

Indstik til uddannelsesordningen for Funktionsuddannelsen for Officerer i Hæren

Nærværende indstik er gældende for uddannelsesordningen; Funktionsuddannelse for Officerer i Hæren (2019) og omhandler alene modulbeskrivelsen for Militær Fysisk Træning (MFT). Indstikket har virkning fra og med uddannelseshold, der har påbegyndt uddannelsen i 2022.

GENERELT

Det overordnede rationale for justeringen er behovet for en øget klarhed og præcisering af modulbeskrivelsens afsnit omhandlende afprøvning, idet den nuværende formulering har givet anledning til fortolkning. Der er ikke fortaget ændringer i det faglige indhold men alene en præcisering omkring afvikling og gennemførelse af fagets afprøvning, herunder karaktergivning og kommission som følge af manglende opfyldelse.

En tilsvarende justering forventes senere indarbejdet i studieordningen for løjtnantsuddannelsen modul 2, som et krav om at kadetten ved løjtnantsuddannelsens afslutning kan honorere Forsvarets operativ fysisk anbefaling niveau 1 (NIV 1) med henblik på at indarbejde en rød tråd og naturlig progression i faget, gennem hele uddannelsen, frem mod honorering af kategori 3 (KAT 3).

JUSTERINGER

UDGÅR

SLUTPRØVE

Der gennemføres løbende tests for at monitorere de studerendes progression og kontrollere, at de til stadighed lever op til Forsvarets basiskrav, hvilket er en forudsætning for såvel udnævnelse som ansættelse.

Der afholdes slutprøve i Forsvarets fysiske tests iht. de operative fysiske anbefalinger (VFKBST FSU 491-7). Tilfredsstillende gennemførelse er kategori 3.

Den praktiske slutkontrol vurderes ved intern censur, og den studerens niveau i de respektive fysiske tests (A, B, C) påføres eksamensbeviset.

Den studerende vil gennem hele uddannelsen blive bedømt af lærer og undervisere, således at faggruppen ved fagets afslutning kan give input til den studerendes personelbedømmelse.

INDGÅR

SLUTPRØVE

Dato: 3. oktober 2022

Enhed: FAK-HO
Sagsbeh.: FAK-USF-06
Sagsnr.: 2022/046277
Dok.nr.: 2394589
Bilag: 1

Forsvarsakademiet
Hærens Officersskole
Roskildevej 28 A
2000 Frederiksberg

Sagsbehandleren direkte:
Tlf.: +45 7281 7227
E-mail: fak-usf-06@mil.dk



Der gennemføres løbende tests for at monitorere den studerendes fysiske udvikling. Grundlaget på officersuddannelsen i Hæren er Forsvarets fysiske test A og C i henhold til de operative fysiske anbefalinger (VFKBST FSU 491-7) jf. nedenstående. Bemærk, at den forventede progression henviser til Niveau 1 (løjtnantsuddannelsen) samt, Niveau 2 og Kategori 3 (officersuddannelsen). Sidstnævnte idet samme (KAT 3) tillige giver tillige adgang til grundlæggende faldskærmskursus (FALDGRU).

Krav til kadetten ved afslutningen af officersuddannelsen modul 5.

Som minimum honorere Forsvarets operativ fysisk anbefaling, **NIVEAU 2:**

- 2500 meter på 12 minutter
- Lunges, 10 REP pr. ben, Vægt 27,5 kg
- Dips, 2 REP, Vægt 0 kg
- Kropshævning: 2 REP, Vægt 0 kg.
- Dødløft, 5 REP, Vægt 55 kg.
- Burpees, 45 REP på 5 minutter

Krav til kadetten ved afslutningen af officersuddannelsen modul 6. svarende til:

Som minimum honorere Forsvarets operativ fysisk anbefaling, **KATEGORI 3:**

- 2500 meter på 12 minutter
- Lunges, 10 REP pr. ben, Vægt 35 kg
- Dips, 3 REP, Vægt 0 kg
- Kropshævning: 3 REP, Vægt 0 kg.
- Dødløft, 5 REP, Vægt 70 kg.
- Burpees, 55 REP på 5 minutter

Eksamen

Test i forbindelse med afslutningen af modul 6 udgør fagets eksamen jf. nedenstående karakterskala. Bemærk, at kravet til linjeofficerer er Kategori 3 svarende til karakteren 4.

Eksamen gennemføres med intern censur.

Karakterskala

Karakteren anføres på eksamensbeviset og tæller med i kadettens samlede snit.

Operative Fysiske Anbefalinger	Karakter	Bemærkning
Ikke bestået	-03	
Niveau 1	00	Udgangspunkt for udnævnelse til løjtnant (fra HO)
Niveau 2	2	

Kategori 3	4	Udgangspunkt for udnævnelse til premierløjtnant (linjeofficer)
Niveau 4	7	
Niveau 5	10	
Niveau 6 og højere	12	

Reksamen og kommission

Dersom kadetten ikke lever op til kravene efter modul 5 (NIV 2) iværksættes en handleplan frem mod modul 6.

Dersom kadetten ikke lever op til kravene efter modul 6 (KAT 3) indkaldes som udgangspunkt til kommission med henblik på afgang fra officersuddannelsen og eventuelt senere genoptagelse på denne. Tidligere resultater ifm. delprøver mv., vil indgå i kommissions overvejelser, fx i forbindelse med skader.

Ved længere skadesforløb (3+ mdr.) indkaldes kadetten til kommission med henblik på afklaring af mulighed for at gennemføre uddannelsen eller afgang og evt. optagelse på et senere hold.

Faldskærmskursus, der normalt gennemføres i periode 7, og som stiller samme krav om honorering af Kategori 3, kan efter behov anvendes som sidste afprøvning ift. at afdække kadettens mulighed for udnævnelse.

Kadettens karakter ved bestået optagelse på FALDGRU (KAT 3) vil efterfølgende blive vurderet p.b.a. tidligere resultater, dog med udgangspunkt i karakteren 4 (kravet til udnævnelse).

Den nye modulbeskrivelse fremgår af bilag 1.

BILAG 1

MILITÆR FYSISK TRÆNING (MFT)

VARIGHED

220 totaltimer.

FORMÅL

Formålet med faget er, at den studerende lærer at anvende principper og trænings-metoder i forbindelse med gennemførelse af militær fysisk træning (MFT), herunder styrketræning, udholdenhedstræning, nærkamp, mentaltræning og orientering, til at udvikle egen fysiske og mentale præstationsevne og kampkraft som delingsfører, og er i stand til at honorere de operative fysiske arbejdskrav til infanterisoldaten.

Efter gennemført uddannelse kan den studerende i samarbejde med militær fysisk træner III og/eller fysioterapeut/træningsvejleder, forstå træningen for sin egen enhed med udgangspunkt i enhedens arbejdskrav f.eks. INTOPS. Den studerende lærer hvordan MFT kan bidrage til at skabe korpsånd og sammenhængskraft i en enhed og kan fremstå som rollemodel og tage et ledelsesmæssigt ansvar for enhedens fysiske og psykiske kampkraft.

MÅL FOR LÆRINGSUDBYTTE

Viden:

- Har forståelse for, og kan reflektere over valget mellem de forskellige træningsfor-mer indenfor MFT konceptet under både garnisons- og øvelsesforhold for enten af opnå eller opretholde enhedens operative fysiske parathed.
- Har forståelse for, og kan forklare betydningen af søvn, forplejning, hydrering samt fysisk og psykisk belastning i forbindelse med træning, føring og opretholdelse af kampkraft.
- Har forståelse for, og kan reflektere over anvendelsen mellem forskellige trænings-planer, herunder brugen af Forsvarets Fysiske Test og de operative fysiske anbefalinger.
- Har viden om aktuel smerteteori og kan redegøre for hvad smerter er.
- Har viden om hvilke faktorer der kan indvirke på smerteoplevelsen og kan redegøre for hvilke andre parameter som kan indvirke på smerteoplevelsen hos den enkelt.

Færdigheder:

- Kan anvende det militære fysiske træningskoncept til at øge den fysiske præstation for delingen og egen præstation.
- Kan anvende grundlæggende nærkampsteknikker som anvendes ifm. bevogtnings-tjeneste.

- Kan anvende teknikker til at orientere sig i dagslys og mørke og finde vej til målet.
- Kan anvende mentaltræningsøvelser til at øge mental robusthed.
- Kunne begrunde om træning er hensigtsmæssig ift. egen eller andres smerte.

Kompetencer:

- Tage ansvar for egen fysiske præstationsevne gennem anvendelse af MFT, nær-kamp og orientering m.fl. og gå forrest som en god rollemodel.
- Tage ansvar for gennemførelse og planlægning af målrettet træning for enheden indenfor træningskonceptet med henblik på, at opnå operativ fysisk parathed og kampkraft.

INDHOLD

- Træningsprincipper
- Forsvarets Fysiske Tests og Træningskoncept
- Træningsplanlægning
- Træningsfysiologi
- Udholdenhedstræning
- Styrketræning
- Mobilitetstræning
- Mentaltræning
- Nærkamp
- Orienteringsteknik
- Skadeshåndtering

UNDERVISNINGS- OG STUDIEMETODER

Undervisningen vil fokusere bevidst på de studerendes indre drivkraft og lægge stor vægt på samspilsprocessen, hvilket kommer til udtryk i undervisningens forskellige samarbejdsformer som bl.a. holdundervisning, supervision og coaching.

SLUTPRØVE

Der gennemføres løbende tests for at monitorere den studerendes fysiske udvikling. Grundlaget på officersuddannelsen i Hæren er Forsvarets fysiske test A og C i henhold til de operative fysiske anbefalinger (VFK-BST FSU 491-7) jf. nedenstående. Bemærk, at den forventede progression henviser til Niveau 1 (løjtnantsuddannelsen) samt, Niveau 2 og Kategori 3 (officersuddannelsen). Sidstnævnte idet samme (KAT 3) tillige giver tillige adgang til grundlæggende faldskærmskursus (FALDGRU).

Krav til kadetten ved afslutningen af officersuddannelsen modul 5.

Som minimum honorere Forsvarets operativ fysisk anbefaling, NIVEAU 2:

- 2500 meter på 12 minutter
- Lunges, 10 REP pr. ben, Vægt 27,5 kg
- Dips, 2 REP, Vægt 0 kg
- Kropshævning: 2 REP, Vægt 0 kg.
- Dødløft, 5 REP, Vægt 55 kg.
- Burpees, 45 REP på 5 minutter

Krav til kadetten ved afslutningen af officersuddannelsen modul 6. svarende til:

Som minimum honorere Forsvarets operativ fysisk anbefaling, KATEGORI 3:

- 2500 meter på 12 minutter
- Lunges, 10 REP pr. ben, Vægt 35 kg
- Dips, 3 REP, Vægt 0 kg
- Kropshævning: 3 REP, Vægt 0 kg.
- Dødløft, 5 REP, Vægt 70 kg.
- Burpees, 55 REP på 5 minutter

Eksamen

Test i forbindelse med afslutningen af modul 6 udgør fagets eksamen jf. nedenstående karakterskala. Bemærk, at kravet til linjeofficerer er Kategori 3 svarende til karakteren 4.

Eksamen gennemføres med intern censur.

Karakterskala

Karakteren anføres på eksamensbeviset og tæller med i kadettens samlede snit.

Operative Fysiske Anbefalinger	Karakter	Bemærkning
Ikke bestået	-03	
Niveau 1	00	Udgangspunkt for udnævnelse til løjtnant (fra HO)
Niveau 2	2	
Kategori 3	4	Udgangspunkt for udnævnelse til premierløjtnant (linjeofficer)
Niveau 4	7	
Niveau 5	10	
Niveau 6 og højere	12	

Reeksamen og kommission

Dersom kadetten ikke lever op til kravene efter modul 5 (NIV 2) iværksættes en handleplan frem mod modul 6.

Dersom kadetten ikke lever op til kravene efter modul 6 (KAT 3) indkaldes som udgangspunkt til kommission med henblik på afgang fra officersuddannelsen og eventuelt senere genoptagelse på denne. Tidli-

gere resultater ifm. delprøver mv., vil indgå i kommissions overvejelser, fx i forbindelse med skader.

Ved længere skadesforløb (3+ mdr.) indkaldes kadetten til kommission med henblik på afklaring af mulighed for at gennemføre uddannelsen eller afgang og evt. optagelse på et senere hold.

Faldskærmskursus, der normalt gennemføres i periode 7, og som stiller samme krav om honorering af Kategori 3, kan efter behov anvendes som sidste afprøvning ift. at afdække kadettens mulighed for udnævnelse.

Kadettens karakter ved bestået optagelse på FALDGRU (KAT 3) vil efterfølgende blive vurderet pbga. tidligere resultater, dog med udgangspunkt i karakteren 4 (kravet til udnævnelse).