

# Förarintyg

## - Lärgruppshandledning

*En grundläggande utbildning i  
navigation och säkerhet till sjöss.*



# Introduktion

*Förarintyg för fritidsbåt är en nautisk icke-professionell examen i grundläggande navigation och säkerhet till sjöss och en förutsättning för dig som vill ta nästa steg i form av ett kustskepparintyg.*

*Utbildningen genomförs individuellt som en webbutbildning eller som en lärgrupp tillsammans med andra medlemmar i föreningen. En förutsättning, oavsett om utbildningen genomförs individuellt eller som lärgrupp, är att varje deltagare har individuell inloggning till webbutbildningen.*

Denna lärgruppshandledning riktar sig till dig som ska vara lärgruppsledare för webbutbildningen och dessa anvisningar skall ses som exempel på upplägg. Du och dina deltagare kan välja att genomföra fler eller färre träffar.

Totalt är webbutbildningen uppbyggd i sex övergripande avsnitt med text och filmer fördelade inom områdena:

- Svenska Sjökort och Symboler
- Navigering
- Navigering i praktiken
- Sjömanskap, Säkerhet & Sjukvård
- Miljö, Väder och Vind
- Lagar och Regler

**SISU:s grundregler** för lärgrupper som är bra att känna till;

- **En lärgrupp ska registreras hos klubbens konsulent på SISU Idrottsutbildarna redan innan den startar. Ta kontakt med konsulenten i god tid, redan när ni planerar kursen.**
- **En lärgrupp ska ha ett tema och en lärgruppsplan. Alltså en plan, som denna, för vad de ska ta upp vid de olika tillfällena.**
- **En lärgrupp ska genomföras under minst 3 utbildningstimmar och varje utbildningstimme omfattar 45 minuter.**

Följer ni dessa regler finns det vissa möjligheter till ekonomiskt stöd via SISU Idrottsutbildarna. När utbildningen är färdig skall lärgruppsledaren rapportera till sin SISU-kontakt. Det är lärgruppsledaren som håller eventuell kontakt med Svenska Seglarförbundet. Vid eventuella frågor kontakta [utbildning@ssf.se](mailto:utbildning@ssf.se) eller vänder er till Facebookgruppen för utbildningen: <https://www.facebook.com/groups/435331781006026>

# Om lärgruppsplanen

Den här lärgruppsplanen omfattar totalt 10 lärgruppsstimmar á 45 minuter fördelade på 2–4 träffar beroende på hur intensivt ni planerar att genomföra kursen.

Som lärgruppsledare är det bra att vara förberedd och påläst på innehållet i respektive avsnitt men du behöver inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor.

Din roll är att leda gruppen framåt och se till att alla kan framföra sina synpunkter och påverka arbetet.

En viktig del är tanken om att gruppen lär av varandra och att gruppens individer själva är med och påverkar hela lärandeprocessen. Försök därför att anpassa antalet träffar och deras innehåll utifrån de behov målgruppen har.

Delaktighet och aktivt deltagande främjar läroprocessen, så var noggrann med att alla deltagare får chansen att tänka högt och lyfta sina frågor inför gruppen om de skulle vilja det. Glöm inte att planera så att varje träff innehåller tid för paus. En paus ger möjlighet för egen reflexionsstund såväl för dig som lärgruppsledare som för deltagarna.

Ha för vana att summera varje träff innan ni avslutar er sittning. Ställ öppna frågor som;

- Vad har vi pratat om idag?
- Vad har varit extra viktigt?
- Vad har vi lärt oss? Prata en kort stund om detta och skriv ner vad ni kommer fram till.

Nästa gång ni ses inleder ni med en kort återblick och en laget runt-runda där deltagarna får berätta om vad de funderat över sedan förra träffen. Klara ut det som var oklart eller tveksamt.

Lycka till!

Svenska Seglarförbundet

## Utbildningsmaterial

- Individuell inloggning till webbutbildningen
- Passare
- Transportör
- Linjal
- Undervisningssjökort 616. 6163.

# Lärgruppsträff 1

Introduktion + Svenska Sjökort och Symboler + Navigering 10+75+75 min

## Introduktion

Den första träffen kan kännas lite ovan för alla. Det är bra om alla deltagare ges möjlighet att presentera sig själva, särskilt viktigt om alla inte redan känner varandra. Var och en kan till exempel berätta något om sig själv och vilka erfarenheter man har från båtlivet. Det här kan du som lärgruppsledare sedan använda för att hjälpa var och en att nå sitt mål.

Presentera kort utbildningen och lärgruppens arbetsplan för att genomföra denna och lyssna med deltagarna om de har kommentarer eller frågor kring denna.

- Förarintyg för fritidsbåt – Välkommen (*film 1,58*)

Efter inledningen kan lärgruppen börja arbeta med kursens innehåll.

---

## Svenska Sjökort och Symboler

Detta avsnitt ger en inblick i hur svenska sjökort är utformade och vilka symboler och utmärkningssystem som används.

### Kunskapsfordringar

- *Kännedom om olika typer av svenska papperssjökort och elektroniska sjökort.*
- *Kunskap om symboler och förkortningar som är viktiga vid navigering inomskärs. Detta gäller såväl papperssjökort som elektroniska sjökort.*
- *Kännedom om att det kan vara andra symboler i elektroniska sjökort.*
- *Kännedom om uppdatering av papperssjökort och elektroniska sjökort.*
- *Kunskap om gällande utmärkningssystem, sjövägsmärken samt fasta sjömärken, som ska beaktas vid förande av båt.*
- *Kunskap om hur man väljer sjökort, både papperssjökort och elektroniska sjökort, med rätt skala för att få rätt information.*
- *Kunskap om olika sjökorts, både pappers- och elektroniska sjökorts, möjligheter och begränsningar.*

### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom webbutbildningens inledande avsnitt om papperssjökort, elektroniska sjökort samt beteckningar och förkortningar i sjökort.
  - Papperssjökort (*film 2,09*)
  - Elektroniska sjökort (*film 1,24*)

Avsluta med att låta var och en genomföra webbutbildningens övning om att ta reda på förkortningar i Kort 1. Kontrollera deltagarnas svar och eventuella funderingar som kan ha uppstått.

2. Gå tillsammans igenom webbutbildningens avsnitt inkl. övningar om sjöfartshinder samt utmärkning till sjöss, sjövägsmärken och sjömärken.
    - Sjöfartshinder (*film 1,50*)
    - Sjövägsmärken och fasta sjömärken (*film 1,44*)
    - Flytande sjömärken, farled och lateralmärken (*film 2,53*)
    - Övriga flytande sjömärken (*film 2,54*)
  3. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 1 (*ca 20 min*). Kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.
- 

## Navigering

Detta avsnitt ger grundläggande kunskaper och färdigheter i navigering. Ni kommer att få en genomgång av praktiskt sjökortsarbete, olika instrument och metoder för navigering.

### Kunskapsfordringar

- *Kunskap om 360°-systemet.*
- *Färdighet Markera ett läge med känd latitud och longitud samt positions bestämma en i sjökortet angiven punkt.*
- *Kännedom om kompassen, missvisningens storlek och betydelse i hemmafärdvatten samt påverkan av magnetiska föremål.*
- *Kännedom om betydelsen av över- respektive underzoomning vid användande av navigator*

### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom webbutbildningens inledande avsnitt om 360-grader-systemet: latitud och longitud.
  - Mäta latitud och longitud (*film 2,58*)

Avsluta med att låta var och en genomföra webbutbildningens övning om att ta reda på vilket sjömärke man hittar på positionen 59° 07,23'N, 18° 25,57'O.
2. Fortsätt med att tillsammans gå igenom webbutbildningens avsnitt om kompass, satellitnavigator, att loda, logg samt fart och distans.
  - Kompass (*film 2,45*)
  - Fart och distans (*film 1,37*)
3. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 2 (*ca 45 min*). Assistera efter behov under testets gång. När alla är klara eller tiden löpt ut, kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.
4. I slutet av sammankomsten bör en kort tillbakablick göras. Vad var speciellt viktigt och betydelsefullt? Kom också överens om vilka förberedelser som ska göras till nästa gång, exempelvis en repetition av testen för avsnitt 1 och 2.

# Lärgruppsträff 2

## Navigering i praktiken

45+60 min

Dags att lära mer om navigering. Ni kommer att få öva på att ta ut kurser i sjökort, pejla och bestämma en bäring. Ni kommer också få lära er om förhållandet mellan distans, fart och tid, samt titta på hur ni planerar en båttur.

### Kunskapsfordringar

- *Färdighet i att ta ut kurser. Utföra enklare fart-, tid- och distansberäkningar.*
- *Färdighet i att bestämma positionen genom optiska observationer.*
- *Kännedom om hur man med ledning av pappers- och elektroniska sjökort planerar sin färd.*
- *Kunskap om hur man, med ledning av pappers- och elektroniska sjökort samt observationer av omgivningen, navigerar dagtid.*
- *Kännedom om den hjälp som kan fås av olika hamnbeskrivningspublikationer.*

### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom webbutbildningens inledande avsnitt om kurser, distans, fart och tid samt planera din båtfärd.
  - Mäta kurs och ta ut kurs (*film 4,00*)
  - Pejling och bäring (*film 1,45*)
2. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 3 (*45–60 min*). Assistera efter behov under testets gång. När alla är klara eller tiden löpt ut, kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.
3. I slutet av sammankomsten bör en kort tillbakablick göras. Vad var speciellt viktigt och betydelsefullt? Kom också överens om vilka förberedelser som ska göras till nästa gång, exempelvis en repetition av testet för avsnitt 3.

# Lärgruppsträff 3

## Sjömanskap, säkerhet och sjukvård + Miljö, väder och vind

60+45 min

Nu ska ni få lära er om hur olika båtar betar sig, hur ni lägger till och kastar loss samt vilka knopar som är bra att kunna. Därtill ska ni få lära er mer om säkerhet och helt kort om nedkylning, brännskador och sjösjuka. Vi avslutar denna träff med att lära oss vilka skyldigheter vi har att ta hand om vår marina miljö samt var du kan hitta information om vädret och vilka väderfenomen som är bra att känna till.

## Sjömanskap, säkerhet och sjukvård

### Kunskapsfordringar

- *Kännedom om olika båtars manöveregenskaper (bl.a. roder- och propellerverkan samt vattenjet).*
- *Kännedom om båtars svallegenskaper samt hur svall påverkar andra båtar, bryggor, med m.m.*
- *Kännedom om att ta hänsyn till människor och natur, minska risker, hålla lämplig fart, m.m.*
- *Kännedom om olika sätt att visa hänsyn och hjälpsamhet i hamn.*
- *Kännedom om förtöjning och losskastning samt användning av spring.*
- *Kännedom om åtgärder vid hårt väder samt om metoder och principer för ankring.*
- *Färdighet att utföra dubbelt halvslag, dubbelt halvslag kring egen part samt pålstek.*
- *Kännedom om vikten av förebyggande underhåll samt kontroll av båtens bränsle-, smörj-, kyl- och elsystem.*
- *Kännedom om vilka åtgärder och manövrar som kan vidtas vid ”man överbord” och vid ombordtagning av nödställd.*
- *Kännedom om åtgärder som bör vidtas av fritidsfartyg vid nedsatt sikt.*
- *Kännedom om vikten av att ha rätt klädsel vid olika väderförhållanden.*
- *Kännedom om lämplig säkerhets- och nödutrustning för fritidsbåtar samt hur den används (Kännedom om säkerhetsbrytare (dödmansgrepp).*
- *Kunskap om när och hur brandsläckare, personlig flytutrustning och annan säkerhets- och nödutrustning ska användas.*
- *Kunskap om olika sätt att kalla på hjälp.*
- *Kunskap om skyldigheten att ingripa och hjälpa nödställda, där detta kan ske utan fara för egen säkerhet (Sjölagen 6 kap. 6 §).*
- *Kännedom om de första varningstecknen vid nedkylning (hypotermi) samt åtgärder vid nedkylning, brännskador samt sjösjuka.*

### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom webbutbildningens avsnitt om sjömanskap. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt? Om ni har möjligt, öva gärna på knoparna tillsammans.
  - Lär känna båten (film 2,31)
  - Knopar (film 2,15)

2. Gå tillsammans igenom webbutbildningens avsnitt om säkerhet för fritidsbåtar. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
  - Klädsel och flytvästar (*film 2,40*)
  - Lämplig utrustning (*film 4,51*)
  - Larma sjöräddningen (*film 1,47*)
3. Gå tillsammans igenom webbutbildningens avsnitt om sjukvård. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
4. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 4 (*ca 15 min*). Kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.

---

## Miljö, väder och vind

### Kunskapsfordringar

#### Miljö:

- *Kännedom om lagen (1980:424) om åtgärder mot förorening från fartyg (2 kap. 2 §, 4 §).*
- *Kännedom om hänsynsreglerna (2 kap. Miljöbalken) avseende kunskapskravet, försiktighetsprincipen och produktvalsprincipen (2–4§§) vid användande av båtbottnfärg.*
- *Kännedom om alternativa metoder till båtbottnfärg.*
- *Kännedom om svenska bestämmelser för natur- och djurskyddsområden samt hänsynsområden.*
- *Kännedom om förbudet att släppa ut toalettavfall från fritidsbåtar i vattnet.*
- *Kännedom om miljövänligt framförande av motorbåtar med tanke på svall, buller och luftföroreningar.*
- *Kännedom om bränsleförbrukning vid olika farter "eco-driving".*

#### Väder och vind:

- *Kännedom om var man kan få tag på väderinformation och gränser för prognosområden. Kännedom om bymoln, frontpassage och sjöbris.*
- *Kännedom om när risk för nedsatta siktförhållanden föreligger.*

### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom den första delen i webbutbildningens avsnitt om miljö; båtbottnfärg, allemansrätten i skyddade naturområden, hänsynsområden, djurskyddsområden, toalettavfall samt eco-driving till sjöss. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
  - Ren botten (*film 2,31*)
  - Eco-driving (*film 5,49*)
2. Fortsätt med att tillsammans gå igenom webbutbildningens avsnitt om väder och vind. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
  - Väder och vind (*film 3,12*)



3. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 5 (*ca 15 min*).  
Kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.
4. I slutet av sammankomsten bör en kort tillbakablick göras. Vad var speciellt viktigt och betydelsefullt? Kom också överens om vilka förberedelser som ska göras till nästa gång, exempelvis en repetition av testen för avsnitt 4 och 5.

## Lärgruppsträff 4

### Lagar och regler + Avslutning

45+20 min

Vid denna sista träff går ni igenom de lagar och regler som gäller på sjön samt summerar kursen och dess innehåll som helhet.

### Lagar och regler

#### Kunskapsfordringar

Utvalda delar av:

- *Sjölagen*
- *Fartygssäkerhetslagen (2003:363)*
- *Sjötrafikförordningen (1986:300)*
- *Transportstyrelsens föreskrifter och allmänna råd (TFSF 2009:44) om sjövägsregler*
- *De internationella sjövägsreglerna*

#### Genomförande

1. Gå tillsammans igenom de första delarna i webbutbildningens avsnitt om lagar och regler; *Sjölagen* och *fartygssäkerhetslagen*, *Sjötrafikförordningen* samt de internationella sjövägsreglerna. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
  - Vem är befälhavare (*film 1,45*)
  - Internationella sjövägsregler (*film 3,23*)
2. Fortsätt med efterföljande delar av webbutbildningens avsnitt om säkerhet för fritidsbåtar; väjningsregler, fartygsljus, dagensignaler, ljudsignaler, ljudsignaler vid nedsatt sikt, dykare i vattnet samt linfärja. Reflektera tillsammans vad som är speciellt viktigt och betydelsefullt?
  - Väjningsregler (*film 3,05*)
3. Låt var och en genomföra webbutbildningens test för avsnitt 6 (*ca 15 min*).  
Kontrollera och jämför deltagarnas resultat och svar. Red ut eventuella frågor som kan ha uppstått.

## Avslutning

Efter att ha arbetat igenom de sista momenten eller avsnitten är det bra att göra en tillbakablick och summering av lärgruppsarbetet utifrån exempelvis följande frågeställningar:

- Har vi fått svar på frågor och funderingar vi haft?
- Vad vill vi göra med våra nya kunskaper?
- Vad har varit bra i vårt sätt att arbeta?
- Vad skulle vi kunna gjort annorlunda?
- Vad ska man tänka på nästa gång man arbetar i en lärgrupp?
- Vill vi fortsätta att fördjupa oss i ämnet eller kanske pröva på något annat?

### Prövning och examination

När ni nu gått igenom utbildningens sex avsnitt och testat era kunskaper med hjälp av frågorna är ni redo att ta *Förarintyg för fritidsbåt*. Bra jobbat!

Förslagsvis samordnar ni utförandet av prövning hos en förhørsförättare som är auktoriserad av NFB. Förhørsförättarna finns placerade runt om i hela Sverige. Mer information om hur ni får tag på en förhørsförättare finns på [www.batlivsutbildning.se](http://www.batlivsutbildning.se)

### Vill du lära dig mer?

Ett naturligt nästa steg är att börja öva mer praktiskt, det vill säga att omsätta era kunskaper i praktik ute på våra vatten.

Svenska Seglarförbundets Seglarskola arrangeras på över 110 platser runt om i Sverige och via vissa av dem kan du ta både *Seglarintyg 1* och *Seglarintyg 2* som också är kopplade till NFB och den blåa intygsbok du snart har i din ägo.

På [www.seglarskola.se](http://www.seglarskola.se) hittar ni mer information om Svenska Seglarförbundets Seglarskola.

Ännu ett naturligt nästa steg är att ta *Båtpraktikintyg (dager)*. Det är ett praktiskt intyg som är kopplat till de kunskaper som ni skaffat er på denna utbildning, *Förarintyg för fritidsbåt*. Mer om det finns på NFB:s hemsida.

Stort tack för att ni valde att lära er mer om livet till sjöss med oss, vi ses på vattnet!