan forurensning innvirker på næringskjeden	Teori	Klasserom	
1.3 Internasjonalt regelverk	Marpol	Kjennskap til de forskjellige kapitlene i MARPOL	Teori/ Gruppeoppgave	Klasserom	
1.4 Marin forurensning, søppel	Definisjoner	<ul style="list-style-type: none"> Hva består søppel av 	Teori	Klasserom	
1.5 Marin forurensning avfall	Definisjoner	<ul style="list-style-type: none"> Hva er avfall Beskriv deponering av avfall utenfor spesielle områder og forbudte soner 	Teori	Klasserom	
1.6 Kontroll av avfall maskinrom, oljetanker	Krav til kontroll	<ul style="list-style-type: none"> Forklare olje/vann separator utstyr og utstyr for oljefylling i henhold til MARPOL - krav 	Teori	Klasserom	
1.7 Olje dagbok	Innhold i oil record book	<ul style="list-style-type: none"> Vektlegge hensikten med olje dagboken 	Teori	Klasserom	
1.8 Marin forurensning Definisjoner, spesielle områder	Definisjoner	<ul style="list-style-type: none"> Gi detaljer om "spesielle områder" Vis til kravene i IX MARPOL 73/78 Beskriv metoder for å forhindre forurensning fra skip som opererer i spesielle områder 	Teori	Klasserom	
1.9 Annex VI, MARPOL	Eksos utslipp fra skip	<ul style="list-style-type: none"> Vektlegg at Annex VI, MARPOL setter grenser for utslipp av svoveldioksid og nitrogendioksid 	Teori	Klasserom	

Emne		2.0 Kommunikasjon/Kommunikasjonsteorier			
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	Grunnleggende kommunikasjon	Vektlegge god kommunikasjon som et viktig element ang sikkerhet og i å <ul style="list-style-type: none"> • forebygge forurensning • Vektlegge at kommunikasjon fremmer et godt samarbeid • Effektiv/god kommunikasjon er et viktig element for overlevelse • Vektlegge at språket er en overførsel av ideer, synspunkter og instruksjoner 	Teori/ gruppeoppgave	Klasserom	
2.2 Kommunikasjonsteorier	Metoder for kommunikasjon	Sender Mottaker Former for kommunikasjon Metoder for kommunikasjon Barrierer for sending Barrierer for mottak Tilbakemelding	Teori/ gruppeoppgave	Klasserom	

Emne		3.0 Menneskelige relasjoner			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Viktigheten av å opprettholde gode menneskelige relasjoner og et godt arbeidsfelleskap om bord	Grunnleggende kommunikasjon Grunnleggende prinsipper for samarbeid og konfliktløsning	Forståelse for at arbeidsmiljø bygger på respekt for kulturelle og menneskelige forskjeller Forståelse for plikter, krav og ansvar for alle ombord	Gruppeoppgave	Klasserom	
3.2 Omsorg for mennesker og miljø, tilsetningsvilkår, individuelle rettigheter og plikter, farene ved misbruk av narkotika og alkohol	Beskrive elementer for et godt arbeidsmiljø Farene du utsetter dine medarbeidere og deg selv ved bruk av rusmidler om bord.	Beskrivelementer som er positive for å få et godt miljø ombord Beskrive elementer som kan påvirke et miljø i negativ retning. Beskrive farene du utsetter deg selv for og andre ved bruk av rusmidler ombord. Arbeidsoperasjoner ombord er ikke forenelige med bruk av rusmidler.	Teori/ gruppeoppgave	Klasserom	

Emne					
4.0 Tretthet (Fatigue)					
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Tretthet	Generell beskrivelse av tretthet og klassifisering av tretthet	<ul style="list-style-type: none"> • Psykiske og mentale refleksers innvirkning på å ta rasjonelle avgjørelser • Effektene og konsekvensene av tretthet 	Teori	Klasserom	
4.2 Forklare ILO krav til hviletid	Gjennomgang av krav til hviletid	<ul style="list-style-type: none"> • Minimum hviletid i 7 dagers periode - 77 timer, 10 timer hviletid i løpet av 24 timer • Hviletid kan deles i to perioder hvor en periode skal være minst 6 timer • Hviletiden trenger ikke bli overholdt ved øvelser og ved en nødsituasjon 	Teori	Klasserom	
4.3 Ledelse på land og ombord		<ul style="list-style-type: none"> • Planlegging av hvile- og arbeidsperioder • Bemannings nivå • Arbeidsfordeling • Land til skip, støtte og kommunikasjon • Standardiserte arbeidsprosedyrer • Reise planlegging • Ledelsens policy • Havneoperasjoner • Rekreasjons – fasiliteter • Administrative plikter 	Teori	Klasserom	
4.4 Skip-spesifikke faktorer	Gjennomgang av hvilke faktorer om bord på skipet som kan påvirke hvile og hviletid.	<ul style="list-style-type: none"> • Nivå av automatisering • Pålitelighet av utstyr • Karakteristikk på vibrasjoner • Vibrasjon, varme og støynivå Kvalitet på arbeid- og bomiljø • Laste karakteristikk og krav • Skipets utforming 	Teori	Klasserom	
4.5 Mannskapsavhengige faktorer	Gjennomgang av hvilke mannskapsavhengige faktorer som kan påvirke hvile og hviletid	<ul style="list-style-type: none"> • Gjennomføring av trening • Erfaring • Sammensetning av besetning, • Besetningens kompetanse og kvalitet 	Teori/ Gruppearbeid	Klasserom	
4.6 Eksterne miljøfaktorer	Gjennomgang av hvilke miljøfaktorer som kan påvirke hvile og hviletid	<ul style="list-style-type: none"> • Været • Havneforhold • Isforhold • Trafikktetthet 	Teori/ Gruppearbeid	Klasserom	