

## Kursplan

<b>Kursens benämning</b> Baskurs
<b>Kurskod</b>
<b>Beslut</b> 2022-06-30 Svenska Försvarsutbildningsförbundet
<b>Kursens omfattning</b> 20 timmar
<b>Målgrupp</b> Ungdomar som genomfört Introduktionskurs och valt ett fortsatt engagemang i ungdomsverksamheten
<b>Förkunskapskrav eller andra villkor för tillträde till kursen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ska fylla lägst 15 år under kalenderåret</li><li>• Ha genomfört Introduktionskursen</li></ul>
<b>Urval</b> Ungdomsavdelning bedömer lämplighet, och vid behov, prioriterar inkomna ansökningar.
<b>Mål och syfte</b> Efter kursen ska deltagaren ha förutsättningar att påbörja fristående kurser.  Syfte är att deltagaren ska få grundläggande kunskaper och färdigheter inom följande ämnesområden: <ul style="list-style-type: none"><li>• Försvarsupplysning</li><li>• Idrott och friskvård</li><li>• Inre tjänst</li><li>• Militärt uppträdande</li><li>• Försvarsmedicin (sjukvårdstjänst)</li></ul> Dessutom ska teamutvecklande övningar och moment genomföras.
<b>Kursens innehåll och upplägg</b> Delar av kursens innehåll utgörs av strimmor ur utbildningsår 1.  <b>Strimma</b> Försvarsupplysning (2 tim) <ul style="list-style-type: none"><li>- Försvarsmakten och frivillig försvarsverksamhet, fördjupning</li></ul>

**Idrott och friskvård (2 tim)**

- Konditionsträning (löpning, simning, skidåkning, hinderbana mm)

**Militärt uppträdande (2 tim)**

- Lystringsgrader
- Former i sluten ordning
- Befälssystemet, grader och gradbeteckningar
- Bestämmelser för bärande av uniform

**Verksamhetssäkerhet (2 tim)**

- Hör upp, Hör sen
- Varmt och/eller Kallt väder

**Värdegrund (2 tim)**

- FM Värdegrund
- Etiska regler

**Ur fristående kurser****Förläggningstjänst (1,5 tim)**

- Hantering av kniv, yxa, såg

**Försvarsmedicin (4 tim)**

- C ABCDE (Omhändertagande)
- Förbandsläggning
- Personlig hygien
- Hantera mat och vatten
- Uniformssystemet

**Övrigt****Inre tjänst (4,5 tim)**

- Städning
- Ordningsbestämmelser
- Vård av personlig materiel
- Packning av strids- och trosspackning

**Kursansvarig frivillig försvarsorganisation**

Svenska Försvarsutbildningsförbundet

**Genomförande skola/centra/förband**

Svenska Försvarsutbildningsförbundet

**Krav på kurschef, utbildare**

Instruktör inom ungdomsverksamhet
<b>Prövning</b> Ej prövande kurs
<b>Certifikat</b> Ej certifierande kurs
<b>Betyg</b> Genomförd eller ej genomförd
<b>Litteratur</b> Försvarsmaktens publikationer inom berörda ämnesområden