

# **Emneplan**

## **Oppdateringskurs**

### **sikkerhetsopplæring for**

### **sjøfolk på mindre skip**

**Emneplan for sikkerhetsopplæring for sjøfolk på skip  
med lengde (L) under 24 meter<sup>1</sup> i fartsområde  
liten kystfart.**

**Haugesund, 1. juli 2020**

---

<sup>1</sup> Se begrensninger i punkt 1.1.

## Innholdsfortegnelse

1	Introduksjon .....	4
1.1	Bruk av læreplan.....	4
1.2	Planens omfang .....	4
1.3	Studieressurser .....	4
1.3.1	Instruktører .....	4
1.3.2	Utstyr og lokaler .....	4
1.4	Krav til planlegging av opplæringen .....	4
1.5	Opplæringsmetoder .....	4
1.6	Evaluering av opplæringen .....	5
1.7	Vurdering av kompetanse .....	5
1.7.1	Krav til forkunnskap.....	5
1.7.2	Hensikten med vurderingen.....	5
1.7.3	Generelle vurderingskriterier .....	5
1.7.4	Prinsipper knyttet til vurdering og metoder for vurderingen .....	5
1.8	Opplæringens mål, omfang og innhold.....	5
1.8.1	Opplæringens hensikt.....	5
1.8.2	Læringsmål .....	5
1.8.3	Omfang .....	5
1.9	Introduksjon .....	5
1.9.1	Informasjon om regler ved opphold på skolens område .....	6
1.9.2	Timeplan.....	6
1.9.3	Informasjon om kontroll av læremål.....	6
2	Personlige redningsteknikker .....	6
2.1	Redningsfarkost.....	6
2.2	Personlig redningsutstyr.....	6
2.3	Praktisk øving på personlig redningsutstyr .....	6
2.4	Overlevelse i sjø.....	7
2.5	GMDSS-utstyr .....	7
3	Forebyggende brannvern og brannslukking.....	7
3.1	Minimere risiko for brann .....	7
3.2	Beredskap til å reagere på branntilløp .....	8
3.3	Bruk av brannslukkere og brannutstyr .....	9
3.4	Forhåndsregler ved bruk av faste slokkeanlegg .....	10
4	Grunnleggende førstehjelp .....	10

4.1	Generelle førstehjelpsprinsipper.....	10
4.2	Posisjonering av forulykkede.....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
4.3	Bevisstløshet.....	10
4.4	Prinsipper for gjenopplivingsforsøk .....	11
4.5	Blødninger .....	11
4.6	Behandling av sirkulasjonssvikt .....	11
4.7	Brannskader og forbrenninger .....	11
4.8	Transport av skadde .....	11
5	Vedlegg .....	12
5.1	Vedlegg 1: Fag- og timefordeling .....	12

# 1 Introduksjon

## 1.1 Bruk av læreplan

Emneplanen er et felles dokument for alle godkjente skoler og kursarrangører i Norge<sup>2</sup> som tilbyr sikkerhetsopplæring for sjøfolk på mindre skip<sup>3</sup>.

Emneplanen gir i utgangspunktet ikke tilstrekkelig sikkerhetsopplæring for sjøfolk på

- a. lasteskip med lengde (L) over 24 meter
- b. lasteskip med bruttotonnasje over 500
- c. lasteskip i større fartsområde en liten kystfart
- d. passasjerskip med passasjersertifikat for 13 eller flere passasjerer
- e. fiskefartøy uansett størrelse og fartsområde<sup>4</sup>.

Emneplanen bestemmer hvilke emner det skal gis opplæring i. Det gis også en beskrivelse av utstyr og lærerressurser som skal være til rådighet. Emneplanen skal danne grunnlaget for den enkelte utdanningsinstitusjons planlegging av undervisningen og gjennomføring av avsluttende prøve.

## 1.2 Planens omfang

Emnene tar utgangspunkt i STCW-konvensjonens regel VI, Avsnitt A-VI/1 og tabeller A-VI/1-1, 1-2, 1-3 og 1-4, men innhold og omfang er tilpasset til skip med lengde (L) under 24 meter i fartsområde liten kystfart eller mindre.

## 1.3 Studieressurser

### 1.3.1 Instruktører

Instruktører skal ha kompetanse etter IMO modellkurs 6.09 instruktørkurs, eller annen høyere pedagogisk kompetanse. Instruktører skal ha forståelse for opplæringsprogrammet og målene med opplæringen. I tillegg skal instruktører ha gjennomført sikkerhetsopplæring på minst samme nivå.

### 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.

## 1.4 Krav til planlegging av opplæringen

Fagansvarlig skal utarbeide undervisningsmaterieell, instruktørveiledning, timeplaner og avsluttende prøve.

## 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.

---

<sup>2</sup> Jf. forskrift om kvalifikasjoner og sertifikater for sjøfolk (kvalifikasjonsforskriften) § 14.

<sup>3</sup> Jf. forskrift om kvalifikasjoner og sertifikater for sjøfolk (kvalifikasjonsforskriften) § 8.

<sup>4</sup> Jf. forskrift 10. februar 1989 nr. 88 om sikkerhetsopplæring for fiskere.

## **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**

Krav til forkunnskap er gjennomført kurs i sikkerhetsopplæring for sjøfolk på mindre skip<sup>5</sup> eller annen godkjent sikkerhetsopplæring. Hvis kompetansen er utgått, må det dokumenteres 12 måneders fartstid med gyldig ferdighetssertifikat eller kurs. Fartstiden beregnes 5 år tilbake fra oppstartdato på nytt kurs.

### **1.7.2 Hensikten med avsluttende prøve**

Avsluttende prøve skal foregå slik at det er mulig å avgjøre om kandidaten har tilstrekkelig kompetanse. Hvert enkelt emne i avsluttende prøve skal være bestått.

### **1.7.3 Generelle vurderingskriterier**

Obligatorisk deltakelse i undervisningen. Bestått avsluttende prøve.

### **1.7.4 Prinsipper knyttet til vurdering og metoder for vurderingen**

Metoden som velges for å vurdere kompetanse må være relevant med tanke på å kunne avgjøre om kandidatene har den kompetanse de skal ha opparbeidet.

## **1.8 Opplæringens mål, omfang og innhold.**

### **1.8.1 Opplæringens hensikt**

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

### **1.8.2 Læringsmål**

Etter kurset skal deltakerne kunne demonstrere kompetanse gitt i emneplanen. Hvert enkelt emne i avsluttende prøve skal være bestått.

### **1.8.3 Omfang**

En time i emneplanen er på 45 minutter. Kursets skal gjennomføres på minimum 10 timer fordelt på minimum 1 dag.

### **1.8.4 Endringslogg**

Ingen endringer per 1. juli 2020.

## **1.9 Introduksjon**

Deltakerne skal ved oppmøte få informasjon om regler ved opphold på skolens område, timeplan og kontroll av læremål.

---

<sup>5</sup> Jf. forskrift om kvalifikasjoner og sertifikater for sjøfolk (kvalifikasjonsforskriften) § 8 tredje ledd.

### **1.9.1 Informasjon om regler ved opphold på skolens område**

Deltakeren skal få introduksjon i HMS-regler for all ferdsel, inkludert øvelsesområder. Instruktører presenteres med ansvarsoppgaver gjennom kurset.

### **1.9.2 Timeplan**

Gjennomgang av kursets timeplan, tidspunkter for oppstart, avslutning og utlevering av bekledning for øvelser.

### **1.9.3 Informasjon om kontroll av læremål**

Deltakeren skal få informasjon om undervisningen og den avsluttende prøven.

## **2 Personlige redningsteknikker**

Emnet om personlig redningsteknikker bygger på STCW-tabell A-VI/1-1, men innhold og omfang er tilpasset til skip med lengde (L) under 24 meter i fartsområde liten kystfart eller mindre.

### **2.1 Redningsfarkost**

Deltakeren skal gjennom teori og demonstrasjon av utstyr få tilstrekkelig kunnskap om redningsflåter.

Deltakeren skal få demonstrert redningsflåter og tilhørende utstyr som er aktuelle for fartøytypen, samt fri flyt arrangement.

### **2.2 Personlig redningsutstyr**

Deltakeren skal gjennom teori og demonstrasjon av utstyr få tilstrekkelig kunnskap om personlig redningsutstyr.

- a. livbøyer
  - i. beskriv bruk av livbøye og prosedyre ved mann over bord
- b. redningsvester
  - i. beskrive antall redningsvester en skal ha om bord
  - ii. beskrive forskjellen på en redningsvest og arbeidsvest
  - iii. beskrive utstyr som lys, fløyte og line
- c. redningsdrakter
  - i. beskrivelse av redningsdrakten og hvilke krav denne har
  - ii. plassering av redningsdrakter
  - iii. termisk varmebeskyttelse.

### **2.3 Praktisk øving på personlig redningsutstyr**

Deltakeren skal gjennom demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap, forståelse og kompetanse i bruken av personlig redningsutstyr.

- a. redningsvest
  - i. ta på redningsvest riktig

- ii. svømme en kort distanse og borde en redningsflåte med redningsvest
- b. redningsdrakter
  - i. ta på redningsdrakt riktig på under to minutter uten assistanse
  - ii. ha på en redningsdrakt og utføre følgende:
    - i. hoppe fra en høyde på minst 1 meter og ned i vannet
- c. bording av redningsflåte
  - i. borde en redningsflåte fra skutesiden og fra vannet
  - ii. demonstrere bruk av utstyret om bord inklusiv drivankeret
  - iii. rette opp en kantret redningsflåte.

## 2.4 Overlevelse i sjø

Deltakeren skal få teoretisk gjennomgang, praktisk øving og demonstrasjon i teknikker for best overlevelse i sjø. Det skal gis en teoretisk gjennomgang av farer for skipsbrudne.

## 2.5 GMDSS-utstyr

Deltakeren skal gjennom teori, praktisk øving og demonstrasjon få tilstrekkelig kunnskap, forståelse og dyktighet i GMDSS-utstyret som skal være om bord og som skal tas med ved evakuering.

- a. håndholdt nød VHF-radio
  - i. beskrive bruken av en håndholdt nød VHF-radio, skifte batteri, lade batteri og nødvendigheten av å ha antennen så høyt som mulig
- b. nødpeilesender – EPIRB
  - i. beskrive nødvendigheten av en EPIRB
  - ii. beskrive hvor de er lagret og hvilket antall vi har om bord
  - iii. demonstrere hvordan de blir aktivert
  - iv. demonstrere testmodus
- c. radar transponder-SARD
  - i. beskrive bruken av SARD
  - ii. beskrive forskjellen på en AIS SART og en tradisjonell Radar Transponder
  - iii. beskrive testmodus.

## 3 Forebyggende brannvern og brannslukking

Emnet om forebyggende brannvern og brannslukking bygger på STCW-konvensjonens tabell A-VI/1-2, men er tilpasset til skip med lengde (L) under 24 meter i fartsområde liten kystfart eller mindre.

### 3.1 Minimere risikoen for brann

Deltakeren skal gjennom teori få tilfredsstillende kunnskaper om og kjenne grunnleggende prinsipper for årsaker til at det oppstår brann om bord. Det skal forklares hvordan brann kan forebygges og hvordan spredning kan begrenses.

Det skal gis en teoretisk gjennomgang av forutsetninger for at en brann skal kunne oppstå

- a. forklare hva som må være til stede for at en brann kan oppstå
  - i. brennbart materiale
  - ii. tennekilde
  - iii. oksygen

- b. forklare
  - i. branntrekanten
  - ii. brannfirkanten.

Egenskapene for brannfarlige materialer skal gjennomgås.

- a. definisjoner
  - i. tenntemperatur
  - ii. flammepunkt
  - iii. nedre eksplosjonsområde
  - iv. øvre eksplosjonsområde
  - v. selvantening
- b. eksempel på hvordan statisk elektrisitet kan oppstå
- c. kjennskap til datablad og IMDG-koden.

Det skal forklares hvordan en brann sprer seg gjennom

- a. varmeledning
- b. stråling
- c. konveksjonsstrømmer.

Det skal gis en gjennomgang av generelle sikkerhetsprosedyrer og tiltak man kan gjøre for å forebygge brann om bord.

- a. røykeforbud i farlige områder
- b. ryddighet
- c. god orden på arbeidsplassen
- d. evne til å gjenkjenne brannfarer og tiltak for å stanse disse.
- e. behov for konstant årvåkenhet
- f. brannvakt.

### **3.2 Beredskap til å reagere på branntilløp**

Deltakeren skal gjennom teori få tilstrekkelig kunnskap, forståelse og dyktighet i å reagere på branntilløp.

Beskriv bruk av kommunikasjon under brannslukking som

- a. meldinger mellom mennesker
- b. telefon
- c. VHF/UHF om bord
- d. skip til land VHF
- e. PA-anlegg.

Det skal gis en gjennomgang av sikkerhetsprosedyrer ved brann

- a. forklar hvordan et brannlag er satt sammen og hvem som er leder
- b. forklar hvorfor en brannsoner ikke skal entres før lederen av brannlaget gir ordre om det
- c. forklar hvorfor det er viktig å være kjent i brannområdet og kjenne til nødutgangene og rømningsveier i dette området



- d. forklar hvorfor det er viktig å være utstyrt korrekt i tilfelle det er mørkt og røykfullt
- e. beskriv hvordan man skal være kledd.

Det skal gis en gjennomgang av brann- og røykdetektorer

- a. forklar virkemåten til et automatisk branndeteksjonssystem
- b. beskriv ulike typer automatiske branndetektorer
- c. list opp alarmene som automatiske deteksjonssystemer kan aktivere
- d. forklar fordelene med et automatisk sprinklersystem sammenlignet med et branndeteksjonssystem i passasjer og lugarområde.

Forklar automatiske brannalarmer

- a. beskriv virkemåten til et automatisk brannalarmsystem
- b. beskriv et system som er inndelt i brannsoner og beskriv hvor et slikt system kan bli installert om bord på et skip.

Beskriv brannklassifisering og egnede slukkemidler

- a. beskriv de ulike brannklassene vi har
- b. beskriv hvilke slukkemiddel vi kan bruke for de ulike brannklassene
- c. forklar at en elektrisk brann går over til en av disse brannklassene når strømmen blir slått av eller ved strømbrudd.

### **3.3 Bruk av brannslukkere og brannutstyr**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktiske øvelser på øvingsfelt få tilstrekkelig kunnskap, forståelse og kompetanse om bruken av brannslukkere og annet brannutstyr.

Det skal gis en gjennomgang om bruk av brannslanger, grenrør og strålerør

- a. beskriv hvordan man legger ut et normalt utlegg, og la elevene prøve strålerørene med ulike mengder vann og ulik stråle
- b. forklar normalt vedlikehold på slanger og strålerør
- c. forklar bruken av en skumvæskinjektor og hva slags strålerør som brukes til tungt, mellom og lett skum.

Forklar bruk av mobile brannslukkere og bruk av skum

- a. forklar hvilke mobile brannslukkere vi har som
  - i. vann
  - ii. skum
  - iii. pulver
  - iv. CO<sub>2</sub>
- b. beskriv hvordan de brukes og bruksområde
- c. beskriv kapasiteten vi har på slike brannslukkere.

Beskriv og demonstrer bruken av branntepper

- a. forklar hvor man normalt oppbevarer branntepper om bord
- b. la elevene prøve å slukke brann på person (øvelsesdukke) med branntepper.

Forklar korrekt bruk av mobile brannslukkere for ulike branner som

- a. trebrann
- b. oljebrann
- c. propanbrann
- d. elektrisk brann.

Beskriv slukking av større branner der det brukes

- a. vann
- b. skum.

### **3.4 Forholdsregler ved bruk av faste slukkeanlegg**

Deltakeren skal gjennom teori få tilstrekkelig kunnskap, forståelse og kompetanse i bruken av faste slukkeanlegg som kan finnes om bord på mindre skip.

- a. gjennomgå de vanligste faste slukkeanleggene som
  - i. CO<sub>2</sub>
  - ii. sprinkler
  - iii. tungt og lett skum
  - iv. brannhydranter
  - v. brannpumper
  - vi. tåkeanlegg
  - vii. pulver.

## **4 Grunnleggende førstehjelp**

Emnet om grunnleggende førstehjelp bygger på STCW-konvensjonens tabell A-VI/1-3.

### **4.1 Generelle førstehjelpsprinsipper**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om førstehjelpsprinsipper.

- a. beskriv strakstiltak ved nødsituasjoner
- b. hvordan vurdere ulykkens alvorlighetsgrad
- c. angi innholdet i en nødsituasjonssjekkliste som
  - i. vurdering av ulykkessituasjonen
  - ii. vurdering av egen risiko.

### **4.2 Behandling av den skadde**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om hvordan den skadde skal behandles.

- a. beskrive hensiktsmessig prosedyre for behandling av den skadde
  - i. stabilt sideleie
  - ii. HLR-stilling
- b. demonstrere riktig metode for å legge person i korrekt stilling.

### **4.3 Bevisstløshet**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om bevisstløshet. Deltakeren skal gjenkjenne symptomer og farer ved bevisstløshet og kunne utføre nødvendige tiltak.

### **4.4 Prinsipper for gjenopplivingsforsøk**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om prinsipper for gjenopplivingsforsøk.

- a. gjenkjenne nødvendigheten av umiddelbar gjenoppliving i nødsituasjoner
- b. gjennomføre gjenopplivning alene og med assistanse etter de til enhver tid gjeldende retningslinjer
- c. demonstrasjon av hjertestarter.

### **4.5 Blødninger**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving på markører få tilstrekkelig kunnskap om blødninger.

- a) gjenkjenne farer ved blødninger
- b) gjennomføre hensiktsmessig grunnleggende tiltak for å begrense/stanse blødninger
- c) bruke improvisert bandasje av det vi har tilgjengelig
- d) bruke bandasje fra førstehjelpsskrin
- e) demonstrere korrekt bandasjering
- f) gjennomføre enkle regler for å ivareta egen helse og personlig hygiene.

### **4.6 Behandling av sirkulasjonssvikt**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om behandling av sjokk.

- a. beskrive de vanligste årsakene til sirkulasjonssvikt
- b. gjenkjenne symptomene for sirkulasjonssvikt
- c. gjennomføre hensiktsmessige tiltak for behandling av sirkulasjonssvikt.

### **4.7 Brannskader og forbrenninger**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap behandling av brannskader og forbrenninger.

- a. gjenkjenne symptomer på brannskader og forbrenninger og skader forårsaket av elektrisitet
- b. gjennomføre hensiktsmessige tiltak for brannskader og forbrenninger
- c. gjennomføre hensiktsmessige tiltak for kjemiske brannskader
- d. gjennomføre hensiktsmessige tiltak for kjemiske brannskader på øynene
- e. gjennomføre hensiktsmessige tiltak for ulykker forårsaket av elektrisitet.

### **4.8 Transport av skadde**

Deltakeren skal gjennom teori, demonstrasjon og praktisk øving få tilstrekkelig kunnskap om hensiktsmessig transport av skadde.

- a. gjennomføre hensiktsmessig transport av skadde alene og med assistanse fra andre
- b. utfordringer med lukkede rom og det å være om bord på skip
- c. gjenkjenne farene vi kan ha ved transport av skadde med nakke- og/eller ryggskader, og demonstrere sikker transport av skadde med slik skade.

## 5 Vedlegg

### 5.1 Vedlegg 1: Fag- og timefordeling

Kapittel	Emner	Undervisnings	
		timer*	Avsluttende prøve
		Veiledende timer	Avsluttende prøve
<b>1 Introduksjon</b>	Presentasjon av kurs	0,5	
<b>2 Personlige redningsteknikker</b>	Teoretisk og praktisk øving som beskrevet i kapittel 2	3	
<b>3 Forebyggende brannvern og brannslukking</b>	Teoretisk og praktisk øving som beskrevet i kapittel 3	3	
<b>4 Grunnleggende førstehjelp</b>	Teoretisk og praktisk øving som beskrevet i kapittel 4	3	
		9,5	0,5

\* En undervisningstime tilsvarer 45 minutter