**攀岩指导员**

**国家职业资格培训大纲**

（**初级**）

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. **培训教学内容纲要**
7. **培训教学内容重点划分**
8. **培训内容与课时分配**
9. **课程模板**
10. **培训管理**
11. **培训教师**

根据中华人民共和国人力资源与社会保障部制定的《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（初级）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）初级指导员（以下简称“初级攀岩指导员”）培训，使学员进一步理解攀岩运动，掌握攀岩运动的基本理论、技术和技能，达到《国家职业标准》中在理论和技能方面的基本要求，为初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，具备申报初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**
2. 熟悉初级指导员基本职责和义务。
3. 熟练掌握基本攀岩安全操作技术。
4. 熟练掌握基本攀登技术动作，并具备一定攀登能力。
5. 掌握基础攀岩知识。
6. 具备指导初学者的能力，可以独立负责人工攀岩场所单段攀登的保护工作。
7. **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**

申请初级攀岩指导员技能鉴定，年龄须在18周岁以上，文化程度在初中以上，同时还须具备以下条件之一：

1. 经攀岩初级正规培训达到规定标准学时数，可以参加本级别考核；
2. 国家职业资格户外培训教师；
3. 取得体育中等专科学校攀岩相关专业毕业证书。
4. **课程教学内容纲要**
5. 专项理论部分 9课时
	1. 攀岩指导员职责与义务 1课时
	2. 攀岩运动概述 2课时
	3. 装备基础知识 3课时
	4. 攀岩场馆标准与开放条件（相关管理要求） 2课时
	5. 环境保护 1课时
6. 专项技能技术操作部分 20课时
	1. 攀登基础技术操作 16课时
		1. 绳结技术 3课时
		2. 保护技术（上方保护、攀石保护） 9课时
		3. 保护点设置与下降技术 4课时
	2. 攀登基础技术动作 2课时
		1. 手法
		2. 脚法
		3. 常用身体姿态（正身、侧身、换手/脚、交叉手/脚）
		4. 攀爬节奏
		5. 呼吸调整
		6. 放松休息
	3. 教学指导 2课时
		1. 指导原则
		2. 指导方法
		3. 指导技巧
7. **培训内容与课时分配**
	1. 培训总课时分配表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课时等级 | 体育指导公共理论30% | 专项理论与技术70% | 总课时 |
| 自学 | 集中 | 总合 | 理论 | 实践 | 总合 |
| 初 级 |  | 3 | 3 | 9 | 20 | 29 | 32 |

* 1. 专项培训课时分配表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课时等级 | 专项理论 | 专项技术与技能 | 总课时 |
| 理论课程 | 比例 | 技能技术 | 比例 |  |
| 初 级 | 9 | 30% | 20 | 70% | 29 |

* 1. 专项培训内容课时分配比例表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  内容级别 | 专项理论培训 | 专项技能培训 | 总计 |
| 内 容 | 时数 | 内 容 | 时数 |
| 初 级 | 1.攀岩指导员的职责和义务 | 1 | 9 | 1.绳结技术 | 3 | 20 | 29 |
| 2.攀岩运动概述 | 2 | 2.保护站设置与下降技术 | 4 |
| 3.攀岩技术装备基础知识 | 3 | 3.保护技术（上方、攀石） | 9 |
| 4.攀岩相关管理要求 | 2 | 4攀登基础技术动作 | 2 |
| 5. 环保知识 | 1 | 5.教学指导的一般方法 | 2 |

1. **课程模板**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 时间 | 培训内容 | 课时 | 备注 |
| 理论 | 实践 |
| 1 | 上午 | 攀岩指导员的职责和义务 | 1 |  |  |
| 攀岩运动概述 | 2 |  |  |
| 下午 | 装备基础知识 | 3 |  |  |
| 晚上 | 绳结技术 |  | 2 |  |
| 2 | 上午 | 保护技术及基础攀登 |  | 3 |  |
| 下午 | 公共理论 | 3 |  |  |
| 晚上 | 攀岩场馆标准与开放条件 | 2 |  |  |
| 3 | 上午 | 保护技术及基础攀登 |  | 3 |  |
| 下午 | 保护点设置与下降技术 |  | 4 |  |
| 晚上 | 绳结技术 | 1 |  |  |
| 4 | 上午 | 保护技术及基础攀登 |  | 3 |  |
| 下午 | 攀登基础技术动作教学指导的一般方法 |  | 22 |  |
| 晚上 | 环保知识 | 1 |  |  |
| 5 | 全天 | 理论及实践考核 |  |  |  |
| 下午 | 结业仪式 |  |  |  |
| 共计 |  | 12 | 20 | 32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. 开办初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. 培训机构负责初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。

 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（初级）》
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》。