

**BRANDKÅRSUNGDOMARNAS**

# **NYBÖRJARKURS II**

**UTBILDARENS HANDBOK**



<b>Text</b>	<b>Suvi Almqvist</b>
<b>Uppdatering</b>	<b>Helena Järvensivu</b>
<b>Svensk text</b>	<b>Åsa Haglund, Anders Ehrnsten</b>
<b>Bilder</b>	<b>Hannu Leskinen</b>
<b>Redaktion</b>	<b>Räddningsbranchens Centralorganisation i Finland</b>

ISBN 000-00-000-000-0

RÄDDNINGSBRANCHENS CENTRALORGANISATION I FINLAND  
HELSINGFORS 2008

6. uppdaterade upplagan 2016

**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. **Nybörjarkurs 2** är den andra kursen inom utbildningssystemet för brandkårsungdomar. Kursen är utarbetad för ungdomar i en ålder av 9 till 10 år som är nybörjare inom brandkårsverksamheten. 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. Passande gruppstorlek är 5 – 15 ungdomar. Ta i beaktande deltagarnas skrivkunskaper när det gäller nybörjarkursen. De valbara ämnena finns bland materialet för Nybörjarkurs 1.

## 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.

## NYBÖRJARKURS II

### KUR SINNEHÅLL OCH LEKTIONS FÖRDELNING

#### OBLIGATORISKA ÄMNEN

LT 1	Öppnade av kursen
ÖT 2-3	Lägerliv
ÖT 4	Uppställningar
ÖT 5-6	Släckningstäcke
LT 7	Signal för allmän fara
ÖT 8-9	Knopar
ÖT 10-11	Rädda sig ur en brand
ÖT 12	Stukningar
LT 13	Varmans rättigheter och skyldigheter
ÖT 14-15	Risker i närmiljön (gatan)
ÖT 16	Nödanmälan
ÖT 17-18	Tryckförband
ÖT 19-21	Slutövning
LT 22	Avslutande av kursen

*Nybörjarkurs I och II innehåller i stort sett samma valbara ämnen. Man bör se till, att man helst väljer olika valbara ämnen från ett år till ett annat år så att eleverna inte tycker, att kursen alltid är lika.*

## VALBARA ÄMNEN

LT	Bli bekant med varandra
ÖT	Simundervisning
ÖT	Riskerna i närmiljön (trafiken)
ÖT	Sprutövning
ÖT	Samhörighet
ÖT	Säkerhet till sjöss
ÖT	Lägerdop
ÖT	Olika tävlingar
ÖT	Olika lekar
ÖT	Knåp och pyssel
ÖT	Lägerkonstverk
LT	Kökets verksamhet
LT	Polisens verksamhet
LT	Brandbilen
ÖT	Utflykt

## PLANERING AV KURSEN

---

---

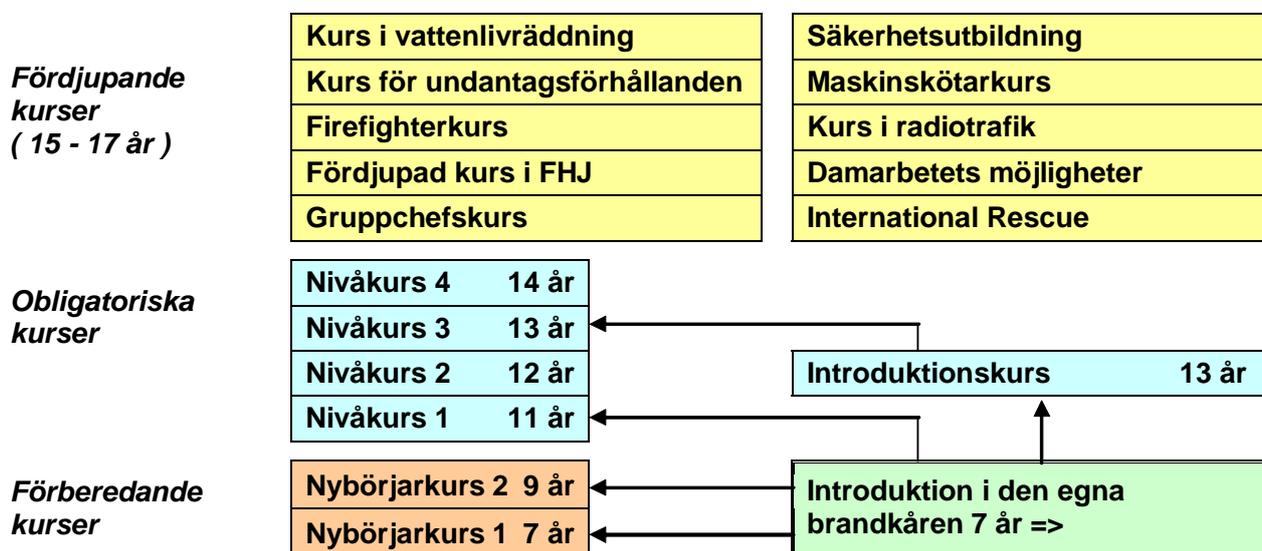
---

---

---


## 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

---



---



---



---



## NYBÖRJARKURS II ALLMÄNT OM LEKTIONER

<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	30 min ( <i>lektionens längd kan varieras beroende på ämnet och gruppens sammansättning</i> )
<b>PLATS</b>	Lektionssalen och övningsområdena
<b>REKVISITA</b>	Berättelser, blädderblock eller vanlig tavla, OH-apparat, elevernas arbetsböcker, övrigt material och redskap.
<b>FÖRBEREDELSE</b>	Förbered lektionerna väl. Anländ i tid till platsen och kontrollera, att alla grejer fungerar.
<b>INLEDNING OCH AVSLUTNING</b>	<p>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.</p> <p><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></p>
<b>GRUPPINDELNING</b>	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.
<b>INDIVIDUALISM</b>	<p>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.</p> <p><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></p>
<b>LÄROMETODER</b> <p><i>Lektioner LT och övningar ÖT är inte skilda åt på sidorna som berättar om innehållet. Varje lektion borde innehålla även övningar.</i></p>	<p>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.</p> <p><b><i>Timplanen i detta utbildningspaket är inte huggen i sten. Plocka istället ut övningar som är passande för just din grupp.</i></b></p>



## ***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

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><i>Dela ut arbetsböckerna. Det går bra att kopiera några sidor från dem i fall man inte vill använda hela boken.</i></p>	<p>Eleven förstår kursens målsättning och känner till spelreglerna för kursen.</p> <p>Kursens målsättningar, arrangemang, regler.</p> <p>30 min</p> <p>Lektionssalen / utbildningstältet</p> <p>Projektor och/eller tavla</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ordna klassrummet klart på förhand och möt kursdeltagarna.</li> <li>2. Barnen hälsas välkomna och sätter sig i en cirkel och var och en berättar sitt namn och alla får en namnskylt som tejpas fast på bröstet.</li> <li>3. <b>Genom diskussion listas lägreets allmänna spelregler på blädderblocket. Utbildaren läser reglerna högt och de placeras synligt.</b> De tre viktigaste reglerna kan skrivas in i arbetsboken</li> <li>4. Utbildaren berättar om kursprogrammet. Och vad kursen innehåller. Utbildaren lyssnar samtidigt till barnens egna idéer och förslag.</li> <li>5. Kurs- och gruppcheferna presenterar sig. Barnen delas in i sina egna grupper. Kursböckerna delas ut. Samtidigt går utbildaren igenom lägreets säkerhetsföreskrifter genom frågor som eleverna svara <b>ja</b> eller <b>nej</b> på. <i>Man kan också dela ut svarsappar JO &amp; NEJ som eleverna lyfter upp när utbildaren ber om det.</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Får man röra i utbildningsmaterialet utan lov?</li> <li>b) Får man gå till övningsplatserna utan lov?</li> <li>c) Får man gå ensam till stranden?</li> <li>d) Får man ta något som är en annans?</li> <li>e) Får man reta någon annan? osv.</li> </ol> </li> <li>6. Utbildaren berättar åt barnen vart de skall gå som följande och vägleder dem dit. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVARSKORT

**JA**



**NEJ**



# LT 2-3

# LÄGERLIV

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b>Som bilaga några lekar som passar till ämnet.</b></p> <p><b>Alternativt kan man fundera på vad man skall göra om man ensam går vilse i skogen.</b></p>	<p>Eleven förstår hur lägret fungerar och klarar sig själv på lägret. Barnen hittar till de ställen de behöver på lägret utan att gå vilse.</p> <p>Lägrets regler, kurserna, att sova i tält, bekanta sig med lägerområdet.</p> <p>2 x 30 min</p> <p>Lektionssalen och övningsområdet.</p> <p>Berättelse, tavla, karta över lägerområdet, ritmateriel</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Barnen sitter runt utbildaren i en ring. Utbildaren läser berättelsen om Ullis och Freddys utfärd. <i>Läs berättelsen högt och med inlevelse.</i></li> <li>2. Diskutera berättelsen och vad som skiljer sig från ett normalt stadsliv.       <p><i>Med eleverna kan man också rita tält, vindskydd, sovsäckar, lägereldar osv. i arbetsboken eller så kan de rita medan de lyssnar på berättelsen.</i></p> <p>Om man har tillgång till adb-utrustning kan man tillsammans med eleverna gå igenom cd-skivan Hitta Vilse. (svenska?)</p> </li> <li>3. Utbildaren går i stora drag igenom dagarnas och hela lägrets tidtabeller på overhead-projektor eller blädderblock.</li> <li>4. Utbildaren visar en ritning på lägerområdet. Eleverna delas in i par och åt varje par ges en ritning. Utbildaren märker med ett kryss ut en lätt plats på området (t.ex. bastun) och paret orienterar sig dit. Efter det kommer de tillbaka till utbildaren. Utbildaren kan ge några olika platser/par. Om man har förberett orienteringen på förhand kan det vid varje kontroll finnas en bokstav eller ett nummer som ska sägas åt utbildaren då man kommer tillbaka för att få en ny kontroll. På så sätt kan utbildaren vara säker på att paret hittat och besökt kontrollen. Så här blir lägerområdet bekant och orienteringsfärdigheterna övas.</li> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## E. Vilse

Lägerområdet är i allmänhet känt eller ingärdat men även där kan det ske tråkiga överraskningar. Om barnet går vilse i skogen är det bra om man lärt barnet några grundläggande saker:

1. Stanna på din plats! Krama ett träd.
2. Se till att du syns och hörs! Placera grejer runt dig så att någon kan hitta dig. Gör spår runt dig. Ropa regelbundet på hjälp.
3. Håll dig varm! Försök hålla dig torr. Värm fingrarna och händerna mot din mage. Kryp ihop så mycket du bara kan.

## F. Ensam i skogen (övning)

*Alla barn är inte vana att röra sig i skogen och kan därför lätt bli rädda om de hamnar ensamma i skogen. Man kan dock öva att vara ensam i skogen.*

För övningen behövs två vuxna per varje grupp med barn.

En av de vuxna och ett barn stannar på startplatsen. De övriga går tillsammans längs en stig i skogen. Barnen lämnas ett och ett ensam vid stigen med ett så långt avstånd mellan barnen, att de inte ser eller hör de övriga medan de andra fortsätter framåt. Barnet får vänta på platsen och njuta av naturens tysthet.

När ca 10 minuter har gått startar den vuxna som finns på startplatsen och går längs stigen och plockar upp barnen ett efter ett och medan gruppen växer går man till den andra vuxna vid stigen slut.

När barnen lärt sig vara ensamma i skogen kan man genomföra övningen i mörker.

*Gerd Mattson, Åbo, Tapio, Skogen i Skolan 1/2002.*





## BERÄTTELSE

### ULLIS OCH FREDDY PÅ VANDRING I SKOGEN

"Var e du?" ropade Ullis. Det regnade och började bli mörkt ute. För bara en liten stund sedan hade de vandrat med sina rinkor på ryggarna efter varandra på den smala stigen men nu när Ullis vände sig om och tittade bakåt kunde hon inte se Freddy någonstans. "Vart har han nu igen försvunnit" utbrast hon småargt. "Vi måste ju hitta en lugn och skyddad plats som är tillräckligt jämn att övernatta på. Plötsligt brakade det i buskarna. Regnet ökade i styrka och Ullis kände sig lite rädd. Då dök Freddys huvud upp ur en buske och med ett brett flin ropade han "här finns det massor av hallon". De åt av de goda bären och sedan fortsatte de sin vandring. Regnet avtog och himlen ljusnade så småningom.

När de vandrat en halv timme kom de till en glänta som var omgiven av täta buskar. Där kom de överens om, att Freddy bygger en sovplats och ett vindskydd medan Ullis samlar torr ved och tändar en brasa så de kan koka kvällste. Freddy samlade gräs att ligga på och harmades lite över att han glömt de nya liggunderlagen de fått i julklapp hemma. Ullis hämtade vatten ur sjön och la en rengöringstablett i kastrullen; hon var glad att hon i sista stund kommit ihåg att sticka ned några tabletter i rinkan innan de gick hemifrån. Medan tevattnet värmdes böt Ullis till torra kläder och hängde de våta kläderna på tork över några kvistar. "I morgon är de torra och kan användas på nytt" tänkte hon. Hon rullade även ut sovsäckarna så de skulle vädras lite.

Bakom en stor björk grävde Freddy en grop i marken. Gropen skulle fungera som toalett för dem så länge de var här. Tvätta sig kunde man i sjön, vattnet var kallt men Freddy plaskade på länge och väl ända tills Ullis påpekade, att hans läppar var alldeles blå. Ullis hoppades, att han inte skulle förkyla sig för de var ännu tre dagar kvar av deras vandring. Innan de kröp in i sina sovsäckar kontrollerade de noggrant, att brasan var helt och hållet släckt.

Följande morgon åt de morgonmål med god aptit och samlade därefter ihop alla sina saker. Speciellt Ullis var noggrann med att inte lämna någonting, inte ens skräp kvar på lägerplatsen. Freddy fyllde vattenflaskan och la den tillsammans med en chokladstång i en av rinkans yttre fickor. Han ropade på Ullis men hon svarade inte och syntes inte till. Freddy tog av sig rinkan på nytt och gick för att leta efter henne. Ullis stod bakom ett träd djupt försjunken i en karta och med kompassen i handen, hon hade funderat på i vilken riktning de skulle gå. Nu var de båda färdiga att fortsätta vandringen. Solen sken från en klarblå himmel och på en stor sten en bit längre bort låg en huggorm och solade sig. Ullis var glad och sken i kapp med solen.



# LT 4

## UPPSTÄLLNINGAR

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b>Gå igenom frågor gällande lägrets säkerhet.</b></p>	<p>Eleverna kan förflytta sig i grupp och kan uppträda på rätt sätt i samlad tropp.</p> <p>Uppställningar, att gå i formation, hur man beter sig i formation.</p> <p>30 min.</p> <p>Övningsområdet</p> <p>Flaggor, linor och stänger för att öva flagghissning.</p> <p>(Försäkra dig om att allt är klart för flagghissning)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Uppställningslek.</b> <p>Barnen går fritt på övningsområdet. Utbildaren ropar: "Bilda grupper på tre personer!", "Bilda grupper på två personer!", "Bilda grupper på sex personer!", " Bilda en kö i längdordning!", "Bilda en rad där den yngsta står längst till höger!" osv.</p> </li> <li><b>Lek.</b> <p>Gruppen delas två eller flera lika stora grupper. Varje elev får en lapp på vilken ett ord står skrivet. Ordet är en del av hela gruppens mening. Lapparna fästs på elevernas pannor. Tanken är att grupperna så snabbt som möjligt ställer sig i den ordning som behövs för att orden skall bli en mening (t.ex. Röken stiger uppåt). <b>Obs.</b> Kan alla läsa?</p> </li> <li>Öva att bilda rader och led (två-manna-led, tre-manna-led, flick-pojk-led osv.).</li> <li>Öva att röra sig organiserat under ledning av utbildaren. Klar gör hur man förflyttar sig från en plats till en annan.</li> <li>Beroende av grupp övas flagghissning tillsammans. Man kan skapa mindre grupper så att alla får prova på uppgiften.</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# LT 5-6

## SLÄCKNINGSTÄCKET

<b>MÅL</b>	Eleven vågar handla.
<b>INNEHÅLL</b>	Släckandet av en gurkburk (liten låga).
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	2 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Lektionssalen och övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	Brinnande plåtburk, släckningstäcke, seriebilder
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>    <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lektionen kan inledas med den brinnande plåtburken. Burken brinner och samtidigt funderar kursen hur den borde släckas. Lektionen kan också inledas med en lek eller en seriebildsuppgift.</li> <li>2. <b>Gå tillsammans igenom hur man handlar om ett klädesplagg fattar eld (stanna, släng dig omkull, rulla runt, kväv elden). Hitta på en gemensam ramsa. Man kan också öva en fiktiv situation där man släcker en brinnande byxbunt genom att rulla runt på marken. I arbetsboken finns en uppgift som hör samman med det här.</b></li> <li>3. Utbildaren visar hur släckningstäcket fungerar och berättar varför det är ett bra släckningsredskap.</li> <li>4. Eleverna får parvis prova använda släckningstäcke.</li> <li>5. Till slut kan man leka en lek där en elev går ut eller bakom dörren och en gömmer sig under släckningstäcket. Den som gick ut skall gissa vem som gömt sig.</li> <li>6. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol> <p><i>Om dina kläder brinner, släng dig på marken och rulla runt tills elden kvävs. Om någon annans kläder brinner, fäll omkull honom. Kväv elden genom att rulla runt honom eller släck branden med en matta, filt eller vatten. Kväv lågorna från huvudet och neråt så att du kan skydda ansiktet. Kyl glödande kläder med vatten. Plagg som brunnit fast i huden får du inte riva loss.</i></p>

STORDIA



## **BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN**

Släckningstäcket är tillverkat av ett icke brännbart material och kan användas för första-handssläckning av brand i t.ex. TV-apparater eller matolja på spisen.

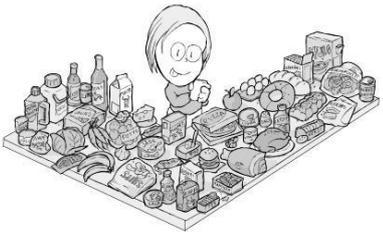
### **Användning av täcket:**

- Bryt elektriciteten till apparaten
- Dra i snöret så du får ut täcket ut förvaringspåsen
- Fatta tag i täckets hör och skydda händerna med täcket
- Stäck ut händerna rakt fram och lyft täcket
- Närma dig det brinnande föremålet i skydd av täcket och med vinden i ryggen
- Stöd täcket vid behov genom arr stiga på dess nedre kant
- Lagg täcket runt det brinnande föremålet och "spänn fast" den nedre delen
- Avlägsna inte täcket !
- Ring 112



# LT 7

## SIGNAL FÖR ALLMÄN FARA

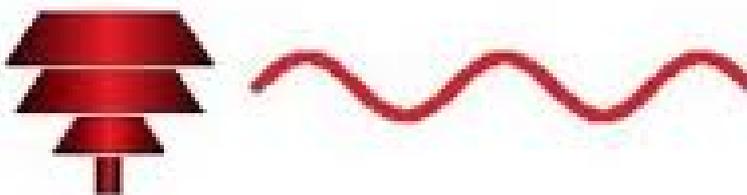
<b>MÅL</b>	Eleven kan fungera då man hör den allmänna farosignalen.
<b>INNEHÅLL</b>	Hur man skall fungera då man hör signalen för allmän fara.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	30 min
<b>PLATS</b>	Lektionssalen
<b>REKVISITA</b>	Allmänna farosignalen, flaptavla, bilder
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>    Utbildaren berättar och visar vilka olika larmsignaler och larmanordningar det finns.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utbildaren läser berättelsen. Eleverna funderar i små grupper på vad man ska göra och skriver ner sina tankar på flappapper. Därefter berättar varje grupp vad de har skrivit ned. Utbildaren lägger till saker som fattas och frågar samtidigt: varför skall man lyssna på radio? Varför skall man inte ringa? Varför stänga fönstren? Varför får man inte gå ut? Vilka andra situationer än gasutsläpp kan uppstå?</li> <li>2. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>

STORDIA

## NÄR DU HÖR SIGNALEN FÖR ALLMÄN FARA

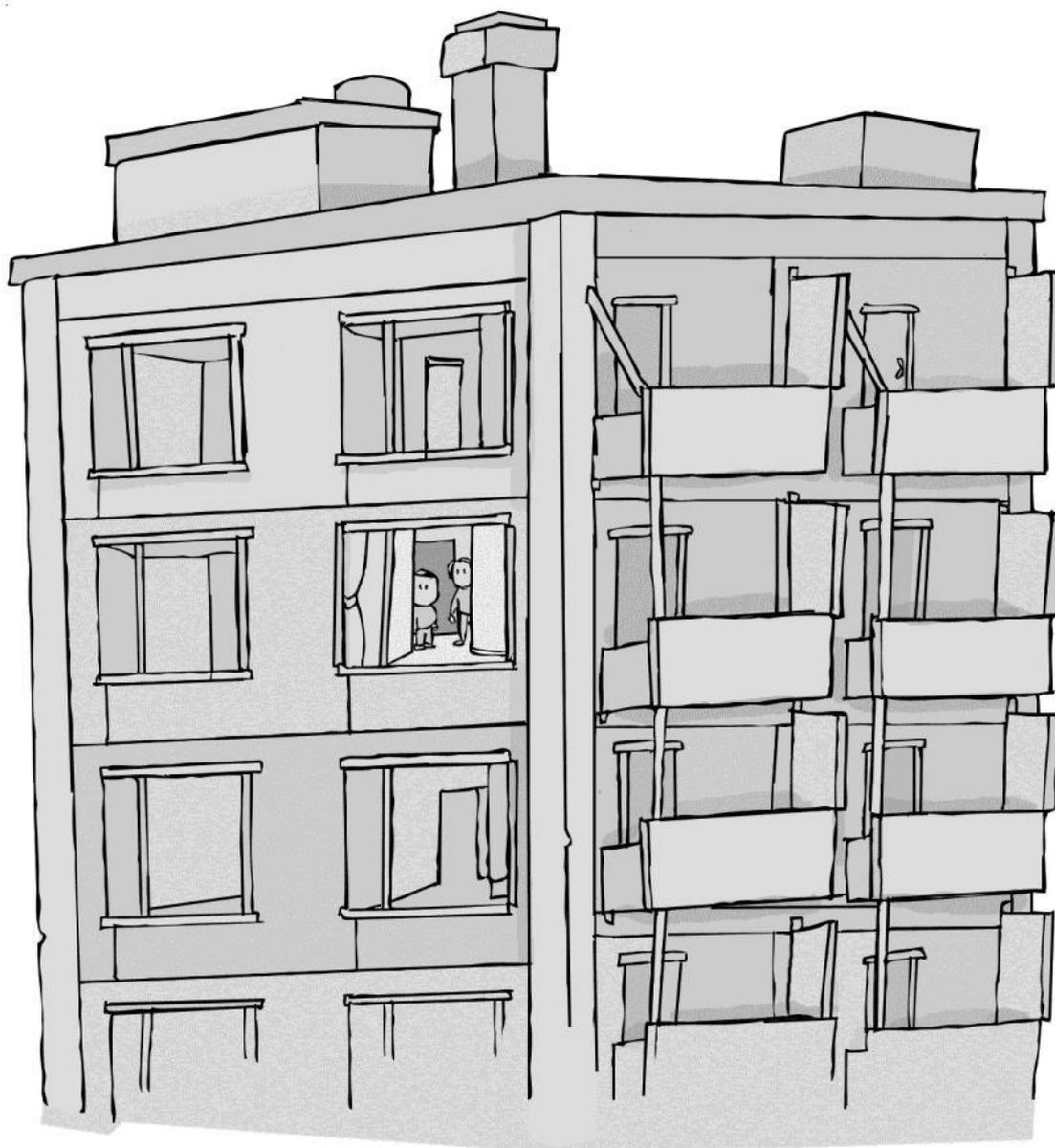


1. Sök dig inomhus. Stanna där.
2. Stäng dörrar, fönster, vädringsluckor och ventilationsanordningar.
3. Koppla på radion och vänta lugnt på anvisningar.
4. Undvik att använda telefon så att linjerna inte blockeras.
5. Avlägsna dig inte från området utan uppmaning av myndigheterna, annars kan du på vägen bli utsatt för fara.



## **BAKGRUNDSMATERIAL FÖRUTBILDAREN**

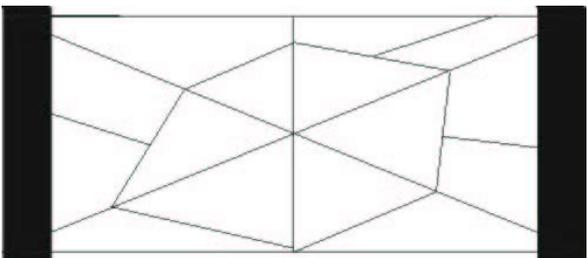
Utbildaren berättar situationen: Freddy sitter hemma och tittar på TV med en kopp kakao. Mitt i allt avbryts hans favoritprogram och istället visas ett nyhetsinslag. Freddy byter kanal till trean; samma sak och så också på fyran – alla kanaler visar samma nyhetsinslag. Nyhetsförmedlaren berättar: ”detta är en extra insatt nyhetssändning. Vi har just fått ett meddelande om att det Baltiska stateranas största kärnkraftverk i Estland har exploderat och strålning kommit ut i omgivningen. Strålningen är farlig för människorna och medborgarna uppmanas förhålla sig allvarligt till explosionen och den uppkomna strålningen. Räddningsmyndigheterna uppmanar befolkningen hemma att vidta följande åtgärder: ....”





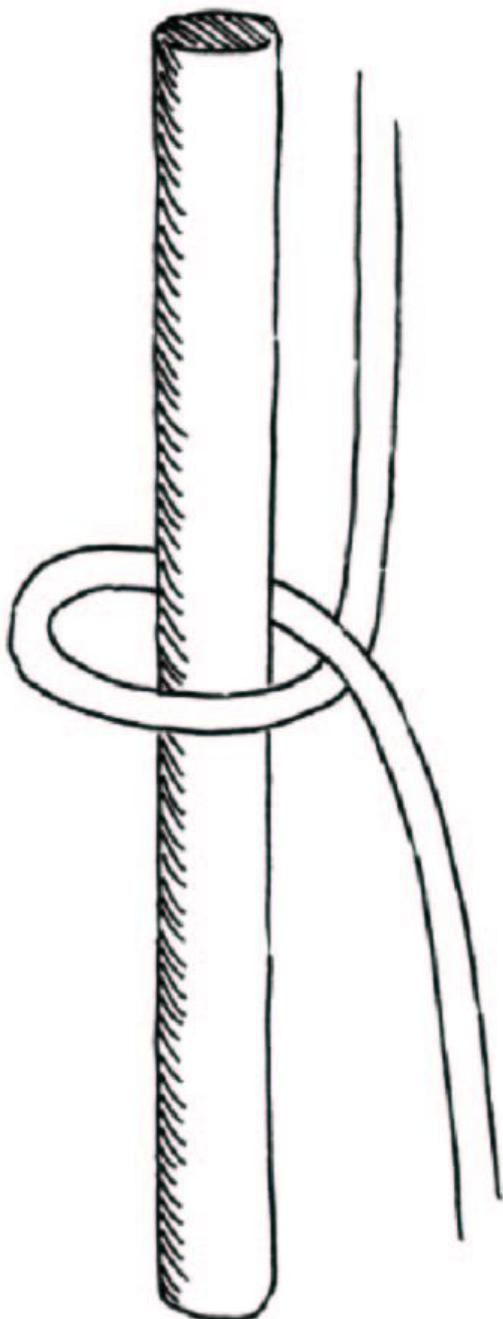
# LT 8-9

## KNOPPAR

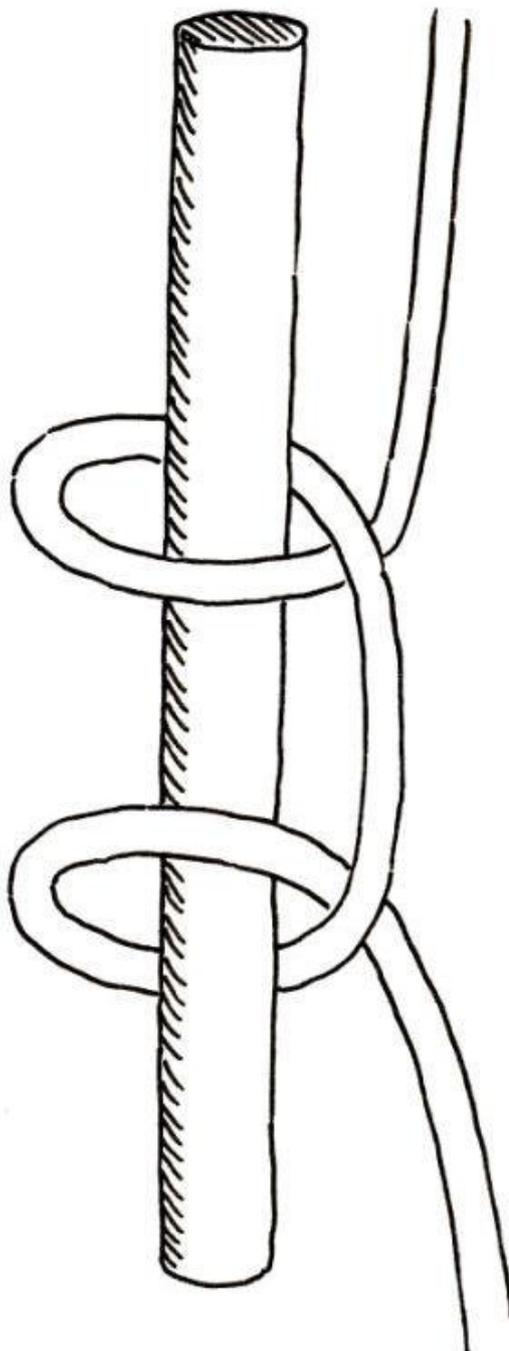
<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Eleven lär sig göra en knop och kan självständigt repetera knopen.</p> <p>Göra et halvslag, dubbelt halvslag och ett lärkhuvud runt en stolpe.</p> <p>2 x 30 min.</p> <p>Övningsområdet</p> <p>Rep, linor</p> <p>1. <b>Spiderman:</b></p> <p>Gruppen skall komma igenom ett på förhand byggt spindelnät utan att röra vid nätet. Om någon rör vid nätet måste hela gruppen börja om från början. Varje öppning får användas bara en gång. Gruppens medlemmar får hjälpa varandra, men då man en gång kommit igenom nätet kan man inte gå tillbaka till andra sidan igen. Till uppgiften kan läggas en tidsgräns eller den kan försvåras t.ex. genom att på förhand bestämma vilket hål var och en använder. Om gruppen är stor kan man bestämma att varje hål får användas två gånger. Nätet är lätt att bygga med rep mellan två träd. Det är bra att kontrollera att det inte finns stenar eller stubbar i närheten av nätet. Det lönar sig att göra olika stora hål i nätet.</p>  <p>Om det är ont om tid och eleverna är många kan man öva endast en knop.</p> <p>2. Eleverna delas in i par. Den ena gör en knop som den andra öppnar och sen byter man roller.</p> <p>3. Eleverna står runt utbildaren och följer med den knop utbildaren visar. Efter det försöker eleverna själva göra samma knop (lärkhuvud, halvslag...).</p> <p>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

STORDIA

## KNOPAR



**HALVSLAG**



**LÄRKHUVUD**

# LT 10-11

## ATT RÄDDA SIG UR EN BRAND

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b><i>Påminn om nödnumret 112 och hur man ringer dit.</i></b></p> <p>Man kan göra en utrymningsövning från ett fiktivt brinnande utrymme, på lägret t.ex. bastun eller matsalen.</p>	<p>Eleven kan fungera vid en brand och kan säkert ta sig ut.</p> <p>Hur handla vid en eldsvåda, speciellt hemma. Öva att rädda sig.</p> <p>2 x 30 min</p> <p>Lektionssalen och övningsområdet</p> <p>Overhead, bild att färglägga, färgpennor</p> <p><b>1. Kedjebindbock:</b></p> <p>Utbildaren förklarar lekens gång och visar det område som skall användas. Efter det förbjuds all slags kommunikation. Alla får förbundna ögon och utplaceras enskilt inom områdets gränser. Gruppens uppgift är att bilda en kedja där var och en rör vid någon annan i gruppen. Tanken är att se till så att alla kommer med i kedjan. Då gruppen anser sig vara klar skall den meddela det åt utbildaren som berättar om alla är med eller inte. Dukarna för ögonen får tas bort först då utbildaren ger lov dvs. uppgiften fortsätter tills alla är med i kedjan.</p> <p><i>Alternativt färgläggs arbetsbokens bild Röken stiger uppåt och gruppen diskuterar om bilden.</i></p> <p><b>2.</b> Under ledning av utbildaren diskuterar man hur man ska fungera vid brand hemma (varna andra, stäng fönster och dörrar, gå ut och ring nödnumret). Rita eller skriv instruktionerna på tavlan eller i häftet.</p> <p><b>3.</b> Tillsammans granskar man stordian om hur man räddar sig och diskuterar sedan vad som händer på bilderna.</p> <p><b>4.</b> I arbetsboken finns en teckningsuppgift: "Hur fungera vid brand?"</p> <p><b>5.</b> Berätta när och var gruppen träffas nästa gång.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

STORDIA

## HUR MAN SKALL FUNGERA VID EN ELDSVÅDA





# LT 12

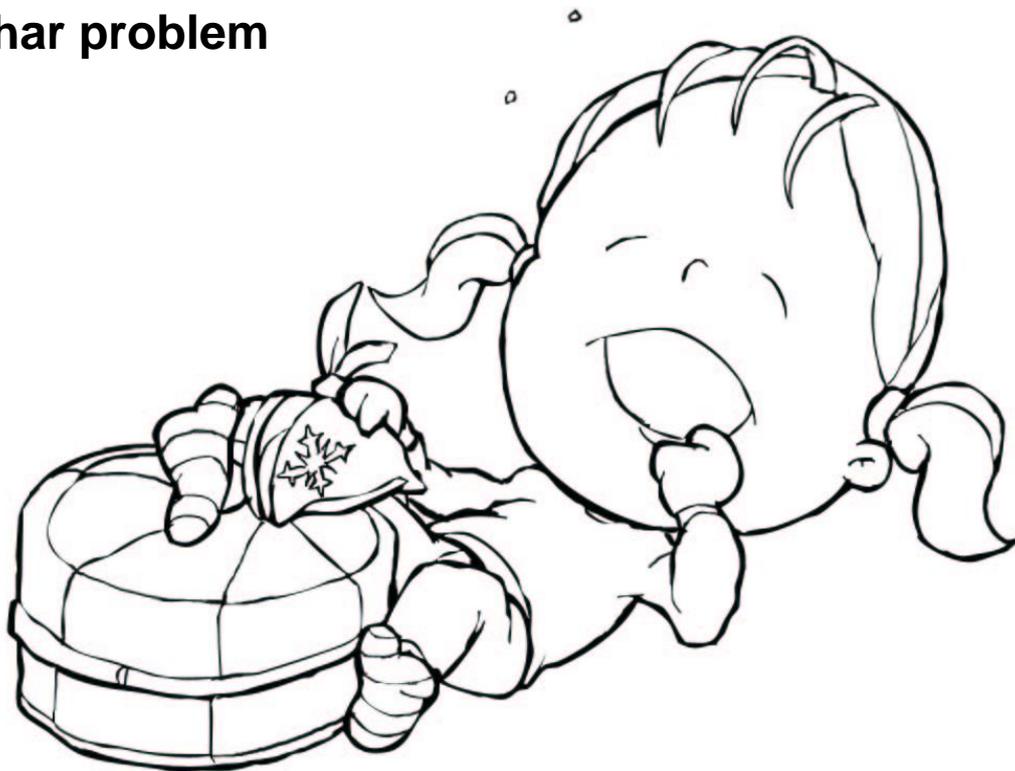
## STUKNINGAR OCH STÖTAR

<p><b>MÅL</b></p>	Eleven kan ge första hjälp vid stukningar och stötar.
<p><b>INNEHÅLL</b></p>	Stukningar, blåmärken, FHJ för dessa
<p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p>	30 min.
<p><b>PLATS</b></p>	Lektionssalen
<p><b>REKVISITA</b></p>	Förstahjälps artiklar
<p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p> <p><b>Första hjälp: Höjdläge, kompression och kallt:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Lyft upp extremiteten (för att förhindra blödning)</li> <li>2) Tryck på stället som är skadat (för att hindra svullnad)</li> <li>3) Kyl ner med kallt i 20-30 minuter ( för att lugna ner skadan)</li> <li>4) Sätt på ett stadigt förband</li> <li>5) Uppsök vård om smärtan och svullnaden inte går om</li> <li>6) Fortsätt hemma med kalla kompresser varannan timme i ett dygn</li> </ol>	<p><b>1. Människostatyn:</b></p> <p>Gruppen skall bilda en "formation" där varje medlem i gruppen rör vid någon annan i gruppen. Dessutom skall de kroppsdelar som utbildaren bestämmer vidrör marken. T.ex. "Bilda en formation där fyra fötter, fem händer, två pannor, tre rumpor, ett knä och tre armbågar rör marken". Större grupper kan med fördelar delas upp i mindre grupper. Man kan tävla om vem som först får sin formation färdig.</p> <p>Till slut kan man ge t.ex. en minut tid åt gruppen att planera en formation där så få kroppsdelar som möjligt vidrör marken.</p> <p><b>2. Diskutera med kursdeltagarna vad första hjälp för stukningar och stötar innebär (höjdläge, kompression och kallt).</b></p> <p><i>En stöt mot vävnaden eller vrickning av vristen förorsakar blödning i vävnaden under huden. Förutom smärtan samlas också vätska i det skadade området och det sväller upp. Genom att snabbt ge första hjälp, undviker man att skadan sprider sig och vävnaden återhämtar sig snabbare. Höjdläge, kompression och ispåse minskar blödning, svullnad och smärta samt förebygger stora blåmärken.</i></p> <p><b>3. Kursdeltagarna får öva på att ge första hjälp genom höjdläge, kompression och kallt.</b></p> <p><b>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</b></p>



STORDIA

## Ullis har problem



**Höjdläge**

**Kompression**

**Kallt omslag**

# LT 13

## VARMANS SKYLDIGHETER OCH RÄTTIGHETER

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><i>I arbetsboken finns ett korsord som tilläggsuppgift.</i></p>	<p>Eleven får en kollektiv säkerhetskänsla och fungerar enligt den.</p> <p>Rätten att få och skyldigheten att ge hjälp. Varmans rättigheter i naturen.</p> <p>30 min</p> <p>Lektionssalen</p> <p>Föremål som inte hör till naturen, röstningslapparna JA och NEJ</p> <p>1. Naturstig:</p> <p>Längs en utmärkt stig finns föremål som inte hör till naturen. Varje elev plockar med sig två sådana föremål. Efter naturstigen tittar man på vad eleverna hittat som inte hör till naturen och varför man hittar sådana här föremål i naturen. Det här kan man också göra på natten.</p> <p>2. Fundera tillsammans vad som menas med allemans <b>rättigheter</b> och <b>skyldigheter</b>.</p> <p><i>Med <b>allemansrätt</b> avses att varje medborgare har rätt till naturen, oberoende av vem som äger eller innehar marken. Man behöver alltså inte be markägaren om lov för att röra sig i det fria, inte heller betala för det, så länge man håller sig inom gränserna för allemansrätten. Men allemansrätten betyder också att man inte får orsaka olägenheter eller skada för människor eller miljö, inte heller uppträda på ett störande sätt.</i></p> <p>Samla ihop ditt eget skräp. För inte oljud. Uppgörande av eld är tillåtet endast på platser angivna för det. Eld får inte göras upp vid skogsbrandsfara. Uppmärksamma fastigheternas normala liv t.ex. skogsbruk. Du minns väl att du befinner dig på annans mark och gårdsområde då du rör dig genom fastigheter och gårdar. Följ den uppgjorda rutten!</p> <p>3. Alternativt spel: Eleverna har lappar (2 st.) där det står JA och NEJ. Utbildaren frågar en fråga: t.ex. Får man föra oljud i naturen? Efter det lyfter eleverna upp den lapp de tycker att ha rätt svar. Diskutera svaren.</p> <p>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## **BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN**

### **Ut i naturen**

<http://turvaopas.pelastustoimi.net/sv/ut-i-naturen/>

Den nordiska naturen är sårbar, men jämfört med många andra länder får vi relativt fritt röra oss i skog och mark och simma i vattendrag. Denna så kallade allemansrätt grundar sig på uråldrig praxis. Den garanterar vandraren friheter, men innebär också ett ansvar: man får inte störa markägaren eller orsaka olägenhet, och naturen skall respekteras.

Vi har rätt att röra oss i naturen till fots, på skidor eller på cykel, men inte med motordrivet fordon. Vi får plocka vilda bär, blommor och svamp och tillfälligt bo i tält på andras mark. Rätten gäller inte andras gårdsplaner och inte heller sådana odlingar som kan ta skada. Man får inte heller störa någons hemfrid genom att slå läger alltför nära andras hem.

Man får inte tända öppen eld på andras mark utan vägande orsak. Den som har gått vilse eller annars är i fara att förfrysa får naturligtvis tända en eld för att hålla sig varm. Man får fiska och jaga på andras marker endast med markägarens tillstånd. Det är enligt lag förbjudet att skräpa naturen. Den som vandrar i naturen får inte störa vilda djur eller renar.

### **Svag is och andra faror**

Naturen kan vara grym och oberäknelig. I synnerhet vildmarksvandrare och båtfarare behöver särskilda färdigheter för att klara sig i farliga situationer. I terrängen och på sjön kan det dröja så länge innan hjälpen kommer att vandraren bara har sig själv att lita på. Är du inte en erfaren vandrare skall du aldrig bege dig i väg ensam.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

STORDIA

## VARMANS RÄTTIGHETER

### Du får:

- röra dig till fots, cykla och åka skidor överallt i naturen utom på gårdsplaner eller över åkrar, ängar eller planteringar som kan ta skada
- tillfälligt vistas på marker där det är tillåtet att röra sig enligt ovan - du kan till exempel tälta relativt fritt, bara du håller ett tillräckligt avstånd till andras bostäder
- plocka vilda bär och blommor samt svamp
- meta och pimpelfiska
- ägna dig åt båtliv, simma och tvätta dig i sjöar och vattendrag samt färdas på isen.

### Du får inte:

- störa häckande fåglar eller deras ungar eller skada fågelbon
- skrämma renar eller vilt
- på annans mark fälla eller skada växande träd, inte heller ta torra eller kullfallna träd, ris, mossa eller liknande
- utan tvingande skäl göra upp öppen eld på annans mark
- störa hemfriden till exempel genom att slå läger alltför nära en bostad eller genom att föra oväsen, t.ex. spela högljudd musik
- skräpa ner i naturen
- köra ett motorfordon i terrängen utan tillstånd av markägaren, inte heller fiska eller jaga utan vederbörliga tillstånd.

## KORSORD

Hjälp Freddy hitta följande ord:

*BRANDVARNARE, FÖRSTAHJÄLP, SPIS, PULVER,  
 SLÄCKNINGSTÄCKE, TELEVISION, NÖDNUMMER,  
 BASTUUGN, KRYPA, LJUS, BRANDSTATION, BRANDBIL,  
 TÄNDSTICKOR, BRÄNNSKADA, PYTSSPRUTA*



Q	D	R	N	G	U	Q	E	T	U	O	Å	A	D	G	J	L	Ä	C	B
F	R	H	N	M	T	E	R	T	B	R	A	N	D	B	I	L	V	B	R
B	G	A	D	F	S	W	R	Y	I	P	A	D	G	J	L	Ä	S	R	A
N	Å	A	B	G	A	V	N	E	R	G	N	J	I	O	P	T	S	A	K
N	Ä	L	R	U	B	R	A	N	D	V	A	R	N	A	R	E	D	N	A
M	A	I	Ä	I	Z	C	I	L	A	T	R	F	B	N	R	L	A	D	D
J	D	U	N	P	H	J	K	V	M	J	D	F	G	W	A	E	B	S	O
R	X	H	N	N	Ö	D	N	U	M	M	E	R	P	Y	T	V	R	T	F
F	V	B	S	K	A	D	A	P	Å	T	U	M	S	F	S	I	Ä	A	F
L	J	U	S	L	I	L	L	D	V	M	U	H	F	R	L	S	N	T	A
A	S	S	R	E	D	N	A	S	I	P	S	K	R	O	A	I	N	I	T
Ö	P	Y	T	S	S	P	R	U	T	A	L	K	I	K	K	O	S	O	T
R	G	N	K	N	F	B	K	E	V	A	Ä	L	L	C	A	N	R	N	R
Ö	A	F	A	E	B	K	K	K	A	R	C	L	E	I	D	E	E	F	A
D	A	Ö	L	G	I	O	R	U	V	F	K	A	N	T	A	D	V	I	V
G	G	R	L	N	L	E	Y	L	R	Ö	N	A	B	S	B	U	L	N	Å
L	G	S	E	Å	M	T	P	E	E	R	I	K	C	D	B	M	U	N	Ä
Ö	I	T	P	P	E	N	A	L	L	I	N	S	S	N	S	S	P	S	H
D	T	A	Å	S	N	I	P	E	T	N	G	S	T	Ä	C	K	E	D	A
D	F	H	J	Ä	L	P	Å	G	O	L	V	D	Å	T	F	F	A	L	L



# LT 14-15

## RISKERNA I NÄRMILJÖN (GATAN)

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b>Eleverna kan också få en karta där de kan rita in skyddsvägar och trafikmärken för att göra staden säkrare.</b></p>	<p>Eleven kan grunderna i hur man tryggt rör sig som fotgängare och cyklist.</p> <p>Fotgängaren i trafiken, cyklisten i trafiken.</p> <p>2 x 30 min.</p> <p>Lektionssalen eller övningsområdet</p> <p>Trafikmärken (som bilder)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Eleverna undersöker parvis trafikmärkena och skriver ner vad varje märke betyder.       <p>På sidan <a href="http://www.liikenneturva.fi/fi/turvapupu/">http://www.liikenneturva.fi/fi/turvapupu/</a> finns en färgläggningsuppgift med trafikmärken (på finska).</p> </li> <li>Under ledning av utbildaren går man igenom de rätta svaren. I arbetsboken finns tre trafikmärken.       <p>Lektionen kan också genomföras så att eleverna avlägger ett cykeltest (stanna, köra förbi, svänga, balansera, åka slalom, känna igen trafikmärken). Lämpar sig t.ex. för ungdomsavdelningarnas veckoövningar.</p> </li> <li>Utbildaren berättar en historia: <i>"Lefa och Lisbeth var på väg till skolan. Lisbeth promenerar på vägrenen och Lefa cyklar. En tant går över vägen vid skyddsvägen. En röd bil har stannat vid skyddsvägen och väntar att tanten går över. Det är ännu rätt så mörkt eftersom det är tidig morgon."</i> <p>Utbildaren ber barnen rita situationen i sin arbetsbok och där efter diskuterar man bilderna (Har Lefa hjälm? Har barnen reflexer? Fungerar bilens körljus? osv.).</p> </li> <li>Under ledning av utbildaren skriver man på tavlan en tankekarta över vad man bör minnas i trafiken, vad som förbättrar säkerheten (synlighet, lugn, trafikregler, hjälmar osv.).</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

STORDIA

## TRAFIKMÄRKEN



Varning för skyddsväg



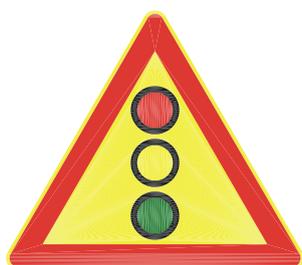
Varning för barn



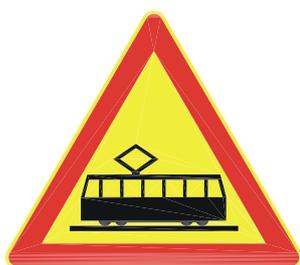
Cyklister



Älgvarning



Trafikljus



Spårväg



Annan fara



Förbjudet för fotgängare, cyklar och mopeder



Gångbana



Cykelväg

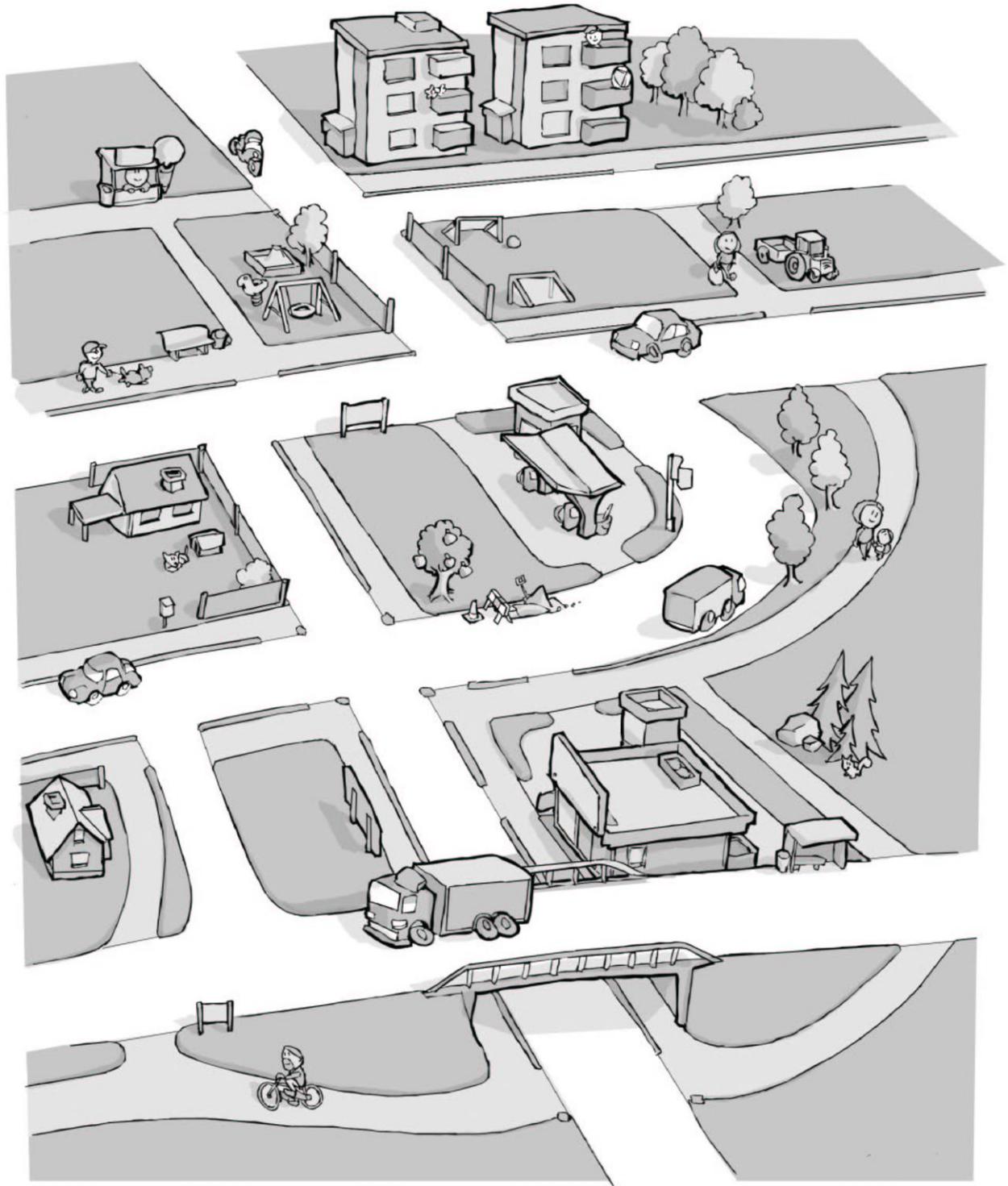


Obligatoriskt stopp



Skyddsväg

# STADSKARTA



STORDIA



**VARNING FÖR SKYDDSVÄG**

## **BAKGRUNDSMATERIAL FÖR UTBILDAREN**

I Finland inträffar över 100 000 trafikolyckor årligen. I dessa olyckor dör årligen omkring 400 och skadas närmare 8 500 personer. I medeltal 25 % av trafikolyckorna med dödlig utgång förorsakas av överhastighet, 20 % av rattfylleri och 15 % av försumlig användning av bilbälte. Övriga signifikanta orsaker är chaufförens trötthet, fordonets skick samt självmord.

De allvarigaste olyckorna sker utanför tätorter. Tre fjärdedelar av dödsolyckorna är utkörnings- och frontalkrockar.

Huvudparten av personskadorna bland fotgängarna sker i tätorter. Barn och äldre är ofta offer. Dödsolyckor där cyklister är inblandade sker i tätorter och hälften av dödsfallen är äldre. Den största delen av olyckorna som inte kommer till polisens kännedom är cyklisters enskilda fall och utkörningar.

## **HJÄLM**

Cyklisten och den som blir skjutsad skall under färden vanligen använda en lämplig skyddshjälm. Man kan inte bli straffad för försummad användning av hjälm. För barn under skolåldern finns en speciell hjälm som har en s.k. nödöppningsmekanism. Om barnet vid lek blir hängande i sin hjälm i en lekställning, öppnas hjälmens lås automatiskt p.g.a. barnets tyngd. Den som rör sig på rullskridskor och rullbräde borde också använda hjälm.

I Finland dör årligen omkring 40 cyklister och omkring 970 cyklister skadas allvarligt. Till och med 80 % av cyklisters dödsfall orsakas av en hjärnskada som uppkommit till följd av stöt mot huvudet. Bestående invaliditet är ofta också en följd av hjärnskada.

## **REFLEX**

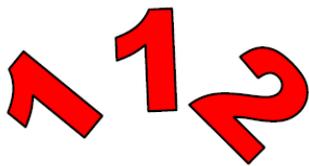
I trafiken råder samma faror då man kör i regn, dimma eller mörker som när man kör under dygnets ljusa tid. Vi bara ser dem sämre och framför allt mycket senare än i goda förhållanden. Bilisternas riktiga och effektiva användning av körljus och fotgängarnas reflex främjar säkerheten på mörk väg.

Olycksrisken för den lätta trafiken är i mörker minst två gånger så stor som under dygnets ljusa tid. Reflexen hjälper fotgängaren att synas. Enligt trafiklagen skall fotgängaren vanligen alltid använda en lämplig reflex då han rör sig på vägen i mörker. Reflexerna fästs så, att den annalkande bilens förare ser fotgängaren, oberoende om han korsar vägen eller går längs den.



# LT 16

## NÖDNUMRET

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  	<p>Eleverna skall kunna nödnumret och veta när man ringer till det.</p> <p>Hur man gör en nödanmälan</p> <p>30 min</p> <p>Lektionssalen / utbildningstältet</p> <p>Berättelse, flaptavla, (projektor)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Berätta historien om en bilolycka. Bilda par av eleverna. Den ena är mopedisten Lisbeth och den andra är nödcentraloperatör. Lisbeth ringer till nödcentralen och de diskuterar om situationen.</li> <li>Gå med hjälp av en tankekarta igenom situationer där man ringer till nödnumret. Utbildaren skriver upp barnens idéer (bilolyckor, sjukdomsattacker, bränder, osv.)</li> <li><b>Skriv upp nödnumret 112 synligt på tavlan och i elevernas egna arbetsböcker!</b></li> <li>Gå tillsammans med hjälp av stordiat igenom vad man skall berätta när man ringer nödnumret.</li> <li>Berätta på nytt historien om bilolyckan. Bilda par av eleverna. Den ena är mopedisten Lisbeth och den andra är nödcentraloperatör. Lisbeth ringer till nödcentralen och de diskuterar om situationen. <b>Anvisningarna för nödsamtal finns denna gång synliga.</b></li> <li>Diskutera vad som var skillnaden mellan den första övningen och den andra.</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## **BERÄTTELSE**

### **LISBETHS MOPEDFÄRD**

Lisbeth kom körande sakta och lugnt på sin röda moped längs den kurviga vägen från stranden. Hon hade litet tidigare stannat och plockat en bukett vitsippor åt sin mormor. Hon kunde känna doften av blommorna fastän hon lagt dem i sin ryggsäck. I spegel såg hon, att en stor grön bil närmade sig i hög fart. Bilen körde om Lisbeth på den krokiga vägen utan att sakta in det minsta. "Alla tycks ha bråttom nuförtiden" muttrade Lisbeth för sig själv.

Efter en liten stund kom Lisbeth till en mycket brant kurva. Hon saktade in en aning och när hon kom genom kurvan såg hon, att den gröna bilen som just kört om henne låg i diket.

Lisbeth stannade sin moped och sprang fram mot bilen i diket för att ta reda på vad som hade hänt. Medan hon sprang grävde hon fram sin mobiltelefon ur rockfickan.



STORDIA

## **NÖDNUMRET 112**

- 1. Ring nödsamtalet själv om du har möjlighet till det.**
- 2. Berätta lugnt vad som har hänt.**
- 3. Uppge adressen så noggrant som möjligt och kom ihåg i vilken kommun du är.**
- 4. Svara på alla frågor som larmjouren ställer dig.**
- 5. Handla enligt de direktiv du får från nödcentralen.**
- 6. Avsluta samtalet först när du får lov till det av larmjouren.**
- 7. Var lugn.**

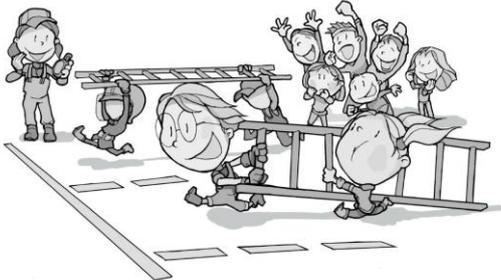


# LT 17-18

## TRYCKFÖRBAND

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p> <p><b>Ett tryckförband används för att förbinda ett kraftigt blödande sår. Man kan använda t.ex. en annan förbandsrulle till hjälp för att få ett tryck mot såret.</b></p> 	<p>Eleven kan göra ett tryckförband och vet när man skall använda ett tryckförband</p> <p>Hur gör man ett tryckförband och när behövs detta.</p> <p>2 x 30 min.</p> <p>Lektionssalen</p> <p>Förbandsmaterial</p> <p>1. Dela in eleverna i tre personers grupper. Läs en berättelse och låt eleverna gruppvis fundera ut vad de skall göra.</p> <p>a) <i>Eleverna är i vardagsrummet och en av dem får ett djupt skärsår i sin vrist av ett glasbord som går sönder. Hur skall de handla?</i></p> <p>b) <i>Eleverna är ute i naturen och en av dem får ett kraftigt blödande sår i handleden när han täljer en grillpinne åt sig. Hur skall de handla?</i></p> <p>Genom att ändra plats och gruppens storlek kan man skapa mera utmaningar för eleverna.</p> <p>2. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**LT 19-21**
**KURSENS SLUTÖVNING**

<b>MÅL</b>	Eleverna repeterar det de lärt sig och upplever hur det känns att lyckas. Utbildarna får feedback på vad deltagarna lärt sig.
<b>INNEHÅLL</b>	Man repeterar det man lärt sig under kursen genom en övning.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	3 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	Redskap som behövs enligt hur övningen är uppbyggd
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>	<p>1. Kursens slutövning kan genomföras som "olympiska spel" eller som en övning med kontroller. Då behövs ledare och assistenter vid varje kontroll.</p> <p>Vid planeringen av kontrollerna måste man ta i beaktande vad man lärt barnen. En grupp har möjligen bekantat sig noggrannare med ett ämne än en annan grupp. Kontrollerna kan vara t.ex.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) släckning (släckningstäcke)</li> <li>b) knopar</li> <li>c) första hjälpen (stukningar)</li> <li>d) första hjälpen (tryckförband)</li> <li>e) att rädda sig</li> </ul> <p>2. Genomgång av övningen görs under ledning av utbildaren som diskussion (eller teckningsuppgift). Vad var roligast under övningen, vad var svårast? Vad skulle du vilja lära dig mera om, vad var tråkigt?</p> <p>3. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</p>
	

# LT 22

## AVSLUTANDET AV KURSEN

<b>MÅL</b>	Eleverna reser hem glada och nöjda. Utbildarna får feedback angående kursen
<b>INNEHÅLL</b>	Avslutandet av kursen på ett högtidligt sätt, respons och utdelning av intyg.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	30 min.
<b>PLATS</b>	Lektionssalen
<b>REKVISITA</b>	
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>  	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Svanslek:</b> Var och en har en svans i midjan (t.ex. byxlinningen) som man försöker skydda. Samtidigt försöker man stjäla andras svansar.</li> <li>2. Eleverna sitter i ring och diskuterar vad som varit roligast och tråkigast på lägret, vad som varit svårt och lätt.</li> <li>3. Eleverna kan också i sin arbetsbok rita det trevligaste och det tråkigaste på lägret.</li> <li>4. Sitt i en ring så att alla ser varandra. Utbildaren skakar hand med var och en och delar ut betygen och märkena samt berättar om följande kurser och deras innehåll.</li> <li>5. Tack och hej.</li> <li>6. Utbildaren berättar hur det går till då lägret avslutas.</li> <li>7. Loppu slut för detta år !</li> </ol>







## VALBARA ÄMNEN

LT	Bli bekant med varandra
ÖT	Simundervisning
ÖT	Riskerna i närmiljön (trafiken)
ÖT	Sprutövning
ÖT	Samhörighet
ÖT	Säkerhet till sjöss
ÖT	Lägerdop
ÖT	Olika tävlingar
ÖT	Olika lekar
ÖT	Knåp och pyssel
ÖT	Lägerkonstverk
LT	Kökets verksamhet
LT	Polisens verksamhet
LT	Brandbilen
ÖT	Utflykt

# ÖT Vb 1

## BLI BEKANT MED VARANDRA

<b>MÅL</b>	Eleverna blir bekanta med varandra.
<b>INNEHÅLL</b>	Olika lekar.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	30 min
<b>PLATS</b>	Öppen och luftig plats
<b>REKVISITA</b>	
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Man leker olika lekar där man får eleverna att bli bekanta med varandra samt lekar där man lär sig fungera i grupp.</li> <li>2. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>



# LT Vb 2-3

## SIMUNDERVISNING

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b>Gäddan</b></p> <p><i>Utbildaren är gädda och eleverna småfiskar. Gäddan dyker under vattnet och försöker ta fast småfiskarna, som vadande flyr undan. Den fisk som blir fasttagen av gäddan blir fri t.ex. genom att skvätta vatten på gäddan. Gäddan blir då rädd och beger sig efter andra småfiskar.</i></p>	<p>Eleven är inte rädd för vatten och lär sig simningens grunder. Eleven njuter av vattenlekar.</p> <p>Grunderna i simning, simning.</p> <p>2 x 30 min.</p> <p>Simstranden</p> <p>Material att dyka efter (ringar, flaskor, tyngder, käglor osv.), hinkar, plastmuggar/paffmuggar, snören, klädnypor</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Minnesspel:</b> Placera ut olika föremål på botten och ge eleverna tid att titta efter vad där finns. Tag bort ett och fråga vad som fattas.</li> <li><b>Tuppstrid:</b> Ställ två hinkar upp och ner på botten, stå på hinkarna och håll en tuppstrid.</li> <li><b>Bana med snören:</b> Gör en bana under vattnet med hjälp av snöre, eleverna följer banan och gör uppgifter på botten eller ytan.</li> <li><b>Dragtävling:</b> Eleverna delas in i par. Gör en ögla i änden på bandet och den ena i paret drar längs stranden den andra som glider fram i vattnet.</li> <li><b>Övning av ryggsim. Placera en plastmugg på pannan och öva ryggsim. Huvudets ställning hålls bra om muggen hålls på pannan. Muggarna kan läggas mot öronen och då kan man lyssna till vattnets ljud på ca 10 cm djup under vattnet.</b></li> <li><b>Snöre under vattnet.</b> Samla upp klädnypor som är fastsatta på snöret under vattnet; för nybörjare på grundare vatten och för simkunniga t.ex. på 2 meters djup.</li> <li>Övning av simrörelser på ett utmärkt område. Först som torrövning och sedan i vattnet.</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# LT Vb 4-5

## RISKERNA I NÄRMILJÖN (TRAFIKEN)

<b>MÅL</b>	Eleven kan grunderna i hur man tryggt rör sig som fotgängare och cyklist. Känna igen de vanligaste trafikmärkena.
<b>INNEHÅLL</b>	Fotgängare och cyklister i trafiken.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	2 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Lektionssalen
<b>REKVISITA</b>	Trafikmärken, papp, pennor (om minnespelet tillverkas av barnen)
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>        	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Repeterar de vanligaste trafikmärkena och hur man skall fungera då man ser dem.</b></li> <li>Minnesspel om trafikmärken. Korten kan göras gruppvis genom att rita själv eller klippa från ett duplikat. Utbildaren kan också göra korten på förhand.   <a href="http://alk.tiehallinto.fi/www2/liikennemerkki/index_sv.htm">http://alk.tiehallinto.fi/www2/liikennemerkki/index_sv.htm</a> </li> <li>Repeterar regler som behövs då man cyklar (hjälm, inte skjutsa, cykla inte utan att hålla i med händerna, belysningen i skick osv.).</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol> <p>Minnesspelkort</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div data-bbox="1058 1473 1289 1702" style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>SKYDDSVÄG</b></p> </div> </div>

# LT Vb 6-9

## SPRUTÖVNING

<b>MÅL</b>	Kan använda olika strålrör. Roligt att spruta under övervakning av en trygg vuxen.
<b>INNEHÅLL</b>	Sprutövning med olika strålrör
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	4 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	Slangar, strålrör, etc.
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utmärkta spel och övningar finns på sidorna (på finska):  <a href="http://www.pelastustoimi.fi/media/lapsille/flash/tykki.html">http://www.pelastustoimi.fi/media/lapsille/flash/tykki.html</a>  <a href="http://www.pelastustoimi.fi/media/lapsille/flash/palo.html">http://www.pelastustoimi.fi/media/lapsille/flash/palo.html</a> </li> <li>2. Olika strålrör behövs och utbildaren går med hjälp av bilder och utrustning igenom olika typer av strålrör och berättar hurdana strålrör det finns och var de används. Detaljerad beskrivning behövs inte.</li> <li>3. Strålrören provas i mån av möjlighet. Utbildaren visar hur de fungerar och eleverna provar i tur och ordning.</li> <li>4. Om strålrör fattas eller om det bara finns några få kan man hålla en lekfull tävling med <b>pytssprutan</b>.</li> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
	

**LT** Vb 13-14

**SAMHÖRIGHET**

<p><b>MÅL</b></p>	Höja gruppandan, bekanta sig med varandra, pigga upp och få motivation till inläring.
<p><b>INNEHÅLL</b></p>	Olika samhörighetslekar.
<p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p>	3 x 30 min.
<p><b>PLATS</b></p>	Övningsområdet
<p><b>REKVISITA</b></p>	Hopprep, material för Tarzan-banan
<p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p> <p><i>Gruppbildningen är en förändringsprocess som pågår fortgående. Grupperna utvecklas och fungerar på olika sätt och man kan således inte säga att en grupp är bättre än den andra.</i></p> <p><i>För att gruppen ska kunna lyckas borde den ha ett klart mål som motiverar barnen att vara med. Därtill borde gruppen ha delmål, eftersom ett "pris" långt i framtiden inte alltid räcker.</i></p> <p><i>Betydelsen av gruppens mål ökar ofta hos barnen an efter som den vuxna låter barnet delta i planering och beslutsfattande.</i></p>	<p>1. <b>Ängel, häxa, flicka, pojke:</b> Alla spelare står i en ring och väljer en som skall snurra hopprevet. Han går i ringens mitt och börjar snurra hopprevet nära marken runt sig själv. De övriga hoppar över repet och säger samtidigt: ängel, häxa, flicka, pojke.</p> <p>Om repet tar i en spelare då man säger ängel händer inget och spelet fortsätter, men om det är vid ordet häxa måste man in i mitten och snurra. Vid ordet flicka börjar den som snurrat jag den som bommade och den kan rädda sig genom att ropa ett flicknamn. Om han blir fångad före måste han snurra. Vid ordet pojke skall ett pojknamn ropas.</p> <p>2. <b>Tarzan-bana:</b> Utbildaren planerar rutten (t.ex. i skogen, på åkern, på gården, i klassen) där man kan springa, gå, klättra, hoppa, skutta, kasta kottar, stoja, gömma sig osv. Utbildaren för gruppen på banan som kan vara utmärkt och uppgifterna preciserade på utmärkta ställen. För utmärkande av uppgifter lönar det sig att använda stationsflaggor. Det går också bra att improvisera banan an efter och ge olika roliga uppgifter åt eleverna på passliga ställen.</p> <p>3. <b>Rita och koppla av:</b> Sitt parvis med benen i kors bakom varandra. Den som sitter bakom ritar bilder som utbildaren gett på framförvarandes rygg och han försöker gissa vad bilden föreställer. Det kan t.ex. vara fråga om former, siffror, bokstäver, hjärta, hus, sol, träd, stol osv.</p> <p>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</p>

# LT Vb 13-14

## SJÖSÄKERHET

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><i>Alternativt kan man gå igenom hur man skall röra sig på is.</i></p>	<p>Eleven känner till och kan använda flytväst.</p> <p>Flytvästen, att simma med flytväst</p> <p>2 x 30 min.</p> <p>Klassrummet / övningsområdet / stranden</p> <p>Flytvästar</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fundera tillsammans varför och när flytvästar skall användas.</li> <li>2. <b>Öva med att klä på flytvästen och om stranden finns nära kan man simma med flytvästen på.</b></li> <li>3. Fundera tillsammans vad man skall göra om man själv faller från bryggan.</li> <li>4. Vad skall man göra om någon annan faller från bryggan. Direktiv finns på sidan: <a href="http://www.suh.fi/taustasivut/svenska/">http://www.suh.fi/taustasivut/svenska/</a></li> </ol> <p><b>KOM ALLTID IHÅG DETTA!</b></p> <p>L – lugna ner offret och lugna ner dig själv</p> <p>H – hjälpmedel</p> <p>R – rädda</p> <p>Rusa aldrig huvudstupa för att rädda för alltid finns en så kallad förlängd arm för räddaren. Släng t.ex. i en simleksak och be om hjälp av en vuxen.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol> 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# ÖT 15-16

## LÄGERDOP

<b>MÅL</b>	Högandet av gruppkänslan, att bekanta sig med varandra och ha roligt.
<b>INNEHÅLL</b>	En funktionell upplevelsebana.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	2 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>  <b>Indelningen i grupper kan också göras på följande sätt:</b> Ta ett gammalt postkort per fyra elever, klipp kortet i fyra delar. Var och en tar i sin tur en bit (t.ex. ur en hatt). Man får inte prata överhuvudtaget. Man får därefter röra sig fritt och söka upp de tre andra som har bitar till samma kort. När alla hittats puzzlar man ihop kortet och har på detta sätt fått ihop en grupp.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lek, <b>Vakthunden</b>: barnen sitter i en ring, man väljer en som är vakthund och som sover mitt i ringen. En klocka eller bjällra förs från hand till hand bakom ryggen på dem som sitter i ringen. Vakthunden försöker luska ut var klockan finns och skäller mot den han tror har klockan. Om han gissar rätt byter man plats med vakthunden.</li> <li>2. Lägerdopet kan förverkligas genom en traditionell bana som utbildarna planerar. Banan innehåller olika uppgifter; lek, att äta något, tävlingar, osv.</li> <li>3. Eleverna delas in i grupper om 3-4 personer och ger dem som uppgift att panera en punkt på banan.</li> <li>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>



# LT Vb 17-20

## TÄVLINGAR

<b>MÅL</b>	Höja gruppandan, bekanta sig med varandra, pigga upp sig och motivera sig för inläring.
<b>INNEHÅLL</b>	Olika tävlingar.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	4 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	Käglor, ägg, pennor, papper, stafettpinne, pyttssprutor
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>  <b>Teambild:</b> Ett stort papper placeras på marken eller på ett annat plant underlag. En tuschpenna tejpas fast i en lång käpp. Gruppen springer fram till pappret från ett avstånd på t.ex. 10 meter och ritar den bild utbildaren nämner (stjärna, kors, eller något annat svårare). Alla måste hålla i käppen medan man ritat. Vinnarlaget blir det som först ritat klart den rätta bilden eller en bild som ser rätt ut.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Kägelstöld:</b> Området delas i två delar. På den ena sidan finns exempelvis en gul kägla och på den andra sidan en röd kägla. Det ena laget försöker stjäla det andra lagets kägla. Om motståndarlagets spelare blir fast på det andra lagets område måste han till fångelset. Det lag som först kan stjäla det andra lagets kägla och får den förd över på egen sida är vinnare.</li> <li>2. <b>Äggkastning:</b> I leken behövs ägg. Deltagarna väljer ett par åt sig och åt varje par ges ett ägg. Deltagarna försöker kasta ägget till varandra från så långt avstånd som möjligt. Det par som klarar av det längsta avståndet och får ägget att hållas helt har vunnit.</li> <li>3. <b>Stafett</b> med ärtpåse eller stafettpinne: Deltagarna delar in sig i lag. Lagen delar upp sig i två grupper och placerar sig i kö i vardera änden av planen. Deltagarna löper turvis över till andra sidan och växlar med pinnen/ärtpåsen och det lag vinner där alla deltagare först sprungit.</li> <li>4. <b>Pyttssprutetävling:</b> 3-4-mannalag försöker så snabbt som möjligt fälla 10 käglor.</li> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>

# LT Vb 21-24

## LEKAR

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p> <p><b>Söndrig TV:</b> Gruppen delas in i 4-6 personers lag och alla lag placeras i kö sittande på golvet. Utbildaren visar en bild åt den sista i varje lag och de ritar den med fingret på framförvarandes rygg som i sin tur ritar på följande rygg tills den första i raden ritar bilden på papper. Det lag vinner, vars bild bäst liknar den ursprungliga (utbildaren är domare). Om flera bilder är lika bra avgör snabbheten.</p>	<p>Höja gruppandan, bekanta sig med varandra, pigga upp sig och motivera sig för inläring.</p> <p>Olika lekar.</p> <p>4 x 30 min.</p> <p>Övningsområdet</p> <p>Bollar, papper, pennor, stolar och musik</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Bollen cirkulerar:</b> Deltagarna sitter i ring på golvet. Bollen cirkulerar runt och endast den som håller i bollen får tala. Utbildaren kan ge t.ex. följande uppgift: Nämn en sak du lärde dig igår eller idag eller som du har lärt dig på lägret.</li> <li><b>Stollek:</b> Det behövs en färre stol än antalet deltagare. Då musiken börjar spela börjar deltagarna gå i en ring runt stolarna. När musiken slutar försöker alla sätta sig på en stol och den som blir utan stol faller ur leken.</li> <li><b>Cirkelboll:</b> Deltagarna ställer sig bredbent i en ring så att tårna rör i grannens tår. En bra bredd kan vara t.ex. axelbredd men viktigast är i alla fall att alla har ungefär lika breda "mål". Sedan böjer man sig framåt och placerar sina båda händer mellan fötterna. Händerna är nu "målvakter". Första gången bollen kommer in i målet måste en hand tas ur spel och andra gången den andra handen. Då får deltagaren svänga sig om och igen försöka med båda händerna se till att bollen inte kommer i mål. Denna gång då båda händerna är ur spel faller deltagaren ur leken.</li> <li><b>Mörkerkurragömma:</b> En frivillig blir sökare och går ut i korridoren en stund. De övriga gömmer sig så länge och ljuset släcks. Den som skall söka kommer in med förbundna ögon och ska försöka hitta de andra, som inte får byta gömställe. Den som hittas sist får söka nästa gång.</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# LT Vb 25-28

## PYSSEL

<b>MÅL</b>	Höja gruppandan, bekanta sig med varandra, pigga upp sig och få motivation till inläring.
<b>INNEHÅLL</b>	Att rita, klippa, klistra, osv.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	4 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Lektionssalen / utbildningstältet
<b>REKVISITA</b>	Pysselmaterial (papp, tråd, saxar, pennor, lim, papper), magneter, papplådor, modellera.
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eleverna ritat stora, röda brandbilar och håller en konstutställning.</li> <li>2. <b>Eleverna gör en egen pytsspruta av wc-pappersrulle, band, papp och färg.</b></li> <li>3. Eleverna gör ett minnespel på papp. Utbildaren delar ut papp med färdiga rutor. Till alla kort görs par: på det ena kortet finns en bild av ett släckningstäck och på det andra står det <b>SLÄCKNINGSTÄCKE</b>. Bildkorten kan vara t.ex. tolv till antalet och fint färglagda.</li> <li>4. <b>Postlådelek.</b> Först gör eleverna egna postlådor av små papplådor som färgläggs. När de är färdiga börjar leken. Följande skede är att göra och skriva kort och brev som sedan läggs i kamraternas postlådor. Till slut är det bara att kolla vad som finns i den egna lådan.</li> <li>5. Kylskåpsmagnet. Rita en liten, 5 cm x 5 cm, brandbil på en stadig kartongbit. Ta en magnet och limma bilden eller en dikt på den. Ge t.ex. som lägerminne åt en kamrat.</li> <li>6. Forma brandbilar av modellera.</li> <li>7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>



**LT Vb 29-32**
**LÄGERKONSTVERK**

<b>MÅL</b>	Eleven frigör sin inre konstnär. Utveckla gruppandan.
<b>INNEHÅLL</b>	Man gör ett konstverk tillsammans.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	4 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområde/närbelägen skog
<b>REKVISITA</b>	Papper, vattenfärger, band
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eleverna målar gruppvis ett stort och färggrant fantasiläger med hjälp av vattenfärger och håller sedan en konstutställning.</li> <li>2. Eleverna delas in i 3-4 personers grupper och varje grupp får ett med band inringat skogsområde på ca 2 x 2 meter. På det här området skall gruppen bygga en fantasivärld. Som hjälpmedel används kvistar, blad, ris, stenar, mossa, kottar osv. Gruppen kan göra djur, människor, byggnader, vägar, bilar osv. Roligt!</li> <li>3. Ett konstverk kan också formas av 3-4 elever som bildar ett människokonstverk. Två elever formar de andra till önskvärda ställningar och med önskvärda miner.</li> <li>4. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
<b>Lek: Härmaren.</b> Barnen står i en ring och väljer en frivillig som går ut ur rummet. De övriga väljer bland sig en lekledare som påbörjar en rytm eller en rörelse som de andra ska härma. Den frivilliga kommer in i rummet och har i uppgift att lista ut lekledaren då han byter rörelse.	

# LT 33

## KÖKETS VERKSAMHET

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <p><b>TIPS! Gör tillsammans upp regler för matssalen.</b></p>	<p>Eleverna kan äta hälsosamt och med gott beteende samt att de förstår kökets verksamhet under lägret.</p> <p>Handtvätt, hur man uppför sig vid maten, diskning, matrester, specialdieter.</p> <p>30 min</p> <p>Lektion i köket</p> <p>Papper och färgpennor</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Var och en ritas en bild av sin favoritmat inklusive dryck och efterrätt. Därefter funderar barnen i små grupper vad som är hälsosamt och vad som är ohälsosamt på bilderna.</li> <li>2. Utbildaren diskuterar med eleverna på basen av bilderna hur man under dagens lopp borde äta (grönsaker och frukter, kött, potatis, spannmålsprodukter osv. frukost, lunch, mellanmål, middag, kvällsmål)</li> <li>3. <i>Alternativt presenterar kökspersonalen sig och berättar om sitt arbete.</i></li> <li>4. <b>Utbildaren berättar varifrån maten hämtas och hur man fungerar efter att man ätit (bl.a. diskning).</b></li> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

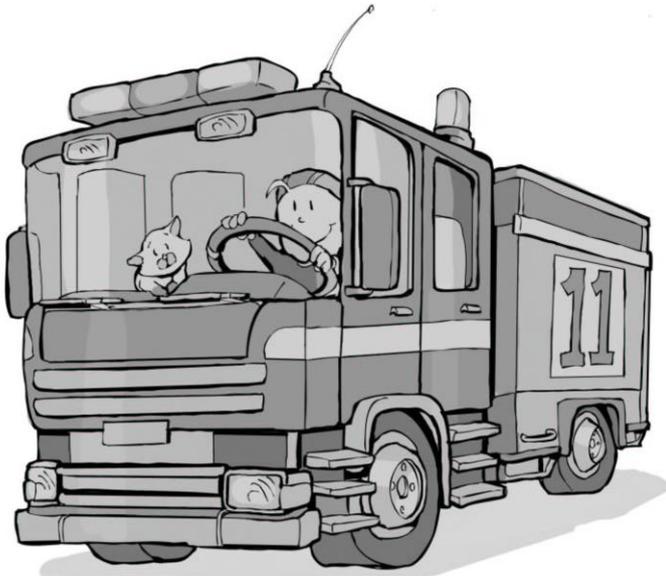
# LT Vb 34

## POLISEN

<p><b>MÅL</b></p> <p><b>INNEHÅLL</b></p> <p><b>LEKTIONENS LÄNGD</b></p> <p><b>PLATS</b></p> <p><b>REKVISITA</b></p> <p><b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b></p>  <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Användning av reflex och skyddsväg</p> <p>Trafiksäkerhet för fotgängare.</p> <p>30 min.</p> <p>Lektionssalen</p> <p>Papper och pennor</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utbildaren diskuterar med eleverna om användning av reflex och skyddsväg. Varför skall man använda och när?</li> </ol> <p><b>Kartuppgift.</b> Eleven planerar själv lämpliga ställen på kartan för skyddsväg och trafikljus. Tillsammans kan man bekanta sig med olika trafikmärken.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Gör en frågerunda om vem som har reflex, vem som använder skyddsväg osv.</li> <li>3. <b>Eleverna planerar egna reflexer på A4-papper.</b></li> <li>4. Av reflexband, nål och tråd kan man göra egna armband åt alla.</li> <li>5. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# LT Vb 35-36

## BRANDBILEN

<b>MÅL</b>	Eleven lär känna brandbilen.
<b>INNEHÅLL</b>	Brandbil och dess utrustning
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	2 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Övningsområdet
<b>REKVISITA</b>	Brandbil
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>  <p><b>Brandbil</b> är ett fordon ämnat för att sköta räddningsväsendets uppgifter.</p> <p>De första "brandkärrorna" var vattenpumpar som placerats på kärror och som drogs av män eller hästar.</p> <p>Brandkärror som fungerade med handpumpar fanns redan på 1700-talet, ångmaskinen togs till hjälp vid pumpandet från och med 1830-talet.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Kursen kan bekanta sig med brandbilens utrustning både invändigt och utvändigt om en brandbil finns till hands.</b></li> <li>Diskuterar att brandbil ofta är ett allmänt uttryck för alla röda utryckningsfordon, men att de i verkligheten är planerade för olika ändamål (transport av manskap, stegbil, tankbil osv.).</li> <li>Bra information och bilder finns på sidan: <a href="http://fi.wikipedia.org/wiki/Paloauto">http://fi.wikipedia.org/wiki/Paloauto</a> (på finska)</li> <li>Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol> 

# LT Vb 37-40

## UTFLYKT

<b>MÅL</b>	Eleven får uppleva ett intressant besök till ett lokalt objekt.
<b>INNEHÅLL</b>	Exkursion.
<b>LEKTIONENS LÄNGD</b>	4 x 30 min.
<b>PLATS</b>	Lokalt objekt nära lägerområdet
<b>REKVISITA</b>	
<b>BESKRIVNING AV LEKTIONEN</b>  	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Ge instruktioner åt eleverna i tid och berätta vad kursen skall bekanta sig med. <i>Kanske man kan ge dem en liten förhandsuppgift?</i></b></li> <li>2. Eleverna samlas 15-30 minuter före start.</li> <li>3. Om utfärds målet är naturen gå igenom några saker gemensamt:           <ul style="list-style-type: none"> <li>I naturen får man inte               <ul style="list-style-type: none"> <li>• störa eller skapa olägenheter för andra</li> <li>• störa eller förstöra fågelbon och –ungar</li> <li>• störa renar och villebråd</li> <li>• fälla eller skada växande träd, ta torkat eller omkullfallet träd, ris eller mossa från annans mark</li> <li>• skräpa ner i omgivningen</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>4. <b>Gå igenom utfärdens förhållningsregler och tidtabell.</b></li> <li>5. <b>NJUT AV UTFÄRDEN!</b></li> <li>6. Man kan ge en hemuppgift gällande utfärden, t.ex. be barnen rita något de såg.</li> <li>7. Berätta var och när kursen samlas nästa gång.</li> </ol>



