



**Федерација на планинарски спортови во
Македонија
Mountaineering Sport Federation of Macedonia**

11 Октомври 42, 1000, Скопје
Република Македонија
11 Oktomvri 42, 1000, Skopje
Republic of Macedonia

+389 2 3 165 540

<http://www.fpsm.org.mk/>

contact@fpsm.org.mk

Федерацијата за планинарски спортови на Македонија

Комисија за планинарски водичи

Центар за стручно образование

ПРОГРАМА

ОСНОВНИ ПЛАНИНАРСКИ ШКОЛИ

ЗА КАНДИДАТИ ЗА ПЛАНИНАРСКИ ВОДИЧИ

Скопје, март 2018

ПРОГРАМА ЗА ОСНОВНИ ПЛАНИНАРСКИ ШКОЛИ ЗА КАНДИДАТИ ЗА ПЛАНИНАРСКИ ВОДИЧИ

Опис: Заинтересираните за присуство на обуки за планинарски водичи во организација на Федерацијата за планинарски спортови на Македонија (ФПСМ), задолжително треба да ја завршат Основната планинарската школа за кандидати за планинарски водичи. Тие основни планинарски школи, според Програмата изработена од ФПСМ, ќе се одржуваат во организација на планинарските друштва и клубови (ПД / ПК) регистрирани во ФПСМ.

Предуслови: учесниците на Основните планинарски школи за кандидати за планинарски водичи треба да имаат повеќегодишно (минимум тригодишно) планинарско искуство во спортови на планина (планинарење, ски планинарење, планинарско трчање, планинарски велосипедизам, итн.) и учество на акции во различни временски прилики и сезони.

Цел: да се обучат и да знаат да одберат соодветна облека и обувки за планинарските акции, да знаат да користат технички средства при планинарењето (појас, цепин, дерези, шлем, дрезги, јажиња...), да ги врзуваат основните десет планинарски јазли, да ги знаат основите на ориентација во просторот со употреба на мапа, компас и GPS уред, да знаат да употребуваат радио станица, да ги (пре)познаваат временски (не)прилики, да ги знаат и препознаваат опасностите во планина и да ги знаат основите за спасување.

Програма: Со Програмата се уредува начинот на образование на заинтересираните за присуство на обуки за планинарски водичи во организација на ФПСМ.

Содржина на Програмата: теоретски и практичен дел во траење од 35 часа, од кои 10 часа теорија и 25 часа пракса.

Учесници: полнолетни лица, членови на ПД / ПК и други заинтересирани за присуство на обуки за планинарски водичи.

Предавачи: Планинарски водичи и / или искусни членови на ПД / ПК, и други поканети стручни лица, во соработка со ФПСМ. Предавањата за Основната планинарска школа ќе бидат организирани **регионално**. Програмата на Основната планинарска школа ќе ја спроведуваат планинарските водичи од планинарските друштва кои припаѓаат на регионите:

- Скопје (одговорни Горан Николоски, 070/200-506, и Николчо Петров 070/252-169, ФПСМ)
- Куманово – Крива Паланка - Свети Николе (одговорен Марјан Милановски, 071/387-227, ЗПЗП Козјак 2013)
- Штип - Кочани – Берово - Делчево (одговорен Љупчо Чучуковски, 070/605-137, ПСД Голак, Делчево)
- Велес - Кавадарци – Неготино – Струмица – Гевгелија (одговорни Горан Николоски и Николчо Петров, ФПСМ во соработка со Љупчо Чучуковски, ПСД Голак, Делчево)
- Битола – Прилеп – Охрид – Струга (одговорен Влатко Гроздановски, 075/575-634, ПД Ѓорѓи Наумов, Битола)
- Гостивар – Тетово – Кичево (одговорен Александар Стојановски Цули, 078/225-034, ПК Јелак, Тетово)

Место на одржување: во просториите на ПД / ПК и во природа.

Потврда за учество: на крај од Школата, ПД / ПК, во соработка со ФПСМ, ќе издаде Потврда за учество на Основната планинарска школа.

Предмети на Основната планинарска школа за кандидати за планинарски водичи

	Предмет/тема	Теорија (часови)	Пракса (часови)	Предавач	ЛИТЕРАТУРА
1	Лична и техничка опрема	2		Планинарски водич, искусни членови на ПД/ ПК	
2	Планинарска терминологија и патеки	2		Планинарски водич, искусни членови на ПД/ ПК	ФПСМ
3	Ориентација	2	10	Планинарски водич, искусни членови на ПД/ ПК	ФПСМ
4	Употреба на радио комуникации и GPS уреди	2	10	Планинарски водич, искусни членови на ПД/ ПК	ФПСМ
5	Опасности и спасување во планина	2		Планинарски водич, искусни членови на ПД/ ПК	
7	Јазли		5	Планинарски водич, искусни членови на ПД/	ФПСМ
	Вкупно (часови)	10	25	35 часови	

Содржина на предметите:

- 1. Лична и техничка опрема:** облека и опрема за планинари, качувачи, тркачи, скијачи. Опрема за суви/врнежливи услови, за снег, мраз, глечери. Лична опрема, лична техничка опрема, групна опрема, групна техничка опрема. Правилна употреба и правилно одржување.
- 2. Планинарска терминологија и патеки:** Настанување на планини, видови планини, рељеф. Планини во МК, Балкан, Европа, на другите континенти. Планинарски термини. Типови патеки (скица и профил на патека, Ветерница), правила за маркирање. Национални паркови.
- 3. Ориентација:** Приближна ориентација (со небески тела, природна околина, цркви, ...). Движење со карта, со компас и со други помошни средства. Одредување на стојалиште, азимут, далечина и височина. Подготовка на акција со помош на карта, скица на патеката. Ориентација во отежнати услови: магла, ноќ, снег.
- 4. Употреба на радио комуникации и GPS уреди:** радио комуникации, фреквенции, употреба на GPS уред, мобилни телефони, сателитски телефони.
- 5. Опасности и спасување во планини:** Опасности при мрак, магла, дожд, снег, сонце, студ, громови. Губење, излизгување, одрон, лавина. Опасности во летни и во зимски услови, слаба подготовка на акцијата. Опасности од храната. Спречување на незгоди. Основи на спасување: јавување, пребарување, згрижување на настраданите, сигнализација при несреќа. Служби за спасување во Македонија, Балкан, Алпи, низ светот.
- 6. Јазли:** задолжително познавање на изработка на основните јазли: Осумка, Бродски јазол, Полубродски јазол, Продолжителен јазол, Прусиков јазол, Сигурносен јазол, Најлонски јазол, Каубојски јазол, јазол вратоврска, Амбулантен јазол.

Литература:

- „Основи на движење низ планина“, Бојан Полак, во издание на ФПСМ.
- „Прирачник за водачи во планина“, во издание на ФПСМ.
- „Прирачник за планинарство“, во издание на Сојузот на планинарски спортови на Македонија.
- „Правилник за бележење планинарски патеки во Република Македонија“, во издание на ФПСМ.