

# Lathund för övningsledare och instruktörer.

*(ändring 2)*



---

## 2018 - Ä 2.

## Marksäkerhetsorder 2017:12

"Försvarmakten har samordningsansvaret och det gäller exempelvis för kaserner, garageområden, uppställnings-ytor, skjutbanor, skjutfält och övningsfält.  
Försvarmakten skall också bidra till att materiel, fordon och vapen hanteras på ett reglementerat och säkert sätt".

### Litteratur.

- ▣ Arbetstidslagen (ATL) 1982:673.
- ▣ Arbetsmiljölagen (AML) 1994:579.
- ▣ Säkr G kapitel 2.

### Marksäkerhetsordern i stora drag:

- Frivilligorganisation utser **ÖVNINGSLEDARE** (ÖL).  
**OBS: se övningsledarens ansvar Säkr G 2017 kapitel 2, moment 14!**  
**Denne skall GODKÄNNAS AV FÖRSVARSMAKTEN!**
- Övningsledare skall ha **god kunskap** avseende **Säkr G kap 2, 3 och 4.**
- Kvalitetsansvarige skall kontrollera övningsledningens kompetenser och stridsvärde.
- Kvalitetsansvarige skall ha ett anställningsförhållande till Försvarmakten, denne har då **planerad arbetstid** för verksamheten och skall vara **på plats.**
- Det som lånas av/tillhör Försvarmakten skall **kvitteras skriftligen** av ÖL.
- **ÖL planerar, förbereder och genomför** verksamhet enligt gällande lagar, förordningar, föreskrifter, bestämmelser, instruktioner, reglementen och anvisningar.
- ÖL skall skriftligen **INNAN** verksamhetsstart redovisa riskhanterad övningsplan/schema och framtagna säkerhetsbestämmelser för planerad verksamhet.
- C Organisationsenhet (C OrgE) utser samordningsansvarig *tillika kvalitetsansvarig* ("Q") med erforderlig kompetens för **VARJE KURS** som kontrollerar verksamheten.
- Kvalitetssäkraren skall vara med redan vid planläggningen samt vara tillgänglig huvuddelen av utbildningen och aktivt medverka i verksamheten = 6-4 veckor innan!
- **\*Kvalitetssäkraren är TILLIKA SAMORDNINGSANSVARIG dvs är chef på plats! Ger vid behov ORDER (en tvingande befallning) om så krävs.**
- Kvalitetssäkraren **handleder övningsledare** och vid behov instruktörer.
- ÖL skall säkerställa att samtliga i övningsledningen erhåller **11 timmars dygnvila** (vila sker normalt då kl 2030-0730), undantag är exempelvis övningsdygn.  
*Detta innebär att utbildningstiden normalt är kl 0800-2000 inklusive kvällstjänst.*

**Utsedd ÖL har det fullständiga ansvaret för verksamhetens genomförande\*!**

**Samordningsansvarig har alltid rätt att stoppa/ändra i verksamheten och dess genomförande!**

**Inledning:**

**All verksamhet i Försvarsmakten är ytterst förberedelser för insats – målet är att alltid lösa uppgifter på bästa sätt med de resurser vi har till förfogande.**

*Med begreppet "verksamhet" avses utbildning, kurs, övning, lektion och moment.*

**Övningsledaren (ÖL):**

**Varje övning, delövning och delmoment kräver en ansvarig övningsledare.**

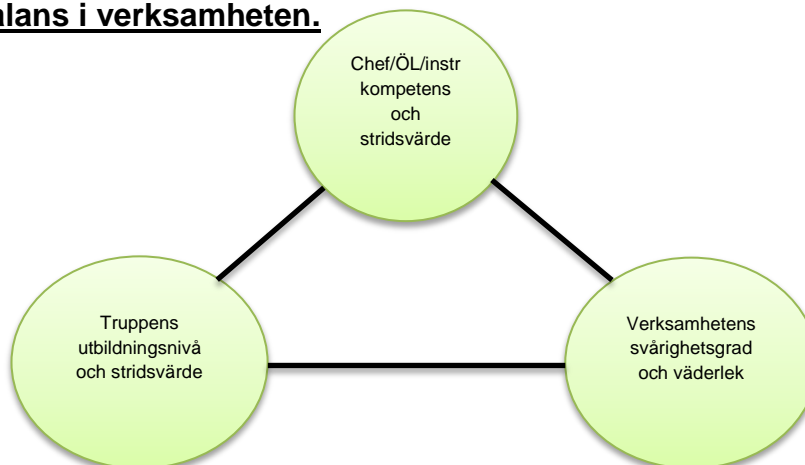
ÖL har ett mycket stort ansvar: det skall vara trovärdig utbildning utifrån gällande lagar, förordningar, föreskrifter, bestämmelser, instruktioner och reglementen. **Övningsledaren skall kontrollera underställdas planer och att verksamheten bedrivs på ett säkert sätt.**

Övningsledare skall riskhantera all verksamhet samt utvärdera genomförd verksamhet.

**Instruktören:**

Du har en övningsledare som "chef", av ÖL får du uppgifter som du skall lösa under en viss tid med eget planeringsansvar dvs du skall själv skriva en övningsplan inklusive riskhantering. Denna skall presenteras (godkännas) för ÖL innan verksamheten startar.

**När du som instruktör genomför verksamhet då är du övningsledare för din verksamhet.**

**Att uppnå balans i verksamheten.****Kompetens.**

Chef som utser ÖL skall veta att utsedd ÖL har kompetens för uppgiften, ÖL skall rannsaka sig själv och påtala brister – *säg nej om du inte har kompetens eller begär handledning!*

Skilj på **FORMELL** och **FAKTISK** kompetens: den formella erhåller du i "skolbanken" – den faktiska under handledning där utsedd yrkesofficer godkänner dig dvs du får nu själv vara ÖL.

Din kompetens skall dokumenteras; vem som godkände dig, plats och tid (intyg).

**Utbildningsnivå.**

Innan du påbörjar din verksamhet skall du ta reda på vilka kunskaper och färdigheter eleverna har.

**Stridsvärde.**

Innan du påbörjar din verksamhet skall du ta reda på hur eleverna mår och vad de orkar med.

**Övningens svårighetsgrad.**

Verksamheten skall anpassas till faktorerna i triangeln ovan.

**Träna som du strider!**

Öva endast på det sätt reglementen och instruktioner anger, hitta inte på egna varianter och uttryck! Använd Försvarsmaktens utrustning och materiel!

**Visa att det är roligt att utbilda andra 😊!**

Förbered dig och övningsplatsen, ha fantasi, mycket passion och inlevelse ("målspele").

**Övningsplanering, genomförande och utvärdering.**

Denna lathund har övningsplaneringen i fokus, förhoppningen är att du bättre skall få den "röda tråden" klart för dig hur man planlägger och genomför verksamhet inom Försvarsmakten.

*I slutet finns det ett exempel på hur bedömning av verksamheten kan ske.*

**Övningsplan.**

På följande sidor följer ett exempel på en övningsplan som är uppdelad i 7 delar:

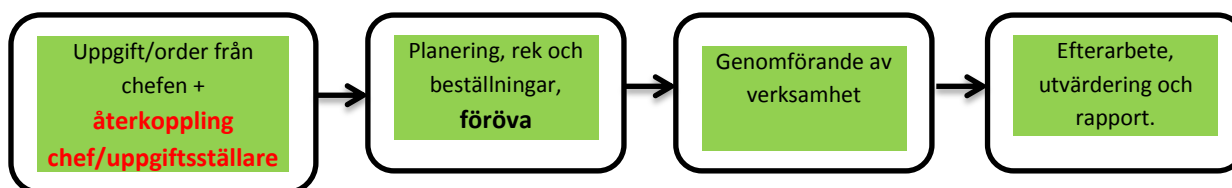
1. Övningsförutsättningar
  2. Övningsbedömning
  3. Övningspresentation med skedesindelning
  4. Momentplanering med riskbedömning
  5. Övningsbestämmelser
  6. Säkerhetsbestämmelser
  7. Bilagor.
- En sida per del, här är det hopskrivet för att spara plats.*

**Det finns olika utseende på övningsplanen, syftet är dock alltid detsamma:**

1. Ett stöd för dig som övningsledare – din lathund under genomförandet.
2. Ett underlag för den som kanske måste hålla/ta över övningen i din frånvaro.

**PM** (latin: "pro memoria" – för minnet).

PM används exempelvis då övningen är kort, enkel eller då övningsledaren har stor rutin.

**Genomförande av verksamhet.**

***"Ingen övning är slut förrän värden är klar och slutgenomgången har genomförts!"***

***Beakta: detta är absolut inget facit – det är slutligen du som övningsledare som ansvarar för din plan.***

## **”Truppartips”.**

Nedan följer ett antal tips som du kan använda, **viktigare saker med markerad text.**

1. **Rekognoscera (”reka”) innan – tro inte att allt fungerar/att det ser ut som sist.**
2. **Beställ mtrl, fordon, expenser, mat etc i god tid innan du skall ha din verksamhet!**
3. Duka och iordningsställ innan du börjar, kontrollera elutrustning (logga in).
4. **Fastställ befattningar innan övningen, övningsledaren styr verksamheten.**
5. Lämna in planen till bedömaren några dagar innan samt i samband med övningsstart.
6. Var beredd att alltid presentera dig.
7. **Som elev: anmäl alltid då du är klar att börja: ”Kn, Fk Karlson klar att påbörja lektion!”**
8. Välj en lämplig gruppering så att du har god överblick över samtliga.
9. **Presentera alltid omfattning, mål, krav och syfte, meddela tider.**
10. Återkoppla till lektionen innan i samma ämne om möjligt.
11. Ha alltid rätt tid = ”fröken ur” och/eller text-TV.
12. Helhet – delar – delar – delar - delar – helhet.
13. Visa upp aktuell litteratur.
14. Håll dig till ämnet, enkelhet – ge dig inte in i långa diskussioner.
15. **Håll starttid och sluttid.**
16. **Var ett föredöme: ha koll på utrustning, uniform osv – alltid ordning och reda!**
17. Fokus/ögonkontakt med truppen.
18. Använd olika utbildningshjälpmedel, ex; bilder, tavlan, film, mtrl och utr.
19. Anpassa rösten, vårda språket, reglementerade uttryck gäller och lagom med gester.
20. Kan du inte svara på en fråga – återkom med svaret snarast.
21. Får du en fråga utanför ämnet så ta detta vid annat tillfälle om det inte gäller säkerheten.
22. Säger du fel – rätta snarast (*du kanske får ett påpekande av dina kollegor under rasten...*).
23. Använd olika färger vid presentationer, svart och blått syns bäst.
24. Storbildsdi ("prokiehinnor") – ca 3 per timme, gärna bilder (lite text alltså).
25. **Läs inte innantill – dra slutsatser alternativt visa bara stödord – utveckla i tal.**
26. Red ut frågor innan rast – rast = alla har rast även du!
27. **Rast: ut med eleverna/vädra – samverka med andra lärare på plats.**
28. Rast: jobba med klockslag, inte ”5 minuters rast” – enkla tider, ex kl 0935!
29. **Tappar du tråden helt – TA RAST!**
30. Ha aldrig en befälsdiskussion framför trupp – lös detta efteråt!
31. **Håll alltid koll på säkerheten – klargör alltid säkerhetsbestämmelser.**
32. Nyttja elevkompetens, kanske någon elev har bra koll på ämnet?
33. Avsätt tid för kontrollfrågor från dig och truppen.
34. **Övningsledaren avgör måluppfyllnad – mät/bedöm/kontrollera, FRÅGA INTE!**
35. 10 % av lektions-/övningstiden är reservtid – planera in!
36. **Försök inte att hinna med ”en gång till” med lite tid kvar, repetera i stället!**
37. Frågor: ställ frågan - (konstpaus) – peka på/tala om vem som skall svara!
38. Låt inte kollegorna ta över, bara korta inlägg. Övningsledaren ”bjuder in”!
39. Ha koll på stridsvärdet, vidta åtgärder före, under och efter din verksamhet.
40. Ha alltid en alternativ lösning (”plan B”) om något inte fungerar.
41. Avsluta passet med att knyta an till omf/mål/krav/syfte.
42. Avsluta passet med ”tid – plats – utrustning” för eleverna.
43. **Som elev: anmäl till bedömaren att du är klar, ex: ”Kn – lektion klar!”**

## Övningstyper.

### Formell verksamhet:

Här skapas förutsättningar för att lära ett exakt och reglementerat handlande i en definierat läge dvs en sluten situation.

### Tillämpad verksamhet:

Här skapas förutsättningar för att utveckla förmågan till effektiv handling i oklara eller extrema lägen dvs en öppen situation.

### kombinerad verksamhet:

En blandning av de två ovanstående övningstyperna.

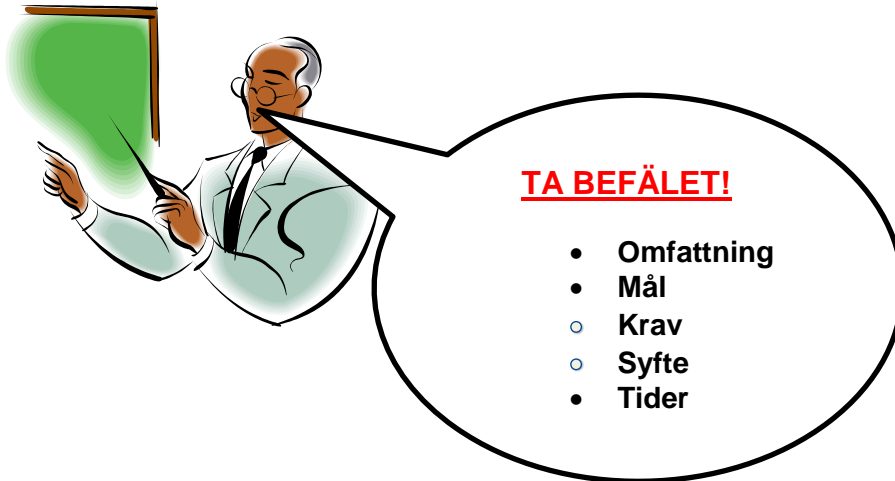
## Utbildningsmetoder:

- **Målbildsövning.**  
*Visa slutprodukten först, exempelvis SkjutR, sammansatt bår, monterad radioapparat etc*
- **Förmedling.**  
*Att tala om vad som gäller, monologform. Används ofta i början på utbildningen/nytt ämne/kort om tid.*
- **Visa – instruera – öva – pröva.**  
*Visa momentet under tystnad – instruera (ex räkna) och utför stegvis med truppen – öva med truppen – pröva truppens kunskaper (order/prov osv). Eleverna skall INTE öva själva!*
- **Drill.**  
*Eleven upprepar samma beteende om och om igen ("ryggmärgsbeteende").*
- **Föreläsning, föredrag, förevisning och studiebesök.**  
*Eleverna bekantar sig inom ett nytt område eller nya begrepp.*
- **Enskild övning.**  
*Eleverna övar enskilt, kan ske med flera samtidigt med samma behov = utbildar varandra.*
- **Parövning.**  
*Eleverna jobbar i par (1:a och en 2:a), den ena kontrollerar den andre - byte, exempelvis SkjutR.*
- **Samfärd övning.**  
*Många övar samma sak samtidigt, grunden är förmedling - exempelvis "förflyttning".*
- **Nätbaserade metoder.**  
*Exempelvis egenstudier (distanslära) innan en viss kurs eller för en specifik utbildning.*
- **Självstudier.**  
*Eleven studerar och bearbetar ett material eller omfång självständig med eller utan handledning.*
- **Bikupa.**  
*Dialog med 2 – 6 elever om ett problem, situation, information eller ett påstående.*
- **Grupparbete.**  
*Syftar till att stärka gruppkänslan: exempelvis en uppgift att diskutera eller lösa praktiskt.*
- **Probleminriktad.**  
*Eleverna löser situationer de ej stött på innan, verkliga och realistiska som kräver kreativitet.*
- **Muntlig stridsövning.**  
*Övning utan trupp, eleven övar i befattning. Används ofta i taktik och stridsteknik.*
- **Kaderövning.**  
*Används ofta för att samöva en viss huvudtjänst, exempelvis stabstjänstövning.*
- **Spika - måla – reka.**  
*Exempelvis förstegsutbildning strid: ett visst läge – händelse att öva – reka/öva uppgift.*
- **Stridsskjutning.**  
*Övning som syftar till att skjuta med skarp/stridsammunition.*
- **Kombinerad metod.**  
*Öva olika saker/moment enskilt som sedan övas i en helhet, kan vara under flera dygn.*
- **Stationsövning.**  
*Utbildningen sker momentvis på flera stationer i ett visst syfte mot en helhet.*
- **Casemetoden.**  
*Eleverna får en förutsättning, sann eller påhittad, att fundera över som sedan redovisas.*
- **Akvarium.**  
*Grupperna diskuterar exempelvis en upplevelse inom egen grupp inför övriga.*

Man kan också genomföra utbildningen i form av ett "reflekterande samtal" där ex 2 lärare diskuterar högt inför truppen vissa saker som identifierats och som behöver utvecklas hos eleverna.

# Hur ett genomförande (lektion) går till i stort:

## 1. Uppstart/övningspresentation.

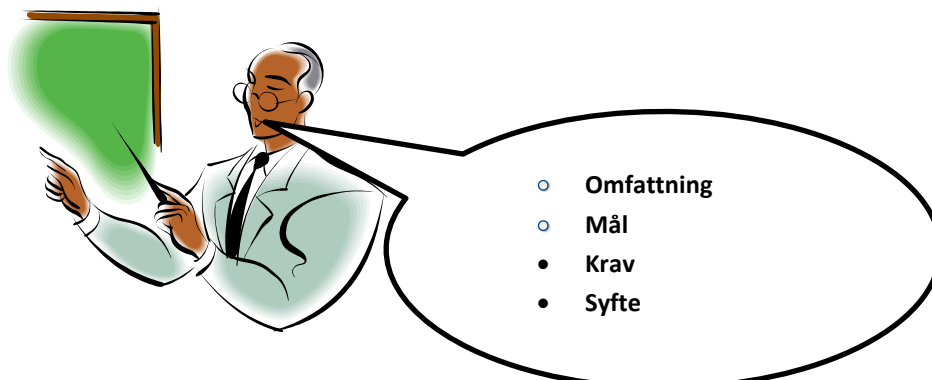


## 2. Genomförande.



- 2:1 presentera helheten ("målbild").
- 2:2 dela upp i mindre delar.
- 2:3 återkoppla till målbilden/helhet.

## 3. Avslutning/återkoppling.



- 3.1 repetera omfattningen.
- 3.2 kontrollera måluppfyllnad (ställ frågor etc) – återkoppla till syftet.
- 3.3 Ge order för nästa verksamhet: **TID – PLATS – UTRUSTNING.**

## Övningsplan eller PM?

En övningsplan skall alltid upprättas\* – all verksamhet skall riskhanteras!

### Övningsplanen innehåller (7 st steg):

1. Övningsförutsättningar.
2. Övningsbedömning.
3. Övningspresentation med skedesindelning.
4. Momentplan med riskbedömning.
5. Övningsbestämmelser.
6. **Säkerhetsbestämmelser = "övningsbestämmelser av säkerhetskaraktär".**
7. Bilagor.

*Anm: längst bak i detta häfte finns en övningsplan att kopiera.*

### \*Undantag:

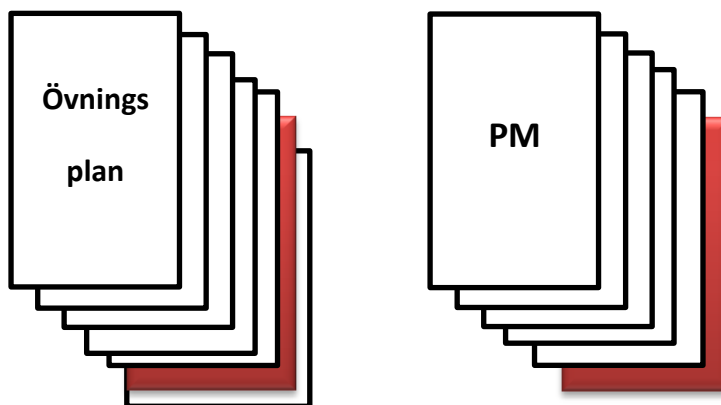
1. Övningsledaren är **FÖRTROGEN** med verksamheten (*anställd officer med mångårig rutin*).
2. Verksamheten bedöms vara av **mycket enkel karaktär** utan risker.
3. Verksamheten är **kort i tid**, ex "soldatkvart" utan risker.

**Enligt undantagen ovan så räcker det då alltså med ett PM.**

### Ett PM innehåller.

1. Övningsförutsättningar.
2. Övningsbedömning.
3. Övningspresentation med skedesindelning.
4. Momentplan med riskbedömning.
5. Övningsgenomgång.
6. **Säkerhetsbestämmelser.**

Oavsett vad så skall alltså steg 1, 2, 3, 4 och 5 planeras/nedtecknas.



**Beakta: ett PM kan alltså inte övertas av en rutinerad ÖL!**

**Ge alltid chefen/uppdragsställaren en kopia på din plan/PM i god tid innan genomförandet!**



# Övningsplan (7 steg)

1. Grundförutsättningar.
2. Övningsbedömning.
3. Övningspresentation med skedesindelning.
4. Momentplan med identifiering av möjliga vådahändelser.
5. Övningsbestämmelser.
6. Säkerhetsbestämmelser.
7. Bilagor.

## 1. Grundförutsättningar.

Ämne:
Datum:
Tid:
Plats:
Övningsledare:
Biträdande övningsledare:
Säkerhetschef:
Instruktör:
Bedömare:
Omfattning:
Mål:
Krav:
Syfte:
Hänvisning/litteratur:
Utr/mtrl för deltagarna:
Utr/mtrl för övningsledaren:

Arbetsordningen för riskhanteringsmodellen i SäkR G 2017 (sidan 343), bilaga 5.

Klarlägg grundförutsättningarna

## 2. Grundläggande övningsbedömning.



Se bilaga 6 SäkR G 2017.

### Bedömningsfaktorer:

OL kompetens	handledning (elev) – god – mycket god – förtrogen/rutinerad
OL stridsvärde	ej utvilad – utvilad/bra – mycket bra
Deltagarnas utbildningsnivå	ingen utb – grundutb – repute – hög – mycket hög      antal
Deltagarnas stridsvärde	ej utvilade – utvilade/bra – mycket bra
Övningens svårighetsgrad	mycket enkel – enkel – medelsvår – svår – avancerad
Väderlek	Väderlekstyp      temperatur
Övningstyp	Formell – tillämpad - kombinerad
Övningsmetoder	

Se exempel sidan 6 i denna lathund.

Risikfaktor	
Tidsfaktor	
Fastställd sjukvårdsberedskap	



Genomför grundläggande övningsbedömning

## 3. Skedesindelning.

Skedesindelning.

Introduktionsvis:

Därefter:

Slutligen:

Genomför övergripande skedes-/momentindelning av övningen

## 4. Momentplanering med riskbedömning.

Mom:	Tid:	Omfattning:	Utförande/anmärkning:	Möjlig vådahandelse:	Förebyggande åtgärder:
1		Ta befälet!			
2		Presentera dig själv....	Presentera alla i övningsledningen!		
3		Visitera.	Håll upp.....ta fram.... (sker innan avmarsch)		
4		Denna vht omfattar...			
5		Målet är...			
6		Följande krav gäller....			
7		Syftet med denna vht är.....			
8		Tider.....	(tidsomfång – tidsfördelning)		
9		Övningsbestämmelser.....			
10		Presentera helheten...	Inled gärna med historik i ämnet!		
11		.....			
XX		Säkerhetsbestämmelser	Förmedla säkerhetsbestämmelser precis innan vht påbörjas!		

De blå punkterna enligt ovan (1-8) är uppstarten/övningspresentationen.

Order för kommande verksamhet (samverka med nästa övningsledare innan din lektion):

- Tid:
- Plats:
- Utrustning:

Bedömning övningsplan/bedömare:

Detaljplanera övningen med stöd av riskhanteringsmodellen

**5. Övningsbestämmelser (exempel):****"Övningsbestämmelser!"**

- **Fastställt sjukvårdsberedskap.**
- Vi befinner oss nu.....
- Organisation.
- Personlig utrustning.
- Ammunition.
- Övningsmateriel.
- Skräpplats.
- Mat och vätska.
- Övrig materiel.
- Väntiläge (de som inte deltagar för stunden).
- Eldning/rökning.
- Fordon.
- Övrigt.
- Slut – frågor?

**"Övningsbestämmelser slut!"**

Värdera kvarvarande risknivå (R)  
Inhämta tidsfaktor (T)  
Fastställ sjukvårdsberedskap

**6. Säkerhetsbestämmelser (exempel):****"Säkerhetsbestämmelser!"**

- **Planerad verksamhet – förebyggande åtgärder = tagna från din momentplan dvs vilka konkreta åtgärder all personal på plats har att ta hänsyn till!**
- Ofarlig riktning - skjutgränser (märks upp med V- och H-skyftar).
- Åtgärder vid eldavsrott/OXA.
- Om något oförutsatt händer – "AVBRYT (R)!"
- Bår + sjukvårdsväska (första förband) finns.....
- Radio/mobiltelefon finns.....
- Brytpunkt X är belägen.....
- Övrigt.

**"Säkerhetsbestämmelser slut!"**

Vad avser RISKHANTERINGEN skall steg 4 och 5 dokumenteras i tillämpliga delar dvs momentplanen skall kopplas till möjliga vådahändelser kontra förebyggande åtgärder. Detta skall finnas i skrift för varje verksamhetstillfälle.

**7. Bilagor (exempel).**

Bilaga 1-5.

Bilaga 1: plansch på övningsgenomgång.  
Bilaga 2: skiss avseende dukning.  
Bilaga 3 etc.....

# EXEMPEL ATT SKRIVA EN ÖVNINGSPLAN 😊!

## Steg 1 – Grundförutsättningar.

### 1. Ämne:

Här anger du inom vilket område du skall utbilda.

1.Ämne: **Vapentjänst.**

### 2. Datum, tid och plats.

*Beställ/rekognoscera - tro inte att lektionssalen är ledig, att det ser ut som sist på övningsplatsen etc!*

2.Datum: **20140505.**

Tid: **kl 1100-1130.**

Plats: **kaserngården.**

### 3. Övningsledning.

Klargör olika befattningar innan start, peka på vederbörande vid uppstart så att detta blir tydligt!

3.Övningsledare: **1.Serg Svensson**

Instruktör: **Krpl Olsson**

*Skriv bara med de befattningshavare som behövs.*

***OBS: anges inget är ÖL tillika Säkerhetschef.***

### 4. Verksamhetens omfattning.

Klargör på ett enkelt sätt vad som skall utbildas på under ditt pass, tänk stort! **Skriv kortfattat!**

4.Omfattning: **handhavande Ak 4B.**

### 5. Utbildningsmål.

5.Mål: **samtliga skall efter verksamhetens slut kunna använda sin Ak 4B på ett reglementerat och säkert sätt vad avser ladda och patron ur.**

*Anmärkning: målbeskrivning med orden "rätt sätt" eller "korrekt sätt" används inte!*

taxonomier	Vad?	Frågeord
fakta	Sakkunskap enskilda fakta termer begrepp Återge något ordagrant	vad är? återge! vem är? namnge! när? hur många...
förståelse	Berätta med egna ord visa förståelse för fakta Kunna förklara	Förklara! skriv med egna ord! visa skillnaden mellan... beskriv...
tillämpning	Kunna använda kunskap i nya sammanhang	hur kan du...? Vilken slutsats drar du utifrån vad du vet?
Syntes	Kunna göra något nytt utifrån vad man vet.	Vad skulle hända om...? Kan du komma på ett alternativ till...?
analys	Kunna dra en slutsats utifrån fakta. Kunna undersöka saker och ting.	Varför? Hur kommer det sig att...?
värdering	Bedöma eller uttrycka sin åsikt	Tycker du att...? Jämför...och...!

***Mål skall kunna mätas (tider/linjal/prov etc.) men många gånger sker bedömningar av övningsledaren – var dock alltid tydlig med att tala om för eleverna när de är godkända.***

**6. Krav:**

Övningsledaren skall ställa krav på verksamheten som skall genomföras, kraven kan vara specifika, "laddning sker endast på min order" eller allmänna, "lågt tempo gäller".

**6.Krav: vapnet alltid i ofarlig riktning då ni jobbar med det (pekas ut!)**

**God ordning och reda gäller alltid!**

I många ämnen finns det klara krav (ex skjutövningar) och detta skall då förmedlas innan start. Inled med att jobba utan tidskrav för att sedan, efter ett antal repetitioner, klargöra kravet. I vissa ämnen kan det vara svårt att hitta specifika krav, ex exercis – utelämnade kraven då

**7. Syfte med utbildningen.**

Klargör alltid syftet med din verksamhet, syftet skall svara på "varför"! Se ex nedan!

**7.Syfte med utbildningen: säkerställa säker vapenhantering – undvika vådaskott.**

- "ökad förmåga att...."
- "få insikt om...."
- "klarlägga principerna för...."
- "ökat förtroende för....."

**Att beakta!**

Du avgör själv som övningsledare vilket mål som är rimligt att nå med hänsyn till – i första hand - elevernas utbildningsnivå och tiden du har till förfogande!

**8. Hänvisning/litteratur.**

Här anger du i vilka skrifter du hämtat ditt lektionsunderlag, helst med sidhänvisning.

**8.Hänvisning/litteratur: SkjutR Ak sid XX-YY.**

**9. Utrustning/mtrl på truppen.**

Här anger du vilken utrustning truppen skall ha samt vilken eventuell materiel de skall medföra.

**9.Utrustning/mtrl på truppen: FU (fältuniform). (SU = stridsutrustning, SP = stridspackning).**

Utöver detta kan trosspackning (TP) och vinterutrustning (Vu) medföras.

**10. Utrustning/mtrl/fordon för övningsledaren.**

Beställ allt i god tid (veckor), kontrollera att allt finns hemma 2-3 dagar innan verksamheten startar.

**10.Utr/mtrl/fordon ÖL: SU, ATA-band, vatten till alla, batterier, bår o sjv-väska. 1 personbil, 50 st blind ammunition 7,62 mm, gula västar till övningsledningen. Iso mat kl 1200**

**Kontrollera nu:**

- snyggt utförande/layout – steg 1 för sig steg 2 för sig etc....
- Ta bort det du ej skall ha med (text, tomrader etc)
- Att du har rätt ämne.
- Att du inte använder målbeskrivningar enligt taxonomin i ditt syfte.
- Är målet rimligt med tiden du har till förfogande och bedömd utbildningsnivå?
- Din valda metod i förhållande till elevernas utbildningsnivå.
- Dina bilagor: att du har med bildspel, kopia på blickfång i A4 - bilder/utdrag på aktuellt underlag enligt den litteratur du hänvisar till, ex SäkR, SoldF osv.
- Bilagorna numreras UPP TILL HÖGER på sidan, ex; "bilaga 1".

## Steg 2. Grundläggande övningsbedömning.

### Fyll i mallen; värdera/uppskatta/ta reda på.....

- kontrollera kompetensen hos din personal.
- kontrollera stridsvärdet hos din personal.
- Kontrollera/bedöm deltagarnas utbildningsnivå.
- Kontrollera/bedöm stridsvärdet hos deltagarna.
- Fastställ övningens svårhetsgrad.
- Kontrollera väderleken för aktuell tid.
- Fastställ övningens upplägg.
- Fastställ aktuell metod/-er.
- Fastställ risknivå (R1 – R2 alt R3).
- Fastställ tidsfaktorn utifrån skjutfältsinstruktion (T1 – T2 alt T3).
- Fastställ sjukvårdsberedskap (ingen – grund – förhöjd).

## Steg 3. Skedesindelning.

### **Beskriv verksamheten i stort – markera avgörande händelser, exempel:**

#### **Inledningsvis:**

**Övnpres med övnbest. "Övn börjar"!**

Frr i tg därefter igelkott.

Post ut – BSÖ - reka sst, rita skiss och sedan grpch ge order om est, elduppg, eldöppnande, saml för skadade, sin egna plats och plutch plats.

Order klar då grupperas styrkan, gruppch utser obs därefter meddelar klar till mig.

Tid = 45 minuter. Gruppriktad metod.

Gruppch drillat detta innan = färdighet.

Fryser läget här.

**Lugnt tempo!**

#### **Därefter:**

Fylla på am/rast.

Samverka med övriga i övnledn – endast jag utvärderar med truppen!

**Genomför vapenkontroll!**

**VISITERA INNAN skarpskjutning!**

**Säkbest!**

Ladda vapnen därefter gruppera – övningen fortsätter!

**Skarpskjutning påbörjas** – reducerad amning.

Ofta byte obs.

Drilla målang – nytt mål – frr – vik, avslutar med allt i en följd.

Tidsfaktor?

Om igen??

#### **Slutligen:**

**Tömna mag/övnledn utvärderar under tiden. VISITERA EFTER skarpskjutning. Am in i fordon.**

Kåpor av - samling – utvärdering: gruppch – skyttar – jag.

Återställning tg/duka av.

Återtp kasern – D.T ehv – DE leder vht.

Inläsning – order nästa vht.

Utvärdering övnledn.

**redovisa am/miljörap.**

## 4.Momentplanering med riskbedömning.

### Använd riskskhanteringsmodellen i SäkR Gemensam som stöd!

All verksamhet skall riskhanteras före och under samt analyseras efter genomförandet.

- **Risikfaktor = SäkR G 2017 enligt bilaga 5.**
- **Tidsfaktorn** skall framgå av skjutfältsinstruktionen.

Sjukvårdsberedskap = se SäkR G kapitel 10.

- **"Riskfaktor + tidsfaktor = sjukvårdsberedskap".**

#### Markera alla identifierade risker i din momentplan, exempel:

Mom:	Tid:	Omfattning:	Utförande/anmärkningar:	Möjlig vådahändelse:	Förebyggande åtgärder:
XX	20	Inskjutning Ak 4B	Ett led linje mot blindingen, ett skjutlag. Liggande med stöd. Biträden på respektive flank. Jag (ÖL) kommenderar i mitten.  <b>Laddblind am med!</b>	<b>Skarpskjutning påbörjas!</b>  <b>VÅDASKOTT!</b>	-Ofarlig riktning -öva ladda/ptrn ur/magb -hörselkåpor -glasögon -lugnt tempo! -uppvärmning

I SäkR G 2017, bilaga 5 finns det ett detaljerat exempel på arbetsgången för riskhantering.

Vid övningar med underställda övningsledare (ex stationssystem) **skall varje underställd/enskild övningsledare genomföra egen riskhantering**, ställ krav som "huvudövningsledare" på redovisning av detta arbete för dig innan övningsstart – **det är du som huvudövningsledare** som godkänner övningsplaner (PM), riskområden etc för underställd personal.

### Normal uppstart vid verksamhet är:

Punkt 1-10 enligt tidigare.

11. **Helhet.** (ex; detta är en Ak 5). **Med fördel historik i ämnet.**
12. **Delar.** (forts ex; namn på yttre och inre delar Ak 5 – ta isär och sätt ihop efterhand).
13. **Helhet.** (forts ex; Ak 5:an är till slut hopsatt).
14. **Tid för kontroll av måluppfyllnad och frågor.** (övningsledaren avgör måluppfyllnad).
15. **Reservtid.** (10 % av utbildningstiden skall vara reservtid).
16. **Order för nästa verksamhet.** (samverka INNAN ditt pass med nästa övningsledare).

Längst ned finns det plats för **bedömaren** att sätta betyg/omdöme på din övningsplan.

**Exempel uppstart i verksamhet:**

Mom :	Tid:	Omfattning:	Utförande:	Möjlig vådahändelse:	Förebyggande åtgärder:
1	0,1	Anmälan bedömare	Efter det att jag dukat och gjort klart för min verksamhet anmäler jag till bedömaren: <b>"Kapten, Fänrik Olsson klar starta lektion!"</b> <b>Enskild ställning!</b>		
2	0,5	Avlämning samt tagande av befälet.	Jag kommenderar DE "lämna av". Jag säger "jag tar befälet"!		
3	1	Presentera övningsledning .	Jag presenterar mig själv och ev övriga: namn o bef under vht. Jag pratar o pekar!		
4	2	Visitation trupp.	Jag kommenderar: "hørselskydd håll upp...glasögon håll upp" etc. batterier????		
5	1	Övnings- genomgång.	Jag redogör för omf/mål/ev krav/syfte och tider i stort.		

**Avslutning:**

Mom :	Tid:	Omfattning:	Utförande:	Möjlig vådahändelse:	Förebyggande åtgärder:
15	0,5	Kontroll måluppfyllnad	Övn omfattade.....målet var..... "vad innebär....? Hur långt...?" etc <b>Ha förberedda frågor!</b>		
16	2	Reservtid = 10%.	Tid for fortsatt utbildning alt drill.		
17	1	Avsluta övningen	Jag ger order för: Nästa tid.....Plats.....utr ..... Klargör "LEKTION SLUT"!		
18	0,1	Anmälan bedömare	Jag anmäler till bedömaren: <b>"Kapten, Fänrik Olsson har avslutat lektionen".</b> <b>Enskild ställning!</b>		



## **Steg 5 - övningsbestämmelser.**

Här redogör du för ditt övningsupplägg i stort, presentera en målbild (helhet)!

***Var tydlig när genomgången startar och slutar! Använd med fördel en plansch/blickfång!***

## **Steg 6 - säkerhetsbestämmelser.**

- *Klargör vilka risker som finns i verksamheten = förmedlas!*
- *Klargör hur dessa skall undvikas (skjutgränser, hastighet/tempo, framryckningsvägar etc.)*

***Var tydlig när genomgången startar och slutar! Använd med fördel en plansch/blickfång!***

***Verksamhet som inte behöver sjukvårdsberedskap = ingen säkerhetsgenomgång!***

## **Steg 7 - bilagor.**

**Klargör inledningsvis hur många bilagor du har, skriv in antalet och vad de omfattar.**

*Numrera dem i kronologisk ordning enligt momentplanen längst upp till höger "Bilaga 1" osv. Exempel bilagor:*

- Kartor/skisser/bilder.
- Riskområden.
- Ammunitionsbeställning/matbeställning (specialkost).
- Materielbeställning/målmaterielbeställning.
- Beställning skjutbana och/eller övningsterräng.
- Fordonsbeställning.
- Chefsbesök.
- Personal som skall hämtas och lämnas.
- Avvikelse rapport.
- Miljörapport.

## **Nu bör du ha fått ihop din övningsplan!**

### **Genomför nu kontroll ånyo avseende:**

- snyggt utförande/layout – steg 1 för sig steg 2 för sig etc....
- Ta bort det du ej skall ha med (text, tomrader etc)
- Att du har rätt ämne.
- Att du inte använder målbeskrivningar enligt taxonomin i ditt syfte.
- Är målet rimligt med tiden du har till förfogande och bedömd utbildningsnivå?
- Din valda metod i förhållande till elevernas utbildningsnivå.
- Dina bilagor: att du har med bildspel, kopia på blickfång i A4 - bilder/utdrag på aktuellt underlag enligt den litteratur du hänvisar till, ex SäkR, SoldF osv.
- Bilagorna numreras UPP TILL HÖGER på sidan, ex; "bilaga 1".

**Gör nu en bedömning; är detta genomförbart? -är detta rimligt med hänsyn till?:**

-tiden du har till förfogande?

-valda metoder?

-målgruppen (utbildningsnivå)?

-har jag kompetens för uppgiften?

**Är du nöjd med din plan = alltid maila kopia till uppdragsgivaren/chefen!**

## Riskhantering.

**En till synes enkel övning i dåligt väder kan få svåra följder!**

**En svår övning med utbildade och trötta elever få katastrofala följder!**

<b>Kriterier övningsledare</b>	
• Behörighet = kompetens!	<b>Kompetens:</b> Formell = "skolbanken"!
• Befogenhet = kompetens!	Faktisk (fd "reell") = "övad och prövad"! Godkänd av Chef/examinator. <b>Spårbarhet!</b>
• Skriftligt!	SäkR = "ERFORDERLIG KOMPETENS" = formell + faktisk + lämplig.

**Den som anlitar dig skall kontrollera att du har erfoderlig kompetens!**

**Fundera själv på om du kan ämnet och får utbilda i ämnet = examiner alt instruktör!**

**Riskhanteringsmodellen kopplat till övningsplanen.**

1	2	3	4	5				
<b>Övningsplan: Grundförut-sättningar</b>	<b>Grundläggande Övnings-bedömning</b>	<b>Grovplanera</b>	<b>Momentplan med eventuella risker och förebyggande åtgärder</b>	<b>Fastställ sjukvårds-Beredskap!</b>				
•Omfattning. •Mål. •Krav. •Syfte. •Tider. •Personal/org. •Utr/mtrl. osv.....	•kompetens. •Utbildningsnivå. •svårighetsgrad •Övningstyp. •metoder •antal deltagare. •Stridsvärde. •Väder.	Inledningsvis....  Därefter.....  Slutligen.....	• Föröva. • Ta bort. • Lägga till. • Tider? • Tempo! • Belastning	<table border="1"> <tr> <td>R 1 B</td> <td>R 2 M</td> </tr> <tr> <td>R 3 M</td> <td>E</td> </tr> </table>	R 1 B	R 2 M	R 3 M	E
R 1 B	R 2 M							
R 3 M	E							



Se SäkR G 2017 kap 2, 10 och bil 5.

### **Risikfaktor.**

Övningsledaren skall i sin planering fastställa vilken riskfaktor som är aktuell för sin verksamhet, använd triangeln på sidan 3 som grundtänk = "BALANS".

Det finns inga givna svar eller exempel på vad som är riskfaktor 1, 2 eller 3.

Bedömer du att det inte finns några risker = "ingen sjukvårdsberedskap".

Nedan följer några exempel man kan ha som grundtänk:

**Risikfaktor 1.** skarpskjutning skjutbana, grundövningar sprängtjänst.

**Risikfaktor 2.** SUSA grupp, grundläggande kast skarp handgranat, bad isvak.

**Risikfaktor 3.** SUSA pluton med flera olika vapensystem, tillämpat kast handgranat.

**Tidsfaktorn framgår i ex skjutfältsinstruktion, fastställs av C OrgE.**

### **Sjukvårdsberedskap.**

**Fastställande av sjukvårdsberedskap**  
Ingen sjukvårdsberedskap  
Grundberedskap  
Höjd sjukvårdsberedskap  
Särskilda sjukvårdsåtgärder

**Läs in dig noggsamt på vad respektive nivå betyder!**

**Risikfaktor + tidsfaktor = grad av sjukvårdsberedskap.**

**Bedömningsmall trupputbildningsuppgift.**

<b>Datum:</b>	<b>Ämne:</b>
<b>Elev:</b>	<b>Förband:</b>
<b>Bedömare:</b>	<b>Plats:</b>

Omfattning bedömning:	Poäng:		Anteckningar:		
<b>FÖRBEREDELSE:</b>	minus	plus	<b>Bra:</b>		
2.1 Övningsplan/PM	1	2	3	4	5
2.2 Målbeskrivning	1	2	3	4	5
2.3 Val av plats	1	2	3	4	5
<b>GENOMFÖRANDE:</b>	<b>Summa:</b>				
2.4 Org under verksamheten	0	3	4	5	6
2.5 Utbildningsmetod	0	3	4	5	6
2.6 Stegringsföljd	0	1	2	3	4
2.7 Frågor	0	1	2	3	4
2.8 Kontroll och rättelser	0	3	4	5	6
2.9 Drill	0	1	2	3	4
2.10 Aktivering	0	3	4	5	6
2.11 Ordning	0	3	4	5	6
2.12 SÄKERHET	0	2	4	5	6
<b>ÖVNINGSTRUPPEN:</b>	<b>Summa:</b>				
2.13 Intresse	0	3	4	5	6
2.14 I ledarens hand	0	3	4	5	6
2.15 Övningsresultat	0	3	4	5	6
<b>LEDAREGENSKAPER:</b>	<b>Summa:</b>				
2.16 Kunnighet	0	3	4	5	6
2.17 Instruktionsförmåga	0	2	3	4	5
2.18 Språk och röst	0	1	2	3	4
2.19 Inlevelse/medryckande	0	2	3	4	5
2.20 Personligt uppträdande	0	1	2	3	4
Övningens svårhetsgrad	1	3	5	7	9
<b>SUMMA POÄNG:</b>					
Övningens längd/min:					
1-69: betyg 0-4 = IG 70-85: betyg 5-6 = G 86-99: betyg 7-8 = VG 100-114: betyg 9-10 = MVG	<b>Betyg enligt tabell:</b>		<b>Summering bedömare:</b>		
<b>Elevens personliga Instruktörsegenskaper:</b>					
<b>Bedömarens uppfattning om övning och övningsresultat:</b>	<b>Delgivning:</b>				
<b>Fastställt betyg:</b>					
	Underskrift bedömare		Underskrift elev		

## **Instruktion ifyllnad bedömningsmall TU.**

### **1. Instruktion.**

1.1 För varje punkt markeras aktuell poängsiffra varvid kolumnerna tolkas enligt följande:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Ruta 1 = ej godtagbart.  
 Ruta 2 = mindre godtagbart  
 Ruta 3 = godtagbart  
 Ruta 4 = bra  
 Ruta 5 = mycket bra

1.2 Finns ej underlag för bedömning av enstaka används ruta 3.

1.3 Med markerat godtagbart i mittenkolumnen erhålls 70 poäng: betyg 5 = G.

1.4 Betyg sätts i halvt eller helt tal.

### **2. Att beakta.**

2.1 Övningsplanen skall vara skriven så att annan övningsledare kan ta över lektionen.

2.2 Målet skall kunna mätas eller bedömas.

2.3 Mtrl skall finnas i tillräcklig omfattning, distraherande mtrl skall inte visas.  
 Övningsplats: är denna lämpad för ändamålet? Dukning?

2.4 Organisation: stationssystem? Formering? Nyttjande av biträden?

2.5 Utbildningsmetod: lämplig metodval.

2.6 Stegringsföljd: lagom stora steg i rätt följd?

2.7 Frågor: frågeteknik? Repetition genom frågor?

2.8 Kontrollerar övningsledaren givna order och anvisningar? Rättas fel direkt – på vilket sätt?

2.9 Drill: engagerar övningsledaren truppen, mängd kontra effekt?

2.10 Aktivisering: löser alla uppgifter – är aktiva? Konstruktiv feedback?

2.11 Ordning: visitation vid uppstart? Utrustning på övningsledaren och biträden – föredömen? Övningsplatsen?

#### **2.12 SÄKERHET: tillgodoses inte säkerheten är övningen underkänd! Säkerhetsgenomgång!**

2.13 Intresse: väcker övningsledaren truppens intresse?

2.14 I ledarens hand: fokus på övningsledaren, åskådningsmateriel etc?

2.15 Övningsresultat: har målet enligt målbeskrivningen nåtts?

2.16 Kunnighet: behärskar övningsledaren ämnet, kan besvara frågor, reglementerade uttryck?

2.17 Instruktionsförmåga: enkelt, tydligt och begripligt?

2.18 Språk och röst: tydligt? Enkelhet? Lugnt? Röststyrka?

2.19 Inlevelse och medryckande: entusiasm, tror på sig själv och sin övning?

2.20 Personligt uppträdande: formella uppträdandet, puts, olater och hållning?

***För varje punkt bedöms utöver ovanstående allt som kan hänföras till rubriken!***

# FEEDBACK:

**Feedback är ett sätt att hjälpa andra att bli mer effektiva, det är inte pekpinnar.**

**Lyssna på feedbacken du får – anteckna det som sägs.**

**Feedback är ett sätt att göra en person eller grupp medveten om hur personens eller gruppens beteende berör dig.**

## **Beakta:**

- \* Rikta feedbacken till en person - gå inte omvägar!
- \* Den som ger feedback säger "jag" - inte "vi" eller "man"!  
Tala bara om vad du tycker - andra får tala för sig!
- \* Beskriv beteende som du ser och beskriv vilken effekt det har på dig. Låt bli att värdera. Inte "-du är slarvig" UTAN "-du hämtade inte mtrl jag bad dig om"!
- \* Ge specifik feedback snarare än allmän, allmänna påståenden ger inte underlag för förändring. Inte "-du borde vara mera noggrann med din klädsel" UTAN "-dina byxor är väldigt smutsiga, du borde byta dem"!
- \* Feedback bör riktas endast mot beteenden som personen kan göra något åt, inte be vederbörande exempelvis sluta stamma.
- \* Be gärna personen du riktar dig emot tala om hur denne uppfattat det du säger, lyssna framför allt vad vederbörande svarar.
- \* Ge feedback i rätt tid, kommer feedbacken direkt efter en prestation eller störning har den mer effekt än om längre tid förflutit.
- \* Ge lagom mycket feedback, för mycket feedback kan göra att mottagaren/ mottagarna ej lyssnar till slut på det som sägs och det blir låsta positioner.
- \* Feedback som är ÖNSKAD uppfattas och accepteras bättre än oönskad!
- \* Mottagaren bör få möjlighet att kontrollera erhållen feedback med andra.
- \* Feedback kan även vara positiv i syfte att uppmuntra och/eller förstärka det som är bra, ex "-det var bra gjort, du är på rätt väg nu"!

## **2 exempel feed-back:**

1. "börja med – sluta med – fortsätta med"
2. "bra - förbättra".