



HRVATSKO PLANINARSKO DRUŠTVO „PAPUK“

5. OPĆA PLANINARSKA ŠKOLA



Informacije i upisi:

e-mail: hpdpapuk.vtc@gmail.com

voditelj škole: **Mario Ripli, 098 637 105**

Molimo, osigurajte svoje mjesto na vrijeme!

Pozivamo sve planinare i one koji to žele postati da nam se pridruže!

Opća planinarska škola predstavlja osnovu za školovanje kadrova u organiziranom hrvatskom planinarstvu jer omogućuje stjecanje općih znanja i vještina iz područja planinarstva.

Njezin jedinstven program omogućava postupno i kvalitetno pripremanje članova za nastavak školovanja te pruža osnovu za siguran i svrsishodan boravak u planinama te djelovanje unutar planinarske udruge, u skladu sa željama pojedinca i sredine u kojoj djeluje.

Polaznici opće planinarske škole mogu biti isključivo članovi osnovnih planinarskih udruga (društava), članica HPS-a s plaćenom članarinom za tekuću godinu i s navršениh 15 godina (do punoljetnosti potrebna je suglasnost roditelja ili staratelja).

Opća planinarska škola sastoji se od teorijskog i praktičnog dijela (predavanja i izleti/vježbe) te je usklađena sa "Pravilnikom o općoj planinarskoj školi u HPS-u".

Školarina iznosi 150,00 kuna (materijalni troškovi teorijskog i praktičnog izvođenja nastave)

Troškovi izleta (prijevoz, noćenje...) **NISU** uključeni u školarinu.

Školarina će se moći platiti:

- u prostoriji Društva – srijeda 12.2.2020. od 19 sati
- prvog dana predavanja, 29.2.2020.

Pohađanje predavanja, vježbi i izleta koji su u planu je obavezno (uobičajeno se kao kriterij uspješnosti polaznika uzima sudjelovanje na najmanje 70 % predavanja i 70 % izleta planinarske škole).

Škola završava pismenom provjerom znanja, a za uspješno polaganje ispita dovoljno je pratiti predavanja (standardizirana na nivou HPS-a) i sudjelovati u vježbama, ali se svakako preporuča nabavka Planinarskog udžbenika (po cijeni od 100,00 kn- **molimo prilikom prijave naglasiti želite li udžbenik kako bi ga na vrijeme mogli naručiti**)

Praktični dio nastave održavat će se vikendima na terenu – izletima/vježbama organiziranim za školu u suradnji s ostalim članovima društva.

Školu vode licencirani iiskusni vodiči, planinari, član HGSS te liječnik za predmet „Prva pomoć“.

Osnovna oprema za planinarsku školu su gojzerice i ruksak (preporuka štapovi).

PLAN I PROGRAM PREDAVANJA I IZLETA

	Predmet	Datum
1.	Povijest planinarstva	29.2.
2.	Planinarska organizacija	subota od 9:00
3.	Poznavanje planina	1.3.
4.	Zaštita prirode	nedjelja od 9:00
5.	Pripreme za odlazak u planinu	7.3.
6.	Boravak u planinama	subota od 9:00
7.	Kretanje u planinama	14.3.
8.	Opasnosti u planinama	subota od 9:00
9.	Meteorologija	15.3.
10.	Osnove speleologije	nedjelja od 9:00
11.	Osnove spašavanja i HGSS	21.3. i 22.3. 21.3. i 22.3.
12.	Orijentacija	subota i nedjelja od 10:00 planinarska kućica „Brusovi“
13.	Oprema	28.3.
14.	Korištenje tehničke opreme	subota od 9:00
15.	Prva pomoć	3.4. nedjelja od 9:00

IZLETI

1.	8.3.	Požeška gora	Vladimir Subota
2.	29.3.	Papuk, Velika - pl. dom Lapjak	Tomislav Kovač
3.	5. 4.	Orahovica - Krndija	Goran Mičić
4.	18.4.	Belišće	Vladimir Subota
5.	19.4.	Bilogora, pl dom Kamenitovac	Zlatko Pleško
6.	16. i 17.5.	Petrov vrh, Daruvar	Vladimir Subota, Zlatko Pleško

Sadržaj:

- 1. Povijest planinarstva:** početak i razvitak planinarstva, alpinizma, planinskog skijanja i ostalih planinarskih specijalnosti, planinarska organizacija od osnutka do danas, kod nas i u svijetu;
- 2. Planinarska organizacija:** svrha i ciljevi, struktura (planinarsko društvo, županijski i gradski savezi), HPS, UIAA, članstvo (prava i dužnosti), planinarska etika;
- 3. Poznavanje planina:** postanak, reljef, osnovni zemljopisni pojmovi, svjetska gorja (po kontinentima), hrvatske planine;
- 4. Zaštita prirode:** uloga i zadaće planinara u zaštiti planinske prirode, zaštićena planinska područja u Hrvatskoj, Zakon o zaštiti prirode;
- 5. Meteorologija:** faktori vremena (temperatura, vlaga, tlak zraka, oblaci), atmosferske pojave, vremenske prognoze, klima, vremenska obilježja u visokogorju i aklimatizacija;
- 6. Oprema:** osobna i zajednička oprema, tehnička oprema, izbor opreme prema vrsti i težini uspona, održavanje i čuvanje;
- 7. Pripreme za odlazak u planinu:** psihička i fizička priprema, izbor cilja, planinarska literatura, izbor hrane i opreme za turu, uključivanje u već organizirane akcije, planiranje i organiziranje izleta ili ture, planinarska fotografija;
- 8. Boravak u planinama:** specifičnosti dužeg boravka u planinama, planinarski domovi i kuće (kućni red, ponašanje u slučaju nedostatka prostora, minimum vode, mogućnosti prehrane), skloništa, logorovanje i prinudno bivakiranje, higijena u planinama;
- 9. Kretanje u planinama:** osnovna pravila za kretanje, uspon i silaz, tehnika, brzina, ritam, odmor i odmorišta, karakteristike terena, obilježeni i osigurani planinarski putovi (markacije i markiranje), planinarske obilaznice, vođenje planinara, odnos vodiča i skupine;
- 10. Opasnosti u planinama:** objektivne i subjektivne opasnosti, otklanjanje i izbjegavanje opasnosti, signalizacija u slučaju opasnosti ili nesreće;
- 11. Prva pomoć:** smisao prve pomoći, nadziranje glavnih životnih funkcija, sprječavanje četiri glavne opasnosti (šok, krvarenje, gušenje, infekcija), ozljede i način pružanja prve pomoći;
- 12. Osnove spašavanja i HGSS:** obavješćivanje o nesreći, organiziranje spašavanja, transport unesrećenoga, Hrvatska gorska služba spašavanja, spašavanje u inozemstvu;
- 13. Korištenje tehničke opreme:** upoznavanje s opremom (klin, uže, sponka, cepin, dereze), izrada čvorova (vodički, bulin i dr.), navezivanje na uže, kretanje u navezu, korištenje principa »tri čvrste točke« pri kretanju po strmom terenu;
- 14. Orijentacija:** strane svijeta, približna orijentacija prema terenu, kretanje uz kartu i kompas, topografski znakovi, mjerilo, određivanje visine i profila terena, korištenje GPS uređaja;
- 15. Osnove speleologije:** pojam speleologije, povijesni pregled, oblici u kršu (površinski i podzemni), osnovna speleološka oprema, istraživanje speleoloških objekata, zaštita špilja i turizam.

Svim polaznicima želimo uspjeh u savladavanju planinarskih vještina!

HPD „Papuk“