فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران

کمیته کوه نوردی با اسکی

شیوه نامه‌های آموزشی

کمیته کوه نوردی با اسکی

ویرایش سوم

اسفند ۱۴۰۳

در این صفحه تمامی اسامی به ترتیب الفبای نام خانوادگی مرتّب شده اند.

شناسه

مراتب تشـــکر و قدردانی را از تمامی افرادی که طی ســـالها، همکاری، همیاری و همراهی خویش به طور مســـتقیم و غیر مستقیم در پیشبرد کوه نوردی با اسکی ایران سهیم بوده و یا هستند، اعلام می داریم.

تهیه و تنظیم:

سینا ابراهیمی، رضا افشار، علیرضا بلاغی، پویا پوررضای تبریزی، بیت الله سیرایی

طراح جلد:

ناهید ناصری

با سپاس از خانم ها و آقایان:

سینا ابراهیمی، رضا افشار، علیرضا بلاغی، پویا پوررضای تبریزی، زنده یاد فرشاد خلیلی خوشه مهر، مهدی داور پور، سیامک شمس الدین، رضا طهماسبی و همکاران در کمیته صعودهای ورزشی

تقدیم به پیشکسوتان گرامی و همه اساتید و به تمامی آنهایی که به ما آموختند. همه کسانی که در پیشبرد و اعتلای کوه نوردی با اسکی ایران که به دمی قدمی و یا درمی تلاش نموده اند.

ناشر

کمیته کوه نوردی با اسکی

ویرایش سوم

آذر ۱۴۰۳

فهرست مطالب

عناوین ..... صفحه
مقدمه ۳
اهداف و خط مشی ۶
فصل اول شیوه نامه‌ها ۷
اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی ۸
شیوه نامه برگزاری و ارسال مدارک دوره‌های آموزشی کوه نوردی با اسکی ۹
دوره‌های کارآموزی کوه نوردی با اسکی ۱۱
شیوه نامه‌های برگزاری دوره کارآموزی مقدماتی کوه نوردی با اسکی ۱۲
روز شمار دوره کارآموزی مقدماتی کوهنوردی با اسکی ۱۴
شیوه نامه برگزاری دورهٔ کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی ۱۵
روزشمار دوره کارآموزی پیشرفته کوهنوردی با اسکی ۱۷
موارد و تست های مورد ارزیابی دوره کارآموزی پیشرفته ۱۸
دوره‌های تربیت مربی کوه نوردی با اسکی ۱۹
شرایط عمومی برگزاری و شرکت در دوره‌های تربیت مربی ۱۹
شیوه نامه برگزاری دوره تربیت مربی درجه ۳ کوه نوردی با اسکی ۱۹
جدول شیوه نامه برگزاری آزمون ورودی مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی ۲۳
جدول روز شمار دوره مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی ۲۴
شیوه نامه برگزاری دوره تربیت مربی درجه ۲ کوه نوردی با اسکی ۲۸
شیوه نامه برگزاری دوره‌های هم آهنگی و بازآموزی مربیان کوه نوردی با اسکی ۳۶
شیوه نامه برگزاری دوره داوری و طراحی مسیر مسابقات ۳۹
سرپرست دوره‌های آموزشی ۴۲
ناظر دوره‌های آموزشی ۴۳
فصل دوم کاربرگ‌ها ۴۵
کاربرگ ثبت نام و پذیرش ۴۶
کاربرگ دریافت مدارک ثبت نام ۴۷
کاربرگ دریافت شهریه ثبت نامه ۴۸
کاربرگ نظر خواهی و ارائه پیشنهاد ۴۹
کاربرگ خلاصه مشخصات فردی شرکت کننده در دوره ۵۰
کاربرگ ریز نمرات دوره کارآموزی مقدماتی کوه نوردی با اسکی ۵۱
کاربرگ نهایی ریز نمرات در دوره کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی ۵۲
کاربرگ نهایی ریز نمرات در دوره مربی گری کوه نوردی با اسکی ۵۳
کاربرگ جمع بندی نهایی دوره مربی گری ۵۴
کاربرگ اطلاعات حساب بانکی کادر اجرایی ۵۵
کاربرگ الصاق عکس دوره آموزش ۵۶
کاربرگ گزارش ناظر دوره آموزش ۵۷
کاربرگ گزارش سرپرست دوره آموزشی ۵۹
کاربرگ نتایج دوره‌های بازآموزی و هم آهنگی مربیان ۶۲
کاربرگ عملکرد مربی کارورز ۶۳

مقدمه

رشته کوه نوردی با اسکی به عنوان بخشی از فعالیت های ورزشی در محیط کوهستان و با توجه روند رو به رشد افراد علاقمند نیازمند آموزش دقیق و تربیت مربیان متبحر و کاربلد می باشد . از این رو کمیته کوه نوردی با اسکی به عنوان متولی این رشته در فدراسیون کوه نوردی با اسکی مسئول آموزش ورزشکاران علاقمند و مربیان فعال در این حوزه می باشد.

در این شیوه نامه قصد داریم تا توجه فعالان این رشته ورزشی به قوانین و نحوه اجرای آموزش و تربیت مربیان این رشته جلب نماییم زیرا هر گونه بی توجهی به این گونه مسائل نوعی تضییع در حقوق ورزشکاران و مربیان می باشد. لذا انتظار دارد با رعایت دقیق و اصولی مفاد این شیوه نامه و همچنین سایر مواردی که مد نظر شما عزیزان می باشد، شاهد داشتن نسلی سالم، با نشاط و متعالی باشیم.

کمیته کوه نوردی با اسکی
فدراسیون کوه نوردی و صعود های ورزشی ج.ا.ا
اسفند ۱۴۰۳

اهداف و خط مشی

- ارتقاء آگاهی‌های عمومی علاقمندان نسبت به کوه نوردی با اسکی.
- ارتباط دانش و مهارت‌های تخصصی و عمومی منابع انسانی جامعه هدف.
- تمرکز بر استقرار و نهادینه شدن استانداردهای آموزشی.
- تمرکز بر سیاست گذاری و الگوی یکپارچه مدیریت آموزشی.
- تعامل موثر با مراکز علمی، آموزش ملی و بین المللی.
- بهره گیری از فضای مجازی در طراحی، توسعه و مدیریت فرایندها.
- تحول گرایی در نظام آموزش منطبق بر دستاوردهای ملی و بین المللی.
- بهبود مدیریت منابع و مصارف.
- بهینه سازی فضا، زیر ساخت‌ها و تجهیزات آموزشی.
- تقویت آموزش در مناطق محروم ومرزی با تکیه بر توانمندسازی منابع انسانی و ایجاد فرصت برابر آموزشی.
- ایجاد هماهنگی و انسجام در برنامه‌های آموزشی.
- ایجاد و ترویج فرصت های شغلی

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

فصل اول

شیوه نامه‌ها

اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی

تمامی کادر اجرایی دوره‌های آموزشی ملزم به رعایت اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی زیر می‌باشند.

۱. اعتقاد و التزام به قوانین جاری کشور به ویژه قوانین و مقررات و آئین نامه‌ها و شیوه نامه‌های مرتبط با فعالیت‌های ورزشی.

۲. دارا بودن حُسن خلق و شهرت توأم با تواضع و متانت و بردباری.

۳. رعایت عدالت و انصـــاف در تمامی ابعاد و زمینه‌ها از جمله عدالت در گفتار و ســـایر ابعاد فرهنگی و اجتماعی و خویشـــتن‌داری در کلیه امور و مسئولیت‌های محوله و بدور از هر گونه حب و بغض و اعمال سلایق شخصی.

۴. رعایت نظم و انتظام در امور محوله و اعتقاد به اصل مهم مسئولیت پذیری.

۵. حفظ امانت و رازداری و پایبندی به اصول مسلم کرامت والای انسانی.

۶. حضور موثر 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 مقرر و اتمام دوره ها در روشنایی مطلق

۷. آراستگی ظاهری و بهره مندی از پوشش مناسب و حفظ بهداشت فردی جمعی و محیطی در محیطهای آموزشی.

۸. رعایت تمامی نکات ایمنی و اجرای فعالیت ورزشی در فضای امن و آرام و به دور از هر گونه مخاطره و تنش و اضطراب.

۹. حضور در محل اجرای مسئولیت و انجام وظیفه فقط بنا به دعوت یا ابلاغ رسمی و معتبر.

۱۰. رعایت ادب و حفظ احترام و اجتناب از تمسخر و به کارگیری الفاظ سخیف و نسنجیده آنچه که زیبنده یک انسان وارسته و یک ایرانی معتقد می باشد برای تمامی دست اندرکاران و عوامل آموزشی.

۱۱. آگاهی و آشـــنایی کادر اجرایی از موقعیت زمانی و مکانی و اشـــراف کامل در مورد زمان اجرای برنامه با اتکاء و احترام به ســـنت‌ها و باورهای ملی مذهبی آئینی و قومی.

۱۲. استفاده مناسب و بهینه از لوازم و تجهیزات استاندارد به دور از هر گونه افراط و تفریط و اسراف.

۱۳. دقت و تاکید بر اجرای حرکات ورزشـــی متعارف و معقول با فعالیت‌های رایج ورزشـــی فارغ از هر گونه اعمال و بی مبالاتی متکی بر رعایت احتیاط آنچنان که شایسته رفتار انسانی آینده نگر و معقول می‌باشد.

۱۴. فراگیری و افزایش فنون ارتباط جمعی و گروهی و بهره مندی از اصول و روابط صحیح و مناسب با تمامی عوامل ورزشی.

۱۵. پرهیز از دخالت و پرسش‌های غیر ضروری حین اجرای مسئولیت.

۱۶. عدم جانبداری، تشویق، حمایت، تبلیغ، تنبیه در تمامی مراحل آموزش توسط ارکان اجرایی بصورت غیر اصولی و اختصاصی.

۱۷. عدم واگذاری دو مسئولیت به یک نفر و تحت هیچ شرایطی عوامل اجرایی و دست اندرکاران امکان حضور به عنوان کارآموز را ندارند.

۱۸. پرهیز و ممانعت از بروز هرگونه ناهنجاری ، بحث های نامتعارف و سیاسی در طول دوره

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه‌نامه برگزاری و ارسال مدارک دوره‌های آموزشی کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۱ ک –ا ۱۴۰۳

شرایط عمومی برگزاری دوره‌های آموزشی

۱. رعایت تمامی قوانین جاری کشور در برگزاری دوره‌های آموزشی الزامی است .
۲. تنها مرجع برگزاری دوره‌های تربیت مربّی، داور و طرّاح مسیر در کشور جمهوری اسلامی ایران، فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی است.
۳. هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی ا ستان، تنها مرجع ر سمی مراودهٔ مر سولات و مکاتبات ا سناد و مدارک دوره‌های آموز شی برگزارشده در استان‌های کشور با فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی است.
۴. هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی ا ستان موظّف ا ست تا مهلت مقرر تعیین شده پس از برگزاری دوره، تمامی مکاتبات لازم برای برگزاری دوره را با فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی به انجام برساند.
۵. نهاد برگزارکنندهٔ دوره، نهایتاً ۱۵ روز فرصت دارد تا گزارش دوره و تمامی اسناد و مدارک دوره را به هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی استان تحویل نماید. هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی استان نیز موظّف است حداکثر تا ۱۰ روز پس‌از تاریخ دریافت، اسناد و مدارک زیر را به فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی ارائه نماید:
   ۵,۱. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .
   ۵,۲. درخواست‌نامهٔ هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان به‌ضمیمهٔ اسناد و مدارک دوره؛
   ۵,۳. اوراق تصحیح‌شدهٔ آزمون کتبی دروس نظری دوره؛(مقاطع درجه ۳)

۶. دیگر مدارک دوره‌ها شامل کاربرگ‌های ثبت‌نام، تعهّدنامه‌ها، رونوشت‌های مدارک و ... در بایگانی هیئت باقی می‌ماند.
۷. مفادّ آموز شی تمامی دوره‌ها، می‌باید ست منطبق بر طرح درس‌های م صوّب کارگروه کوه نوردی با ا سکی فدرا سیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی باشد.
۸. تأمین محلّ اسـتقرار، دسـت‌مزدها، هزینه‌های تردد، تهیه و ارائهٔ طرح درس‌های آموزشـی مصـوّب و هم‌چنین تأمین امکانات فنی لازم برای برگزاری دوره، برعهدهٔ برگزارکننده است.
۹. برگزارکنندهٔ دوره موظّف است ضمن رعایت مسائل ایمنی، شرایط برگزاری ایمن دوره را فراهم کند.
۱۰. تنها مدرّسـانی مجاز به تدریس در دوره‌های آموزشـی کوه نوردی با اسـکی هسـتند که دارای کارت معتبر بازآموزی فدراسـیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی باشند. مربیان به شرح عنوان شده در هر دوره در کنار مدرسان امکان آموزش خواهند داشت.
۱۱. مدرّس به فردی گفته می‌شود که دارای کارت بازآموزی با درجهٔ «مدرّس در مقطع مورد آموزش» و تاریخ معتبر باشد.
۱۲. مربّی به فردی گفته می‌شود که دارای کارت بازآموزی با درجهٔ «مربّی در مقطع مورد آموزش» و تاریخ معتبر باشد.
۱۳. روال ثبت‌نام متقاضیان در تمامی دوره‌های آموزشی کوه نوردی با اسکی به ترتیب زیر است.
   ۱۳,۱.احراز پیش‌نیازها؛
   ۱۳,۲.تکمیل کاربرگ یا کاربرگ‌های مخصوص ثبت‌نام در دوره؛
   ۱۳,۳.ارائهٔ مدارک به مسئول ثبت‌نام بدون هیچ کم و کاستی؛

۱۳,۴.تمامی قبو ل شـدگان دوره‌های مربی گری ، طراحی و داوری ملزم به گذراندن یک دوره کارورزی با هماهنگی کارگروه کوه نوردی با اسکی می‌باشند .

۱۴. میزان وجه هزینه‌های ثبت‌نام دوره‌های آموزشی که به‌صورت عمومی و کشوری برگزار خواهند شد، با توجّه به شرایط روز و پیش‌از برگزاری آن برای هر دوره به‌طور مستقل و ازطریق فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی اعلام عمومی خواهد شد.

۱۵. تمامی نهادهای متقاضی برگزاری دوره‌های کارآموزی مقدماتی و پیشرفته موظفند حتی المقدوراز مدرسان و مربیان ساکن در محل برگزاری دوره و یا شهرستان‌ها و استان‌های همجوار استفاده نمایند.

۱۶. کلیه موارد پیش بینی نشده می‌بایست با فدراسیون هماهنگ گردد .

۱۷. ف صل‌الختاب موارد پیش‌بینی ن شده عمومی قوانین جاری ک شور و تنها مرجع ر سیدگی فنی فدرا سیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی می‌باشد.

۱۸. ورزشکار باید دارای بیمه ورزشی معتبر باشد.

۱۹. رعایت بهداشت فردی و قوانین جاری زیست محیطی، شهروندی و توسعه پایدار الزامی است.

۲۰. هماهنگی با نهاد ها و سازمان های مرتبط انجام گیرد.

شرایط عمومی برای شرکت در دوره های مربیگری :

۱. متدین به دین مبین اسلام یا یکی از ادیان رسمی کشور
۲. پذیرفتن قانون اساسی و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی
۳. داشتن سلامت جسمی و روانی با تایید پزشک و روانشناس مورد تایید هیئت پزشکی یا فدراسیون پزشکی ورزشی کشور
۴. داشتن صلاحیت اخلاقی و حسن شهرت و ارائه گواهی سوء سابقه از میادی ذیربط
۵. عدم اعتیاد به مواد مخدر با ارائه گواهی
۶. داشتن کارت پایان خدمت یامعافیت دائم یا موقت
۷. داشتن تجارب ورزشی در رشته مربوطه و موفقیت در آزمون های مهارتی
۸. داشتن حداقل دیپلم متوسطه

تبصـره ۱: تعیین شـرایط حضـور شـرکت کنندگان در دوره های مربیگری ورزش های جانبازان و معلولین، ورزش های نابینایان و کم بینایان، ورزش های ناشنوایان، ورزش بیماران خاص و پیوند اعضا بر عهده فدراسیون ورزشی ذیربط است.

اخطار

استفاده از وسایل فنّی فاقد استانداردهای لازم در تمامی دوره‌های آموزشی ممنوع است.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

دوره‌های کارآموزی کوه نوردی با اسکی

تعاریف

دورهٔ کارآموزی مقدّماتی کوه نوردی با اسکی

هدف از برگزاری این دوره، آشنایی داوطلبان دارای تجربه کوه نوردی در فصل زمستان و مسلط به اسکی داخل پیست با اصول اوّلیهٔ کوه نوردی با اسکی به صورت آکادمیک و گسترش این ورزشی در سطوح همگانی است.

دورهٔ کارآموزی پیشرفتهٔ کوه نوردی با اسکی

دورهٔ پیشـــرفته، برای آن دســـته از افرادی که پس‌از اتمام دورهٔ کارآموزی، مایل به فراگیری مراحل تکمیلی برای بالابردن توانایی در اجرای صعودهای خود می‌باشند، پیش‌بینی و طرّاحی شده است.

* **تذکر :** کلیه شرکت کنندگان در دوره‌ها می‌بایست قبل از حضور در دوره نسبت به رئوس آشنایی داشته باشند.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه‌نامهٔ برگزاری دورهٔ کارآموزی مقدّماتی کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۲ ک –۱۴۰۳۱

پیش‌نیاز دوره

۱. دارا بودن حداقل سنّ ۱۸ سال تمام، در روز ثبت‌نام.
۲. داشتن تجربه کوهنوردی در فصول مختلف

مدارکی که داوطلب، هنگام ثبت‌نام در دوره، می‌بایست به همراه داشته باشد

۱. تکمیل کاربرگ ثبت‌نام؛
۲. ارائه اصل کارت ملّی و یک برگ رونوشت از آن؛
۳. دارا بودن بیمه ورزشی معتبر ؛
۴. ارائه گواهی صحت و سلامت پزشکی (جسمی و روحی)
۵. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

وسایل مورد نیاز داوطلبین برای شرکت در دوره

ردیف	نوع	تعداد	ردیف	نوع	تعداد
۱	چوب و فیکس کوه اسکی	۱ دست	۸	بیل	۱ عدد
۲	کفش کوه اسکی	۱ جفت	۹	عینک اسکی	۱ عدد
۳	کرامپون چوب اسکی	۱ جفت	۱۰	پوشاک گورتکس	۱ دست
۴	باطوم	۱ جفت	۱۱	کلاه کاسک (هلمت)	۱ عدد
۵	پوست	۱ جفت	۱۲	دستکش	۱ عدد
۶	ترنسیور	۱ عدد	۱۳	نوشت افزار	۱ عدد
۷	میل سونداژ	۱عدد	۱۴		

وسایل انفرادی (کوله ، کلاه مناسب و . . .) و غذای شخصی و وسایل عمومی جهت اجرای دوره ویدیو پرژکتور و طناب در صورت نیاز

شرایط ویژهٔ برگزاری دورهٔ کارآموزی مقدّماتی

۱. مسیر آموزشی کارآموزی مقدّماتی در مکان های امن که خطر ریزش بهمن نداشته باشند و ترجیحا در حاشیه پیست های اسکی و با دسترسی نزدیک به امکانات جاده ای قابل اجرا است.

۲. ظرفیت هر دورهٔ کارآموزی مقدّماتی به شرح زیر است:

- ❖ ۸ نفر کارآموز به همراه یک مربی و یک مدرس

۳. طول دورهٔ کارآموزی مقدّماتی صعودهای ورزشی با احتساب زمان آزمون و آموزش تئوری، ۳ روزِ ۸ ساعتی می‌باشد.

۴. این دوره می‌تواند به صورت پیوسته برگزار می شود.

۵. رعایت مسائل امداد و کمک‌های اولیه و هماهنگی اداری برای برگزاری دوره‌ها الزامی است.

۶. استفاده از محیط و امکانات مناسب جهت برگزاری دروس تئوری دوره.

۷. ارائه طرح درس مصوب بر عهده نهاد و یا سازمان متولی برگزاری دوره است.

۸. تدریس طرح درس مصوب توسط مدرس الزامی است.

۹. ملاک قبولی در آزمون پایانی این دوره، کسب حداقل معدّل ۱۲ در آزمون‌های عملی و معدل ۱۴ در آزمون کتبی دروس نظری و نداشتن نمرهٔ کم‌تر از ۱۰ در تمامی آزمون‌ها است.

۱۰. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

۱۱. همراه داشتن طرح درس مصوب توسط کارآموز

۱۲. رعایت الزامات ایمنی توسط برگزار کننده ، مدرس و مربی

- توجه و رعایت کامل مفاد ا صول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی و شرایط عمومی برگزاری دوره‌های آموزشی الزامی است.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

روز شمار دورهٔ کارآموزی مقدّماتی کوه نوردی با اسکی

روز		شرح فعالیت	زمان (ساعت)
روز اول	۱	ثبت نام و بررسی تجهیزات تمامی نفرات	۱
		بررسی بیمه ورزشی، گواهی صحت از پزشک	
	۲	آشنایی با تجهیزات کوهنوردی با اسکی	۱
		آشنایی با ابزار و بررسی ابزار افراد	
		نحوه استفاده و پوشیدن لوازم (کفش، پوست و ...)	
		تمرین استفاده از لوازم	
	۳	آموزش تکنیکهای اسکی آلپاین	۲
	۴	کار با دستگا ترانسیور (DVA)	۲
	۵	آموزش اولیه بهمن شناسی و شیب شناسی	۱
	۶	کلاس تئوری	۲
		ابزارهای روز دنیا و تفاوت های آنها فیلم و پاورپوینت آموزشی، پرسش و پاسخ	
روز دوم	۱	انجام تمرینات دروس روز اول	۱
	۲	صعود با اسکی و پوست	۲
	۳	تمرین اسکی با روشهای نوین	۲
	۴	کلای تئوری	۱
		نحوه ایجاد بهمن، دلایل بهمن، لایه های برف با نمایش اسلاید و فیلم، پرسش و پاسخ	
روز سوم	۱	صعود با پوست	۲
	۲	آموزش پیچ های شماره ۱،2،3	۲
	۳	تمرین بهمن شناسی و اجرای عملی	۱
	۴	تمرین اسکی	۲

ترتیب و توالی روز ها و آیتم ها بنا به شرایط آب و هوایی و تصمیم مدرس قابل جابجایی می باشد.
این دوره در محدوده پیست اسکی برگزار می گردد.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه‌نامهٔ برگزاری دورهٔ پیشرفته کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۳ ک –ا ۱۴۰۳

پیش‌نیاز دوره

۱. دارا بودن حداقل سنّ ۱۹ سال تمام، در روز ثبت‌نام.
۲. دارا بودن حکم کارآموزی مقدّماتی کوه نوردی با اسکی .
۳. دارا بودن حکم کارآموزی پیشرفته یخ و برف
۴. دارا بودن حکم نجات برف و بهمن شناسی

مدارکی که داوطلب، هنگام ثبت‌نام در دوره، می‌بایست به همراه داشته باشد

۱. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از حکم کارآموزی مقدّماتی کوه نوردی با اسکی که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۲. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از حکم کارآموزی مقدّماتی یخ و برف که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۳. ارائه اصل کارت ملّی؛ و یک برگ رونوشت
۴. دارا بودن بیمه ورزشی معتبر؛
۵. ارائه گواهی صحت و سلامت پزشکی (جسمی و روحی)
۶. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

وسایل مورد نیاز داوطلبین برای شرکت در دوره

ردیف	نوع	تعداد	ردیف	نوع	تعداد
۱	چوب و فیکس کوه اسکی	۱ دست	۹	بیل	۱ عدد
۲	کفش کوه اسکی	۱ جفت	۱۰	عینک اسکی	۱ عدد
۳	کرامپون چوب اسکی	۱ جفت	۱۱	پوشاک گورتکس	۱ دست
۴	باطوم	۱ جفت	۱۲	هارنس کوه نوردی	۱عدد
۵	پوست	۱ جفت	۱۳	کرامپون کفش	۱ جفت
۶	ترنسیور	۱ عدد	۱۴	کلاه کاسک	۱عدد
۷	میل سونداژ	۱عدد	۱۵	کارابین	۳عدد
۸	کلنگ کوه نوردی	۱ عدد	۱۶	تسمه	۳ عدد
۱۷	طناب	۱ حلقه	۱۸	ست امداد و بالا کشی	۱ ست کامل

وسایل انفرادی (کوله ،کیسه خواب، پوشاک مناسب و چادر و نوشت افزار و . . .) و غذای شخصی

شرایط ویژۀ برگزاری دورۀ کارآموزی پیشرفته

۱. مسیر آموزشی کارآموزی پیشرفته در مکان های امن که خطر ریزش بهمن نداشته باشند اما در محیط کوهستان قابل اجرا است و باید شامل صعود و فرود با کوله نیز باشد.

۲. ظرفیت هر دورۀ کارآموزی پیشرفته به شرح زیر است:

۵ نفر کارآموز به همراه ۱ نفر مدرس درجه دو کوهنوردی با اسکی که دوره های بازآموزی مربوطه را گذرانده باشد.

۳. طول دورۀ کارآموزی پیشرفته با احتساب زمان آزمون، ۴ روزِ ۸ ساعتی می‌باشد.

۴. این دوره می‌تواند به صورت متوالی و یا غیرپیوسته (طی دو هفته پیاپی) برگزار شود.

۵. رعایت مسائل امداد و کمک‌های اولیه و هماهنگی اداری برای برگزاری دوره‌ها الزامی است.

۶. ارائه طرح درس مصوب بر عهده نهاد و یا سازمان متولی برگزاری دوره است.

۷. تدریس طرح درس مصوب توسط مدرس الزامی است.

۸. ملاک قبولی در آزمون پایانی این دوره، کسب حداقل معدّل ۱۲ در آزمون‌های عملی و معدل ۱۴ در آزمون کتبی دروس نظری و نداشتن نمرۀ کم‌تر از ۱۰ در تمامی آزمون‌ها است.

۹. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

۱۰. رعاعیت الزامات ایمنی توسط برگزار کننده و مدرس

توجه و رعایت کامل مفاد اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی و شرایط عمومی برگزاری دوره‌های آموزشی الزامی است.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

روز شمار دورهٔ پیشرفته کوه نوردی با اسکی

روز	شرح فعالیت	زمان (ساعت)
روز اول	۱–ثبت نام و بررسی تجهیزات تمامی نفرات و معارفه اعضا و اهداف برنامه	۱
	۲– تست اولیه توانمندی صعود و فرود با اسکی و مطالب کار آموزی و مرور مطالب	۱
	۳– تمرین تکنیکهای صعود	۳
	تکنیکهای صعود با اسکی	
	حرکت صعود با پوست	
	تکنیک های ضربه با پاشنه	
	پیچ سرعتی V	
	پیچ سرعتی رو به بالا با دو حرکت	
	پیچ پلکانی در شیب تند	
	۴–کار با دستگاه ترنسیور	۱
	چگونه استفاده از دستگاه	
	بررسی امکان بروز خطا دریافتی مصدوم	
	روشهای جستجو	
	۵– فرود در برفهای پودر و خارج پیست	۱
	۶–کلاس تئوری	۲
	ابزار شناسی و تجهیزات	
	روش پیدا کردن برد مفید دستگاه ترانسیور	
	توضیحات دستگاه های آنالوگ و دیجیتال	
روز دوم	۱–صعود با کوله	۳
	عبور از مناطق پر شیب	
	حرکت در مناطق پوشیده از برف سخت و یخ زده	
	حرکت کوتاه در سرآشیبی با پوست	
	۲– ایجاد نقاط ایمن و کارگاه ها	۲ تا ۳
	کارگاه عمودی و نفر (تسمه ۶۰ سانت)	
	کارگاه کلنگ کیوی	
	کارگاه و نقاط ایمن جهت حمایت	
	روش حمایت و جمع کردن سریع	
	۳– تست آمادگی جسمانی صعود و فرود	۱ تا ۲
	صعود حدود ۶۰۰ تا ۸۰۰ متر اختلاف ارتفاع در ۱ ساعت	
	۴– چاله برفی	۱
	۵–کلاس تئوری	۱
	ساخت برانکارد	
روز سوم	صعود	۶
	نحوه برنامه ریزی یک برنامه صعود ۲ روزه	
	طراحی و انتخاب مسیر و نقشه خوانی	
	برقراری کمپ و شب مانی	
	صعود با تجهیزات کامل زمستانی حداقل ۵ ساعت	
روز چهارم	۱–تمرین کارگاه ها	۳
	مرور کارگاه های قبلی	
	توضیح و انجام کارگاه بالاکشی زایلوره	
	۲–هم طنابی	۱ تا ۳
	۳–فرود در برفهای خارج از پیست با کوله و تجهیزات کامل	۳
	۴– امتحان کتبی	۱

موارد و تست های مورد ارزیابی نفرات در دوره پیشرفته

بررسی های اولیه ورودی :

۱. بررسی ضمنی و یادآوری موارد مهم کارآموزی

۲. بررسی توانمندی صعود نفرات : جهت صعود با کوله در مناطق کوهستانی

۳. بررسی توانمندی فرود با اسکی در برف های خارج پیست

آمادگی جسمانی فرود با کوله و داشتن تکنیک لازم در حد حفظ ایمنی در هنگام فرود در برف های خارج پیست

موارد مهم در ارزیابی نفرات و نمره پایان دوره :

۱. توانایی حرکت و صعود با تجهیزات با ریتم یکنواخت و داشتن آمادگی جسمانی لازم صعود یک روزه

۲. توانایی انجام تکنیک های پیچ ها در صعود و ضربه پاشنه

۳. توانایی و مهارت استفاده از دستگاه ترنسیور و جستجو

۴. توانایی و تکنیک اسکی فرود در برف های خارج از پیست با کوله پشتی

۵. یادگیری و اجرای کارگاه ها و نقاط ایمن بدون خطا و سرعت لازم

امتحان کتبی

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه نامه برگزاری آزمون ورودی مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۴ ک – ا ۱۴۰۳

دوره‌های پیش نیاز شرکت در آزمون ورودی مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

۱. کارآموزی کوهپیمایی؛
۲. کارآموزی مقدماتی برف؛
۳. کارآموزی پیشرفته برف؛
۴. کارآموزی کوهنوردی با اسکی؛
۵. کارآموزی پیشرفته کوهنوردی با اسکی؛
۶. کارگاه آموزشی مبانی جستجو در کوهستان؛
۷. کارگاه آموزشی بهمن شناسی و نجات در برف؛
۸. کارگاه آموزشی نقشه‌خوانی و کار با قطب‌نما؛
۹. کارگاه آموزشی GPS؛
۱۰. کارگاه آموزشی حفظ محیط کوهستان؛
۱۱. کارگاه آموزشی پزشکی کوهستان؛
۱۲. کارگاه آموزشی هواشناسی کوهستان؛

شرایط شرکت کنندگان در آزمون ورودی مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

۱. پیش نیازها و شرایط عمومی لازم برای شرکت در آزمون های ورودی، در " شیوه نامه برگزاری آزمون های ورودی" در فصل سوم این شیوه نامه آورده شده است بعلاوه گذشت ۲ سال از زمان اخذ حکم کارآموزی این رشته نیز الزامی است.
۲. منابع آزمون تئوری ورودی مربیگری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی عبارتند از: آخرین نسخه طرح درس‌های کارآموزی مقدماتی و کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی.
تبصره ۱: این طرح درس‌ها در قسمت کتابخانه سایت فدراسیون بارگذاری شده اند.
۳. موارد آزمون عملی ورودی مربیگری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی عبارتند از: انتخاب مسیر و تحلیل آن، آمادگی جسمانی، صعود در مسیر با شیب و سختی متوسط، فرود در مسیر با شیب و سختی متوسط، کار با ترنسیور، انجام تست پروفیل برف و اجرای انواع کارگاه کوهنوردی با اسکی و بالاکشی.
۴. مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در این آزمون، در قسمت "مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در هر دوره یا آزمون" از بخش "کلیات برگزاری دوره های آموزشی" در فصل اول این شیوه نامه، آورده شده است.
۵. اطلاعات بیشتر در مورد شرایط کلی برگزاری دوره ها (آزمون ها) از قبیل زمان برگزاری دوره ها، شرایط محل برگزاری دوره ها و شرایط و لوازم مورد نیاز دوره، در فصل اول همین شیوه نامه و طبق بخشنامه های مربوطه ارائه خواهد شد.

لوازم مورد نیاز برای شرکت در آزمون ورودی مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

لوازم مورد نیاز برای شرکت در این دوره، همان لوازم مورد نیاز برای شرکت در دوره‌های پیشرفته کوهنوردی با اسکی هستند که لیست آنها در شیوه نامه های مربوطه، در همین فصل آورده شده است.

تبصره ۱: سایر لوازم در صورت لزوم، از طریق بخشنامه‌های مربوطه و از طریق سایت فدراسیون به اطلاع شرکت‌کنندگان خواهد رسید.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه نامه برگزاری دوره مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۵ ک –۱ ۱۴۰۳

هدف از برگزاری این دوره، تربیت مربیان کارآمد در حوزه کوهنوردی با اسکی است. آن دسته از علاقه‌مندانی که با موفّقیت دورهٔ کارآموزی پیشرفته را پشت سر گذاشته‌اند و مایل به آموزش مهارت‌های کوه نوردی با اسکی به دیگران هستند، می‌توانند با حضور در دوره‌های تربیت مربّی، به فراگیری چگونگی آموزش این رشته به دیگران بپردازند. واجدین شرایط پس از شرکت در آزمون ورودی مربیگری درجهٔ ۳ کوهنوردی با اسکی و کسب امتیاز لازم می توانند در دوره مربیگری شرکت کنند. قبول شدگان در این دوره مفتخر به دریافت حکم مربیگری درجهٔ ۳ کوهنوردی با اسکی می‌شوند. این افراد پس از کسب شرایط لازم در دوره بازآموزی مربوطه، مجوز تدریس در کلاس‌های کارآموزی کوهنوردی با اسکی را به دست می‌آورند.

شرایط مورد نیاز برای برگزاری دوره مربیگری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی

۱. پیش نیازها و شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره های مربیگری و مدرسی، در "آیین‌نامه برگزاری دوره های مربیگری" در فصل سوم این شیوه نامه آورده شده است.

۱–۱. گذشت ۲ سال تمام از تاریخ اخذ حکم کارآموزی پیشرفته.

۲. در دوره مربیگری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی ظرفیت هر کلاس در این دوره حداقل۶ نفر و حداکثر ظرفیت دوره ۱۰ نفر با یک مدرس درجه ۲ است.

۳. این دوره با حضور یک مدرّس درجه دو برگزار می‌شود؛

۴. مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در این دوره، در قسمت "مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در هر دوره یا آزمون" از بخش "کلیات برگزاری دوره های آموزشی" در فصل اول این شیوه نامه، آورده شده است.

۵. مدت دوره مربیگری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی با احتساب زمان آزمون‌های تئوری و عملی دوره، ۵ روز است.

۶. این دوره به صورت پیوسته و اردویی برگزار می‌گردد و حداقل یک شب از این دوره باید در محیط کوهستان باشد.

۷. زمان و مکان برگزاری این دوره توسط کمیته کوهنوردی با اسکی فدراسیون کوه نوردی و صعود های ورزشی تعیین می‌شود.

۸. اطلاعات بیشتر در مورد شرایط کلی برگزاری دوره ها از قبیل زمان برگزاری دوره ها، شرایط محل برگزاری دوره ها و شرایط لوازم مورد نیاز دوره، در بخش "کلیات برگزاری دوره های دوره های آموزشی" از فصل اول همین شیوه نامه آورده شده است.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

لوازم فنی مورد نیاز داوطلب در دوره مربیگری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

لوازم مورد نیاز برای شرکت در این دوره، همان لوازم مورد نیاز برای شرکت در دوره‌های پیشرفته کوهنوردی با اسکی هستند که لیست آنها در شیوه نامه های مربوطه، در همین فصل آورده شده است.

تبصره ۱: سایر لوازم در صورت لزوم، از طریق بخشنامه‌های مربوطه و از طریق سایت فدراسیون به اطلاع شرکت‌کنندگان خواهد رسید.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

سرفصل های دوره مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

ردیف	مطالب
1	صعود با اختلاف ارتفاع ۵۰۰ متر
2	روش ترک زدن
3	تحلیل مسیر
4	فرود رفتن با پوست و عبور از یک مسیر ۳۰ متری و شیب ۲۵ درجه
5	اسکی کردن صحیح بر روی کریدور با عرض ۱۰ متر در برف سفت و یخ و شیب ۲۵ الی ۴۵ درجه
6	اسکی کردن بر روی پودر در کریدور به عرض ۲۰ متر در شیب ۳۰ الی ۴۵ درجه
7	زدن انواع کارگاه‌ها با تشخیص مدرس
8	فرود با طناب با اسکی در شیب ۵۰ درجه
9	توضیح یا تست انواع روش های بالا کشی به تشخیص مدرس
10	کار با دستگاه زنده یاب، زماندبندی، نحوه میل سنداژ، ، کندن و بیرون آوردن مصدوم
11	آزمون کتبی از مباحث طرح درس کارآموزی و پیشرفته

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

روز شمار برگزاری دوره مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

روز		شرح فعالیت	زمان (ساعت)
روز اول	۱	ثبت نام و چک لوازم و مرور مطالب و معارفه بررسی بیمه ورزشی، گواهی صحت از پزشک	۱
	۲	صعود با اسکی با حداقل اختلاف ارتفاع ۵۰۰ متر در انواع شیب و تست آمادگی نفرات	۳
	۳	اسکی در برف های مختلف و تست آمادگی نفرات	۱
	۴	آموزش نحوه انتخاب محل مناسب جهت دوره کارآموزی	۱
	۵	آموزش نحوه آموزش مباحث عملی در دوره کارآموزی	۱
	۶	کلاس تئوری نحوه بیان و انتقال مطالب فنی به کارآموزان توسط مربیان بصورت تعاملی	
روز دوم	۱	ابزار شناسی	۱
	۲	نحوه بستن و باز نمودن پوست در شرایط مختلف (آب و هوا، شیب، موقت، دائم و ...)	۲
	۳	آموزش نحوه گام برداری و حفظ تعادل روی اسکی در صعود	۲
	۴	آموزش نحوه آموزش پیچ های دوره کار آموزی	۱
	۵	کلاس تئوری نحوه بیان مطالب مربوط به تجهیزات توسط مربیان به صورت تعاملینلل	
روز سوم	۱	کلیات اجرای یک برنامه یک روزه	۲
	۲	بررسی و تحلیل مسیر	۲
	۳	صعود با اسکی و بررسی نقاط ایمن و بهمنی	۱
	۴	کلاس تئوری نحوه بیان مطالب به بهمن و شناخت برف توسط مربیان بصورت تعاملی	
روز چهارم	۱	نحوه آموزش روش های تست پروفیل برف و لایه های برف	۲
	۲	نحوه آموزش روش های جستجو، زدن میل سونداژ، کندن برف، کمک های اولیه فرد مصدوم	۲
	۳	آموزش کامل کار با انواع ترنسیور (DVA)	۲
	۴	بهمن شناسی و انواع بهمن	۱
	۵	کلاس تئوری جمع بتدی مطالب دوره	
روز پنجم	۱	آزمون عملی (توسط حداقل ۳ مدرس درجه دو)	۳
	۲	آزمون تئوری	۱

ترتیب و توالی روز ها و آیتم ها بنا به شرایط آب و هوایی و تصمیم مدرس قابل جابجایی می باشد.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

پیش‌نیاز دوره

۱. دارا بودن حداقل سنّ ۲۲ سال تمام، در روز ثبت‌نام.
۲. دارا بودن مدرک تحصیلی حداقل دیپلم.
۳. مشخّص بودن وضعیت نظام وظیفه در روز ثبت‌نام برای داوطلبان مرد.
۴. دارا بودن حکم کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی و گذشتن حداقل دو سال از تاریخ اخذ آن و دارا بودن تمامی ۱۲ مورد پیش نیاز ذکر شده در بند آیین نامه شرکت در مربیگری درجه ۳.
۵. شرکت و قبولی در آزمون ورودی دوره مربیگری.
۶. تمامی قبول شدگان ملزم به گذراندن دو دوره کارورزی با هماهنگی کمیته کوهنوردی با اسکی هستند.

مدارکی که داوطلب، هنگام ثبت‌نام در دوره، می‌بایست به همراه داشته باشد:

۱. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از آخرین مدرک تحصیلی که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۲. یک برگ رونو شت (فتوکپی) از حکم کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی و حکم کارآموزی پیشرفته یخ و برف که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۳. نتایج تأئیدشدهٔ دورهٔ تئوری وزارت ورزش و جوانان ؛
۴. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از صفحهٔ اوّل شناسنامه که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۵. اصل کارت ملّی؛
۶. دارا بودن بیمه ورزشی معتبر؛
۷. ۲ قطعه عکس تمام‌رخ جدید، در قطعِ ۳x۴؛
۸. ارائه گواهی صحت و سلامت پزشکی (جسمی و روحی)
۹. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

وسایل مورد نیاز داوطلب جهت شرکت در دوره

ردیف	نوع	تعداد	ردیف	نوع	تعداد
۱	چوب و فیکس کوه اسکی	۱ دست	۹	بیل	۱ عدد
۲	کفش کوه اسکی	۱ جفت	۱۰	عینک اسکی	۱ عدد
۳	کرامپون چوب اسکی	۱ جفت	۱۱	پوشاک گورتکس	۱ دست
۴	باطوم	۱ جفت	۱۲	هارنس کوه نوردی	۱عدد
۵	پوست	۱ جفت	۱۳	کرامپون کفش	۱ جفت
۶	ترنسیور	۱ عدد	۱۴	کلاه کاسک	۱عدد
۷	میل سونداژ	۱عدد	۱۵	کارابین	۳عدد
۸	کلنگ کوه نوردی	۱ عدد	۱۶	تسمه	۳ عدد
۱۷	طناب	۱ حلقه	۱۸۹	ست امداد و بالا کشی	۱ ست کامل

وسایل انفرادی (کوله ،کیسه خواب، کلاه و پوشاک مناسب و چادر و نوشت افزار و . . .) و غذای شخصی

وسایل، امکانات و تجهیزات عمومی مورد نیاز برای برگزاری دوره

۱. رایانه، لوازم کمک آموزشی، وایت‌برد (تخته‌سفید) و چند عدد ماژیک مخصوص آن در رنگ‌های مختلف.
۲. محیط مناسب جهت برگزاری دروس تئوری دوره.

نحوه برگزاری آزمون ورودی دوره مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی

- آزمون کتبی
- آزمون عملی: مراجعه شود به سر فصل های آزمون ورودی مربیگری درجه ۳

شرایط ویژهٔ برگزاری دوره

۱. دوره آموزشی در محیط کوهستان که امکان مواجهه با شرایط دشوار نیز در آن وجود داشته باشد و شامل صعود و فرود با کوله و با رعایت نکات ایمنی برگزار می شود.
۲. مسیر آموزشی کارآموزی پیشرفته در مکان های امن که خطر ریزش بهمن نداشته باشند اما در محیط کوهستان، قابل اجرا است و باید شامل صعود و فرود با کوله نیز باشد.
۳. ظرفیت آموزشی هر دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ ۳ کوهنوردی با اسکی، به ازای هر ۵ نفر که با حضور ۱ مدرّس درجه ۲ برگزار می‌شود.
۴. طول دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ ۳ کوه نوردی با اسکی با احتساب زمان آزمون ، ۵ روزِ ۸ ساعتی می‌باشد که باید شامل حداقل یک شب ماندن در محیط کوهستان باشد.
۵. این دوره به صورت متوالی برگزار می‌گردد.
۶. قبول‌شدگان در آزمون پایانی دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ ۳ موظّف‌اند نمرات دروس تئوری مربّی‌گری درجه ۳ تربیت بدنی خود را جهت تکمیل مدارک به کمیته کوه نوردی با اسکی فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی ارائه نمایند. این مهلت تنها با نظر رئیس کمیته کوه نوردی با اسکی و فقط درصورت وجود دلایل موجّه قابل تمدید بوده و درغیر این صورت و عدم ارائهٔ به‌موقع موارد مذکور در مهلت مقرّر، کلّ دورهٔ ایشان **«باطل»** است.

سرفصل های برگزاری دوره

شامل کلیه مواردی است که در دوره های کارآموزی مقدماتی و پیشرفته آموزش داده می شوند.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه نامه برگزاری آزمون ورودی مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۶ ک – ا ۱۴۰۳

پیش‌نیازهای شرکت در آزمون ورودی مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

۱. دارا بودن مدرک مربی گری درجهٔ ۳ کوه نوردی با اسکی که از تاریخ صدور حکم آن حداقل ۳ سال گذشته باشد؛
۲. آشنایی با زبان انگلیسی؛
۳. آشنایی با رایانه؛
۴. سایر پیش نیازها و شرایط لازم برای شرکت در آزمون های ورودی، در "شیوه نامه برگزاری آزمون های ورودی" در فصل سوم این آیین‌نامه آورده شده است.
۵. دارای حسن شهرت اخلاقی و فنی

شرایط ویژه برگزاری آزمون ورودی مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

۱. منابع آزمون تئوری ورودی مربی گری درجه ۲ کوهنوردی با اسکی عبارتند از: آخرین نسخه طرح درس‌های کارآموزی مقدماتی ، کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی و مربی گری درجه ۳ کوه نوردی با اسکی.
تبصره ۲: این طرح درس‌ها در قسمت کتابخانه سایت فدراسیون بارگذاری شده اند.
۲. مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در این آزمون، در قسمت "مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در هر دوره یا آزمون" از بخش "کلیات برگزاری دوره های آموزشی" در فصل اول این شیوه نامه، آورده شده است.
۳. اطلاعات بیشتر در مورد شرایط کلی برگزاری دوره (آزمون) ها از قبیل زمان برگزاری دوره ها، شرایط محل برگزاری دوره ها و شرایط لوازم مورد نیاز دوره، در بخش "کلیات برگزاری دوره های دوره های آموزشی" از فصل اول همین شیوه نامه و بخش نامه های فدراسیون اعلام خواهد شد .

لوازم مورد نیاز برای شرکت در آزمون ورودی مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

لوازم مورد نیاز برای شرکت در این دوره، همان لوازم مورد نیاز برای شرکت در دوره های پیشرفته کوه نوردی با اسکی هستند که لیست آنها در بخش مربوطه در همین فصل آورده شده است.
تبصره ۱: سایر لوازم در صورت لزوم، از طریق بخشنامه‌های مربوطه و از طریق سایت فدراسیون به اطلاع شرکت‌کنندگان خواهد رسید.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه نامه برگزاری دوره مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۷ ک – ۱۴۰۳۱

مقدمه

واجدین شرایط پس از شرکت در آزمون ورودی مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی و کسب امتیاز لازم می توانند در دوره مربی گری شرکت کنند. قبول شدگان در این دوره مفتخر به دریافت حکم مربیگری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی می‌شوند. این افراد پس از کسب شرایط لازم در دوره بازآموزی مربوطه و دو جلسه کارورزی، مجوز تدریس در کلاس‌های مقدماتی و پیشرفته کوه نوردی با اسکی و در صورت کسب تجربه لازم، مجوز اخذ آزمون در آزمون‌های ورودی درجه ۳ و مجوز تدریس در دوره های مربی گری و بازآموزی درجه ۳ رشته کوه نوردی با اسکی را به دست می‌آورند.

شرایط مورد نیاز برای برگزاری دوره مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

۱. پیش نیازها و شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره های مربی گری، در "آیین‌نامه برگزاری دوره های مربی گری" در فصل سوم این شیوه نامه آورده شده است.
۲. مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در این دوره، در قسمت "مدارک مورد نیاز در زمان شرکت در هر دوره یا آزمون" از بخش "کلیات برگزاری دوره های آموزشی" در فصل اول این آیین‌نامه، آورده شده است.
۳. این دوره آموزشی در محیطی با امکان تجربه شرایط دشوار (با رعایت نکات ایمنی) برگزار می شود.
۴. ظرفیت هر دورهٔ مربیگری درجهٔ ۲ کوه نوردی با اسکی، حداکثر ۸ نفر است و با حضور ۲ مدرّس برگزار می‌شود.
۵. مدت دوره مربیگری درجه ۲ کوهنوردی با اسکی با احتساب زمان آزمون‌های تئوری و عملی دوره، ۵ روز است.
۶. این دوره به صورت پیوسته و اردویی برگزار می‌گردد و حداقل یک شب از آن باید در محیط کوهستان باشد.
۷. اطلاعات بیشتر در مورد شرایط کلی برگزاری دوره ها از قبیل زمان برگزاری دوره ها، شرایط محل برگزاری دوره ها و شرایط لوازم مورد نیاز دوره، در بخش "کلیات برگزاری دوره های دوره های آموزشی" از فصل اول همین شیوه نامه آورده شده است.

لوازم مورد نیاز داوطلب در دوره مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

لوازم مورد نیاز برای شرکت در مرحله آموزش برف این دوره، همان لوازم مورد نیاز برای شرکت در دوره های پیشرفته کوه نوردی با اسکی و لوازم مورد نیاز برای شرکت در مرحله آموزش یخ این دوره، لوازم مورد نیاز برای شرکت در دوره های پیشرفته کوه نوردی با اسکی هستند که لیست آنها در بخش مربوطه در همین فصل آورده شده است.

تبصره ۱: سایر لوازم در صورت لزوم، از طریق بخشنامه‌های مربوطه و از طریق سایت فدراسیون به اطلاع شرکت‌کنندگان خواهد رسید.

شرایط عمومی برگزاری و شرکت در دوره‌های تربیت مربّی

۱. هدف این دوره‌ها تربیت مدرّ سان کارآمد دوره‌های مختلف آموز شی ا ست. آن د سته از علاقه‌مندانی که با موفّقیت دورهٔ کارآموزی پیشرفته را پشت سر گذاشته‌اند و مایل به آموزش مهارت‌های کوه نوردی با اسکی به دیگران هستند، می‌توانند با حضور در دوره‌های تربیت مربّی، به فراگیری چگونگی آموزش و تحلیل راه‌کارها و شگردها بپردازند.

۲. مطابق قوانین جاری ورز شی ک شور، اعتبار آموز شی مدارک مربّی‌گری، سه سال تعیین شده ا ست و برای تمدید مجوّز آموزش، مربّیان محترم موظّف به شـرکت در دوره‌های بازآموزی و دو دوره کارورزی و کسـب امتیاز قبولی از این دوره‌ها می‌باشند.

۳. کلّیهٔ دوره‌های مربّی‌گری به صورت اردویی و پیوسته برگزار می‌شود.

۴. در صـورتی که مدرس سـطح بالاتر برای برگزاری دوره وجود داشـته باشـد برای برگزاری هر سـطح از دوره‌های تربیت مربّی، می‌بایست از مدرّسانی با مدارک مربّی‌گری سطوح بالاتر به عنوان کادر آموزشی، سود جست.

۵. ملاک قبولی در آزمون پایانی تمامی دوره‌های تربیت مربّی صعودهای ورزشی، داشتن حداقل معدّل آزمون‌های عملی ۱۴ و حداقل معدّل آزمون کتبی ۱۲ و نداشـــتن نمرهٔ کم‌تر از ۱۰ در تمامی آزمون‌ها و اخذ نمره قبولی در دوره‌های تئوری سازمان می‌باشد.

۶. شرکت در آزمون ورودی و اخذ شرایط قبولی برای حضور در دوره الزامی است.

۷. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

پیش‌نیاز دوره مربی گری درجه ۲ کوه نوردی با اسکی

۱. دارا بودن حداقل سنّ ۲۵ سال تمام، در روز ثبت‌نام.
۲. مشخّص بودن وضعیت نظام وظیفه در روز ثبت‌نام برای داوطلبان مرد.
۳. دارا بودن مدرک مربّی‌گری درجهٔ ۳ کوه نوردی با اسکی.
۴. دارا بودن کارت بازآموزی با درجهٔ مدرّسی کوه نوردی با اسکی.
۵. گذشتن حداقل ۳ سال از زمان تاریخ حکم مربیگری درجه سه.
۶. ارائهٔ مدارک لازم مبنی بر حضور آموزشی در حداقل ۳ دورهٔ کارآموزی مقدّماتی به عنوان مدرس و مربی.
۷. آشنایی با زبان انگلیسی.
۸. آشنایی با رایانه.
۹. شرکت و قبولی در آزمون ورودی تربیت مربّی درجهٔ ۲ کوه نوردی با اسکی.
۱۰. تمامی قبو ل شدگان ملزم به گذراندن دو دوره کارورزی با هماهنگی کمیته کوه نوردی با اسکی می‌باشند.

مدارکی که داوطلب، هنگام ثبت‌نام در دوره، می‌بایست به همراه داشته باشد

۱. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از مدرک مربّی‌گری درجهٔ ۳ کوه نوردی با اسکی که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۲. نتایج تأئیدشدهٔ رسمی دورهٔ تئوری وزارت ورزش و جوانان.
۳. یک برگ رونوشت (فتوکپی) از صفحهٔ اوّل شناسنامه که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۴. اصل کارت ملّی.
۵. دارا بودن بیمه ورزشی معتبر.
۶. اصل کارت بازآموزی.
۷. ۲ قطعه عکس تمام‌رخ جدید، در قطعِ ۳x۴.
۸. ارائه گواهی صحت و سلامت پزشکی (جسمی و روحی)
۹. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) .

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

دوره‌های مربیگری درجه (۲) کوهنوردی با اسکی:

قبول‌شدگان این دوره مفتخر به دریافت حکم مربیگری درجه (۲) میشوند و همچنین با داشتن بازآموزی معتبر اجازه برگزاری کارآموزی مقدماتی و پیشرفته و تدریس مربیگری درجه ۳و مربیگری تیم ها و ورز شکاران مسابقه دهنده کوهنوردی با اسکی را تو سط با شگاه های کوهنوردی دارند .

ـ ملاک قبولی در آزمون این دوره معدل عملی بالای ۱۴ تئوری بالای ۱۲ و نداشتن نمره زیر ۱۰ می‌باشد.

الف: اهدف دوره:

۱- آموزش نیروی متخصص جهت آموزش دوره های پیشرفته کوه نوردی با اسکی

۲- توانایی ایجاد علاقه در افراد مستعد به‌منظور جذب در رشته کوه نوردی با اسکی.

۳- توانایی ایجاد و رعایت ایمنی در محدودهٔ عملیاتی.

۴- توانایی آموزش تکنیک‌های پایه و مهارت‌های مقدماتی مورد نیاز در ورزش هدف.

۵- توانایی کار ورزشکاران و مسابقه دهندگان رشته کوه نوردی با اسکی.

۶- توانایی اخذ آزمون‌های مصوب.

ب) کلیات:

تمامی لوازم فنی مورد استفاده در کلاس اعم از عمومی و انفرادی باید دارای استاندارد UIAA و نشان CE باشند.

تأمین محل استقرار، تغذیه، حق‌الزحمه و ترابری، کادر اجرایی، امکانات فنی، عملی و تئوری برعهده برگزارکننده است.

لوازم فنی عمومی مورد نیاز دوره این لوازم توسط برگزارکننده تأمین می‌شود.

لوازم مورد نیاز شخصی

لپ تاپ	پوشاک مناسب
کفش ،چوب ،فیکس و پوست کوه نوردی با اسکی	دوربین فیلمبرداری ، جی پی اس
میل سونداژ ،بیل برف ، ترنسیور	البسه مناسب جهت تست آمادگی جسمانی
کرامپون کفش،کرامپون کوهنوردی با اسکی	نوشت افزار
تجهیزات بالاکشی	هلمت ، کلنگ
اتو و واکس چوب اسکی	قطب نما

جزوات مخصوص شاگردان باید توسط برگزارکننده تکثیر و در هنگام ثبت‌نام در اختیار آنان قرار گیرد.

مدرسین دوره می‌بایست دروس را مطابق طرح‌درس ارائه شده از طرف فدراسیون تدریس نمایند.

فراهم نمودن تسهیلات امداد و پزشکی و هماهنگی‌های اداری لازم برعهده برگزارکننده می‌باشد.

هماهنگی و برگزاری دورهٔ تئوری سازمان و ارائه نمرات مربوطه قبل از تقاضای دوره بر عهده نهاد متقاضی است. این دوره صرفاً توسط فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی کشور برگزار می‌گردد

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

سرفصل آموزشی (رئوس مطالب و محتوای آموزشی) مربیگری درجه ۲ کوهنوردی با اسکی			زمان آموزش (ساعت)	
ردیف	رئوس مطالب	ریز محتوا	نظری	عملی
_	_	**دروس تئوری**		
۱	علم تمرین و تغذیه	فیزیولوژی کوه نوردی با اسکی علم تمرین کوه نوردی با اسکی طراحی تمرین و برنامه نویسی ورزشکاران کوهنوردی با اسکی تغذیه ورزشی (مکمل ها – دوپینگ)	۸	
۲	تحلیل حرکتی	بیومکانیک کوه نوردی با اسکی آموزش و رفتار و حرکت مدیریت دوره ها و مسابقات و اردوهای کوه نوردی با اسکی اصول مربیگری	۸	
۳	کوچینگ و تربیت ورزشکار	آشنایی با مسابقات و قوانین مسابقات کوه نوردی با اسکی داوری مسابقات کوهنوردی با اسکی باید ها و نباید های پرورش ورزشکار استعدادیابی سنجش	۵	۲
_	_	دروس عملی		
۳	تعمیر و نگهداری تجهیزات اسکی	واکس اسکی تعمیر کف اسکی تیز کردن آرم تعویض چسب پوست کوه نوردی با اسکی	۱,۵	۲
۴	مرور دوره پیشرفته و مربیگری درجه ۳		۲	
۵	ناوبری	طراحی مسیر بر روی نرم افزار های ناوبری و نقشه تعیین لوکیشین بر روی نقشه و دستگاه جی پی اس		۴
۶	بهمن شناسی	بهمن شناسی تست پروفیل کار با تجهیزات آنالیز برف بررسی خطاهای ترنسیور سناریو جست و جو و نجات مصدوم		۸
۷	مباحث عملی			۸
۸	تجهیزات نوین و فناوری		۲	
۹	آزمون	تئوری و عملی	۲	

دوره‌های بازآموزی مربیان

دوره‌های بازآموزی و هماهنگی :

با توجه به آیین‌نامه‌های وزارت ورزش و جوانان، اعتبار احکام مربیگری سه سال تعیین گردیده و برای تمدید آن، دارنده مدرک ملزم به شرکت در دوره‌های بازآموزی است.

مربیان با شرکت در این دوره‌ها ضمن به ا شتراک گذا شتن تجربیات خود در طی روند آموز شی با نظرات و دیدگاه‌های سایر مربیان کشور آشنا شده، و همچنین دستاوردهای جدید علمی و عملی در این دوره‌ها مورد بحث و تبادل نظر قرار می‌گیرد.

هدف ۱) هماهنگی مربیان در زمینه تدریس یکسان دروس عملی و تئوری در قالب طرح درس‌های ارائه شده توسط فدراسیون.

هدف ۲) حفظ آمادگی جسمانی و علمی مربیان برای حضور موفق درکلاس‌های آموزشی.

هدف ۳) مرور مطالب آموزشی، ارائه دستاوردهای نوین و انتقال مفاهیم نیز مورد توجه خواهدبود.

نکته: در پایان دوره‌های بازآموزی شرکت‌کنندگان با توجه به توانمندی‌های ارائه شده مفتخر به دریافت مجوز فعالیّت مربیگری به مدت سه سال می‌شوند.

وسایل، امکانات و تجهیزات عمومی مورد نیاز برای برگزاری دوره شرایط برگزاری دوره

۱. این دوره آموزشی در محیطی با امکان تجربه شرایط دشوار و با رعایت نکات ایمنی برگزار می شود.
۲. ظرفیت هر دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ ۲ کوهنوردی با اسکی، حداکثر ۸ نفر است که با حضور ۲ مدرّس برگزار می‌شود.
۳. طول دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ ۲ کوه نوردی با اســکی با احتســاب زمان آزمون ، ۵ روزِ با حداقل یک شــب مانی در کوهستان برگزار می شود.
۴. این دوره به صورت اردویی متوالی برگزار می شود.
۵. قبول شدگان در آزمون پایانی دورهٔ تربیت مربّی درجهٔ 2 موظّف‌اند تا حداکثر ظرف مدّت ۵ ماه نمرات دروس تئوری مربّی‌گری درجه 2 تربیت بدنی خود را جهت تکمیل مدارک به کارگروه کوه نوردی با ا سکی فدرا سیون کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی ارائه نمایند. این مهلت تنها با نظر رئیس کارگروه کوه نوردی با اسکی و فقط درصورت وجود

دلایل موجّه قابل تمدید بوده و درغیر این صورت و عدم ارائهٔ به‌موقع موارد مذکور در مهلت مقرّر، کلّ دورهٔ اِ شان **«باطل»** است.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

دوره‌های هماهنگی و بازآموزی مربیان کوه نوردی با اسکی

پیش‌گفتار

با توجّه به شیوه نامه های ورزشی جاری کشور، اعتبار آموزشی مدارک مربّی‌گری، طراحی و داوری سه سال تعیین شـده اسـت. بدین سـبب برای این‌که فرد بتواند در دوره‌های متمادی به آموزش بپردازد، وی ملزم به شـرکت در دوره‌های بازآموزی اسـت. در دوره‌های بازآموزی به به‌روزرسـانی اطّلاعات تخصـّصـی در رشـتهٔ مورد نظر پرداخته می‌شود.

فدرا سیون کوه‌نوردی و صعودهای ورز شی جمهوری ا سلامی ایران، با توجّه به این مو ضوع، نه‌تنها مربّیان، بلکه طرّاحان مسیر و داوران مسیر خود را نیز ملزم به حضور در دوره‌های بازآموزی رشتهٔ متبوع خود نموده است.

مربّیان، طرّاحان م سیر و داوران با شرکت در این دوره‌ها، ضمن به ا شتراک گذا شتن تجربیات خود، در طی روند بازآموزی با نظرات و دیدگاه‌های سایر هم‌کاران خود در ک شور آ شنا شده و هم‌چنین به بحث و تبادل نظر دربارهٔ دست‌آوردهای جدید آموزشی و عملی رشتهٔ‌خود می‌پردازند.

بدیهی است که یکی از ثمرات این دوره‌های هم‌آهنگی مربّیان، طرّاحان و داوران در زمینه‌های کاری است. چرا که در این دوره‌ها با حضور در کنار یک‌دیگر و کسب دانش روز از یک مجرای واحد، یک‌سان‌سازی نظرات و تجربیات و هم‌آهنگی در باورهای مختلف صورت می‌پذیرد.

تمامی دوره‌های بازآموزی در هر سـطحی را تنها کمیته کوه نوردی با اسـکی فدراسـیون کوه‌نوردی و صـعودهای ورز شی اعلام و برگزار می‌نماید. امّا ا ستان‌های ک شور می‌توانند با اعلام آمادگی، میزبانی دوره‌ها را برعهده بگیرند، بدیهی است که دراین صورت از امتیازات میزبانی برخوردار خواهند بود.

شرایط و جزئیات در زمان مقتضی در بخشنامه‌های منظوم اعلام می‌گردد.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه‌نامه برگزاری دوره‌های هماهنگی و بازآموزی مربیان کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۸ ک – ۱۴۰۳۱

مقدّمه

مربّیان با شـرکت در این دوره‌ها، ضـمن به اشـتراک گذاشـتن تجربیات خود در طی روند آموزش با نظرات و دیدگاه‌های سـایر مربّیان کشور آشنا شده و همچنین دست‌آوردهای جدید آموزشی و عملی در این دوره‌ها مورد بحث و تبادل نظر قرار می‌گیرد.

یکی از بزرگترین اهداف برگزاری این دوره‌ها هم‌آهنگی و بارآموزی مربّیان در زمینه تدریس یک‌سـان دروس عملی و نظری در قالب طرح درس‌هایی است که فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی ارائه نموده است. هم‌چنین حفظ آمادگی جسمانی و علمی مربّیان برای حضور موفّق در دوره‌های آموزشی، از دیگر اهداف این دوره است. در پایان دوره و با توجّه به توان‌مندی‌های شرکت‌کنندگان و بر مبنای نمرهٔ دریافتی ایشـان در آزمون‌های پایان دورهٔ بازآموزی، ایشـان موفق به دریافت کارت آموزشـی به‌عنوان مدرّس و یا مربّی می شوند. مدرّس شخصی است که مسئولیت فنّی و تدریس در دوره را مستقیماً برعهده دارد و مربّی فردی است که زیر نظر مدرّس در دوره به تدریس می‌پردازد.کسـانی که بین دو دورهٔ بازآموزی سـراسـری موفق به دریافت حکم مدرک مربّی‌گری می‌شـوند، تا برگزاری اوّلین دورهٔ بازآموزی فقط می‌توانند به عنوان مربّی در دوره حضور یابند و برای اخذ مجوّز آموزش مستقل خود می‌بایست در اوّلین دورهٔ بازآموزی شرکت نمایند.

پیش‌نیاز دوره

۱. دارا بودن مدرک مربّی‌گری کوه نوردی با اسکی منطبق با سطح دورهٔ بازآموزی در حال برگزاری؛
۲. دارا بودن تمامی پیش نیاز های رشته کوهنوردی با اسکی ذکر شده در کمیته آموزش

مدارکی که داوطلب، هنگام ثبت‌نام در دوره، می‌بایست به همراه داشته باشد

۱. یک برگ رونوشت از مدرک مربیگری کوه نوردی با اسکی ، منطبق با سطح دورهٔ بازآموزی در حال برگزاری، که مرجعی ذی‌صلاح آن را برابر اصل نموده باشد.
۲. معرّفی‌نامه از هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان؛
۳. اصل کارت ملّی؛
۴. دارا بودن بیمه ورزشی معتبر؛
۵. ۲ قطعه عکس تمام‌رخ جدید، در قطعِ ۴×۳؛
۶. ارائه گواهی مستند مبنی بر فعالیت مفید در امر آموزش
۷. ارائه گواهی صحت و سلامت پزشکی (جسمی و روحی)
۸. ثبت نام از طریق پرتال فدراسیون در هر مقطع (کادر آموزشی ، فنی وکارآموزان) ؛

وسایل انفرادی مورد نیاز داوطلب در دوره‌ها

شـرکت‌کنندگان موظّف‌اند تا وسـایل انفرادی مورد نیاز در آخرین دورهٔ آموزشـی تربیت مربّی که در آن شـرکت نموده‌اند را به همراه بیاورند. بدیهی است که تغییرات لازم به صورت بخش‌نامه‌های رسمی ازطریق فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی اعلام خواهد شد.

وسایل، امکانات و تجهیزات عمومی مورد نیاز برای برگزاری دوره

۱. محیط مناسب در طبیعت
۲. رایانه، لوازم کمک آموزشی؛ وایت‌برد (تخته‌سفید)، ویدئو پروژکتور، پرینتر و چند عدد ماژیک مخصوص آن در رنگهای مختلف؛
۳. محیط مناسب جهت برگزاری دروس تئوری

شرایط ویژهٔ برگزاری دوره‌ها

۱. در هر دورهٔ بازآموزی مربّیان کوه نوردی با اسکی ، به‌ازای هر ۲۰ نفر، حضور ۲ مدرّس الزامی است.
۲. طول دوره‌های بازآموزی و هم‌آهنگی مربّیان کوه نوردی با اسکی با احتساب زمان آزمون، ۲ روزِ کامل است.
۳. این دوره به صورت متوالی برگزار می‌گردد.
۴. ملاک قبولی پایه در آزمون پایانی این دوره، کسـب حداقل معدّل ۱۴ در آزمون‌های عملی و حداقل معدّل ۱۲ در آزمون کتبی دروس نظری و نداشتن نمرهٔ کم‌تر از ۱۰ در تمامی آزمون‌ها است.
۵. هرگونه تغییر در بخش‌نامه‌های مربوطه اعلام می‌گردد.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

شیوه‌نامه برگزاری دوره‌های داوری و طراحی مسیرمسابقات کوه نوردی با اسکی

شماره شناسه ۱۰۰۹ ک – ۱۴۰۳۱

مقدمه

با توجه به رشد وپیشرفت مسابقات رشته کوه نوردی با اسکی در جهان و به همراه آن رشد مسابقات این رشته ورزشی مهیج در ایران فدراسیون کوه نوردی و صعود های ورزشی به عنوان متولی مسابقات این رشته دوره های تربیت داور و طراح مسیر مسابقات را برگزار می کند. هدف این دوره ها تربیت داور و طراح مسیر مسابقات کارآمد جهت برگزاری مسابقات در ایران می باشد. واجدین شرایط پس از شرکت در این دوره ها می توانند به عنوان داور و طراح مسیر درجه ۳ در مسابقات شرکت کنند و همچنین پس از کسب شرایط لازم در دوره های داوری و طراحی مسیر درجه ۲ و سپس درجه۱ حضور پیدا نمایند.

پیش نیاز های شرکت کنندگان جهت ورود به دوره داوری و طراحی مسیر درجه ۳ :

۱. داشتن حداقل ۲۱ سال تمام
۲. داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم
۳. داشتن گواهی سو پیشینه و عدم اعتیاد
۴. داشتن کارت پایان خدمت و واضح بودن وضعیت خدمت برای آقایان
۵. دارا بودن مدرک مربی راهنمای کوهنوردی با اسکی سطح باشگاه
۶. توانایی نقشه خوانی و کار با دستگاه و نرم افزار های ناوبری
۷.قبولی در آزمون ورودی

مدارک مورد نیاز :

داشتن بیمه ورزشی سال جاری
داشتن گواهی صحت و سلامت از پزشک

شرایط دوره داوری و طراحی کوهنوردی با اسکی درجه ۳

حداکثر نفرات شرکت کننده ۱۲ نفر با تدریس یک مدرس و یک مربی
برگزاری یک روز تئوری و یک روز عملی به همراه آزمون کتبی و عملی

مفاد آزمون ورودی :

الف تئوری : قوانین و منقررات طراحی و داوری _ شیوه نامه طرح درس کارآموزی پیشرفته کوهنوردی با اسکی و مفاد آموزشی طرح دروس پیش نیاز مربی گری کوهنوردی با اسکی سطح باشگاه
ب عملی : توانایی امادگی جسمانی مناسب همراه صعود با لوازم استاندارد کوهنوردی با اسکی
* حضور به عنوان کارورز در یک مسابقه داخلی پس از قبولی در دوره
* طراح و داوران درجه ۲ به همراه داشتن باآموزی معتبر و اخذ شرابط مطلوب و تایید کمیته کوهنوردی با اسکی بالاتر قادر به برگزاری دوره طراحی و داوری درجه ۳ میباشند.

لوازم و تجهیزات مورد نیاز:

کفش کوهنوردی با اسکی ، چوب کوهنوردی با اسکی ، باطوم، دستگاه فرستنده رادیویی ، بیل برف، میل سونداژ، هلمت ، پوشاک مناسب ، کوله کوهنوردی با اسکی ، نوشت افزار، تغدیه مناسب

شیوه نامه دوره داوری و طراح مسیر درجه ۲ کوه نوردی با اسکی :

شماره شناسه ۱۰۱۰ ک –۱ ۱۴۰۳

پیش نیاز های شرکت کنندگان جهت ورود به دوره :

۱. داشتن حداقل ۲۳ سال تمام
۲. داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم
۳. داشتن گواهی سو پیشینه و عدم اعتیاد
۴. داشتن کارت پایان خدمت و واضح بودن وضعیت خدمت برای آقایان
۵. حداقل ۲ سال گذشتن از مدرک طراحی و داوری درجه ۳ کوهنوردی با اسکی
۶. داشتن حداقل ۲ حکم داوری و طراحی در مسابقات داخلی به عنوان داور یا طراح
۷. آشنایی با زبان انگلیسی
۸. آشنایی استفاده با رایانه
۹.قبولی در آزمون ورودی
۱۰. توانایی نفشه خوانی و کار با دستگاه و نرم افزار های ناوبری
۱۱.داشتن بیمه ورزشی سال جاری
۱۲.ارائه گواهی صحت و سلامت

شرایط دوره طراحی و داوری کوهنوردی با اسکی درجه ۲ :

حداکثر نفرات شرکت کننده ۱۲ نفر با تدریس یک مدرس و یک مربی
برگزاری یک روز تئوری و یک روز عملی به همراه آزمون کتبی و عملی

مفاد آزمون ورودی :

الف) تئوری : شیوه نامه برگزاری مسابقات _ قوانین مسابقات کوهنوردی با اسکی
رده بندی مسابقات _آزمون نرم افزار آفیس
ب) عملی :توانایی امادگی جسمانی مناسب همراه با صعود با لوازم کوهنوردی با اسکی

حضور به عنوان کارورز در یک مسابقه داخلی پس از قبولی در دوره
– طراح و داوران درجه ۱ به همراه داشتن باآموزی معتبر و اخذ شرایط مطلوب و تایید کمیته کوهنوردی با اسکی قادر به برگزاری دوره طراحی و داوری درجه ۲ میباشند.

لوازم و تجهیزات مورد نیاز:

کفش کوهنوردی با اسکی ، چوب کوهنوردی با اسکی ، باطوم، دستگاه فرستنده رادیویی ، بیل برف ، میل سونداژ، هلمت ، پوشاک مناسب ، کوله کوهنوردی با اسکی ، نوشت افزار ، تغذیه مناسب

شیوه نامه طراحی و داوری درجه ۱ کوهنوردی با اسکی :

شماره شناسه ۱۰۱۱ ک -۱ ۱۴۰۳

پیش نیاز های شرکت کنندگان جهت ورود به دوره :

۱. داشتن حداقل ۲۵ سال تمام
۲. داشتن حداقل مدرک تحصیلی لیسانس
۳. داشتن گواهی سو پیشینه و عدم اعتیاد
۴. داشتن کارت پایان خدمت و واضح بودن وضعیت خدمت برای آقایان
۵. حداقل ۲ سال گذشتن از مدرک طراحی و داوری درجه ۲ کوهنوردی با اسکی
۶. داشتن حداقل ۴ حکم رئیس هیئت داوری در مسابقات رسمی
۷. داشتن حداقل ۴ حکم سرطراح در مسابقات رسمی
۸. آشنایی با زبان انگلیسی
۹. آشنایی استفاده با رایانه
۱۰. توانایی نقشه خوانی و کار با دستگاه و نرم افزار های ناوبری
۱۱. قبولی در آزمون ورودی

شرایط دوره طراحی و داوری کوهنوردی با اسکی درجه ۱ :

حداکثر نفرات شرکت کننده ۸ نفر با تدریس یک مدرس
برگزاری یک روز تئوری و یک روز عملی به همراه آزمون کتبی و عملی

مفاد آزمون ورودی :

اطلاعات تکمیلی متعابقا اعلام میگردد

* طراح و داوران درجه ۱ به همراه داشتن بازآموزی معتبر و اخذ شرایط مطلوب و تایید کمیته کوهنوردی با اسکی بالاتر قادر به برگزاری دوره طراحی و داوری درجه ۱ میباشند.

لوازم و تجهیزات مورد نیاز:

کفش کوهنوردی با اسکی ، چوب کوهنوردی با اسکی ، باطوم، دستگاه فرستنده رادیویی ، بیل برف، میل سونداژ، هلمت ، پوشاک مناسب ، کوله کوهنوردی با اسکی ، نوشت افزار ، تغذیه مناسب

****

ساختار اجرایی دوره‌های آموزشی کوه نوردی با اسکی و شرح وظایف سرپرست دوره‌های آموزشی

شماره شناسه ۱۰۱۲ ک –ا ۱۴۰۳

تعریف‌ها

دوره: به هر فعّالیّتی اعم از آموزشی، مسابقه، انتخابات تیمی، اردوهای تیمی، برنامه‌های کوه‌نوردی و غیره که بنابر هدف و مقصود خاصّی در حوزهٔ عمل‌کرد فدراسیون و هیئت‌های کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی کشور جمهوری اسلامی ایران، انجام می‌شود، در این شیوه نامه، دوره اطلاق می‌گردد.

سرپرست: سرپرست شخصی است که به‌منظور اداره، مدیریّت، سازمان‌دهی و هم‌آهنگی در هر دوره بنابر حکم مسئول نهاد برگزاری دوره، انتخاب می‌گردد.

شرایط احراز سرپرستی

۱. دارا بودن حداقل سنّ ۲۵ سال تمام، در هنگام صدور حکم سرپرستی.
۲. توانمندی جسمانی لازم و متناسب با اجرای دوره.
۳. داشتن تجربهٔ مدیریتی، درایت کافی و توان تصمیم‌گیری به موقع.
۴. توانمندی علمی، فنی و تخصصی متناسب با دوره.
۵. دارا بودن بیمهٔ ورزشی معتبر که تاریخ انقضای آن حداقل یک ماه بیش‌از تاریخ پایان دوره باشد.
۶. دارا بودن حسن شهرت اخلاقی و انضباطی.
۷. توانایی ایجاد روحیهٔ هم‌کاری و تعاون، و داشتن نفوذ کلام به منظور افزایش کیفیت دوره.
۸. تسلّط کافی بر زبان تخصّصی و عمومی غالب و موردنیاز در دوره.

شرح وظایف سرپرست

۱. سرپرست دوره، بالاترین رکن مدیریت و سازمان‌دهی هر دوره بوده و مسئولیت آن‌چه که مطابق شیوه‌نامه‌ها، قوانین و مقرّرات به وی واگذار می‌شود، در تمام طول دوره، برعهده اوست.
۲. رعایت کامل قوانین جاری کشور.
۳. اجرای دقیق شیوه‌نامه‌هاو بخشنامه های برگزاری هر دوره و عمل به مفاد آن‌ها.
۴. هم‌آهنگی لازم وکافی با تمامی عوامل برگزاری دوره، به‌ویژه ناظر آن دوره؛ هم‌چنین عوامل بومی و محلّی و مراجع مختلف و مرتبط با موضوع، به‌منظور تسهیل در اجرای هرچه بهتر دوره.
۵. پی‌گیری مکاتبات و انجام امور اداری مربوط به دوره.
۶. تلاش در آماده‌سازی مکان برگزاری، و تدارک و تجهیز ضروریات مورد نیاز دوره، پیش‌از آغاز دوره.
۷. تهیهٔ گزارش کامل، دقیق و مکتوب از دوره، طبق کاربرگ مربوطه ارائه شده در این شیوه نامه.
۸. بررسی پیش‌نهادها و نقطه‌نظرهای دیگر عوامل برگزاری و هم‌چنین شرکت‌کنندگان و اتّخاذ تصمیم به‌موقع و مناسب، منطبق بر شرایط و وضعیت موجود.
۹. نظارت صحیح بر نحوهٔ نگه‌داری از تمامی اوراق، اسناد و مدارک و تکمیل و تحویل به‌موقع آن، به مقامات ذی‌ربط، پس‌از پایان دوره.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

ناظر دوره آموزشی

شرح وظایف ناظر دوره‌های آموزشی

شماره شناسه ۱۰۱۳ ک –ا ۱۴۰۳

تعریف‌ها

دوره: به هر فعّالیّتی اعم از آموزشی، مسابقه، انتخابات تیمی، اردوهای تیمی و غیره که بنابر هدف و مقصود خاصّی در حوزهٔ عمل‌کرد فدراسیون و هیئت‌های کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی کشور جمهوری اسلامی ایران، انجام می شود، در این شیوه نامه، دوره اطلاق می‌گردد.

ناظر: ناظر شخصی است که مسئول نظارت دقیق بر کیفیّت و کمیّت برگزاری دوره، است. حکم ناظر بنابر پیش‌نهاد رئیس کمیته مربوطه و موافقت فدراسیون یا هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی، صادر می‌گردد.

شرایط احراز نظارت

۱. حداقلّ ۳۰ سال سنّ در زمان ابلاغ حکم.
۲. داشتن مدرک مربوطه به دوره مذکور حداقل درجه ۳
۳. توان‌مندی جسمانی متناسب با موضوع مورد نظارت.
۴. تجربهٔ کافی در زمینهٔ موضوع مورد نظارت.
۵. توان‌مندی علمی، فنّی و تخصّصی مرتبط با موضوع مورد نظارت.
۶. داشتن بیمهٔ ورزشی سال جاری.
۷. داشتن حسن شهرت اخلاقی و انضباطی در حوزهٔ مورد عمل.

شرح وظایف

۱. ناظر فردی مستقل از دوره بوده و بر همهٔ امور فنّی و غیر فنّی آن، نظارت و کنترل دارد.
۲. ناظر می‌بایست بر تمامی قوانین حاکم بر برگزاری دورهٔ مورد نظارت و شیوه‌نامه‌هاو بخشنامه های مصوّب آن، آگاهی کامل داشته باشد.
۳. ناظر موظّف به پاسخ‌گویی به هیچ‌یک از عوامل اجرایی دوره، در هر مقامی که باشند، نیست.
۴. ناظر می‌بایست درخصوص وظایف محوّله کمال دقّت و رعایت تمامی جوانب را بنماید.
۵. ناظر می‌بایست با تذکّر مناسب، مانع انجام هر عمل منجر به آسیب جسمانی یا مرگ شرکت‌کننده یا عامل اجرایی دوره، شود.

تبصرهٔ ۱: تمامی عوامل ازجمله سرپرست دوره می‌بایست به تذکّر ناظر احترام گذاشته و نقطه‌نظرهای وی را رعایت نمایند. درغیر این صورت مسئولیّت مستقیم عواقب ناشی از آن، برعهدهٔ سرپرست و عامل مستقیم موضوع خواهد بود. مسلماً مراتب مذکور در گزارش ناظر قید خواهد شد.

۶. ثبت و پی‌گیری نظرهای انتقادی یا اصلاحی عوامل اجرایی، شرکت‌کنندگان و اهالی بومی نسبت به نحوهٔ برگزاری دوره.
۷. ارائهٔ نقطه‌نظرهای لازم و مناسب با نوع دوره و مشاوره به سرپرست دوره، درصورت نیاز.

تبصرهٔ ۲: بدیهی است که سرپرست دوره مخیّر است تا نقطه‌نظرات ارائه‌شده از طرف ناظر را به‌مورد اجرا بگذارد. و تبعات حاصل از اجرا یا عدم اجرای نقطه‌نظرات ناظر، مستقیماً متوجّه سرپرست دوره خواهد بود.

تبصرهٔ ۳: ناظر دوره می‌بایست تمامی مراتب فوق را در گزارش خود منعکس نماید.

۸. ناظر حقّ دخالت در امر تدریس را در دوره‌های آموزشی، ندارد. امّا در صورت مشاهدهٔ تدریس اشتباه یا خارج از طرح درس و عدم رعایت ایمنی می‌بایست بلافاصله یا در زمانی مناسب و با درنظر گرفتن شأن مدرّس، مراتب را به وی متذکّر شود.

۹. محدودهٔ مسئولیّت ناظر صرفاً مربوط به دوره‌ای است که به‌موجب حکم مأموریّت صادره، عهده‌دار نظارت بر آن شده است.

۱۰. شایسته است که ناظر، هنگام برگزاری دوره، مکانی مناسب را برای نظارت انتخاب نماید که درحین توجّه و اشراف بر نحوهٔ برگزاری، خللی در روند انجام آن ایجاد نگردد.

۱۱. ناظر می‌بایست در تمامی مراحل برگزاری دوره، حضور کافی و مؤثّر داشته باشد.

۱۲. ناظر موظّف است تا گزارش کامل نظارت بر دوره را طبق کاربرگ‌های پیوست، در پایان دوره تهیّه و حداکثر ظرف ۱۰ روز، به مسئول کمیته مربوطه، تحویل نماید.

تبصرهٔ ۴: ناظر می‌بایست در بررسی خود از وضعیّت دوره، دچار سهل‌انگاری و یا اغراق نشود، و ضروری است که گزارش خود را بر مبنای واقعیّت و بی‌کم‌وکاست ارائه نماید.

۱۳. ناظر مکلّف به امضاء ذیل اوراق و مدارک مربوطه و مشخّصه می‌باشد و امضاء کاربرگ‌های موصوف، مانع از ادای وظیفهٔ قانونی ناظر در ارسال گزارش دوره ظرف مهلت قانونی نیست.

۱۴. ناظر موظّف است تا هنگام شرکت در دوره، حکم نظارتی خود را به‌همراه داشته باشد.

❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊❊

فصل دوم

کاربرگ‌ها

در این‌جا چیزی ننویسید
کد شناسایی ثبت نام

شمارهٔ شناسه ۱۱۰۱ک – ا – ۱۴۰۳

کاربرگ ثبت نام و پذیرش

لطفاً این کاربرگ را با خطّ خوانا و خودکار مشکی تکمیل نمایید.

محلّ الصاق عکس

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری: .....

نام ـ نام‌خانوادگی:	نام پدر:	نام پدر به لاتین:
Full Name :		
شمارهٔ شناسنامه:	محلّ صدور:	تاریخ تولّد: روز / ماه / سال / میلادی / /
استان محلّ اقامت:	هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی اعزام کننده:	
گروه خون:	شمارهٔ کارت بیمهٔ ورزشی:	
شغل:	آخرین مدرک و رشتهٔ تحصیلی:	
کد ملّی:	ملیت:	وضعیت تأهل:
کدپستی منزل:	دین:	مذهب:
نشانی منزل:		
تلفن منزل ـ همراه:		رایانامه:

بخش سنجش سلامت

اخطار: پاسخ به تمامی پرسش‌ها الزامی است. اطّلاعات نادرست، در هنگام بروز فوریت‌های پزشکی، اقدامات درمانی را تحت‌الشّعاع قرار داده و خطرناک است.

	بلی	خیر		بلی	خیر
۱ ـ ضربهٔ مغزی یا آسیب واردشده به سر	☐	☐	۱۲ ـ بیماری‌های ذهنی یا ضعف عصبی	☐	☐
۲ ـ مشکلات چشمی یا گوشی (بیماری یا جرّاحی)	☐	☐	۱۳ ـ اعتیاد به دارو یا الکل	☐	☐
۳ ـ حملات گیج‌کننده (غش یا تشنّج)	☐	☐	۱۴ ـ جرّاحی یا توصیه‌شده برای انجام عملِ جراحی	☐	☐
۴ ـ توبرکلوزیس، آسم، برونشیت	☐	☐	۱۵ ـ مشکلات پوستی یا آلرژی	☐	☐
۵ ـ مشکلات قلبی یا تب روماتیسمی	☐	☐	۱۶ ـ حسّاسیت به دارو	☐	☐
۶ ـ فشار خون بالا یا پائین	☐	☐	۱۷ ـ حسّاسیت به گزیدن حشرات	☐	☐
۷ ـ آنمی ـ لوسمی یا اختلالات خونی	☐	☐	۱۸ ـ حسّاسیت به گرد و غبار	☐	☐
۸ ـ دیابت، هپاتیت یا زردی	☐	☐	۱۹ ـ استفاده از داروهای تجویزشده به‌صورت منظم	☐	☐
۹ ـ زخم معده و دیگر مشکلات معده	☐	☐	۲۰ ـ بیماری‌های استخوانی یا مفصلی، شکستگی‌ها، دررفتگی‌ها، مفاصل مصنوعی، آرتریت، درد ناحیهٔ پشت	☐	☐
۱۰ ـ مشکلات کلیه، مثانه	☐	☐	۲۱ ـ H. I. V	☐	☐
۱۱ ـ فتق (پارگی)	☐	☐	۲۲ ـ آیا شما در حال درمان هستید؟	☐	☐

اگر پاسخ شمارهٔ ۲۲ «بلی» است، علّت تحت درمان بودن خود را بنویسید:

بیماری‌های دیگر یا ضایعاتی که در بالا از آن‌ها نام برده نشده و شما به آن‌ها مبتلا هستید را بنویسید:

این‌جانب ..... ضمن تأیید مطالب فوق، مسئولیت ناشی از تمامی پیش‌آمدهای ممکن برای خود، در مسابقه را می‌پذیرم.

امضاء

شرکت نام‌برده در مسابقه امکان‌پذیر است/ نیست.

نام ـ نام خانوادگی و امضاء مسئول پذیرش

شمارهٔ شناسه ۱۱۰۲ ک-۱۴۰۳-۱

کاربرگ دریافت مدارک ثبت نام

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری: .....

ردیف	نام و نام‌خانوادگی	کد ملّی											

مسئول محترم ثبت نام، در سرستون‌های خالی جدول فوق، عنوان مدارک لازم برای ثبت نام را با توجّه به دوره آموزشی در حال برگزاری و طبق شیوه‌نامهٔ مربوط؛ درج نمایید.

نام و امضای مسئول ثبتِ نام و پذیرش

شمارهٔ شناسه ۱۱۰۳ ک –ا– ۱۴۰۳

کاربرگ دریافت شهریهٔ ثبت نام

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری: .....

ردیف	نام ـ نام‌خانوادگی	کد ملّی	نقدی	شماره فیش بانکی	مبلغ پرداختی (به ریال)
				جمع کل:	

نام ـ نام خانوادگی و امضای مسئول
ثبت نام و پذیرش

نام ـ نام خانوادگی و امضای سرپرست دوره

شمارهٔ شناسه ۱۱۰۴ ک - ا

توجه: در این برگه ذکر نام الزامی نیست.

کاربرگ نظرخواهی و ارائهٔ پیش‌نهاد

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری: .....

شـرکت‌کنندهٔ گرامی؛ اعلام نظر و پیش‌نهادهای حضـرت عالی می‌تواند در کمّیت و کیفیت این دوره و دوره‌های مشـابه تأثیرگذار بوده و ما را در هر چه بهتر برگزار نمودن آن‌ها یاری نماید. با سپاس و احترام.

شمارهٔ شناسه ۱۱۰۵ ک – ا-۱۴۰۳

کاربرگ خلاصه مشخصات فردی شرکت‌کننده در دوره

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری: از ..... تا ..... مکان برگزاری: استان:.....شهرستان:.....منطقه:.....

ردیف	نام و نام‌خانوادگی		شناسنامه			کد ملی	تاریخ تولد			نام پدر	محل تولد		محل سکونت		شماره حکم پیش نیاز	نظام وظیفه (ذکر وضعیت)	تلفن تماس
	فارسی	لاتین	شماره	استان محل صدور	شهرستان محل صدور		روز	ماه	سال		استان	شهرستان	استان	شهرستان			

نام و نام خانوادگی و امضاء مسئول تکمیل کاربرگ

❖ تکمیل این کاربرگ برای تمامی دوره‌ها اعم از کارآموزی، مربیگری، طراحی، داوری و... بصورت تایپ شده الزامی است.

شمارهٔ شناسه: ۱۱۰۶ ک- ا-۱۴۰۳

کاربرگ ریز نمرات دوره کارآموزی مقدماتی کوه نوردی با اسکی

تاریخ برگزاری:	محل برگزاری:	تاریخ تنظیم :

ردیف	نام و نام خانوادگی	شماره ملی	نمره فعالیتهای اجرایی					انضباط	کار گروهی	نمره آزمون تئوری	نمره نهایی	توضیحات
			صعود	فرود	آشنایی با ابزار	عملیات نجات	استیل و قدرت جسمانی					

نام و نام خانوادگی مدرسان / مربیان :	امضا :

شمارهٔ شناسه: ۱۱۰۷ ک-ا-۱۴۰۳

کاربرگ ریز نمرات دوره کارآموزی پیشرفته کوه نوردی با اسکی

تاریخ برگزاری: محل برگزاری : تاریخ تنظیم :

ردیف	نام و نام خانوادگی	شماره ملی	نمره فعالیتهای اجرایی						انضباط	کار گروهی	نمره آزمون تئوری	نمره نهایی	توضیحات
			صعود	فرود	استفاده از ابزار	کارگاه زدن	بیواک کردن	استیل و قدرت جسمانی					

نام و نام خانوادگی مدرسان/ مربیان : امضا :

شمارهٔ شناسه: ۱۱۰۸ ک – ا-۱۴۰۳

کاربرگ ریز نمرات دوره مربی گری کوه نوردی با اسکی

تاریخ برگزاری:	محل برگزاری:	تاریخ تنظیم :

ردیف	نام و نام خانوادگی	شماره ملی	نمره فعالیتهای اجرایی							انضباط	کار گروهی	نمره آزمون تئوری	نمره نهایی	توضیحات
			صعود	فرود	استفاده از ابزار	کارگاه زدن	بیواک کردن	عملیات نجات	استیل و قدرت جسمانی					
نام و امضا مدرسان:			نام و امضا ناظر									نام و امضا سرپرست		

شماره شناسه ۱۱۰۹ ک -۱-۱۴۰۳

کاربرگ جمع بندی نهایی دوره مربی گری کوه نوردی با اسکی

عنوان دوره:	برگزار کننده:	استان محل برگزاری
تاریخ برگزاری از ..... تا	محل برگزاری	شهرستان محل برگزاری
تاریبخ تکمیل کاربرگ:	تعداد شرکت کنندگان:	منطقه طبیعی و نام سالن محل برگزاری

ردیف	نام و نام خانوادگی	کد ملی	شماره شناسنامه	تاریخ تولد			محل تولد	نام پدر	محل صدور شناسنامه	معدل دروس عملی	معدل دروس تئوری	وضعیت نظام وظیفه	مدرک تحصیلی	حکم پیش نیاز	پایان نامه	تئوری سازمان تربیت بدنی	شماره حکم	ملاحظات
				روز	ماه	سال												

نام و نام خانوادگی و امضاء: مدرس / مربی : ناظر : سرپرست : مسئول کمیته کوه نوردی با اسکی:

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۰ ک – ا-۱۴۰۳

کاربرگ اطلاعات حساب بانکی کادر اجرایی

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری: .....

ردیف	نام و نام‌خانوادگی	سمت	تلفن همراه	شماره عابر بانک	ملاحظات

نام و امضاء مسئول تکمیل کاربرگ

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۱ ک – ا-۱۴۰۳

کاربرگ الصاق عکس دوره آموزش

عنوان دوره:..... تاریخ برگزاری .....

نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی
نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی
نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی	نام ونام خانوادگی کد ملّی

نام و امضاء سرپرست دوره

توجّه: تمامی عکس‌های الصاقی می‌بایست سالم، جدید، بدون سوراخ‌شدگی، خط‌خوردگی و نشان مهر باشد.

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۲ ک-ا-۱۴۰۳

کاربرگ گزارش ناظر دوره آموزش (صفحه ۱ از ۲)

این کاربرگ را ناظر دوره تکمیل می‌نماید.

عنوان دوره: ..... **تاریخ برگزاری: از** ..... **تا** .....

نام و نام خانوادگی سرپرست دوره: .....

نام و نام خانوادگی ناظر دوره: .....

محلّ برگزاری:

استان: ..... شهرستان: ..... شهر: ..... منطقه: .....

شمارهٔ مجوّز برگزاری: .....

برگزارکننده:

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی: ☐

هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان: .....

باشگاه/گروه کوه‌نوردی/آموزش‌گاه: .....

سازمان/نهاد: .....

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۲ ک – ا-۱۴۰۳

کاربرگ گزارش ناظر دوره آموزش (صفحه ۲از ۲)

شرح حوادث:

نقاط قوّت دوره:

نقاط ضعف دوره:

شرح تخلّفات دوره:

پیش‌نهادها و نقطه‌نظرها دربارهٔ دوره:

در صورت نیاز به ارائه موارد تکمیلی به پیوست ایفا گردد.

نام و نام خانوادگی و امضای ناظر دوره

تاریخ:

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۳ ک –ا- ۱۴۰۳

کاربرگ گزارش سرپرست دورهٔ آموزش (صفحهٔ ۱ از ۳)

* این کاربرگ را سرپرست دوره تکمیل می‌نماید.

عنوان دوره: ..... **تاریخ برگزاری: از** ...../...../.....**۱۴** **تا** ...../...../.....**۱۴**

سرپرست دوره: .....

ناظر فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی: .....

نام کامل کادر اجرایی دوره:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

محل برگزاری:

استان:..... شهرستان: ..... شهر: ..... منطقه: .....

شماره مجوز برگزاری: .....

برگزارکننده:

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی ☐

هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان: .....

باشگاه/ گروه کوه‌نوردی / آموزشگاه: .....

سازمان / نهاد: .....

وضعیت شرکت کنندگان

تعداد شرکت کنندگان	سن کمینه	سن پیشینه	میانگین سنی

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۳ ک –ا- ۱۴۰۳

کاربرگ گزارش سرپرست دوره آموزش (صفحهٔ ۲ از ۳)

مشخصات کادر برگزار کننده دوره آموزش

ردیف	نام و نام خانوادگی	سمت	شماره حکم مأموریت	درجه مربی گری- شماره کارت بازآموزی	تلفن تماس
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					

وضعیت مدرسین دوره

ردیف	نام ـ نام خانوادگی	انضباط				آراستگی				مهارت در آموزش				آمادگی جسمانی				توانایی علمی ـ فنی				پیش‌بینی موارد ایمنی			
		ع	خ	م	ض	ع	خ	م	ض	ع	خ	م	ض	ع	خ	م	ض	ع	خ	م	ض	ع	خ	م	ض
۱																									
۲																									
۳																									
۴																									
۵																									

ع= عالی | خ= خوب | م= متوسط | ض= ضعیف

تلفن کارآموزان دوره

ردیف	نام و نام خانوادگی	تلفن تماس	ردیف	نام و نام خانوادگی	تلفن تماس

* در صورت نیاز جداول بالا تکثیر و ضمیمه شود.

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۳ک –ا– ۱۴۰۳

کاربرگ گزارش سرپرست دوره آموزش (صفحهٔ ۳ از ۳)

شرح حوادث:

گزارش مختصر و زمان بندی روزانه:

صورت وضعیت مالی دوره

محل تأمین اعتبار:

شرح هزینه‌ها:

توضیحات موردنیاز درباره صورت وضعیت مالی:

نام و نام خانوادگی امضاء سرپرست:

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۴ ک –ا- ۱۴۰۳

کاربرگ نتایج دوره‌های بازآموزی و هماهنگی مربیان

صفحهٔ: ..... از: .....

عنوان دوره: .....

زمان برگزاری:..... مکان برگزاری:.....

ردیف	نام و نام خانوادگی	نام پدر	تاریخ تولد			کد ملی	معدل دروس عملی	معدل دروس نظری	نتایج				
			روز	ماه	سال								

نام و نام خانوادگی و امضاء مدرسین دوره

نام و نام خانوادگی و امضاء سرپرست

نام و نام خانوادگی و امضاء ناظر

نام و نام خانوادگی و امضاء رئیس
کمیته صعودهای ورزشی فدراسیون

شمارهٔ شناسه ۱۱۱۵ ک – ا- ۱۴۰۳

کاربرگ عملکرد مربی کارورز

نام و نام خانوادگی کارورز ..... درجه ..... شماره تماس .....

شماره مجوز حضور (این مجوز باید از سوی کمیته کوه نوردی با اسکی صادر گردد) :	تاریخ تنظیم کاربرگ :
نام و نام خانوادگی مدرس دوره:	شماره تماس :
نام و نام خانوادگی سرپرست دوره:	شماره تماس :
نام ونام خانوادگی ناظر:	شماره تماس :
عنوان دوره:	استان:
تاریخ برگزاری دوره:	شهرستان:
محل برگزاری دوره:	نام منطقه طبیعی:

نقطه نظرات مدرس دوره:

.....

.....

.....

«کارنامه مربی کارورز»

ردیف	عنوان	امتیاز (۱ تا ۱۰)	توضیحات
۱	انتقال مفاهیم		
۲	آمادگی جسمانی		
۳	رعایت نکات ایمنی		
۴	لوازم وتجهیزات آموزشی		
۵	مدیریت کلاس		
۶	مسئولیت پذیری		
۷	مهارت در تدریس		
۸	مهارت علمی		
۹	مهارت فنی		
۱۰	مهارت در امتیاز دهی		
جمع کل			

***این فرم توسط مربی دوره تکمیل می‌گردد.**

نام ونام خانوادگی / امضاء مدرس دوره

نام ونام خانوادگی / امضاء ناظر

پایان

تمامی عزیزان می توانند نظر های خویش را به نشانی :

Info@msfi.ir

Msfi.dabir@yahoo.com

برای کمیته کوه نوردی با اسکی ارسال نمایند. کمیته کوه نوردی با اسکی دست تمامی عزیزانی را که نقطه نظر ها و پیشنهاد های خود را به منظور ارتقای سطح دانش و اصلاح این شیوه نامه ، ارسال می نمایند ، به گرمی می فشارد.

موفق باشید

اسفند ماه ۱۴۰۳