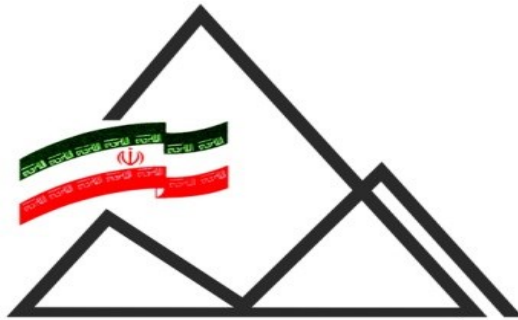


بسمه تعالی



فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

کمیته همگانی

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی

شيوه نامه اجراي آموزش کوهپیمایی همگانی

خرداد ۱۳۹۹

ورزش همگانی مقدمه ورزش قهرمانی

سرفصلهای آموزشی دوره کوهپیمایی همگانی

- ۱ - آشنایی با لوازم و تجهیزات کوهپیمایی (مختصر)
 - ۲ - اصول گام برداری
 - ۳ - تغذیه
 - ۴ - معرفی کوهها و جاذبه های طبیعی استان و ایران
 - ۵ - خطرات کوهستان
 - ۶ - بهداشت فردی و محیطی
 - ۷ - ویژگی های محل استراحت
 - ۸ - جهت یابی در روز و شب
 - ۹ - هواشناسی
- فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

به نام خدا

اهداف طرح:

- ❖ ارتقای سطح دانش عمومی نسبت به ورزش کوهنوردی و کوهپیمایی بین اقشار مختلف اجتماع
- ❖ معرفی بهتر و علمی طبیعت کوهستان و مسائل زیست محیطی و جانوری به آحاد مردم
- ❖ ایجاد شادی و نشاط عمومی با برگزاری برنامه‌های جمعی کوهپیمایی و مسابقات و سرگرمی
- ❖ ایجاد جامعه و خانواده سلامت محور با موضوع آموزشهای ابتدایی و جذاب کوهنوردی در محیط های طبیعی به همراه اعضاء خانواده
- ❖ آموزش همگانی کوهپیمایی با محوریت بانوان خانه‌دار و شاغل در راستای ترغیت فرزندان و همسران به ورزش کوهنوردی و کوهپیمایی و در کل جامعه پویا و فعال و ورزشکار
- ❖ برنامه های آموزشی و مسابقات و سرگرمی در بین دانش آموزان بخصوص سنین پایه جهت تشویق نوجوانان به تحرک، پویایی، شادابی و دوری از فضاهای مجازی و دخانیات
- ❖ تشویق سالمندان و پیشکسوتان برای حضور در عرصه ورزش کوهپیمایی همگانی

لزوم برگزاری دوره‌های آموزش کوهپیمایی همگانی توسط هیأت‌های کوهنوردی و باشگاه‌های کوهنوردی سراسر کشور

کمیته همگانی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی اعلام می‌دارد از ابتدای تیر ماه ۱۳۹۹ باشگاه‌های کوهنوردی سراسر کشور که مجوز رسمی فعالیت دارند میتوانند دوره‌های کوهپیمایی همگانی را طبق دستورالعمل‌های ارائه شده توسط فدراسیون کوهنوردی و کمیته همگانی این فدراسیون برگزار نمایند.

- ۱- هزینه برای هر نفر یکصد و پنجاه هزار ریال (پانزده هزار تومان)
- ۲- حداکثر شرکت کننده گان ۳۰ نفر در یک دوره با یک مدرس.
- ۳- دوره‌های آموزشی برای عموم از سن ۶ سال تا ۹۰ سال با مجوزهای مربوطه (برای نوجوان رضایت نامه اولیا و برای افراد مسن ۷۰ سال به بالا ارائه گواهی صحت و سلامت) بلامانع می‌باشد.
- ۴- زمان برگزاری حداقل ۶ ساعت (ارائه کلیه مطالب طرح درس)
- ۵- کلاس‌ها به صورت مختلط با حفظ شئونات عرفی و شرعی و یا به صورت تفکیکی می‌تواند انجام شود.
- ۶- مدرسین کوهپیمایی، یخ و برف و سنگ‌نوردی می‌توانند تدریس نمایند.
- ۷- جهت ایجاد حس تحرک، مکان برگزاری دوره ترجیحاً در محیط‌های کوهپایه یا پارک‌های سطح شهر انجام پذیرد.
- ۸- حق الزحمه مدرس از محل دریافتی ثبت نام دوره توسط باشگاه پرداخت می‌شود مه مطابق اشل فدراسیون می‌باشد.
- ۹- الباقی مبالغ دریافتی همه دوره بعد از پرداخت حق الزحمه مدرس متعلق به باشگاه برگزار کننده است.
- ۱۰- گزارشات برگزاری باید توسط باشگاه تکمیل و جهت تأیید به هیأت ارسال گردد.
- ۱۱- کمیته‌های همگانی هر استان موظف به بررسی و تأیید دوره‌های برگزار شده آن استان می‌باشد و دوره‌ها را بررسی و در اتوماسیون تأیید نماید.
- ۱۲- صدور احکام به صورت اتوماسیون از طرف فدراسیون به صورت رایگان انجام می‌گیرد و نیازی به دریافت فرمت کاغذی حکم از فدراسیون نمی‌باشد.
- ۱۳- ثبت نام در پرتال برای کارآموزی و صدور احکام برای کارآموزان همگانی، از طرف فدراسیون رایگان است.
- ۱۴- نظارت و پایش دوره‌ها به عهده کمیته همگانی هیأت کوهنوردی استان‌ها است.
- ۱۵- تکمیل فرم مربوط به دوره و ارسال به پرتال فدراسیون به عهده باشگاه برگزار کننده می‌باشد و با تأیید هیأت کوهنوردی استان یا شهرستان.
- ۱۶- هرگونه تخلف اعم از:

الف: استفاده از مربیان یا مدرسانی که مجاز به تدریس نیستند.

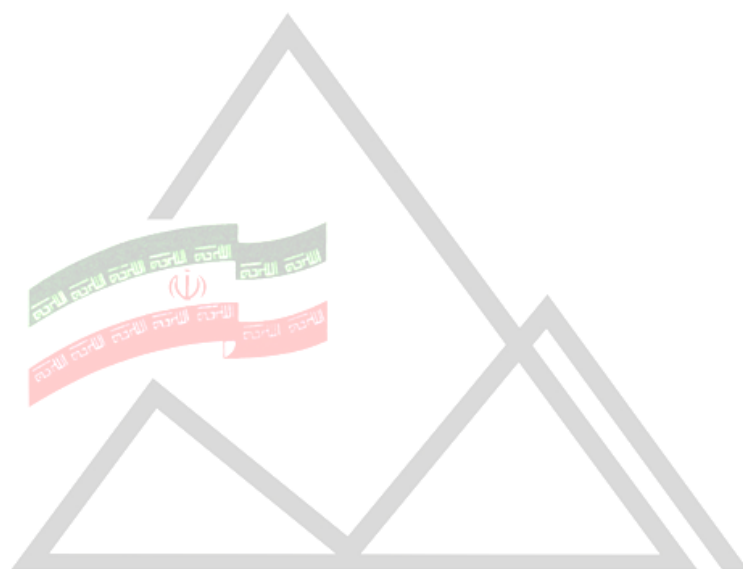
ب: تدریس مطلب خارج طرح درس ارائه شده.

پ: تدریس دوره کمتر از ساعت مقرر در شیو نامه ارائه شده.

ت: هرگونه شکایتی در مورد نحوه برگزاری باشگاه توسط کارآموزان.

ج: عدم حضور کارآموز در کلاس و ارسال نام و نام خانوادگی و کدملی جهت دریافت حکم.

چ: جهت برگزاری کلاس های کوهپیمایی همگانی ، رعایت تمام قوانین مربوط به آموزش الزامی می باشد.



فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

افق (دیدگاه کمیته همگانی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی)

- برگزاری دوره آموزش کوهپیمایی همگانی در سراسر کشور .
- آموزش حداکثری دانش آموزان و خانواده های سراسر کشور .
- برگزاری دوره های آموزش همگانی در خصوص شناخت کوهستان و مسائل مربوط به محیط زیست
- ایجاد جامعه سلامت محور، شاد و پویا با پرداختن به ورزش مهیج کوهنوردی

شیوه نامه اجرایی در ۱۶ بند در تاریخ ۱۳۹۹/۳/۱۰ به تصویب شورای تدوین طرح درس ها و شیوه نامه اجرای فدراسیون کوهنوردی با ریاست رئیس فدراسیون و کوهنوردی و صعودهای ورزشی رسید.

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران

کمیته همگانی

هیأت های کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان:

باشگاه:

تاریخ برگزاری	ساعت شروع	ساعت پایان	محل برگزاری دوره	تعداد شرکت کننده خانم ها	تعداد شرکت کننده آقایان

نام مدرس	نوع مربیگری	شماره تماس

ردیف	نام و نام خانوادگی کارآموز	شماره تماس
۱		
۲		
۳		
۴		
۵		
۶		
۷		
۸		
۹		
۱۰		
۱۱		

ردیف	نام و نام خانوادگی کارآموز	شماره تماس
۱۲		
۱۳		
۱۴		
۱۵		
۱۶		
۱۷		
۱۸		
۱۹		
۲۰		
۲۱		
۲۲		
۲۳		
۲۴		
۲۵		
۲۶		
۲۷		
۲۸		
۲۹		
۳۰		

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

مبلغ دریافت دوره	حق الزحمه مدرس	امضاء مدیر باشگاه	امضاء رئیس هیأت کوهنوردی استان یا شهرستان