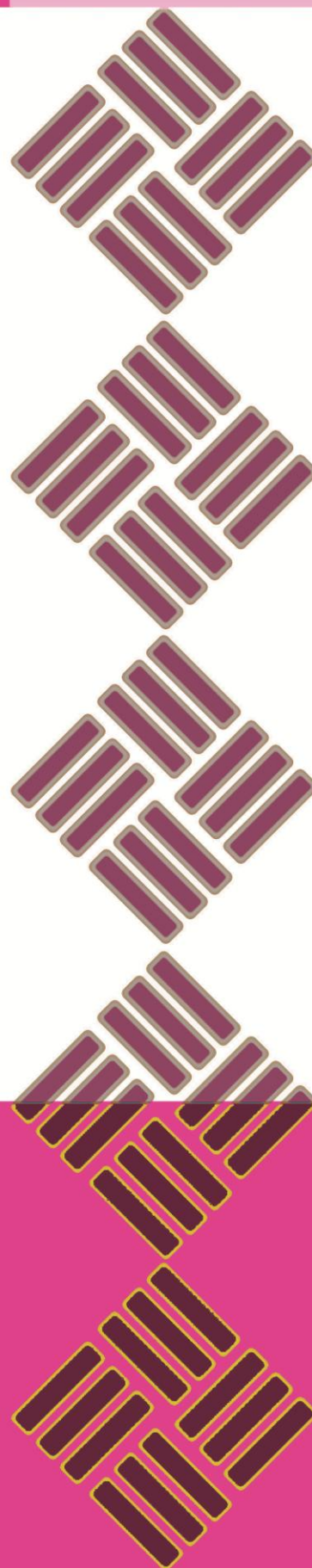




فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی
کمیته آموزش

شیوه نامه اصول و مبانی رول کوبی و ری بولت



تهیه و تدوین
کمیته آموزش بخش سنگنوردی
ویرایش اول
تیر ۱۳۹۹



نظم اولین قانون طبیعت است.

تقدیم به پیشگومان کرامی و همه اساتید و به تمامی آنهایی که به ما آموختند.

همه کسانی که در پیشبرد و اعتلای صعودهای فنی ایران

به دمی به قدمی یاد می‌تلاش نموده‌اند.

شناسه

با احترام و شور و شرف، مراتب تشکر و قدردانی را از تمامی افرادی که طی سالها، همکاری، همیاری و همراهی خویش به طور مستقیم و غیر مستقیم در پیشبرد صعودهای فنی ایران سهیم بوده و یا هستند، اعلام دارد. همواره مرهون تلاشهای بی حد و از خود گذشتگی‌های بی بدیل آن هستیم.

گروه تهیه و تنظیم:

حسن جواهر پور، کامران اندامی و عبدالرضا نقیب‌زاده

طراح جلد:

ناهید ناصری

با سپاس از:

بهنام جدائی‌ان، میرعلی آقاسیدی، باقر عیوضی، ناصر سرور ماسوله
رسول کشوری، شهرام عباس‌نژاد، مهدی کریم‌خانی، حسن گرامی
سینا حیدری، آرتیمس فرشاد یگانه، مهدی زنده‌کار، امین پیل‌آرام،
حسام‌الدین کرجی، محمد امین حواله‌دار نژاد، حمید شفقی، عباس محمدی
کوروش نگهبان، آذران حمیدی، احسان جباری مرتضی زارع، پوریا آزادانی
کیا همتی و نسیم عشقی

آنچه شما در این نوشتار می‌خوانید، حاصل یک عمر نیست،

ناشر

کمیته آموزش بخش سنگنوردی

ویرایش اول

تیر ۱۳۹۹

« فهرست مطالب »

<u>صفحه</u>	<u>عناوین</u>
۲.....	شناسه
۴.....	اول دفتر
۵.....	اهداف و خط مشی
۶.....	اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی
۷.....	شرایط مجری رول کوبی و ری بولت
۸.....	شرایط و مختصات محل نصب بولت و ری بولت
۹.....	کاربرگ‌ها

اول دفتر

در عصر حاضر با پیشرفت روز افزون و چشم‌گیر علم و تکنولوژی شاهد توسعه در زمینه‌های مختلف بوده‌ایم که ورزش سنگنوردی هم از این قضیه مستثنی نبوده است. همین امر باعث شده است خیل عظیم علاقمندان و افراد توانمند رو به ورزش سنگنوردی آورده و برهمین اساس تعداد کثیری از جوانان و علاقمندان با توجه به دانش و توانایی‌های خود اقدام به رول کوبی در مسیرهای مختلف با درجه سختی‌های متفاوت نموده‌اند. لذا بخش سنگنوردی کمیته آموزش فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی با بررسی، مطالعه و خرد جمعی تعدادی از مربیان توانمند و صاحب نظر طی برگزاری جلسات متعدد اقدام به تدوین شیوه نامه اصول و مبانی رول کوبی و همچنین تهیه، تنظیم و بازنگری طرح درس ذیربط را در دستور کار خود دارد.

امید آنکه با توکل بر خداوند بزرگ، جامعه ورزشی در جهت رشد و اعتلای این سبک فعالیت‌ها گام‌های بزرگ و استواری را برداشته و مثل آینده نیز بتوانند با بروزرسانی هر چه بیشتر این مهم و با نهادینه نمودن تمامی رفتارها مبتنی بر اصول و مبانی علمی و فرهنگی موجبات هموارسازی رشد، شکوفایی، تعالی و توسعه پایدار ورزشی را در عرصه سنگنوردی طبیعت ایجاد نماید. (انشا الله)

تهران

حسن جواهرپور

مسئول بخش سنگنوردی کمیته آموزش

تیر ۱۳۹۹

اهداف و خط مشی

مقدمه

تحولات سریع و پیچیده تر شدن محیط از جمله عوامل مهمی هستند که در گسترش نقش آموزش، مؤثر هستند. در عصر و زمانه کنونی بیش از همه تداوم موفقیت‌ها در گرو تعادل بین توانمندسازی منابع انسانی و بهره‌مندی از آموزش‌های مؤثر با تغییرات و تحولات و نوآوری‌های فراسازمانی است. از سوی دیگر تنها راه رسیدن به آموزش اثر بخش، نیازمند رعایت اصول علمی و بهره‌گیری از استانداردها و رویه‌های منطقی است تا بتوان با برنامه‌ریزی بهره‌برداري نموده از این رو آموزش فرایند طراحی شده جهت ایجاد و بهبود مهارت، دانش، نگرش و رفتار مطلوب از طریق تجربه علمی و عملی است. این فرایند تنها با سیاست‌گذاری، با برنامه محوری کلان، طراحی، اجرا، نظارت و ارزیابی، اثر بخش است.

اهداف و خط مشی

- آشنایی علاقمندان با اصول اولیه رول کوبی و ری بولت به صورت علمی
- ارتقاء آگاهی‌های تخصصی علاقمندان نسبت به بحث رول کوبی و ری بولت در صعودهای فنی (صعودهای ورزشی، سنگ طبیعت، غار و دره).
- هدفمند بودن رول کوبی براساس نیاز مناطق مختلف و جلوگیری از رول کوبی‌های بی‌مورد و اضافی.
- معرفی مناطق سنگ‌نوردی از نظر جنس سنگ، نوع مسیر، دسترسی و...
- تمرکز بر استانداردهای فعالیت‌های مورد نظر.
- بالا بردن ایمنی مسیرها.
- تعامل مؤثر با باشگاهها و مراکز آموزشی بین‌المللی.
- بهبود مدیریت منابع و مصارف.
- تبعیت از قوانین جاری کشور.

اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی

تمامی کاربران فنی ملزم به رعایت اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی زیر هستند:

- اعتقاد و التزام به قوانین جاری کشور به ویژه قوانین و مقررات و آئین‌نامه‌ها و شیوه‌نامه‌های مرتبط با فعالیت‌های ورزشی.
- دارا بودن حسن خلق و شهرت توأم با تواضع و متانت و بردباری و رعایت عدالت و انصاف.
- رعایت نظم و انتظام در امور محوله و اعتقاد به اصل مهم مسئولیت‌پذیری و حفظ امانت و رازداری.
- حضور مؤثر و منظم در محدوده و زمان اجرای مسئولیت مبنی بر حداکثر آمادگی علمی و عملی و جسمی و روحی و عدم خروج از محدوده مذکور تا انقضا ساعت و مکان مقرر.
- آراستگی ظاهری و بهره‌مندی از پوشش مناسب و حفظ بهداشت فردی جمعی و محیطی در محیط‌های ذیربط.
- رعایت تمامی نکات ایمنی و اجرای فعالیت ورزشی در فضای امن و آرام و به دور از هرگونه مخاطره و تنش و اضطراب.
- حضور در محل اجرای مسئولیت و انجام وظیفه فقط بنا به دعوت یا ابلاغ رسمی و معتبر.
- رعایت ادب و حفظ احترام و اجتناب از تمسخر و به کارگیری الفاظ سخیف و نسنجیده آنچه که زیننده یک انسان وارسته و یک ایرانی معتقد است برای تمامی دست‌اندرکاران و عوامل فنی.
- آگاهی و آشنایی کاربران فنی از موقعیت زمانی و مکانی و اشراف کامل در مورد زمان اجرای برنامه با اتکاء و احترام به سنت و باورهای ملی مذهبی آئینی و قومی.
- استفاده مناسب و بهینه از لوازم و تجهیزات استاندارد به دور از هرگونه افراط و تفریط اسراف.
- افرادی که به مفاد این دستورالعمل عمل نکرده و دچار تخطی می‌شوند در صورتی که جزو اعضا، فدراسیون باشند، عضویت آنها لغو و در صورتی که از مربیان و مسئولین هیئت‌های کوهنوردی و باشگاه‌ها و... باشند، به کمیته انضباطی معرفی می‌گردند. در مورد نفرات متخلف خارج موارد بالا، خاطیان به مراجع قانونی معرفی می‌گردند.

شرایط مجری رول کوبی و ری بولت

۱. دارا بودن حکم مربیگری درجه سه در رشته‌های صعودهای ورزشی، سنگ طبیعت، غار و دره نوردی (هر مربی مرتبط با رشته تخصصی خود فقط مجاز به رول کوبی و ری بولت در آن رشته هستند).
۲. نفر دوم (کمک) و یا نفرات کمک کننده در فعالیت‌های رول کوبی و ری بولت نیز می‌بایست مشخصات نفر مجری را داشته باشند.
۳. ایجاد تعهد اخلاقی مبنی بر اجرای تمامی مفاد دستورالعمل‌ها، شیوه نامه و بخشنامه‌های ذیربط.
۴. رعایت تمامی استانداردهای ایمنی و تمیز کاری کل مسیر طبق طرح درس و دستورالعمل‌های ارائه شده.
۵. اخذ مجوزهای لازم جهت انجام رول کوبی و ری بولت از بخش سنگنوردی کمیته آموزش (متقاضیان رول کوبی و ری بولت مسیرها پس از تکمیل فرم‌های مربوطه و ارسال آن به بخش سنگنوردی کمیته آموزش و بعد از بررسی و تصمیم کمیسیون تشکیل شده در این کمیته نسبت به تأیید یا عدم تأیید آن مطلع خواهند شد).
۶. اخذ مجوزهای لازم از نهادهای ذیربط اداری، زیست محیطی، نظامی، فرهنگی و...

شرایط و مختصات محل نصب بولت و ری بولت

۱. در مسیرهای دیواره‌های بلند که دارای شکاف هستند، رول کوبی انجام نشود. (بجز جهت ایجاد کارگاه زنجیر و در نقاطی که شکاف به هیچ عنوان ابزارخور نیست)
۲. در مناطق آموزشی، حداقل مسیر دارای شکاف با میانی رول، با رویکرد آموزشی وجود داشته باشد.
۳. مسیرهای انتخابی جهت رول کوبی می‌بایست دارای شرایط ایمنی لازم باشند (نوع و جنس سنگ، ریزشی و...)
۴. استفاده از مته دستی جهت سوراخکاری مسیرهای دیواره بلند
۵. رول کوبی سنگ‌های فاقد شکاف بر اساس نیاز منطقه و بصورت هدفمند مجاز است.
۶. بازدید دوره‌ای از مسیرها هر سه سال یکبار در مناطق آموزشی و اسپورت با نظارت هیئت‌ها توسط رول کوبان هر مسیر انجام شود. مسیرهای دارای بولت‌های غیر استاندارد، دارای ریزش و داشتن شرایط غیر ایمن رول‌ها و... توسط رول کوبان آن مسیرها اصلاح شوند.
۷. در مسیرهایی که نیاز مبرم به استفاده از رول‌های چسبی است، رول‌های مکانیکی جمع‌آوری و رول‌های چسبی جایگزین گردد.
۸. نسبت به جمع‌آوری رول‌های مسیر گذشتگان، حتی مسیرهای دارای شکاف در صورت نداشتن مشکلات فنی و ایمنی خودداری شود.
۹. در بازدیدهای دوره‌ای که به جهت برطرف نمودن ایرادات فنی و ایمنی، توسط رول کوبان مسیر یا کارشناسان هیئت‌ها (در صورت نبودن رول کوبان مسیر) انجام می‌شود، بحث ری بولت مسیر (تعویض رول‌های کل مسیر) تصمیم‌گیری و اقدام گردد. این تصمیم با در نظر گرفتن نوع و جنس بولت، جنس سنگ، سال نصب رول، موقعیت جغرافیایی و اقلیمی منطقه سنگ‌نوردی به جهت وجود رطوبت و پر تردد بودن مسیر باید اتخاذ گردد.

فدراسیون گوه نوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران

کمیته آموزش بخش سنگنوردی

کاربرک درخواست مجوز رول کوبی ۲۰۱-ک-س-۱۳۹۹

اطلاعات متقاضی

تاریخ درخواست:

نام و نام خانوادگی کدملی فرزند متولد / /

درجه مربیگری سنگنوردی طبیعت صعودهای ورزشی غارنوردی دره نوردی

تلفن همراه پست الکترونیکی نشانی محل سکونت

اطلاعات نفر دوم

نام و نام خانوادگی کدملی فرزند متولد / /

سوابق فنی

تلفن همراه پست الکترونیکی نشانی محل سکونت

مختصات مسیر و محل نصب رول

منطقه و محل نصب رول / استان شهرستان روستا منطقه

نوع سنگ: گرانیت آهکی خارا دستگاه رول کوب: دستی دریل شارژی دریل برقی

طول مسیر تعداد و نوع کارگاه تعداد و نوع رول مصرفی

نوع کاربری مسیر رول کوبی شده: آموزشی تمرینی حرفه‌ای

شرایط اقلیمی منطقه به لحاظ دسترسی / امکانات رفاهی / ویژگی‌های مسیر و منطقه:

زمان شروع و پایان نصب رول درجه مسیر نام پیشنهادی مسیر

تعهدات

اینجانب به عنوان متقاضی رول کوبی مسیر واقع در منطقه
 به همراه متعهد می‌شویم در صورت موافقت بخش سنگنوردی کمیته آموزش فدراسیون ملزم به رعایت و اجرای شیوه نامه‌ها و دستورالعمل‌های مربوطه باشیم.

نام و نام خانوادگی

تاریخ و امضاء

نظریه کمیته آموزش بخش سنگنوردی

با توجه به درخواست فوق به شرح زیر:

.....

موافقت می‌شود نمی‌شود

تاریخ تأیید اعضاء کمیته آموزش بخش سنگنوردی

بسمه تعالی

فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران

کمیته آموزش بخش سنگنوردی

کاربرک درخواست مجوز ترمیم / ری بولت ۲۰۲-ک-س-۱۳۹۹

اطلاعات متقاضی

تاریخ درخواست:

نام و نام خانوادگی کدملی فرزند متولد / /
 درجه مربیگری سنگنوردی طبیعت صعودهای ورزشی غارنوردی دره نوردی
 تلفن همراه پست الکترونیکی نشانی محل سکونت

اطلاعات نفر دوم

نام و نام خانوادگی کدملی فرزند متولد / /
 سوابق فنی
 تلفن همراه پست الکترونیکی نشانی محل سکونت

مختصات مسیر و محل نصب رول

علت ترمیم / ری بولت نام مسیر
 گشاینده مسیر سال گشایش تعداد و نوع رول قبلی تعداد ترمیم و یا جمع آوری رول ها
 نوع سنگ: گرانیت آهکی خارا دستگاه رول کوب: دستی دریل شارژی دریل برقی
 طول مسیر تعداد و نوع کارگاه تعداد و نوع رول مصرفی جدید
 نوع کاربری مسیر رول کوبی شده: آموزشی تمرینی حرفه‌ای درجه مسیر
 شرایط اقلیمی منطقه به لحاظ دسترسی / امکانات رفاهی / ویژگی‌های مسیر و منطقه:
 زمان شروع و پایان ترمیم / ری بولت درجه مسیر استان شهرستان روستا منطقه

تعهدات

اینجانب به عنوان متقاضی رول کوبی مسیر واقع در منطقه
 به همراه متعهد می‌شویم در صورت موافقت بخش سنگنوردی کمیته آموزش فدراسیون ملزم به رعایت و اجرای شیوه نامه‌ها و دستورالعمل‌های مربوطه باشیم.

نام و نام خانوادگی

تاریخ و امضاء

نظر به کمیته آموزش بخش سنگنوردی

با توجه به درخواست فوق به شرح زیر:

.....
 موافقت می‌شود نمی‌شود

تاریخ تأیید اعضای کمیته آموزش بخش سنگنوردی

مربیان عزیز و گرامی

بدیهی است حسن انجام این شیوه نامه با همکاری و مشارکت شما عزیزان امکان پذیر است. در موارد پیش بینی نشده در این شیوه نامه نظر بخش سنگنوردی کمیته آموزش این فدراسیون صاحب است.

تمامی دوستان می‌توانند نظرهای خویش را به نشانی ذیل ارسال نمایند:

Msfi.dabir@yahoo.com
info@msfi.ir

بخش سنگنوردی کمیته آموزش دست تمامی عزیزانی را که نقطه نظرها و پیش نهادهای خود را به منظور ارتقای سطح دانش و اصلاح این شیوه نامه ارسال می‌نمایند، به گرمی می‌فشارد.

موفق باشید

تیر ۱۳۹۹