

Upravni odbor Planinarsko-smučarskog saveza Vojvodine na sednici održanoj 25.10.2008. godine u Novom Sadu na osnovu člana 30. Statuta Saveza donosi:

PROGRAM ALPINISTIČKE OBUKE U PLANINARSKO-SMUČARSKOM SAVEZU VOJVODINE

I. - ALPINISTIČKA OBUKA LETNJE I ZIMSKE TEHNIKE ZA ZVANJE „ALPINISTA PRIPRAVNIK„

Svrha i cilj obuke: upoznavanje polaznika sa znanjem, veštinama i tehnikom penjanja, problemima, opasnostima i spašavanjem u slučaju nesreće.

Uslovi za pristup alpinističkoj obuci: minimalna starost od 18 godina i lekarsko uverenje.

Obuka za zvanje „alpinista pripravnik„

Obuku za zvanje „alpinista pripravnik„ može organizovati AO, AS ili AK uz saglasnost Komisije za alpinizam i ekspedicije Planinarsko-smučarskog saveza Vojvodine (u daljem tekstu KAE PSSV) koja određuje program i određuje instruktore tečaja.

Obuka obuhvata tečajevе:

- letnje tehnike i
- zimske tehnike.

Obuka se sastoji iz: teorijskog i praktičnog dela.

Teorijski deo obuke sastoji se iz nastavnih jedinica po Pravilniku o alpinističkoj delatnosti KAE PSSV. Može da se održi izvan penjačkog područja.

Praktični deo obuke se sastoji iz vežbi i održava se u jednom od penjačkih područja.

Organizator, ako smatra potrebnim, može na kraju obuke održati i ispit na kojem se proverava znanje kandidata.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo prisustva teorijskom i praktičnom delu obuke i ispitu.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo poništiti obuku i ispit ukoliko ustanovi da se obuka ili ispit ne odvija u skladu sa važećim propisima PSSV.

Svaki polaznik tečaja do njegovog završetka mora ispenjati najmanje jedan alpinistički smer najmanje III stepena težine.

Sertifikat o završenoj alpinističkoj obuci: izdaje PSSV

PROGRAM ALPINISTIČKE OBUKE sa fondom časova

u zagradama je broj obveznih časova teorijske nastave() i časova vežbi () i vežbi u bloku ()

- 1. Istorija planinarstva i alpinizma,** Planinarska organizacija: počeci i razvitak planinarstva, današnji stepen razvoja, planinarstvo i alpinizam u Srbiji i Svetu, ciljevi organizacije, članstvo i struktura, oblici delovanja; pravila, međunarodne organizacije: UIAA i Unija Planinarskih Federacija Balkana (1) () ()
- 2. Poznavanje planina:** postanak, reljef, osnovni geografski pojmovi, planine sveta, planine u Srbiji (1) () ()
- 3. Meteorologija:** elementi vremena (temperatura, vlažnost, pritisak, oblaci), atmosfere pojave, sredstva za prognozu vremena, vremenske prognoze, cikloni i anticikloni, vetrovi, padavine, vrste snega (1) () ()

4. **Orijentacija:** strane sveta, približna orijentacija prema terenu, orijentacija prema Suncu, Mesecu i zvezdama, čitanje karte i kretanje sa kartom i kompasom, kretanje s GPS-om, topografski znaci, određivanje visine i profila terena (1) (1) ()
5. **Opasnosti u planinama:** objektivne i subjektivne, otklanjanje i izbegavanje opasnosti, signalizacija i postupak u slučaju nesreće, umor, pothlađenost, smrzavanje, opekotine (1) ()
6. **Fiziologija, prehrana i pripreme za odlazak u planine:** fizička i psihička priprema, izbor cilja, planinarska i alpinistička literatura, karte, izbor hrane i opreme, planinarska fotografija (1) () ()
7. **Boravak u planinama:** specifičnosti dužeg boravka u planinama, planinarski domovi, skloništa, logorovanje i bivakovanje, improvizovani bivaci, bivakovanje u steni, snegu i ledu, higijena u planinama (1) () (5)
8. **Kretanje u planinama:** osnovna pravila u kretanju, uspon i silaz, tehnika, brzina, ritam, odmor i odmorišta, teren kojim se kreće, osigurani i neosigurani putevi (1) () (5)
9. **Oprema za letnju tehniku:** izbor opreme prema vrsti cilja, lična i zajednička, tehnička oprema, raspored opreme na alpinističkom usponu, održavanje i čuvanje, klinovi i njihova upotreba, ostala sredstva, karabineri i pravilno ukopčavanje u klin, vođenje užeta, upotreba pomoćnih užadi (1) (3) ()
10. **Oprema za zimsku tehniku:** odeća i obuća, lična i zajednička (1) () ()
11. **Priprema i izvođenje alpinističkog uspona:** priprema penjačkog uspona (literatura, konsultacije, fizička priprema, izbor hrane), hodanje po putevima i bespuću, izbor uspona, partnera i opreme, osnove tehnike penjanja, sporazumjevanje na usponu (1) ()
12. **Letnja penjačka tehnika:** osnove tehnike penjanja, čvorovi i navezivanje, raspored opreme, sporazumevanje, osiguravanje, sidrišta i vođenje užeta, prečenja (2) (3) (10)
13. **Samopodizanje i spuštanje po užetu :** improvizovana i standardna sredstva, spuštanje, upotreba pomoćnih zamki () () (5)
14. **Pad u steni:** padovi i samopodizanje, spašavanje sapenjača, sidrište, karabinska kočnica, Sv. Bernard, rad s Jumarima, osmicama i ostalim alpinističkim priborom (1) () (5)
15. **Penjanje smerova slobodnim stilom** () () (10)
16. **Penjanje tehničkih smerova** (1) () (5)
17. **Penjanje s dvostrukim užetom i prečenja** () () (5)
18. **Zimska tehnika penjanja:** u snegu, na ledu, u zamrznutim slapovima, penjanje u kombinaciji suve stene i leda, dodatna oprema, vrste osiguravanja (2) () (10)
19. **Pad u snegu i ledu** () (1) ()
20. **Turno skijanje:** osnovni elementi () (2) ()
21. **Prva pomoć:** stanje oboleloga, ozlede, način pružanja prve pomoći (1) (1) ()
22. **Ostalo spašavanje i alpinistička etika:** spašavanje druge naveze, poziv GSS-a, pomoć GSS-u, upotreba mobilnog telefona, osnove helikopterskog spašavanja,

postupak u slučaju smrtne nesreće, postupak u slučaju lavine, pravna i moralna odgovornost alpinista, obaveze i zadaci alpinista u posebnim uslovima. (1) (1) ()

23. **Ocena i opis penjačkog uspona:** terminologija, lestvica težine po UIAA, ostali načini ocenjivanja težina, opis uspona, ucrtavanje penjačkog smera, simboli i prikazi smerova, kroki, skica (1) () ().

Sveukupno: 20 časova teorijske nastave (učionica, vežbalište, penjačko područje), 12 časova vežbe

(učionica, vežbalište, penjačko područje) i 60 časova vežbe u bloku na penjačkom području.

II.- OBUKA ZA ZVANJE „ALPINISTA,, I „INSTRUKTOR ALPINIZMA,,

Ispit za zvanje „alpinista,, organizuje Komisija imenujući za to posebnu komisiju od tri člana. Ispitna komisija ima pravo postavljati pitanja iz ukupnog alpinističkog sadržaja /tehničkog, penjačkog, istorijskog/ kako bi se moglo utvrditi alpinističko znanje, zrelost, obaveštenost i osećaj odgovornosti kandidata. U ispitnoj komisiji mora biti najmanje jedan instruktor alpinizma i jedan član GSS s zvanjem "alpinista". Posle položenog ispita kandidat stiče pravo na zvanje "alpinista". To zvanje je trajno, a dodeljuje ga PSSV.

Teoretski deo ispituje se prema dole navedene 23 teme iz programa obuke u alpinizmu.

Pravilnikom o alpinističkoj delatnosti KAE PSSV predviđena je mogućnost pohađanja ledničkog tečaja za alpiniste.

Da bi kandidat pristupio polaganju ispita za alpinistu potrebno je da prethodno ispuni kriterijume koji su propisani Pravilnikom o alpinističkoj delatnosti KAE PSSV. Ispunjenost kriterijuma potvrđuje UO PSSV na osnovu predloga KAE PSSV.

Ispit za alpinistu organizuje KAE PSSV nakon što je UO PSSV konstatovao da su svi potrebni uslovi za pristupanje kandidata polaganju ispita ispunjeni.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo prisustva teorijskom i praktičnom delu ispita.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo poništiti ispit ukoliko ustanovi da se ispit ne odvija u skladu sa važećim propisima PSSV.

Ispit za zvanje „instruktor alpinizma,, organizuje Komisija za alpinizam i ekspedicije PSSV. Ispitnu komisiju čine tri instruktora alpinizma, a najmanje jedan mora imati položene opšte predmete za instruktore ili trenere u okviru Pokrajinskog zavoda za sport ili na nekom Fakultetu za fizičku kulturu i sport.

Ispitna komisija ima pravo postavljati pitanja iz ukupnog alpinističkog sadržaja /tehničkog, penjačkog, istorijskog/ kako bi se moglo utvrditi alpinističko znanje, zrelost, obaveštenost i osećaj odgovornosti kandidata, kao i njegova sposobnost za pedagoški rad.

Teoretski dio ispituje se prema dole navedene 23 teme iz programa alpinističke obuke, a odgovori moraju biti u obliku kratkih predavanja prilagođena slušaocu koji nema to znanje, a potrebno je tačno odgovoriti na sva postavljena pitanja.

Praktični deo ispita se sastoji od provere znanja iz istog programa (potrebno je tačno obaviti sve traženo) kao i sposobnost kandidata za kvalitetnim i sigurnim vođenjem u alpinističkom smeru III stepena težine.

Da bi kandidat pristupio polaganju ispita za instruktora alpinizma potrebno je da prethodno ispuni kriterijume koji su propisani Pravilnikom o alpinističkoj delatnosti KAE PSSV. Ispunjenost kriterijuma potvrđuje UO PSSV na osnovu predloga KAE PSSV.

Ispit za instruktora alpinizma organizuje KAE PSSV nakon što je UO PSSV konstatovao da su svi potrebni uslovi ispunjeni za pristupanje kandidata polaganju ispita.

PROGRAM ALPINISTIČKE OBUKE

1. **Istorija planinarstva i alpinizma, Planinarska organizacija:** počeci i razvitak planinarstva, današnji stepen razvoja, Srpsko planinarstvo i alpinizam, ciljevi organizacije, članstvo i struktura, oblici delovanja; pravila; u Srbiji, u svetu, UIAA
2. **Poznavanje planina:** postanak, reljef, osnovni geografski pojmovi, svetske planine, srpske planine
3. **Meteorologija:** elementi vremena (temperatura, vlažnost, pritisak, oblaci), atmosferske pojave, sredstva za prognozu vremena, vremenske prognoze, cikloni i anticikloni, vetrovi, padavine, vrste snega
4. **Orijentacija:** strane sveta, približna orijentacija prema terenu, orijentacija prema Suncu, Mesecu i zvezdama, čitanje karte i kretanje sa kartom i kompasom, kretanje s GPS-om, topografski znaci, određivanje visine i profila terena
5. **Opasnosti u planinama:** objektivne i subjektivne, otklanjanje i izbegavanje opasnosti, signalizacija i postupak u slučaju nesreće, umor, pothlađenost, smrzavanje, opekotine
6. **Fiziologija, prehrana i pripreme za odlazak u planine** fizička i psihička priprema, izbor cilja, planinarska i alpinistička literatura, karte, izbor hrane i opreme, planinarska fotografija
7. **Boravak u planinama:** specifičnosti dužeg boravka u planinama, planinarski domovi, skloništa, logorovanje i bivakovanje, improvizovani bivaci, bivakovanje u steni, snegu i ledu, higijena u planinama
8. **Kretanje u planinama:** osnovna pravila u kretanju, uspon i silaz, tehnika, brzina, ritam, odmor i odmorišta, teren kojim se kreće, priređeni i osigurani putevi
9. **Oprema:** izbor opreme prema vrsti cilja, lična i zajednička, tehnička oprema, raspored opreme na alpinističkom usponu, održavanje i čuvanje, klinovi i njihova upotreba, ostala sredstva, karabineri i pravilno ukopčavanje u klin, vođenje užeta, upotreba pomoćnih užadi
10. **Oprema za zimski alpinizam:** odeća i obuća, lična i zajednička
11. **Priprema i izvođenje alpinističkog uspona:** priprema penjačkog uspona (literatura, konsultacije, fizička priprema, izbor hrane), hodanje po putevima i bespuću, izbor uspona, partnera i opreme, osnove tehnike penjanja, sporazumjevanje na usponu
12. **Letnja penjačka tehnika:** osnove tehnike penjanja, čvorovi i navezivanje, raspored opreme, sporazumevanje, osiguravanje, sidrišta i vođenje užeta, prečenja
13. **Samopodizanje i spuštanje po užetu :** improvizovana i standardna sredstva, spuštanje, upotreba pomoćnih zamki
14. **Pad u steni:** padovi i samopodizanje, spašavanje sapenjača, sidrište, karabinska kočnica, Sv. Bernard, rad s Jumarima, osmicama i ostalim alpinističkim priborom
15. **Penjanje smerova slobodnim načinom**
16. **Penjanje tehničkih smerova**
17. **Penjanje s dvostrukim užetom i prečenja**
18. **Zimska tehnika penjanja:** u snegu, na ledu, u zamrznutim slapovima, penjanje u kombinaciji suve stene i leda, dodatna oprema, vrste osiguravanja

19. **Pad u snegu i ledu**

20. **Turno skijanje:** osnovni elementi

21. **Prva pomoć:** stanje oboleloga, ozlede, način pružanja prve pomoći

22. **Ostalo spašavanje i alpinistička etika:** spašavanje druge naveze, poziv GSS-a, pomoć GSS-u, upotreba mobilnog telefona, osnove helikopterskog spašavanja, postupak u slučaju smrtne nesreće, postupak u slučaju lavine, pravna i moralna odgovornost alpinista, obaveze i zadaci alpinista u posebnim uslovima

23. **Ocena i opis penjačkog uspona:** terminologija, lestvica težine po UIAA, ostali načini ocenjivanja težina, opis uspona, ucrtavanje penjačkog smera, simboli i prikazi smerova, kroki, skica.

Popis literature:

Zlatko Smerke: Planinarstvo i alpinizam (1989), Tone Škarje: Hoja in plezanje v gorah (1995), Eric J. Horst: How to Climb 5.12 (2003) , Lazar Popara: Čvorovi u alpinizmu (2000)

TEČAJ LEDNE TEHNIKE ZA ALPINISTE

Tečaj ledne tehnike, predviđen je kao deo specijalističke obuke za iskusnije alpiniste pripravnike, alpiniste i instruktore alpinizma po Pravilniku o alpinističkoj delatnosti KAE PSSV.

Tečaj ledne tehnike može pohađati alpinista pripravnik sa najmanje jednom godinom pripravnčkog staža.

Tečaj ledne tehnike može organizovati AO, AS ili AK uz saglasnost Komisije za alpinizam i ekspedicije PSSV koja određuje program i određuje instruktore tečaja.

Tečaj se održava na lednom penjačkom području.

Organizator, ako smatra potrebnim, može na kraju obuke održati i praktični ispit na kojem se proverava osposobljenost kandidata.

Obuka se sastoji iz:

- teorijskog i
- praktičnog dele.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo prisustva teorijskom i praktičnom delu obuke i ispitu.

Opunomoćeni predstavnik PSSV ima pravo poništiti obuku i ispit ukoliko ustanovi da se obuka ili ispit ne odvija u skladu sa važećim propisima PSSV.

Svaki polaznik tečaja od početka do njegovog završetka treba da ispenje najmanje jedan alpinistički smer u ledu ili dve smeri u ledenim slapovima, najmanje III stepena težine.

Polaznik tečaja neće dobiti uverenje o uspešno završenom tečaju ukoliko do kraja tečaja ne ispenje predviđenu smer.

Oblasti koje su predviđene programom obuke na tečaju ledne tehnike su:

vrste snega i leda, pojave u snegu i ledu, oprema i primena opreme za kretanje u snegu i ledu, navezivanje, priprema za kretanje po ledniku, osiguravanje oko cepina, prelaz preko ledničke pukotine, kretanje sa derezama (uz padinu, niz padinu, prečenje padine), izrada stajališta, upotreba cepina prilikom penjanja i spuštanja, samopodizanje iz pukotine u ledu, sidrište u snegu i ledu, izvlačenje iz pukotina. Tura preko lednika na pristupačan vrh sa vežbama: penjanje u ledu, upotreba dereza, upotreba lednih klinova, tehnika penjanja sa cepinom i sajlama, osiguravanje oko ramena, oko cepina, kroz karabinere, izrada osiguravališta, kočenje i zaustavljanje cepinom u svim položajima (na leđima, na prstima, glavom prema dole i sl.).

Председник:




(Миодраг Јововић)