



Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst

Kursbeskrivning och kursplan/kursinnehåll

Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst är för dig som tänker dig en framtid inom brand, räddning, ambulans, kustbevakning eller andra utryckningsverksamheter. Utbildningen förbereder dig så att du därefter är redo att söka in på yrkesskolekurser inom en rad områden.

Mål och syfte med kursen och målgrupp

Syftet med kursen är att ge deltagarna en bred grund med både teoretiska kunskaper och praktiska färdigheter som behövs inom yrken som berör räddningstjänst, utryckning och civilförsvar samtidigt som de läser de ämnen som behövs för grundläggande behörighet för eftergymnasiala studier.

Målet efter genomgången kurs är att deltagarna under *Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst* ska ha fått komma i kontakt med, och ha fått träna på, många av de delar som sedan tas upp i efterföljande yrkesutbildningar på eftergymnasial nivå, t.ex. den 2-åriga SMO-utbildningen.

Kursen vänder sig till både dig som överväger en heltidskarriär inom ovan nämnda områden men också till dig som kanske vill arbeta deltid inom räddningstjänsten på en mindre ort eller bara helt enkelt är nyfiken på kursinnehållet och kan se att du inom andra yrken kommer att ha stor nytta av den speciella inriktningen och det du lär dig på den.

Meritvärde efter genomgången kurs

Utbildningen är en investering för framtiden. Oavsett vilket yrke som du kommer att välja i framtiden så får du viktig kunskap med dig till ditt framtida yrkesval. Arbetsplatser ska t.ex. idag ha ett dokumenterat systematiskt brandskyddsarbete där kunskapen om det förebyggande arbetet är viktigt för att kunna ge arbetsplatsen en bra arbetsmiljö. Eftersom utbildningen har en bred inriktning så får du erfarenhet på många områden som är en del av de efterföljande yrkesutbildningarna inom t.ex. brand, räddning, ambulans, kustbevakning och polis. Dina kurserfarenheter kan också komma att eftertraktas inom olika tjänster i kommun, region och länsstyrelse.

Pedagogik och metodik

Undervisningen i Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst syftar till att både ge grundläggande behörighet till högre studier och att utveckla kunskaper om kommunal räddningstjänst och andra utryckningstjänster. Den pedagogiska grundsynen bygger på att utbildningen ska utveckla den studerandes samarbets- och problemlösningssförmåga, liksom förmågan att ta ansvar, vara aktiv och självständig i inlärningsprocessen samt ge en god förberedelse inför vidare yrkesstudier inom en rad yrken där de förvärvade kunskaperna och färdigheterna är en merit. Kursen är både teoretisk och praktiskt inriktad och innefattar allt från föreläsningar, praktiska övningar, arbetsuppgifter individuellt och i grupp samt studiebesök.

Östersjökunskap

Litorinas profilämne är Östersjökunskap i alla kurser och finns också med som särskilt ämne i våra scheman. Som kursdeltagare på *Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst* kommer du under en lektion i veckan få teoretisk undervisning i olika aspekter på ämnet. Östersjökunskapen finns också integrerad under andra lektioner i andra ämnen som du läser under dagen när du har lektioner på Litorina.

Som ett led i Östersjökunskapen ingår också på Allmän kurs gymnasienivå att, minst en gång under studietiden, följa med på den årliga studieveckan till något av våra profilländer runt Östersjön. Denna resan bekostas av deltagarna själva och leds av lärare på Litorina folkhögskola.

Förkunskapskrav

För att söka in på *Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst* ska du ha godkända betyg från svensk grundskola eller annan motsvarande utbildning på grundnivå. Du kommer att börja med att läsa för behörigheter t.o.m. svenska 2/SVA 2, naturkunskap 1a1, samhällskunskap 1a1 och engelska 5 och därefter få läsa modern räddningstjänst i två terminer under hälften av veckans lektioner medan du fortsätter med dina andra ämnen under den andra halvan av dessa två terminer.

Om du redan går på *Allmän kurs gymnasienivå* (utan inriktning) och inte är helt klar MEN har behörigheter i svenska 2/sva 2, naturkunskap 1a1, samhällskunskap 1a1 och engelska 5 kan du söka in på *Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst* och där fortsätta dina studier.

Ytterligare krav är:

- Du ska ha fyllt 18 år för att börja kursen.
- Du ska komplettera din ansökan med vidimerade kopior av betyg/kursintyg/behörighetsintyg.
- Du som söker in på kursen behöver vara fullt frisk fysiskt och psykiskt och ha relativt god fysik samt vara beredd att förbättra fysiken ytterligare bl.a. genom schemalagd träning. Elever som söker in på kursen kommer att få utföra ett arbetsprov, en intervju och en läkarundersökning.
- Du ska komplettera din ansökan med utdrag ur belastningsregistret. Utdraget är gratis och beställs från Polismyndigheten.

Kurslängd, ansökan och kostnad

Allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst går på heltid och kurslängden där beror på tidigare behörigheter och ev. studieuppehåll.

Kursdelen *modern räddningstjänst* motsvarar ca 1,7 terminers heltidsstudier och är utspridd under utbildningen.

Ansökan kan ske via vår hemsida litorina.fhsk.se eller på plats under kontorstid.

Kursstart: 2025 08 18 kl. 10.00

Läsårstider och schemalagd undervisning

Terminslängden är vanligtvis 18 veckor för höstterminen och 22 veckor för vårterminen. Studierna sker på heltid och skolan är öppen mellan 08.00-16.00. Schemalagd undervisning sker med minst 20 timmar/vecka och lektionerna ligger vanligtvis mellan 08.30-16.00. På fredagar slutar sista lektionen 12.00. Avvikelser kan förekomma.

Terminsavgift: 4500 kr/termin. Avgiften täcker försäkring, programlicenser, till viss del papperskopior, skriftligt material, övriga materialkostnader samt vissa studiebesök och resor. Fika/mat vid julfirande, Litorinadagen, skolavslutning + andra högtidlighållanden. Vissa utgifter för kläder täcks också av terminsavgiften.

Terminsavgiften betalas efter att du fått ditt antagningsbesked (med aktuellt bankgironummer) innan kursstart. Ange "AK - räddningstjänst" på betalningen.

I samband med ansökan lämnas också kopior på betyg/kursintyg (se antagningskrav).



Kursinnehåll på kursdelen *Modern räddningstjänst*

Utryckningstjänster och organisationer

- Historia och utveckling av räddningstjänsten.
- Organisation och ansvarsfördelning mellan, och inom, olika typer av utryckningsverksamhet.
- Samverkan med andra myndigheter och frivilligorganisationer.
- Hur den kommunala räddningstjänsten är uppbyggd, dess funktion samt om deltidsanställning och insatsperson inom räddningstjänsten.
- Frivilligorganisationer

Grundläggande brandkunskap

- Brandorsaker, hur bränder sprider sig samt olika metoder för att släcka bränder.
- Utryckningsfordonens utrustning och den personliga utrustningen.
- Grundläggande teori om fysikaliska- och kemiska förlopp som kan leda till brand, explosion eller gasutveckling och hur detta kan förhindras.
- Grundläggande fysikaliska och kemiska begrep samt teori om brandfarliga och explosiva ämnen och kombinationer av ämnen som tillsammans kan leda till brand, explosion eller giftig rök- eller gasutveckling.
- Grundläggande teori om hur bränder kan uppkomma och utveckla sig beroende på brandplats och omgivning samt hur släckningsarbetet ser ut på olika typer av platser.
- Märkning och varningssymboler på brandfarliga och explosiva ämnen.

Grundläggande teori om giftiga ämen

- Genomgång av giftiga ämnen och om dess påverkan på människor, djur, växter och ekosystem.
- Grundläggande teori om giftiga kemikalier och om hur dessa ska hanteras vid olyckshändelser (t.ex. transportolyckor) och sabotage.
- Giftiga ämnens påverkan på ekosystemtjänster som vattenförsörjning, bär och svamp, jordbruk och fiske m.m.
- Om märkning och varningssymboler som rör giftiga eller frätande ämnen.

Riskhantering och säkerhet

- Identifiering och bedömning av risker.
- Utveckling av handlingsplaner för krissituationer.
- Systematiskt brandskyddsarbete på arbetsplatser.

Första hjälpen, HLR och agerande vid olycksplatser samt krishantering

- Fokus på att hantera olika typer av nödsituationer, som trafikolyckor, naturkatastrofer och kemikalieutsläpp.
- Utbildning i första hjälpen, hjärt- och lungräddning samt livräddning i akuta situationer på land och i vatten.
- Träning på interaktion och omhändertagande av individer på olycksplats.
- Stresshantering och mental träning.
- Samarbete och kommunikation på olycksplats - Träning på att samarbeta och kommunicera effektivt i stressiga situationer samt ledarskap och organisation av logistiken på en olycksplats.

Praktiska övningsmoment

- Kunna använda olika material för brandsläckning och översvämningsolyckor så som t.ex. fläkt, pump, motorspruta samt handhavande av personlig skyddsutrustning.
- Prova på grundläggande metoder för rökdykning och sök teknik.
- Grundläggande hantering av material för is- och vattenlivräddning.
- Grundläggande träning och kännedom av material för trafikolyckor och användning av t.ex. handverktyg, hydraulverktyg m.m.
- Träning på sim- och dykmoment knutna till livräddning.
- Simuleringar av verkliga situationer.
- Fysisk träning som kommer att vara schemalagd minst en gång i veckan och sedan tillkommer en gång i veckan på valfri tid utanför ordinarie lektioner.

Yrkesorientering

- Insikt i yrkesrollen som brandman, och annan blåljuspersonal, samt vilka vidareutbildningar som kan vara aktuella, exempelvis SMO (2-årig yrkeskurs).
- Studiebesök på brandstation, RiB-station (räddningstjänstpersonal i beredskap), polisen, ambulansen, försvaret, SSRS (Svenska sjöräddningssällskapet), Kustbevakningen. Studiebesöken ingår också som en del i andra delkurser/delmoment och kan ha praktiska inslag såväl som teoretiska.

Regler, lagar och förordningar

Ledarskap och gruppdynamik

På nästa sida hittar du mer om våra allmänna kurser på gymnasienivå.

Kursplan

Allmän kurs - gymnasienivå på Litorina folkhögskola

Mål och syfte

Övergripande mål med allmän kurs gymnasienivå

Målet är att du ska kunna få motsvarande gymnasiebehörighet i bland annat svenska, engelska, matematik, samhällskunskap, naturkunskap och historia utifrån dina egna förmågor. På allmän kurs gymnasienivå får du möjlighet att utvidga dina förmågor, att växa i din egen takt och att se din egen utveckling samt din roll i gruppen, samhället och världen.

Litorinas intresseområden runt Östersjön och dess Östersjöprofil har en särskilt framträdande roll och genomsyrar allmän kurs gymnasienivå inom såväl ämnen som övriga aktiviteter på skolan. En central del gällande detta mål är den årliga studieresan till något av Östersjöprofiländerna som genomförs på allmän kurs gymnasienivå.

Allmän kurs gymnasienivå har som mål att du som deltagare under din studietid får en ökad medvetenhet om din egen betydelse i samhällsgemenskapen. Litorinas verksamhet syftar till att bilda och utbilda demokratiska och samhällsintresserade medborgare med ett hållbarhetstänk och en förmåga att se sitt eget såväl som vårt samhälles kollektiva ansvar och skyldigheter.

På Litorina rustar vi för studier på högre nivå genom bland annat ett språkutvecklande arbetssätt. På Litorina arbetar vi för att stärka individer och grupper, vi stöttar enskilda deltagare för att nå sina personliga studiemål och arbetar aktivt för att lägga grunden till en positiv framtidstro.

Formella mål

Det övergripande formella målet med studierna på allmän kurs gymnasienivå är att du som studerat getts möjligheter till att uppnå grundläggande behörighet till högskola, universitet och/eller yrkeshögskola.

Arbetsformer och innehåll

Ett annorlunda sätt att studera?

Undervisningen hos oss på Litorinas allmän kurs gymnasienivå ser antagligen annorlunda ut jämfört med det du är van vid. Vi läser ofta ämnesintegrerat, och vid några tillfällen varje termin väljer vi ett tema där alla ämnen ingår, varvid du får en mix av olika kunskaper, precis som i verkligheten. Enligt folkhögskolans pedagogiska idé så utgör gruppen en viktig utgångspunkt för lärande och därför arbetar vi ofta i grupp med olika aktiviteter och uppgifter.

Litorina Folkhögskola har Östersjöprofil, vilket innebär att vi har integrerat Östersjökunskap i samtliga ämnen och i även i övriga aktiviteter på skolan såsom föreläsningar, temadagar och studiebesök. I kursen ingår även en studieresa till ett Östersjöland. Resan finansieras av dig som kursdeltagare.

Allmän kurs gymnasienivå liksom all annan verksamhet vid Litorina folkhögskola ska genomsyras av att vara demokratisk, internationell och socialpedagogisk. Nedan beskrivs mer konkret vad det kan innebära för dig som deltagare på allmän kurs gymnasienivå.

Demokratisk

Litorina som skola och allmän kurs ska vara demokratisk och präglas av demokratiskt beteende. Under kursen ska kunskaper om demokratins historia och värderingar förmedlas till dig som kursdeltagare och skolan arbetar för människors lika värde och jämställdhet. Som deltagare ges du möjlighet att träna inför demokratiska uppgifter i samhället för att t ex åta dig politiska, fackliga eller andra förtroendeuppdrag. Skolan arbetar medvetet och aktivt för att medverka till att befästa och utveckla demokratins idéer främst tillsammans med demokratier i Östersjöområdet och du som kursdeltagare är en självklar del i detta arbete.

Internationell

Som skola ska Litorina vara internationell och förmedla internationella referensramar. I samtliga kurser på skolan ingår studier i Östersjöfrågor. I undervisningen ska kunskaper och förhållanden som påverkas av EU-medlemskapet förmedlas. Skolan ska också vara öppen för att delta i olika projekt inom skolans profilområden och i detta involveras du som kursdeltagare på allmän kurs gymnasienivå i den mån det är möjligt.

Som deltagare kommer du på olika sätt att arbeta med kulturfrågor inom skolans profilområden och genom det arbetet lära dig att bejaka respekt för andras kulturarv. Som deltagare kommer du att möta deltagare från olika länder/kulturer i skolans verksamhet och integrering mellan olika kurser och olika bakgrunder är en viktig del av hur vi arbetar. På Litorinas samtliga kurser och i lokalerna är det svenska språket som är vårt gemensamma språk.

Litorina verkar även för att deltagare på allmän kurs gymnasienivå deltar i utbyten och studieresor i Norden och i Östersjöområdet.

Socialpedagogisk

Att Litorina är socialpedagogisk innebär att skolan har ett individuellt bemötande av varje deltagare och bryr sig om hela människan. Det innebär även att undervisningen på allmän kurs gymnasienivå bedrivs på ett ämnesintegrerat sätt såsom nämnts med tex. temaarbete men även gemensamma projekt över ämnesgränser.

Som deltagare får du hjälp med att öka ditt självförtroende och egenvärde och ges optimala möjligheter till personlig utveckling. Livskunskap som en del i schemat syftar bland annat till just detta. De arbetssätt som används under kursen syftar till att främja gott samarbete mellan individer och grupper och skolan verkar även för hög kunskapsinhämtning och stimulerar dig som deltagare till delaktighet och engagemang. På allmän kurs förbereds du som deltagare för fortsatta studier och för att uppnå ett framgångsrikt arbetsliv

Schema/studieplan

På Litorina folkhögskola finns möjlighet att läsa in grundläggande behörighet. De ämnen man då läser är: Svenska 1,2 och 3, matematik 1b, engelska 5 och 6, samhällskunskap 1a1, religion 1, historia 1a1 och naturkunskap 1a1. Det kan finnas möjlighet att läsa in vissa särskilda behörigheter.

Litorinas profilämne är Östersjökunskap i alla kurser. Motion och kreativitet är integrerat i hela verksamheten. Schemat för allmän kurs gymnasienivå följer en grundmall där lektioner är utlagda dagtid ca 08.30 – 16.00. Ibland kan undervisning även förekomma kvällstid. Tid finns för egna studier under dagen. Schema och studieplan finns att hämta i Schoolsoft. Studieplanen uppdateras varje läsår och visar på din progression samt tydliggör hur lång tid du har kvar av dina studier.

Finansiering och antagningskrav

Antagningskrav

Grundskolenivå. Särskilda inriktningar av allmän kurs kan ha ytterligare antagningskrav.

Antagningsprinciper och antagningsprocess

För att antas till Litorina folkhögskolas långa kurser krävs att den som söker fyller minst 18 år under året (för vissa inriktningar behöver du ha fyllt 18 år vid kursstart). I vissa fall kan undantag göras. Alla sökande ska fylla i en ansökan samt bifoga de dokument som anges där och även skriva ett personligt brev. Den som söker till Litorina kan också kallas till en personlig intervju. För vissa inriktningar tillkommer ytterligare krav.

Inför varje termin måste alla lämna in en ansökan, även de som redan studerar på skolan. Ansökan ska vara inlämnad senast 1 maj/1 december. De som inte uppfyllt närvarokravet på 80% vid tidigare studier placeras automatiskt på reservlista och antas endast i mån av plats efter samtal. Antagning sker genom personligt brev/mail som skickas till deltagaren där Litorina folkhögskola bekräftar kursplatsen. Deltagaren bekräftar sin plats genom att betala in terminsavgiften. Denna avgift måste vara betald före terminsstart. För att delta i kursen behöver du ha en egen laptop med wifi.

Du kan finansiera studierna på olika sätt

Det är möjligt att läsa kursen med stöd genom Utbildningskontraktet. Kontakta din handläggare på Arbetsförmedlingen. Du kan även läsa kursen med Studiestartsstöd. Kontakta studievägledaren vid Kommunala vuxenutbildningen.

Kursen är CSN-berättigad

Kontakta CSN för studiebidrag och studielån.

Terminskostnad

1950 kronor. Vissa inriktningar kan ha en högre terminskostnad (t.ex. allmän kurs med inriktning modern räddningstjänst där terminsavgiften är 4500 kr). Kostnaden för studieresan tillkommer och betalas separat.

Terminsavgiften betalas in efter att du fått ditt antagningsbesked innan kursstart. Ange ”Allmän gymnasienivå” eller ”AK *namn på inriktning*” på betalningen.

Avgiftsfri undervisning

Undervisning enligt statsbidragsregler vid Litorina folkhögskola är avgiftsfri men varje termin tas en avgift ut som täcker försäkring, till viss del papperskopior samt vissa studiebesök, teaterbesök, konserter och exkursioner. Fika/mat vid julfirande, Litorinadagen, skolavslutning + andra högtidlighållanden täcks också av terminsavgiften. För studerande på allmän kurs gymnasienivå ingår en studieresa till ett Östersjöland i undervisningen under första studieåret på skolan. Resan finansieras av dig som deltagare.

Kursmaterial

Som kursdeltagare ansvarar du själv för att skaffa allt studiematerial och litteratur som behövs för att genomföra studierna. Egen dator (bärbar) är obligatorisk på allmän kurs gymnasienivå.

Intyg

Litorinas eget intyg

Efter att ha genomfört en allmän kurs på gymnasienivå på minst 35 veckor har du som kursdeltagare rätt till ett skriftligt studieomdöme förutsatt att du varit närvarande minst 80% av studietiden. Litorina folkhögskolas egna intyg utfärdas vid avslutade studier. På intyget skrivs uppnådda behörigheter samt omdöme, om detta erhållits. De ämnen som ingått i kursen finns med och det anges också om du som kursdeltagare varit med på studieresan.

Gy-behörighetsintyg + SEQF 4-intyg

Högskoleintyget samt SEQF 4-intyget utfärdas vid avslutade studier. Om komplett grundläggande behörighet uppnåtts rapporteras detta till SCB. På högskoleintyget (GY-behörighet) ifylls uppnådda behörigheter och eventuellt omdöme.

Övriga gällande policydokument med koppling till/komplettering till kursplanen

SEQF 2 och 4

I Litorinas [policydokument SEQF 2 och 4](#) preciseras mer konkret innehåll och arbetssätt på allmän kurs gymnasienivå. Dokumentet uppdateras årligen.

Studeranderättsliga standard

I Litorinas [policydokument Studeranderättsliga standard](#) finns också viktig kompletterande information som har betydelse för studerande på kursen allmän kurs gymnasienivå.