

На основу чл. 34. став 5. Статута Планинарског савеза Србије и Закона о спорту /"Службени гласник РС", бр. 24/11 и 99/11/ Управни одбор Планинарског савеза Србије је на предлог Комисије за спортско пењање, на редовној седници одржаној 9. септембра 2015. године, усвојио

## **ПРОГРАМ ЗА СТИЦАЊЕ ЗВАЊА И ОБУКА У СПОРТСКОМ ПЕЊАЊУ НА ПРИРОДНИМ СТЕНАМА**

### **ОПШТЕ ОДРЕДБЕ**

Овим програмом се регулишу: начини организовања и извођења оспособљавања (у даљем тексту: обука), начин провере знања и начин стицања звања у дисциплини-спортско пењање на природној стени.

Циљ обуке је упознавање полазника са знањем, вештинама и техникама пењања у спортском пењању на природној стени, као и у вођењу и распремању спортских смерова чија висина одговара половини дужине ужета.

#### **Полазник обуке мора да испуњава следеће услове:**

- да поседује планинарску књижицу са уредно плаћеном чланарином,
- да има лекарско уверење о способности похађања обуке.

#### **Обука може бити:**

- **основна**
- **стручна или лиценцна.**

Обука се врши кроз теоретска предавања и практични рад на терену са посебно утврђеним бројем сати, за свако звање.

### **I. ОСНОВНА ОБУКА**

Основна обука има за циљ упознавање полазника са основним знањима и техникама пењања у спортском пењању на природној стени.

#### **ЗВАЊЕ У ОКВИРУ ОСНОВНЕ ОБУКЕ**

##### **1. Спортски пењач-приправник**

#### **Организатор може бити:**

- Спортско-пењачки клуб/друштво у сарадњи са инструктором или тренером спортског пењања;
- Спортско-пењачка секција планинарског клуба/друштва у сарадњи са инструктором или тренером спортског пењања;
- Алпинистички одсек, секција или клуб/друштво у сарадњи са инструктором и тренером спортског пењања (под условом да су регистроване чланице КСП).

#### **Услови за стицање звања:**

1. Завршена обука за спортског пењача приправника;
2. Пет испењаних и распремљених спортских смерова, вођењем ужета на природној стени;
3. Положени теоретски и практични део испита.

#### **Напомене:**

- Полазник курса пење, распрема смерове и осигурава пењаче на спортским смеровима *top rope* и вођењем ужета, на природној стени уз надзор и асистенцију инструктора или тренера;

- Организатор обуке обезбеђује услове за полагање практичног и теоретског дела испита. Инструктор и тренер спортског пењања су обавезни да највише десет дана по завршетку обуке, напишу извештај и пошаљу га Комисији за спортско пењање Планинарског савеза Србије (у даљем тексту: КСП).

**Извођачи наставног плана:**

- Чланови клуба/друштава са звањем спортски пењач уз надзор инструктора спортског пењања;
- Инструктор спортског пењања;
- Тренер спортског пењања.

**Напомене:**

- Уколико у клубу/друштву не постоји лице које има звање инструктора или тренера спортског пењања, клуб/друштво може ангажовати инструктора или тренера ван свог клуба/друштва са важећим звањем уз претходни договор са КСП.

**План, програм и предвиђени број теоретских и практичних часова за наставне јединице:**

- Спортско пењање (историја спортског пењања, развој, облици и начини пењања) 1+0;
- Природна пењалишта (опште о пењалиштима, домаћа и инострана пењалишта, спортски смер, оцењивање смерова) 1+0;
- Опрема (основне карактеристике опреме, коришћење, одржавање и чување опреме) 1+0;
- Чворови (осмица, полулађарац, лађарац, прусиков, продужни) 0+1;
- Пењање, осигуравање и падови (*top rope*, вођење ужета, коришћење различитих справа за осигуравање, прва копчања, простор за осигуравање, комуникација између пењача) 0+8;
- Постављање и распремање смера (израда сидришта, укопчавање, превезивање, самостално спуштање низ уже, комуникација између пењача) 0+4;
- Заштита животне средине и етички кодекс спортских пењача 1+0;
- Прва помоћ (основе прве помоћи и процедуре при звању хитне помоћи, контролисање основних животних функција, заустављање крварења, реанимација – АВС, транспорт, кома положај) 2+1;
- Минимум 20 радних сати (6+14), уз обавезно повећање броја сати практичне наставе у складу са потребама полазника за савладавање наставних јединица.

## **II.-СТРУЧНА ИЛИ ЛИЦЕНЦНА ОБУКА**

Стручна или лиценцна обука има за циљ даљу обуку спортског пењача приправника са знањима и техникама пењања у спортском пењању на природној стени.

Звање спортски пењач омогућава самостално и безбедно пењање спортских смерова као и пружање прве помоћи животно угроженим лицима на природним пењалиштима. Звање се обнавља само једном, након две године, када се стиче трајно звање спортски пењач.

Звање инструктор спортског пењања омогућава самостално пењање, организацију спортско-пењачких акција, пружање прве помоћи животно угроженим лицима на природним пењалиштима, обучавање и испитивање кандидата за звања спортски пењач-приправник, спортски пењач и инструктор спортског пењања. Инструктор спортског пењања поседује теоретска и практична знања искусних спортских пењача. Звање се обнавља на две године, након што се у овом временском периоду испуне прописани услови.

## **ЗВАЊЕ У ОКВИРУ СТРУЧНЕ ОБУКЕ**

## 1. Спортски пењач

### Организатор може бити:

- КСП ПСС

### Услови за стицање звања:

1. Сечено звање спортски пењач-приправник;
2. Приправнички стаж у трајању од једне године;
3. Завршена обука за спортског пењача;
4. 50 испењаних спортских смерова, вођењем ужета, на природној стени;
5. Положен теоретски и практични део испита.

### Напомене:

- Испуњавање четвртог услова потврђује Пењачки картон, који се обавезно попуњава на крају пењачке сезоне и доставља КСП на оверу.
- Практични и теоретски део испита организује КСП најмање једном, а највише два пута годишње, уз обавезно присуство два инструктора спортског пењања (са важећим звањем) у својству испитивача.

### Извођачи наставног плана:

- Инструктори или тренери спортског пењања са важећим звањем;
- Лекар ( за наставну јединицу прва помоћ ).

### Напомене:

- За реализацију наставног плана и програма, КСП може ангажовати било ког од инструктора или тренера са важећим звањем.

### План, програм и предвиђени број теоретских и практичних часова за наставне јединице:

- Техника спортског пењања ( правилно загревање, напредовање, употреба руку и ногу, напредне технике ) 1+2;
- Чворови ( продужни, краватни, лептир, гарда, ENSA, *bowline* ) 0+1;
- Пењање, осигуравање и падови (постављање сидришта за пењање у систему *top rope*, осигуравање у случају опасног уласка) 2+8;
- Пењање уз уже 1+ 2;
- Болдеринг (опште о болдерингу, домаћа и инострана болдеринг пењалишта, болдер проблем, оцењивање проблема, осигуравање) 1+4;
- Уређивање смерова (опште о уређивању смерова, геологија) 1+0;
- Прва помоћ (контролисање основних животних функција, повреде костију и меких ткива) 2+3;
- Минимум 28 радних сати (8+20), уз обавезно повећање броја сати практичне наставе у складу са потребама полазника за савладавање наставних јединица.

### Напомена:

Након испуњавања плана и програма према предвиђеном броју часова, инструктори (предавачи) подносе извештај КСП, која даље одобрава полагање кандидата за звање спортски пењач. Након полагања, извештај КСП подносе инструктори који су били у својству испитивача и посматрача (члан КСП).

## 2. Инструктор спортског пењања

### Организатор може бити:

- ;КСП ПСС.

### Услови за стицање звања:

1. Најмање 18 година старости и две године стажа у звању спортски пењач;

2. Важеће звање спортски пењач;
3. Завршена обука за инструктора спортског пењања;
4. 150 испењаних спортских смерова тежих од VII (UIAA), вођењем ужета, на природној стени, од којих је најмање пет у дужини од два или више растежаја ужета (цугова);
5. 20 испењаних болдер проблема;
6. Најмање 10 уређених и отворених смерова (5 самостално и 5 са партнером);
7. Положени практични и теоретски део испита;
8. Завршен одговарајући програм на акредитованој установи, у складу са спортским звањима дефинисаним у Закону о спорту.

**Напомене:**

- Испуњавање четвртог и петог услова потврђује Пењачки картон, који се обавезно попуњава на крају пењачке сезоне и доставља КСП на оверу.
- Испуњавање петог услова потврђују Евиденциони листови смерова, достављени и оверени од стране КСП.
- Практични и теоретски део испита организује КСП, по потреби, једном годишње, уз присуство два инструктора спортског пењања (са важећим звањем) у својству испитивача.

**Услови за обнављање звања:**

- 50 испењаних спортских смерова, вођењем ужета, на природној стени, од којих је најмање један у дужини од два или више растежаја ужета (цугова);
- Најмање једно учешће у настави за стицање звања спортски пењач – приправник, спортски пењач и инструктор спортског пењања.

**Напомене:**

- Приликом обнављања звања, услови морају бити испуњени у периоду од две године у односу на дан полагања за поновљено звање.

**Извођачи наставног плана:**

- Инструктори спортског пењања са важећим звањем.

**План, програм и предвиђени број теоретских и практичних часова за наставне јединице:**

- Пењање у навези (самоспасавање, технике са једним и два ужета) 1+4;
- Метеорологија (опште о метеорологији, клима, прогноза времена према променама у природи) 1+0;
- Навигација (опште о навигацији, коришћење уређаја за навигацију, бусола, навигација помоћу природних знакова и објеката) 1+0;
- Организација спортско пењачких акција (припрема, права, дужности и одговорност вође акције, једнодневни и вишедневни организовани боравак у природи) 1+0;
- Организација такмичења на природним стенама (припрема такмичења, такмичарска правила, избор и оспособљавање људи за организацију такмичења) 1+0;
- Организација наставе и рад са младима 1+4;
- Прва помоћ (ГСС организација код нас и у свету, опрема за спасавање, технике спасавања, организација спасавања у планини, сигнализација) 2+6.
- Укупно 22 радна сата (8+14), уз могућност повећања броја сати практичне наставе у складу са потребама полазника за савладавање наставних јединица.

**Напомена:**

Након испуњавања плана и програма према предвиђеном броју часова, инструктори (предавачи) подносе извештај КСП, која даље одобрава полагање кандидата за звање инструктор спортског пењања. Након полагања извештај КСП подносе инструктори који су били у својству испитивача и посматрача ( члан КСП ).

## ПРОГРАМ ЗА СТИЦАЊЕ ЗВАЊА И ОБУКА У СПОРТСКОМ ПЕЊАЊУ НА ПРИРОДНИМ СТЕНАМА

Звање које се стиче у Комисији за Спортско пењање. Омогућава самостално пењање, организацију спортско пењачких акција, пружање прве помоћи на природним пењалиштима, обучавање и испитивање кандидата за звања спортски пењач – приправник и спортски пењач. Односи се на теоретска и практична знања искусних спортских пењача. Звање се обнавља на 2 године, тако што се у овом временском периоду мора одржати најмање један курс.

### 3.Тренер спортског пењања

Тренер спортског пењања мора да савлада одговарајући програм на акредитованој установи, у складу са спортским звањима дефинисаним у Закону о спорту.

Председник  
Комисије за спортско пењање

  
(Надежда Доброта)

Председник  
Планинарског савеза Србије

  
(Борис М. Мишић)

