



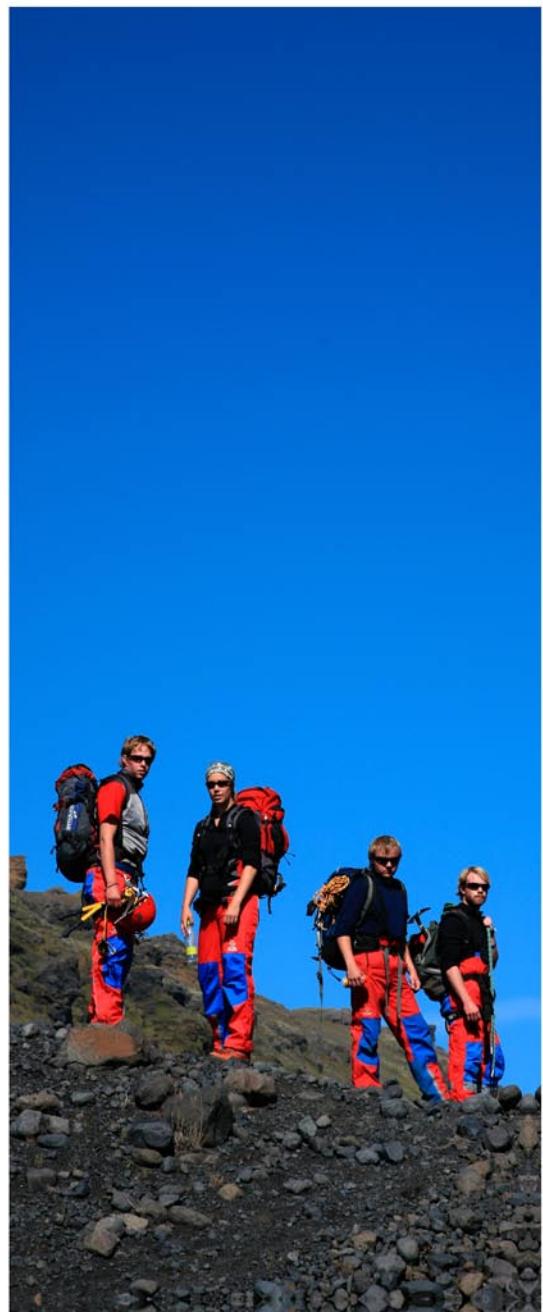
# Menntun Björgunarmannsins



Hædbók þessi er ætluð Björgunarsveitarfólkum um land allt og inniheldur uppbyggingu náms Björgunarskólans, hvaða menntun, nám og áfangar eru í boði. Hædbókin er hluti af menntunarátaki skólans og er ætluð að auðvelda björgunarsveitarfólkum að velja sér þá námsleið sem hentar hverjum eiginum.

Hægt að nálgast allar upplýsingar um nám skólans á vef Slysavarnafélagsins Landsbjárgar, <http://www.landsbjorg.is>

Menntun sérhvers björgunarmanns byggist á fórnfysi, forystu og fagmennsku og þar af leiðandi skiptir miklu máli að björgunarsveitarfólk afli sér þá þekkingu og reynslu sem þarf, til að vera í stakk búin að takast á við erfið útköll hvenær sem er sólarhringsins allt árið um kring.





# Grunnnám



## Grunnnám

Nám Björgunarskólangs er fyrir björgunarsveitarfólk og er í þremur stigum. Grunnnám Björgunarskólangs er Björgunarmaður 1 og er keyrt í blönduðu fjar- og staðnámi ásamt hefðbundnu staðnámi þar sem þess er óskæð. Björgunarmaður 1 er ætlað að tryggja lágmarks þekkingu á breiðu sviði og gera björgunarsveitarfólk sjálfbjærga við hinum ýmsu aðstæður.

Grunnnámið samanstendur af þáttum sem allt björgunarsveitarfólk ætti að hafa grunnþekkingu í og eru gerðar sömu kröfur til allra þátttakenda hvort sem þeir velja sér staðnám, fjarnám eða endurmenntun.

Í lokin á yfirferð hvers áfanga er próf í sumum tilfellum einungis verklegt.



Björgunarmaður 1





# Björgunarmaður 1

Björgunarmaður 1 er grunnnám fyrir björgunarsveitafólk og samanstendur af 9 stökum námskeiðum sem haldin eru í fjarnámi og staðnámi eða eftir beiðni sveita eingöngu í staðnámi. Námskeiðin miða að því að gefa björgunarsveitafólkri grunn til að verða sjálfbjarga í þeim aðstæðum sem þeir geta lent í hverju sinni, í starfi sínu fyrir Björgunarsveitirnar.

Björgunarmaður 1 er sú menntun sem Björgunarskólinn telur vera grundvallar-menntun björgunarsveitarmanns enda eru fleiri og fleiri björgunarsveitir sem hafa á allra síðustu misserum ákveðið að taka upp þær kröfur að allir á útkallslista sveitanna séu með Björgunarmann 1.

Sú þróun á vonandi eftir að auka fagmennsku þessara björgunarsveita og ekki síður auka öryggi félöganna í aðgerðum og á æfingum. Björgunarskólinn er sveitum innan handar við undirbúnning og framkvæmd innleiðingar á Björgunarmanni 1 og leggur sig fram við að uppfylla óskir björgunarsveita um menntun og námskeiðshald.

Björgunarmaður 1 er samtals [95 klukkustundir](#).

## Björgunarmaðurinn í aðgerðum

**3 klst FRÍR ÁFANGI** - Námskeiðið „Björgunarmaðurinn í aðgerðum“ er ætlað að skýra fyrir nýjum félögum björgunarsveita innviði björgunargeirans og hvaða merkingu það hefur að vera í björgunarsveit. Ábyrgð, staða, réttindi og skyldur. Námskeiðið er í boði á vefnum í fjarnámskerfi Björgunarskólans án endurgjalds og í staðnámi ef þess er óskæð.



## ■ **Björgunarmaður við sjó og vötn**

**3 klst FRÍR ÁFANGI** - Námskeiðinu er ætlað að gera þáttakendur meðvitaða um þær hættur sem felast í umgengni við sjó, stöðuvötn og straumvötn. Kenndur er lágmarks grunnur í að þekkja hæturnar og rétt viðbrögð, búnað við mismunandi aðstæður auk yfirlits yfir frekari menntun og þjálfun fyrir straumvötn og sjó. Námskeiðið er eingöngu í boði á vefnum í fjarnámskerfi Björgunarskólans endurgjaldslaust.



## ■ Fjarskipti

**3 klst** - Grunnatriði í notkun fjarskiptatækja við björgunarstörf. Hvaða tæki eru í notkun og hvernig eru þau notuð? Notkun og meðhöndlun talstöðva, samtalsreglur, meðferð rafhlaðna, rásir björgunarsveita og notkun þeirra.  
Einnig farið í grunnatriði tetra.



## ■ Ferðamennska

**6 klst** - Grunnatriði ferðamennsku eins og ferðahegðun, fatnaður, ofkælingarhætta, einangrun, ferða- og útvistarbúnaður, mataræði í ferðalögum, veðurfræði, snjóhúsa og neyðarskýlagerð. Markmiðið er að kenna björgunarfólkí hvernig á að búa sig til útvistara og gera þátttakendur hæfari til þess að stunda ferðamennsku og útvist af öryggi við erfiðar aðstæður.

## ■ Rötun

**12 klst** - Grunnatriði rötunar eins og notkun áttavita, korts og GPS staðsetningartækja. Staðsetningar, stefnur, mælikvarðar og svo framvegis. Markmiðið er að gera björgunarfólk sjálfbjarga í rötun og það hafi þá grunnþekkingu sem til þarf að rata, sérstaklega við erfiðar aðstæður eins og í þoku, snjóstormi eða við krefjandi aðstæður.



## ■ Snjóflóð 1

**12 klst** - Námskeiðið miðar að því að kenna leit í snjóflóðum og grunnatriði í mati á snjóflóðahættu. Námskeiðið er tvískipt, annars vegar er bóklegur hluti og hins vegar verklegur. Bóklegi hlutinn samanstendur af fyrilestrum og umræðum, verklegi hlutinn er verkleg útiæfing. Farið er í almenn snjóflóðafræði, félagabjörgun og vísbindingaleit í snjóflóðum, mat á snjóflóðahættu og inngang að fyrstu hjálp í snjóflóðum.

Miðað er við að bóklegi hlutinn standi í 3-4. klst og sá verklegi í 8-9. klst.





## ■ Leitartækni

**16 klst** - Fjallað er um leit að týndu fólk, aðferðir og búnað. Verklegar æfingar og fyrirlestrar. Leitaraðferðir, upplýsingaflæði, sporrakningar, hópstjórnun, stjórnkerfi og margt fleira. Grunnnámskeið í leit að týndu fólk og er skyldunámskeið innan Björgunarmanns 1. Nauðsynlegt öllu björgunarsveitarfólk sem lent getur í leit að týndri manneskju.

## ■ Fyrsta hjálp 1

**20 klst** - Fyrstu hjálp 1 er ætlad að gera björgunarsveitarfólk fært um að sinna slösudu fólk til fjalla og fjarri læknishjálp. Meðal umfjöllunarefna eru beinbrot, blæðingar, innvortis áverkar, höfuðáverkar, uppbygging líkamans, þríhyrningakerfið, endurlífgun og margt fleira. Það er mikilvægt að geta brugðist rétt við aðstæðum þegar slys ber að höndum, hversu smátt eða stórt sem slysið er.





## Fjallamennska 1

**20 klst** - Á Fjallamennsku 1 eru kennd grunnatriði í ferðalagi um fjalllendi að vetri til. Æfð er ganga á mannbroddum, notkun ísaxar og ísaxarbremsa, línumeðferð, sig og létt klifur svo að það helsta sé nefnt.

Námskeiðið hefst með kvöldfyrirlestri, þar sem hnútar eru kenndir og helsti útbúnaður er kynntur. Tveir dagar á fjöllum, þar sem farið er í grundvallaratriði vetrarfjallamennsku.



Björgunarmaður 2



## Björgunarmaður 2

Björgunarmaður 2 er frámhaldsnám þar sem björgunarsveitarfólk velur sína leið að mestu sjálft. Námið samanstendur af miklu framboði námskeiða og til að ná gráðunni Björgunarmaður 2 þarf björgunarsveitarfólk að klára 80 klst af námskeiðum á þessum lista. Nemendum er sjálfsvald sett hvernig það setur saman sína þjálfun.

Flestir á þessu stigi hafa fundið sér áhugasvið og sækja sér menntun sem því tengist. Þannig eru mörg námskeið innan Björgunarmanns 2 nauðsynlegur undirbúningur fyrir fagnámskeið Björgunarskólans og þar með Björgunarmann 3.



- Aðgerðargrunnur 1 4 klst
- Aðgerðastjórn 20 klst
- Áhafnir björgunarskipa 20 klst
- Bifreiðastjórnarnámskeið 16 klst
- Fjallabjörgun 1 20 klst
- Fjallamennska 2 20 klst
- Flugulínutæki 8 klst
- GPS 4 klst

- Harðbotna slöngubátur                   **20 klst**
- Hópslys                                       **3 klst**
- Hópstjórnun                                  **16 klst**
- Klettaklifur                                  **20 klst**
- Óveður og björgun verðmæta           **4 klst**
- Rústabjörgun - Grunnnámskeið       **8 klst**
- Sálræn hjálp                                **3 klst**
- Slóð hins týnda  
- sporrakninganámskeið                   **20 klst**



- Slöngubátur 1 **12 klst**
- Slöngubátur 2 **20 klst**
- Snjóflóð 2 **20 klst**
- Straumvatnsbjörgun **30 klst**
- Tetrafjarskipti **4 klst**
- Tetrafjarskipti-Framhald **16 klst**
- Vélsleðamaður 1 **4 klst**





# Björgunarmaður 3



## Björgunarmaður 3

Björgunarmaður 3 er efsta stig menntunar hjá Björgunarskólanum og felst í hinum svokölluðu Fagnámskeiðum eða ígildum þeirra. Fagnámskeiðin eru í flestum tilfellum ítarlegustu námskeiðin í hverju fagi fyrir sig hjá Björgunarskólanum og í hverju tilfelli fyrir sig er krafist ákveðin lágmarks frambaldsnámskeiða fyrir þátttöku auk þess sem gerðar eru kröfur um lágmarksaldur og reynslu.

Með því að ljúka fagnámskeiði nær þátttakandi gráðunni Björgunarmaður 3 í viðkomandi fagi.

Eftirfarandi töflu má sjá lista yfir helstu gráðurnar og hverju þarf að ljúka til að ná þeim.

Björgunarfólk verður að hafa klárað Björgunarmann 1 til að geta tekið námskeið í Björgunarmanni 3.

## Björgunarmaður 3

## Námskeið

■ Ferðamennska og rötun	Fagnámskeið í ferðamennsku og rötun
■ Fjallabjörgun	Fagnámskeið í fjallabjörgun/RFR
■ Fjallamennska	Fagnámskeið í fjallamennsku
■ Fyrsta hjálp	Fyrstahjálp í óbyggðum
■ Köfun	Leitarköfun
■ Leitartækni	Fagnámskeið í Leitartækni
■ Sjóbjörgun	Stjórnendur björgunarskipa
■ Snjóflóð	Fagnámskeið í snjóflóðum



Lengd námskeiða	Lágmarks aldur	Forkröfur af námskeiði
--------------------	-------------------	---------------------------

40 klst	20 ára	Rötun
---------	--------	-------

70 klst	20 ára	Fjallabjörgun 1
---------	--------	-----------------

50 klst	20 ára	Fjallamennska 2 og reynsla af fjallamennsku
---------	--------	---

72 klst	20 ára	
---------	--------	--

60 klst	20 ára	Sportkafararéttindi og reynsla af köfun
---------	--------	---

36 klst	19 ára	Leitartækni og reynsla af leitarstörfum
---------	--------	---

16 klst	18 ára	Slöngubátur 1
---------	--------	---------------

56 klst	20 ára	Snjóflóð 1, 2 og reynslu af ferðamennsku að vetri
---------	--------	---



Fjarnám



## Fjarnám

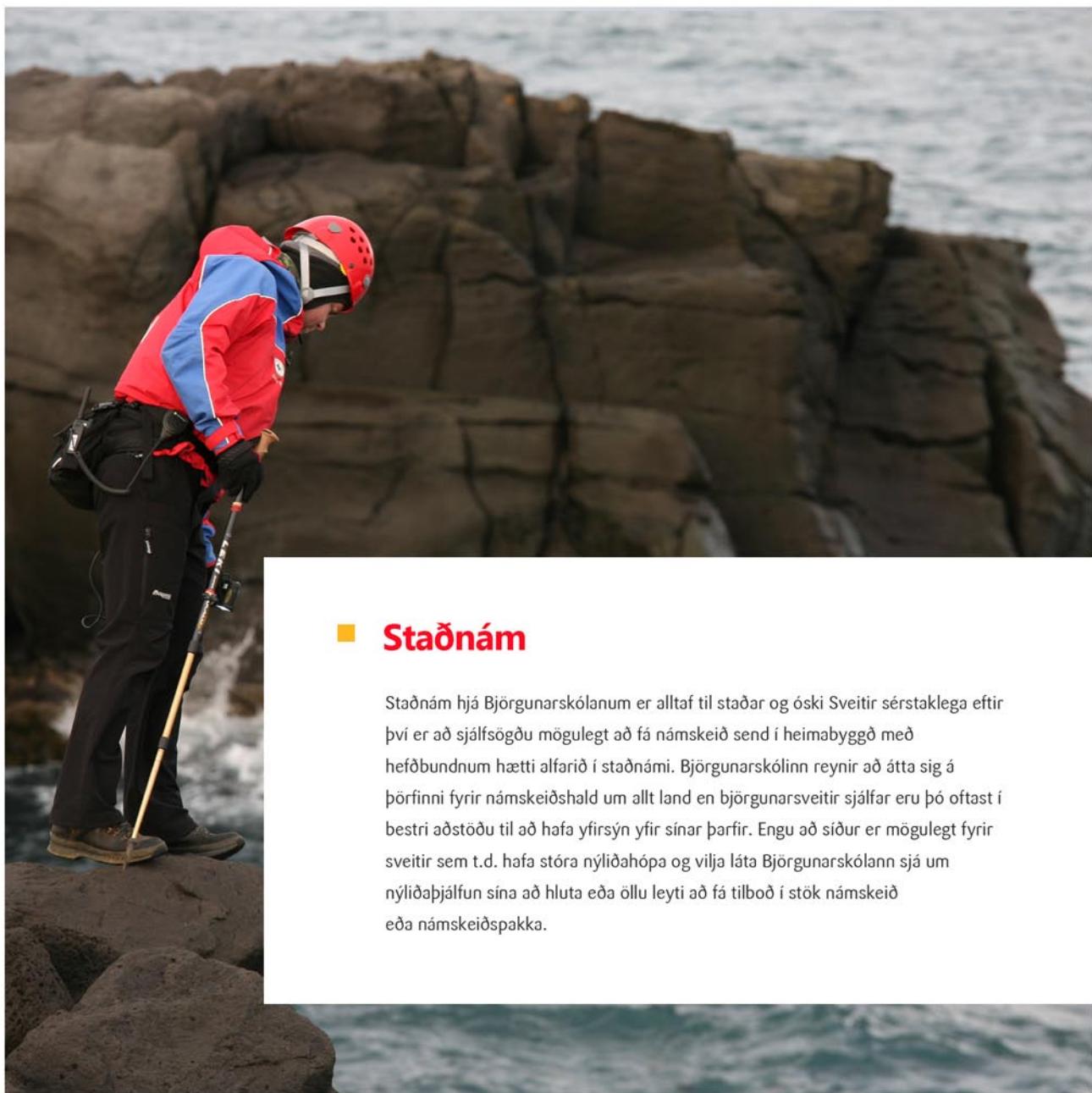
Fjarnámshluti Björgunarskólanns er haldin á landsvísu þar sem allir óháð búsetu geta tekið þátt í fjarnámshlutanum með björgunarsveitarfólkí alls staðar að af landinu. Námið fer að hluta til fráum í gegnum tölву og allir áfangar í Björgunarmanni 1 eru í boði en í 5 áföngum af 9 í þarf að mæta á verklegan hluta. Það fer síðan eftir þátttöku í fjarnámshlutanum hvær verklegi hlutinn verður haldinn. Reynt er að kenna verklega hlutann í öllum landshlutum svo að nemendur þurfi ekki að ferðast landsfjórðunga á milli, en það fer eftir skráningu hverju sinni.

Þeir 5 áfangar sem þarf að mæta í verklegan hluta eru: Rötun, Leitartækni, Fyrsta hjálp 1, Snjóflóð 1 og Fjallamennska 1.



# Staðnám



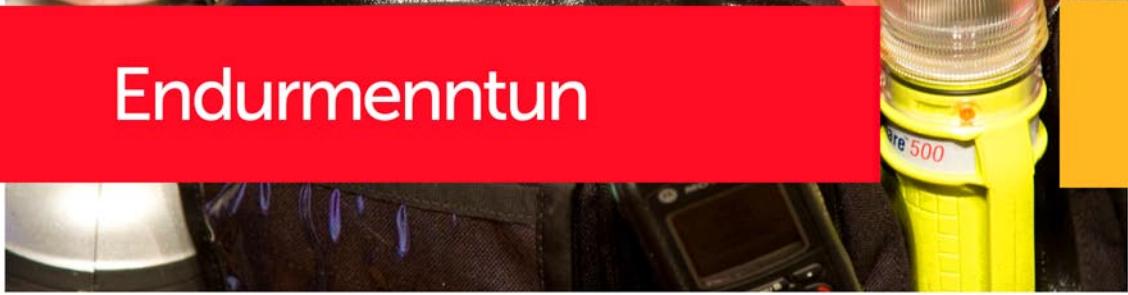


## ■ Staðnám

Staðnám hjá Björgunarskólanum er alltaf til staðar og óski Sveitir sérstaklega eftir því er að sjálfsögðu mögulegt að fá námskeið send í heimabyggð með hefðbundnum hætti alfarið í staðnámi. Björgunarskólinn reynir að átta sig á þörfinni fyrir námskeiðshald um allt land en björgunarsveitir sjálfar eru þó oftast í bestri aðstöðu til að hafa yfirsýn yfir sínar þarfir. Engu að síður er mögulegt fyrir sveitir sem t.d. hafa stóra nýliðahópa og vilja láta Björgunarskólann sjá um nýliðaþjálfun sína að hluta eða öllu leyti að fá tilboð í stök námskeið eða námskeiðspakka.



Endurmenntun





## ■ Endurmenntun

Þeir sem þurfa ekki á fullri grunnmenntun að halda en vantar að fríska upp á þekkinguna geta sótt sér endurmenntun. Sveitir geta tekið sig saman og beðið um að fá endurmenntun til sín eins og hvert annað námskeið sem er í staðnámi. Það er hægt að kenna nokkra áfanga í einu á endurmenntunarhelgi sem getur komið sér vel fyrir sveitir sem ekki hafa eigin leiðbeinendur. Það er líka hægt að fá endurmenntun í einu fagi.

Þeir áfangar sem í boði eru fyrir endurmenntun eru, Ferðamennska, Rótun, Leitartækni, Fyrsta hjálp 1, Fjallmennska 1 og Snóflóð 1.



Sjálfsmat



## ■ Sjálfsmat

Sjálfsmatið er fyrir þig og eingöngu þig til að vita hvar þú stendur í hverju fagi.

Það "gildir" ekkert og enginn fylgist með því hvernig þú stendur.

Því er ætlað að hjálpa þér að ákveða hvaða leið hentar þér best miðað við þá þekkingu sem þú hefur. Taktu matið í einni atrennu, án google, kennslubókarinnar eða annarra hjálpargagna til að fá sem raunhæfsta niðurstöðu. Hvaða leið þú velur í framhaldinu, formlegt stöðupróf, fjarnám eða fullt grunnnámskeið, er undir þér komið í raun óháð niðurstöðu sjálfsmatsins, þ.e. ekki er gerð krafa um að þú takir sjálfsmatið eða farir eftir því en við mælum eindregið með því. Rétt er að benda á að allar ofantaldar leiðir fela í sér sambærilegt námsmat þannig að "svindl" á sjálfsmatinu kemur flestum í koll sem það gera, hvaða leið sem endanlega er farið.

Áfangar sem hægt er að taka í sjálfsmati eru: Rötun, Fyrsta hjálp 1, Leitartækni, Fjallamennska 1 og Snjóflóð 1.



# Stöðupróf



## ■ Stöðupróf

Þeir sem hafa góða þekkingu á tilteknu fagi í Björgunarmanni 1 geta tekið formlegt stöðupróf þar sem þeirra þekking er metin að verðleikum í viðtali við leiðbeinanda Björgunarskólans. Prófið er munnlegt og verklegt og er ætlast til að nemandi þekki grunnefni áfangans vel. Leiðbeinandinn metur svo út frá munnlegum svörum og verkþætti hvort nemandinn hefur staðist stöðuprófið eður ei. Björgunarmenn sem hafa góða þekkingu á tilteknu fagi ættu endilega að nýta sér formlegt stöðupróf í staðin fyrir fjarnám eða staðnám..



SLYSAVARNAFÉLAGIÐ  
LANDSBJÖRG

ÚTGEFIÐ

2011