



فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی
کمیته صعودهای ورزشی

**شیوه نامه برگزاری دوره
آموزشی مربی راهنمای
صعودهای ورزشی**

ویرایش اول
تیر ۱۴۰۰





نظم در امور اجتماعی اولین قانون زندگی شهروندی است.

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

همه کسانی که در پیشبرد و اعتلای صعودهای ورزشی ایران

به دمی به قدمی یادمی تلاش نموده اند.

فهرست مطالب

صفحه	عناوین
۳.....	شناسه
۴.....	اول دفتر
۵.....	اهداف و خط مشی
۶.....	بخش اول: اهداف اختصاصی
۷.....	بخش دوم: ضرورت و اهمیت
۸.....	بخش سوم: تعاریف
۱۰.....	بخش چهارم: شرح وظایف مربی راهنمای صعودهای ورزشی

دانش را با نوشتن پایبند و جاودانه سازید.

امام علی^(ع)

شناسه

با احترام و شور و شغف، 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 ورزشی ایران سهیم بوده و یا هستند، اعلام دارد. همواره مرهون تلاش‌های بی حد و از خود گذشتگی‌های بی بدیل آن هستیم.

طراح جلد:

ناهید ناصری

با سپاس از:

علیرضا کریم، حسین مقدم، آرتمیس فرشاد یگانه، فرزام دیانی
اقبال افلاکی، حمید آسیابان، مجید اسکندری، محسن مختاریان، کامران
اندامی، سید امیرگلشن حسینی، عبدالرضا نقیب‌زاده، محمد طیبی، علیرضا
بلاغی، محمد امین حواله‌دار نژاد، مسعود زینالی، اکبر ثابت‌کار، مهدی زنده
کار، ناصر سرور ماسوله، محمد رخصتی، منصوره گرجی، فاطمه سعدیان و
خدیدجه جهانبخش

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

بلکه نتیجه عمرهاست.

ناشر

کمیته صعودهای ورزشی

ویرایش اول

تیر ۱۴۰۰

اول دفتر

توسعه کمی، کیفی و روند رو به جلوی صعودهای ورزشی و میزان علاقمندی آحاد جامعه بویژه جوانان به ورزش سنگنوردی نمادین و چشم‌گیر است.

تهیه و تأمین امکانات، لوازم و تجهیزات وابسته بویژه احداث دیواره‌های سنگنوردی در سراسر کشور قابل توجه و روز افزون است. در بسیاری از موارد بهره مندی و استفاده از امکانات برشمرده به لحاظ عدم نیروی متخصص تحت عنوان مربی در برخی از نقاط کم برخوردار کشور تأمل برانگیز است.

از این رو طی هماهنگی و هم فکری با ریاست محترم فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی جناب آقای زارعی برگزاری دوره‌های آموزش مربی راهنمای سالن‌ها و اماکن سنگنوردی مطرح و مقرر گردید تا طرح جامعی تهیه و پس طی مراحل اداری اجرایی گردد.

کمیته صعودهای ورزشی حسب مسئولیت و وظیفه خطیر خود شیوه نامه پیش رو را منطبق بر تجربیات و نظرات جمعی از اهل نظر، خبرگان و هم کاران صعودهای ورزشی تهیه و ارائه می‌نماید.

نگاه به آینده ما را بر آن می‌دارد، ضمن تلاش و کوشش و با به کارگیری تمامی نیروهای بالقوه و با عبور از کلیشه‌ها و قالب‌های رایج و گشودن راه‌های جدید و نو منطبق برنظم، انضباط اداری و اجتماعی و همچنین رعایت اصول فنی و استانداردهای لازم موجبات رشد و توسعه و اعتلای نام ایران را فراهم آوریم.

امید است در پرتو عنایات حضرت باریتعالی و حمایت همه جانبه تمامی همه جانبه مسئولان ذیربط و تلاش هم دلسوزان و علاقمندان به صعودهای ورزشی شاهد رشد و شکوفایی پیش از پیش باشیم. (انشالله)

تهران

تیر ۱۴۰۰

مهدی داوورپور

اهداف و خط مشی

- ترویج و اشاعه فرهنگ صعودهای ورزشی
- توسعه کمی و کیفی صعودهای ورزشی
- نگرش سازمان یافته به سند چشم‌انداز ۲۰ ساله کمیته صعودهای ورزشی
- هدایت و کنترل انرژی
- بهبود مدیریت منابع و مصارف
- بهره‌مندی از حداقل امکانات ویژه‌ی در اختیار با حداکثر بهره‌وری
- ایمنی و استانداردسازی عملکرد در سالن‌های سنگنوردی
- استفاده بهینه از امکانات، لوازم و تجهیزات
- ایجاد محرکی قوی به جهت فعال‌سازی امکانات در اختیار
- دارا بودن آمادگی مواجهه با بحران‌های احتمالی در سالن‌های سنگنوردی
- توجه بر باورهای آیینی و ملی
- تبعیت از قوانین جاری کشور



بخش اول: اهداف اختصاصی

- تربیت نیروی کارآمد و مجرب جهت مسئول و مدیرفنی سالن‌های سنگنوردی (حوزه صعودهای ورزشی) تحت عنوان مربی راهنمای صعودهای ورزشی.
- کنترل و نظارت بر ایمنی همه جانبه در سالن‌ها و اماکن سنگنوردی (حوزه صعودهای ورزشی).
- ایجاد چرخه بهره‌وری، فعالیت و همچنین استفاده بهینه از سالن‌های سنگنوردی در مواردی که کمبود مربی صعودهای ورزشی محرز است.
- رعایت، نظارت و اجرای مفاد شیوه نامه‌ها، دستورالعمل‌ها، رویه‌ها و استانداردهای لازم.



بخش دوم: ضرورت و اهمیت

رشد و توسعه صعودهای ورزشی در سراسر کشور طی چند سال اخیر رو به گسترش بی‌سابقه است. استقبال آحاد جامعه به ویژه جوانان از ورزش سنگنوردی روز افزون است. در همین راستا احداث دیواره‌های سنگنوردی با گرایش‌های سرعت، سرطناپ و بلدرینگ اعم از بخش خصوصی و دولتی قابل توجه و زیاد است. امروزه شاید کمتر شهرستان، نهاد و سازمانی باشد که دیواره نداشته باشند. کمبود مربی متخصص در این رابطه جهت ارائه حداقل خدمات شامل تمرین نمادین است. بسیاری از دیواره‌های احداث شده در سالن‌های سنگنوردی به لحاظ قوانین موجود فاقد مربی هستند.

از این رو کمیته صعودهای ورزشی این فدراسیون با ارائه طرح جامع پیش‌رو مبنی بر تربیت نیروی ناظر فنی و مسائل ایمنی حوزه تمرین تحت عنوان مربی راهنمای صعودهای ورزشی برای بازگشایی سالن‌ها و دیواره‌های بدون مربی اقدام نموده است.



بخش سوم: تعاریف

• مربی راهنمای صعودهای ورزشی

به فردی اطلاق می‌شود که با مهارت‌ها و دانش مرتبط با صعودهای ورزشی در سالن‌ها و اماکن سنگنوردی (حوزه صعودهای ورزشی) آشنایی کامل دارد. براساس این شیوه نامه، فرد متقاضی با دارا بودن شرایط مقدماتی و سپری نمودن دوره‌های آموزشی زیربط با شرایط مطلوب مربی راهنمای صعودهای ورزشی می‌گردد.

• حوزه فعالیت

مربی راهنمای صعودهای ورزشی پس از گذراندن دوره‌های آموزشی مربوطه با شرایط مطلوب فقط می‌تواند در سالن‌ها و اماکن سنگنوردی (مصنوعی) دارای مجوز بهره برداری با رعایت شرح وظایف مندرج در این شیوه نامه اقدام به فعالیت نماید.

• پیش نیاز شرکت در دوره

- ✓ داشتن سلامت جسمی و روحی با تأیید پزشک
- ✓ دارا بودن ۲۲ سال تمام
- ✓ دارا بودن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم
- ✓ داشتن حکم پیشرفته صعودهای ورزشی که مدت یکسال از صدور آن گذشته باشد
- ✓ مشخص بودن وضعیت نظام وظیفه (برای مردان)
- ✓ دارا بودن بیمه ورزشی سال جاری (معتبر)
- ✓ دارا بودن آمادگی جسمی، عملی، فنی و علمی لازم

• مدت و مفاد آموزش دوره

- الف) مدت دوره ۲ روز است. (۱۶ ساعت)
- ب) مفاد آموزش دوره (منطبق بر طرح درس‌های مصوب)
 - ✓ استانداردهای ایمنی
 - ✓ مقررات، شیوه نامه‌ها و آئین نامه‌ها
 - ✓ مباحث اخلاقی، فرهنگی، حقوقی و انضباطی
 - ✓ حمایت / قوانین صعود و فرود
 - ✓ قوانین داوری
 - ✓ کمک‌های اولیه
 - ✓ بهداشت فردی و محیط
 - ✓ مباحث تئوری و نظری

• شرایط میزبانی برگزاری دوره

- ✓ داشتن محل مناسب و استاندارد جهت برگزاری کلاس‌های تئوری و نظری
- ✓ دارا بودن امکانات ویدئو پروژکشن، تخته وایت بورد، لوازم التحریر، کامپیوتر، پرینتر
- ✓ داشتن محل مناسب جهت برگزاری دوره‌های تئوری، نظری و عملی شامل دیواره مناسب و استاندارد با امکانات جانبی مانند گیره، تشک، بالابر و...

• تعداد کارآموزان و مربیان دوره

- ✓ تعداد کارآموزان هر دوره ۸ نفر، مدرس ۱ نفر، مربی ۱ نفر
- ✓ بهره مندی از مدرسان متخصص برای دیگر موارد آموزشی مانند کمکهای اولیه

• آزمون و شرایط قبولی

- ✓ اخذ آزمون در پایان دوره در دو بخش تئوری و عملی انجام می‌شود.
- ✓ شرایط قبولی دوره کسب حداقل نمره تئوری ۱۲ و نمره عملی ۱۴ است.

• شرایط صدور حکم

- ✓ پس از گذراندن دوره آموزشی با شرایط مطلوب صدور حکم توسط فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی صورت می‌پذیرد.
- ✓ روند صدور حکم به صورت اتوماسیون پس از وصول گزارش دوره و تأیید کمیته صعودهای ورزشی قابل صدور است.

• چگونگی برگزاری دوره

- این دوره به دو صورت برگزار می‌شود.
- الف) حسب نیاز سنجشی کمیته صعودهای ورزشی فدراسیون به صورت سراسری، استانی و یا منطقه‌ای
- ب) بنا بر تقاضای هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان‌ها

• مدرسان و مربیان دوره

- مدرسان این دوره از بین مربیان درجه ۲ و ۱ انتخاب می‌شوند.
- مربیان دوره از بین مربیان درجه ۳ انتخاب می‌شوند.
- * فقط مدرسان و مربیانی که در آخرین دوره هاهنگی و بازآموزی شرکت نموده‌اند و شرایط مجاز را کسب نموده، می‌توانند اقدام به آموزش نمایند.



بخش چهارم: شرح وظایف مربی راهنمای صعودهای ورزشی

پس از احراز شرایط قبولی و اخذ حکم مربوطه فرد متقاضی، فعالیت رسمی ایشان به شرح زیر قابل اجرا است:

- ✓ رعایت کامل قوانین جاری کشور
- ✓ رعایت کامل استانداردهای ایمنی، اخلاقی، انضباطی
- ✓ دخالت نداشتن در آموزش
- ✓ نظارت کامل بر رعایت اصول ایمنی و فنی به ویژه حمایت، لوازم و تجهیزات، تشک، روکش و امکانات جانبی
- ✓ هماهنگی کامل با مدیریت سالن و یا اماکن سنگنوردی و با دعوت رسمی و مکتوب
- ✓ رعایت کامل شیوه نامه‌ها و دستورالعمل‌های ذیربط
- ✓ دارا بودن حسن خلق و شهرت توأم با تواضع و فروتنی
- ✓ رعایت نظم و انتظام در امور محوله و اعتقاد به اصل مهم مسئولیت پذیری
- ✓ استفاده مناسب و بهینه از لوازم و تجهیزات فنی استاندارد
- ✓ آراستگی و بهره مندی از پوشش مناسب و حفظ بهداشت فردی، جمعی و محیط
- ✓ رعایت ادب و حفظ احترام و اجتناب از تمسخر و به کارگیری الفاظ سخیف و نسنجیده
- ✓ تشریک مساعی و هماهنگی لازم و مستمر با کلیه مسئولین ذیربط و همکاران
- ✓ در مواردی که مربی صعودهای ورزشی در سالن حضور دارد مربی راهنما می‌تواند پیشنهاد، تذکر و هشدار دهد و مسئولیت عدم رعایت و اجرا برعهده مربی صعودهای ورزشی است
- ✓ حضور مستمر، مؤثر و منظم در محدوده و زمان اجرای مسئولیت و عدم خروج از محدوده مذکور تا انقضاء زمان مقرر.
- ✓ دقت و تأکید بر اجرای حرکات ورزشی متعارف و فارغ از هرگونه اهمال و بی‌مبالاتی متکی بر رعایت احتیاط آنچنان که شایسته رفتار انسانی و آینده نگر، معقول و قانون‌گرا است.
- ✓ رعایت شئونات اسلامی و عرفی
- ✓ ترویج فرهنگ رقابت جوانمردانه، سالم و سازنده مبتنی بر توسعه پایدار ورزشی
- ✓ آشنایی با قوانین داوری و دستورالعمل‌های اجرایی مسابقات صعودهای ورزشی به جهت همراهی با ورزشکار و یا تیم سنگ نوری برای اعزام به مسابقات صعودهای ورزشی (سنگنوردی)
- ✓ دقت در رفتار، منش و گفتگو در صورت حضور اولیا ورزشکاران در سالن
- ✓ حیطه مسئولیت مربی راهنمای صعودهای ورزشی فقط سالن‌های سنگنوردی دارای مجوز بهره برداری و فعالیت است.

موفق باشید

تیر ۱۴۰۰

بدیهی است حسن انجام این شیوه نامه با همکاری و مشارکت جامعه فهیم صعودهای ورزشی امکان پذیر است.

تمامی عزیزان می توانند نظرات خویش را به نشانی dabir.msfi@gmail.com ارسال نمایند.

کمیته صعودهای ورزشی دست تمامی عزیزانی را که نقطه نظرات و پیشنهادات خود را به منظور ارتقای سطح دانش و اصلاح این شیوه نامه ارسال نمایند، به گرمی می فشارد.

موفق باشید

تیر ۱۴۰۰