**攀岩指导员**

**国家职业资格培训大纲**

**（中级）**

中国登山协会

二〇一六年六月

**目 录**

1. **培训目的与任务**
2. **培训对象**
3. **培训目标**
4. **培训工作的基本原则**
5. **鉴定申报资格条件**
6. **课程教学内容纲要**
7. **课程教学内容课时分配**
8. **课程模板**
9. **培训**
10. **培训教师**

根据中华人民共和国人力资源和社会保障部制定的《社会体育指导员国家职业标准》（以下简称《国家职业标准》）中有关培训要求的规定，为攀岩运动社会体育指导员职业技能鉴定专项理论、专项技能培训提供科学、规范的依据，结合我国攀岩运动对攀岩指导员（中级）的从业要求，制定本大纲。

1. **培训目的与任务**

通过体育行业特有职业社会体育指导员（攀岩运动）中级指导员（以下简称“中级攀岩指导员”）培训，使学员在初级攀岩指导员的基础上，进一步理解攀岩运动，掌握攀岩运动的理论和中级技术、技能，达到《国家职业标准》中在理论和技能方面的基本要求，为中级攀岩指导员职业技能鉴定考试做好准备。

1. **培训对象**

符合《社会体育指导员国家职业标准》中的适用对象，具备申报中级攀岩指导员的申报条件，经履行正式申报手续的从事或准备从事本职业的人员，均可参加培训。

1. **培训目标**

1、熟悉中级指导员基本职责和义务。

2、具有足够的安全意识。

3、 熟练掌握攀岩下方保护技术，可以独立负责人工攀岩场地或天然攀岩场地的保护站设置和保护工作。

4、 熟练掌握攀岩运动知识、技能和技术，可以为初学者提供必要的技术指导；

5、具备攀岩者的体能与技术训练的基本方法。

6、攀岩活动组织管理

7、熟练先锋攀登演示，达到先锋攀登5.10级别难度路线的攀爬能力。

1. **培训工作的基本原则**

培训总原则为“系统性与针对性相结合，突出针对性；理论与实践相结合，突出实践；基础与应用相结合，突出应用”。具体如下：

1. 针对性原则。依据《标准》紧密结合攀岩实际工作需要，针对学员个体特点进行培训。
2. 实践性原则。注重学员理论和实践能力相结合，加强学员实践操作能力的培养。
3. 应用性原则。将基础理论知识应用于实践操作中，切实使学员将所学知识应用于实践。
4. 灵活性原则。授课形式多样、方法灵活，采用课堂讲授与场地实践操作教学相结合，同时配以录像观摩、交流研讨等方式，使学员开阔思路和眼界。
5. **鉴定申报资格条件**

中级攀岩指导员鉴定申报资格条件：（具备以下条件之一者）：

1. 取得本职业初级职业资格证书后，从业一年以上可以参加中级培训，经攀岩中级正规培训达到规定标准学时数，可以参加本级别考核；
2. 取得本职业初级职业资格后从业两年以上可以直接参加考试，考前达标测试攀爬能力需达到5.10 级别；
3. 取得攀岩国家二级以上运动员等级证书的可以参加中级培训，经攀岩中级正规培训达到规定标准学时数，可以参加本级别考核；
4. 高等院校（攀岩相关专业）专科以上学历；
5. **课程教学内容纲要**
6. 攀岩运动发展现状 1课时

国内外前沿发展动态（政策法规、装备发展、赛事、资讯、竞技水平、场馆建设、自然岩壁开发等）

（二）攀岩技术装备基础知识 2课时

（三）攀岩基础训练概述 4课时

1. 攀岩基础训练概述 1课时
2. 攀爬能力基础训练 3课时
3. 攀爬技术（动态技术、微平衡技术、大跨度重心转移技术）
4. 训练方法

（四）人工岩壁的定线 8课时

1. 前沿理念及原则 1课时
2. 定线技巧 4课时
3. 攀石 2课时
4. 场馆线路规划及信息管理 1课时

（五）赛事活动的组织 3课时

1. 攀岩竞赛活动的种类和意义
2. 竞赛的规则与组织
3. 活动的计划与准备
4. 团队管理

（六）先锋攀登 15课时

1. 先锋攀登
2. 下方保护

（七）教学指导

1．教学指导基本方法 1课时

2、青少年攀岩指导 2课时

（八）单绳升降技术 1课时

（九）岩壁救援技术：岩壁伤员（有行动能力）下降运送技术 2课时

（十）攀岩运动损伤与预防 1课时

（十一）户外环境与危险识别 2课时

1. **培训内容与时数分配**
   1. 培训总课时分配表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学时  中级 | 公共理论30% | | | 专项理论与技术70% | | | 总学时 |
| 自学 | 集中 | 总合 | 理论 | 实践 | 总合 |
| 中级 |  | 3 | 3 | 15 | 30 | 45 | 48 |

* 1. 专项培训课时分配表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学时  等级 | 专项理论 | | 专项技术与技能 | | 总学时 |
| 理论课程 | 比例 | 技能技术 | 比例 |
| 中级 | 15 | 33% | 30 | 67% | 45 |

* 1. 专项培训内容课时分配比例表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 中级 | 专项理论培训 | | | 专项技能培训 | | | 总计 |
| 内 容 | 时数 | | 内 容 | 时数 | |
| 1.攀岩运动发展现状 | 1 | 15 | 1.攀爬能力基础训练（攀爬技术、训练方法） | 3 | 30 | 45 |
| 2.攀岩技术装备基础知识 | 2 |
| 3.攀岩基础训练概述 | 1 | 2.人工岩壁的线路设计（定线技巧） | 6 |
| 4.人工岩壁的定线 | 2 |
| 5.赛事活动的组织 | 3 | 3. 先锋攀登与下方保护 | 15 |
| 6.攀岩运动损伤与预防 | 1 | 4. 单绳升降技术 | 1 |
| 7.户外环境与危险识别 | 2 | 5. 岩壁救援技术 | 2 |
| 8.教学指导的一般方法 | 1 | 6.保护站设置与下降技术 | 3 |
| 9.青少年攀岩指导 | 2 |  |  |

1. **课程模板**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 时间 | | 培训内容 | 课时 | | 备注 |
| 理论 | 实践 |
| 1 | 上午 | 开班仪式 |  |  |  |
| 攀岩运动发展现状 | 1 |  |  |
| 攀岩技术装备基础知识 | 2 |  |  |
| 下午 | 保护站设置与下降技术 |  | 3 |  |
| 晚上 | 户外环境与危险识别 | 2 |  |  |
| 教学指导基本方法 | 1 |  |  |
| 2 | 上午 | 公共理论 | 3 |  |  |
| 下午 | 先锋攀登与下方保护 |  | 3 |  |
| 晚上 | 攀岩基础训练概述 | 1 |  |  |
| 攀岩运动损伤与预防 | 1 |  |  |
| 3 | 上午 | 先锋攀登与下方保护 |  | 3 |  |
| 下午 | 先锋攀登与下方保护 |  | 3 |  |
| 晚上 | 人工岩壁的定线 | 2 |  |  |
| 4 | 上午 | 赛事活动的组织 | 3 |  |  |
| 下午 | 人工岩壁的线路设计（定线技巧） |  | 3 |  |
| 晚上 |  | 3 |  |
| 5 | 上午 | 先锋攀登与下方保护 |  | 3 |  |
| 下午 | 攀爬能力基础训练（攀爬技术、训练方法） |  | 3 |  |
| 晚上 | 青少年攀岩指导 | 2 |  |  |
| 6 | 上午 | 先锋攀登与下方保护 |  | 3 |  |
| 下午 | 单绳升降技术 |  | 1 |  |
| 岩壁救援技术 |  | 2 |  |
| 晚上 | 复习或理论考核 |  |  |  |
| 7 | 全天 | 理论考核、实践考核 |  |  |  |
| 结业仪式 |  |  |  |
| 共计 | |  | 18 | 30 | 48课时 |

备注： 1. 上课时间：早8：30至11：30； 下午14：00至17：00；晚上19:00-21:00

2.可根据场地情况调整时间。

1. **培训管理**
   1. 培训机构
      * 1. 开办中级攀岩指导员培训班的机构须取得相关培训资质，按社会体育指导员职业资格培训的有关程序和大纲进行。
        2. 培训机构负责中级攀岩指导员培训的招生与管理，做好各项组织工作。
   2. 培训规模与比例
2. 培训规模：根据场地条件，培训班人数原则上不超过24人。除培训课程总监和教师外，培训期间培训机构可设立班委、后勤、财务等临时岗位，以保证培训工作的顺利开展。
3. 教师与学员配比：基本攀登技术教学指导的教师与学员比例为1:6-8。
   1. 场地与装备

培训地点和场地由培训机构来确定，并符合《攀岩培训场地要求》规定。

1. 培训场地必须具备的条件：
   1. 培训教室和多媒体教学仪器设备。
   2. 可供培训合法使用的人工岩壁。
2. 培训装备
   1. 个人服装和个人装备自备，公用装备须经认证，由培训机构按培训要求准备，并有备份。
   2. 培训机构需有培训装备管理指导，培训公用装备每次使用前后须经认真检查。

（四） 培训教材

1、《社会体育指导员国家职业资格培训教材 攀岩》

2、《社会体育指导员职业培训教材（中高级）》

1. **培训教师**

培训教师须持有国家体育总局职业技能鉴定指导中心颁发的“攀岩运动国家职业资格培训教师证书”。

* 1. 培训教师须经培训并获得全国统一颁发的攀岩运动国家职业资格培训教师证书。
  2. 培训教师应提前1个月得到通知，并根据大纲要求进行备课。
  3. 培训教师应在培训前提前进行现场备课，掌握培训场地情况，并做好各项准备工作。
  4. 培训教师须遵循《攀岩培训教师管理办法》。