Врз основа на член 51, став 1, алинеја 12 од Статутот на Федерацијата за Планинарство на Северна Македонија, Претседателството на Федерацијата за Планинарство на Северна Македонија на ден 18 септември 2025 година донесува:

ПРОГРАМА
ЗА ОБУКА НА ПЛАНИНАРСКИ ВОДИЧИ ВО ЛЕТНИ УСЛОВИ ВО ФЕДЕРАЦИЈАТА ЗА ПЛАНИНАРСТВО НА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА (А стандард)

Термините што се користат во оваа Програма се од машки род, но имаат родово значење, вклучуваат на ист начин и машки и женски.

I. ОСНОВНИ КАРАКТЕРИСТИКИ

1) Назив

Основниот назив на обуката што ја обезбедува оваа програма е: летна обука за планинарски водич.

Покрај основното име, може да се користи и следното име: летна обука.

2) Опис

Обуката овозможува стекнување на знаења и вештини неопходни за безбедно водење при планинарење во летни услови.

Содржината и опсегот на стандардот „Летно планинарење“ (А стандард) е регулиран со упатството „А стандард – летно планинарење“ кој се утврдени врз основа на UIAA стандардите.

Курсот е наменет за планинари кои веќе ги имаат знаењата и вештините потребни за безбедно движење по терените од А стандардот и сакаат да ги надградат своите вештини и знаења со водички елементи во услови од стандардот А.

II. НАДЛЕЖНОСТИ

3) Стручна надлежност

Комисија за планинарски водичи на ФПСМ (во натамошниот текст: Комисија) е одговорна за стручните прашања во врска со програмата и нејзината имплементација

4) Организатор

Организатор на обуката е:

- Комисијата за планинарски водичи на ФПСМ.

5) Координатор

Координаторот на обуката го назначува Комисијата.

За Координатор може да се назначи само водич на ФПСМ со валидна лиценца за Инструктор.

6) Наставен кадар

Заради висококвалитетно пренесување на професионални знаења и вештини, обуката ја спроведува овластен наставен кадар, и тоа задолжително:

предавања:

- предавања од предметната целина „Водење при летно планинарење“ –водич со валидна лиценца за Инструктор,
- предавање „Прва помош“ – доктор или медицински техничар/лице,
- предавање „Основи на спасувањето“ - планински спасител/спасувачка служба,

вежби:

вежби „Прва помош“ – лекар или медицински техничар/лице,

- сите вежби освен вежбите за прва помош – Водич со валидна лиценца за Инструктор.

Во спроведувањето на програмата може да се вклучат предавачи, асистенти или демонстратори, на покана од Координаторот на обуката и истите ќе бидат под негов надзор. Комисијата за планинарски водичи при ФПСМ може да вклучи и други лица кои немаат лиценца за Инструктор во својство на предавачи, асистенти или демонстратори.

Целиот образовен кадар за својата работа е одговорен пред Комисијата за планинарски водичи и ЦСО.
Постапката за лиценцирање и условите за лиценцирање на образовен кадар се утврдуваат со одлука на Комисијата и ЦСО.

III. ОРГАНИЗИРАЊЕ НА ОБУКАТА

7) Организациски задачи

При организирање и спроведување на обуката на организаторот се применуваат задачите и обврските пропишани во Правилникот за образование на ЦСО во ФПСМ. Организаторот е должен навремено да подготви план за обуката и воедно да се грижи обуката да се спроведува во согласност со оваа Програма.
При извршување на задачи пропишани со Правилникот за образование на ЦСО во ФПСМ и одлуките на Комисијата, Координаторот на обуката непосредно соработува со Координаторот за образование во Комисијата, го известува за организациски околностите и ги применува неговите упатства.

8) Услови за упис

Задолжителни услови за упис се:

- членство во планинарски клуб кое е член на ФПСМ – докажано со членска книшка и маркица за тековната година,
- завршена планинарска школа на ФПСМ (по исклучок, на обуката без завршена планинарска школа може да се пријави искусен планинар постар од 50 години кој има повеќе од 10 години планинарско искуство преку активно членство во планинарски клуб),
- препорака од матичниот планинарски клуб или регионален огранок,
- искуство стекнато со учество во најмалку десет акции низ терени и во услови опишани во стандардот А, во период од три години,
- наполнети 18 години,
- извештај од извршен преглед на спортска медицина
- плаќање на школарина на организаторот на обуката.

Организаторот може да постави и дополнителни услови за упис на учесници.
Во случај да капацитетот биде пополнет, организаторот може да определи дополнителни критериуми за селекција или да го прекине понатамошното регистрирање.

9) Времетраење

Обуката трае 4 дена, поделена во два викенди.
Од првиот до вториот викенд од обуката не смее да помине повеќе од еден месец.

10) Место на одржување

Теоретскиот дел на обуката се изведува во објект кој има услови за одржување на предавања и практични вежби во неговата околина.
По потреба, со претходно одобрение на Комисијата и со нејзин надзор, теоретскиот дел од наставата може да биде спроведен според моделот за учење на далечина преку соодветна електронска услуга, со задолжителна достапност на координаторот и образовниот кадар за консултации.
Практичниот дел од обуката се изведува на планински терен, што овозможува спроведување на вежбите од А стандардот.

IV. НАСТАВНА ПРОГРАМА

11) Предавања

Теоретскиот дел на курсот се изведува преку предавања организирани во две наставни целини.

Курсот ги содржи следните предавања:

Бр.	Наставна тема	Содржина
Наставна целина „ Општи планинарски знаење“		
1.	Планинарство	Планинарење и планинарство, карактеристики на планинарењето (спорт, рекреација, култура, туризам), меѓународни планинарски здруженија, организација на планинарски клуб, Федерација за планинарство на Северна Македонија, активности/комисии на ФПСМ, членство, права на членство и должности, осигурување на членството, образование во ФПСМ
2.	Историја на планинарството	Развој на планинарството во светот; развој на планинарството во Македонија
3.	Планини	Настанување на планините, планини во светот, европски планини, македонски планини, заштитени подрачја во Македонија
4.	Метеорологија	Поим за време и клима, метеоролошки елементи: температура, притисок и влажност на воздухот, ветер, облаци, дожд, појави во атмосферата, временска прогноза, процена од јавински опасности
5.	Ориентација	Начин на ориентација, мапи, користење на компас, пронаоѓање на пат преку нормален и предизвикувачки терен, користење на ГПС уреди
6.	Опрема	Планинарска облека и обувки, ранец, опрема за преноќување во планина, опрема за водење, запознавање со техничката опрема
7.	Движење во планина	Вештини за движење во планина, лична подготовка за планинарење, движење по различни терени, маркација на пешачки патеки, предизвикувачки пешачки патеки, основни принципи движења на карпата
8.	Престој во планина	Подготовка за повеќедневна акција, планинарски објекти, логорување, принудно бивакување прехрана, вода и хигиена во планина
9.	Опасност во планина	Објективни и субјективни опасности: талкање, преценување можности, темнина, временски непогоди, смрзнување, изложеност на сонце, лизгање, одрон, крлежи, животни, мини и експлозиви, проценка на ризик, превентивно делување и мерки за заштита
10	Прва помош	Постапка при незгода, опрема за прва помош, основна процедури за одржување во живот, реанимација, странична положба, гушење од туѓо тело, преглед на повреди, процедура при отворена

		рана, крварење, затворена и отворена фрактура, имобилизација, животни (крлеж, змија), интернистички состојби, срцеви заболувања, хипогликемија
11	Основи на спасување	Потрага, проценка на ситуација, грижа за повредениот, извештај за несреќа, теренска сигнализација, импровизирани методи носење, изработка на импровизирани транспортни носилки, организација на превоз на повреденото лице, анализа, пријава и записник од спасувачката акција, планинска спасувачка служба
Наставна целина „Водење при летно планинарење“		
12	Планинарски водичи при ФПСМ	Обележја и улога на планинарските водичи на ФПСМ, членство, Прописи, краток историски преглед, улога на регионалните ограноци, обуки за водич
13	Стандарди за планинарски водич	Опис на теренот и условите, како и ограничувањата на стандардите за водич: летно планинарење, зимско планинарење, спортско качување, качување по карпи, качување на мраз, алпинизам, планинарско скијање
14	Прописи од областа на планинарењето	Закон за здруженија и фондации, Закон за волонтерство, Закон за спорт, Законот за угостителски дејности, Законот за туристичка дејност, подзаконски акти, Статут на ФПСМ и други акти на ФПСМ и планинарските клубови, спортски активности и професионални работни места во спорт, волонтерска работа во планинарењето, задачи и обврски водичот
15	Организирање на планинарски акции	Планирање на акција, користење планинарска литература и интернет, договарање на услуги за групата, пресметување на трошоците, информирање на членовите, повеќедневни акции, маршеви, обврски по завршувањето на акцијата, годишен и месечен план на акции (Правилник за организирање на акции)
16	Водење во планина	Подготовка за водење, начин на водење на групата, задачи на водичот во име на групата, обраќање на водичот кон групата, авторитет, одговорност
17	Психологија на поединецот и функционирање на групата	Планинарска етика, индивидуална психологија, фрустрации и конфликти, исклучување на поединец од група, социолошки карактеристики на група луѓе, карактеристики на водење специфични групи (големи групи, деца), улогата на водичот

12) Практична работа

Практичниот дел од обуката се спроведува во природа и/или на планинарски акции.
Обуката треба да вклучува најмалку две организирани планинарски акции.
Планинарските акции треба да бидат исполнети со едукативна содржина, усогласена со наставните теми опфатени предавања.
Во текот на обуката се изведуваат следните вежби и практични задачи:

Бр.	Наставна тема	Содржина
1	Планирање акција	користејќи мапи и печатени водичи, креирање леток
2	Обраќање кон групата и водење*	водење - претставување на водичот, броење, движење во група, чекање на раскрсници, проверка на опрема, преминување на патот итн.
3	Преглед на опремата	Преглед на опремата на учесниците
4	Ориентација*	Вежбата се изведува на лесно пристапен терен со добра видливост, во добри услови за видливост. Од инструкторите се очекува да демонстрираат, и од учесниците да ги усвојат следните постапки: одредување на страните на Светот со помош на сонце и компас, засеверување на мапата, движење со користење мапа и компас, разбирање нумерички и графички размери, определување на постојана точка. Препорачливо вежбите за ориентациони вештини да се вежбаат во помали групи и на едноставен ориентациски терен.
5	Примена на чворови и водичко јаже*	Вежбата вклучува повторување на основните јазли и демонстрирање и вежбање изработка на импровизирана ограда со помош на јаже. Следниве јазли се повторуваат и усвојуваат: осумка, осумка плетена, лаѓарски, полу-лаѓарски и прусик, по избор: криватен, булинон, амбулантски, двоен вкрстен со затегнување. Вежбата не вклучува изработка на импровизирана појас („панталони“), импровизиран ремен на градите, импровизирани транспортни носилки или други импровизации, туку учесниците треба да бидат поучени дека, онаму каде што е потребно, користат соодветни специјализирана опрема.
6	Изработка на импровизиран бивак	Вежбата се изведува во групи од 6-10 учесници. На групите им се даваат насоки како да изградат бивак од работите што ќе ги најдат во природата и опремата што ја имаат со себе. За изградба еден час е доволен. Инструкторите во анализата ќе го нагласат она што е добро преку разговор за избор на место за бивак, позиција и локација на бивакот и други карактеристики, а ќе укажат на грешките и пропустите на бивакот кои ќе ги увидат се со цел тој да биде поквалитетно изведен. Исто така, важна цел на вежбата е да се постигне тимска работа. Во анализата на учесниците ќе им се укаже фактот дека тимската работа кога е организирана функционира подобро, кога се распределуваат задачите и кога управува само еден човек - водичот, а не секој по малку.
7	Прва помош	Вежбата опфаќа стекнување и вежбање на следните техники: ABC преглед, брз преглед на повреди, вртење на страна, реанимација, имобилизација, преврска на рани. Вежбата се изведува под водство на лекар или медицински техничар/лице.

8	Транспорт на повредени лица и организација на спасување	Првиот дел од вежбата вклучува запознавање со транспортните техники за повредени лица и изработка на импровизирани транспортни носилки. Втор дел од вежбата, која обично се изведува како последна вежба на обуката, вклучува потрага на повредено лице врз основа на пријава за незгода, обезбедување прва помош, изработка на импровизирани транспортни носилки, организирање транспорт на повредениот и сеопфатна анализа на целата операција на спасување.

Практичниот дел од обуката може да се изведе во форма на комбинирани вежби кои содржат задачи според споменатите наставни теми.
Вештините од наставните теми означени со ѕвездичка (*) се стекнуваат постепено, преку константно проширување и продлабочување, односно со постојано повторување на претходно презентиран и научен материјал

13) Литература

Следниве се користат како основни наставни материјали за летниот курс за водич за планинарење изданија:

1. Планинарење Прирачник – Лето
2. Основи на движење низ планина
3. За безбедно движење низ планина
4. Медицински – санитарен прирачник за алпинисти и планинари

14) Резултати од обуката

Очекуваните резултати од обуката се:

- Компетентност да ги водат планинарите и лицата во рамките на стандардите,
- способност да организира планинарски акции, походи и маршеви,
- познавање на методи на комуникација и управување со групата,
- познавање на опрема за водење,
- познавање на Правилникот за организирање и спроведување на планинарски акции, походи и маршеви на ФПСМ,
- познавање на обврските и одговорностите на планинарскиот водич,
- познавање на безбедносни мерки и процедури во случај на несреќа.

15) Услови за завршување на обуката

Во текот на обуката Координаторот го следи присуството на предавањата и посветеноста на учесниците во извршувањето на практичните вежби и задачи и утврдува за секој учесник дали ги исполнува условите за успешно завршување на обуката.
Условите за успешно завршување на обуката се:

- посетување на најмалку 70% од предавањата и
- учество во најмалку 70% од вежбите на обуката
- способност за безбедно движење по услови од А стандардот.

По успешното завршување на обуката, учесникот ќе се стекне:

- стручен назив: водич-приправник,
- сертификат за успешно завршување на обуката.

Сертификатот за успешно завршување на обуката не го заменува сертификатот за успешно завршен испит.

V. ИСПИТ

16) Спроведување на испит

Квалификациите за водење на летни планинарски акции се одредуваат преку испит со кој се врши тестирање на знаењата и вештините на кандидатите за планинарски водичи.
Испитот е организиран од Комисијата за планинарски водичи на ФПСМ.

Испитот е конципиран да ги поттикне кандидатите да ги повторат и утврдат основните знаења и вештини.
Проверката се врши преку:

- испитна акција
- писмен испит
- усмен испит.

Се одржува ден или два дена во текот на еден викенд. Испитот се состои од испитна акција каде кандидатите заедно тргнуваат на планинарски терен со А стандард, наизменично водејќи ја групата. Писмениот испит трае два часа (120 минути). Практичниот испит се состои од задолжително усно испитување на темите: „Планинарство опрема“, „Јазли и конструкција на ограда“, „Ориентација“, „Прва помош и спасување“ и други наставни теми. Координаторот на испитот може да го промени распоредот на активности за време на испитот, во зависност од околностите на теренот и достапноста на стручен кадар.

17) Координатор на испитот

Испитот го спроведува испитна комисија од најмалку 3 члена.
Координаторот и испитната комисија ги именува Комисијата за планинарски водичи, во соработка и со одобрение на ЦСО.
Само водич на ФПСМ со валидна лиценца за Инструктор по планинарство може да биде назначен за Координатор на испитот.
При вршење на работи пропишани со Правилникот за школување и одлуките на Комисијата, Координаторот непосредно соработува со Претседателот на комисијата, го известува за организациските околности и ги применува неговите упатства.

18) Услови за полагање на испитот

Услови за полагање на испитот се:

- членство во планинарско друштво кое е член на ФПСМ - докажано со членска книшка и маркица за тековната година,
- членство во регионален огранок во тековната година, поминати најмногу 24 месеци од завршувањето на основна планинарска школа,
- 10 акции на водење, но не помалку од 3 акции на водење, теренски во услови на А стандард – како помошник водич (со ментор/лиценциран планинарски водич), или вршење на други водички активности (предавања, семинари и сл.), вклучително и вежби за регионалниот огранок, во периодот од завршувањето на обуката до испитот,
- пријавата за полагање на испитот за А стандард мора да биде во период од 18 месеци од датумот на завршување на обуката за А стандард*.

Организаторот и Координаторот не можат да поставуваат дополнителни услови за полагање на испитот.
**доколку поради објективни причини кандидатот не можел да се јави во одредениот период на испит тој има право да поднесе барање до Комисијата за планинарски водичи на ФПСМ тој рок да се продолжи. Комисијата донесува одлука дали ќе го прифати барањето или ќе го одбие врз основа на проценка на информациите наведени во барањето.*

19) Критериуми за испитување и оценување

Оценката од испитот вклучува проценка на способноста на кандидатот самостојно и безбедно да водење на лица по терени и во услови опишани со А стандардот.
При оценувањето на знаењата и вештините на кандидатите се применува следниот систем на оценување:

- **задоволил**: знаењата или вештините се доволни за на кандидатот да му се довери водење на лица по терени и во услови опишани со А стандардот;
- **не задоволил**: знаењето или вештините не се доволни за да на кандидатот му се довери водење на лица по терени и во услови опишани со А стандардот.

Успешно положен испит се смета испитот во кој знаењата и вештините на кандидатот во ниту една наставна тема не се оценети со оцена „не задоволил“.

Доколку одредени знаења или вештини на кандидатот на испитот се оценети со оцена „не задоволил“, координаторот на испитот ќе го упати кандидатот да го повтори испитот по одредената наставна тема или да го повтори целиот испит.

20) Резултат од испитот

Со успешно полагање на испитот, членот се стекнува со:
потврда за положен испит или диплома од Комисијата за планинарски водичи за А стандард со која лицето стекнува право да ја продолжи постапката за лиценцирање на планинарски водичи на ФПСМ.

VI. УСОВРШУВАЊЕ

21) Усовршување и обновување на знаењата и вештините

По завршувањето на обуката и полагањето на испитот, заинтересираниот член продолжува со своите активности како професионалец преку подобрување и редовно усовршување на знаењата и вештините преку:

- учество во организирани планинарски акции, походи и маршеви,
- водење акции, походи и маршеви во рамките на стандардите за кои е обучен и лиценциран,
- учество во редовни активности на матичниот планинарски клуб и регионалниот огранок,
- со учество на стручни семинари и вежби организирани од Комисијата,
- преку размена на искуства со други заинтересирани членови,
- користење стручна литература.

ФПСМ
Претседател
Зоран Читкушев