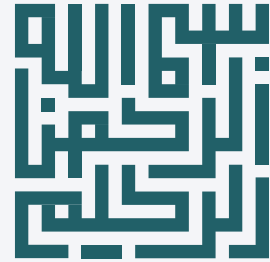




# اللائحة الفنية للأكاديميات الخاصة لرياضة التجديف

نافيس  
NAFES





ب/ الاشتراطات الإدارية	م
الإنتساب	6
الرسوم	7
المخالفات و العقوبات	8

أ/ الاشتراطات الفنية	م
المدرين	1
المنشآت	2
الأدوات	3
السلامة	4
المسابقات	5



أ/ الاشتراطات  
الفنية



## 1. المدربين

**1.1** يجب أن يحصل المدربين على شهادة ( level 2 ) معتمدة من الاتحاد السعودي للتجديف

**1.2** اذا كان لديهم شهادة دولية، او أي شهادات من دول اخرى، يجب مراجعتها وارسال مؤهلاتهم الى الاتحاد السعودي للتجديف لاعتمادها

**1.3** العدد الأدنى للمدربين هو 2 (مدرب للذكور ومدربة للإناث)



## 2. المنشآت

### 2.1 ملكية مقر المنشأة

- 2.1.1 في حال عدم وجود مقر للمنشأة، فيجب اتباع واطمام الضوابط التالية مع مقر/المنشأة المستضيفة:
- 2.1.2 موافقة صاحب المقر المضيف
- 2.1.3 دفع أجور استخدام المقر
- 2.1.4 تحديد مواعيد استخدام المنشأة/المقر المضيف
- 2.1.5 اتباع لوائح وأنظمة المقر المضيف
- 2.1.6 التواصل واطار المقر المضيف بالإجراءات
- 2.1.7 الموافقة على سياسة التأمين مع المقر المضيف
- 2.1.8 في حال وجود مقر للمنشأة، يرجى اتباع اشتراطات المنشأة الموجودة في 2.2 و 2.3 و 2.4
- 2.1.9 توفير تأمين ساري الصلاحية للمنشآت المستخدمة



## 2. المنشآت

### 2.2 بيت القوارب (مخزن القوارب) (The Boat House)

- 2.2.1 مساحة اجمالية تقريبية لتخزين القوارب، والمجاديف، ومحرك قوارب المدربين (٩.٥م في ٢٣م وارتفاع ٤م تقريبا)
- 2.2.2 يضاف عرض ٣م في ٢٠م وارتفاع ٤م لمساحة عمل (صيانة) للقوارب
- 2.2.3 مراعاة درجة الحرارة في تخزين القوارب بحيث تكوم بين ١ الى ٣٠ درجة مئوية
- 2.2.4 أبواب بيت القوارب يكون مواجه المسطح المائي ويبعد ما بين ٣٠-٥٠م من حافة الماء
- 2.2.5 المساحة بين بيت القوارب والمسطح المائي يجب ان تكون فارغة ومستوية
- 2.2.6 وجود جهاز صدمات كهربائية لا يبعد عن ١٠٠م من المستودع

### 2.3 الصالة الرياضية

- 2.3.1 أن تكون بمساحة تقريبية تعادل ١٢م في ١٧م، ومن ضمنها:
- 2.3.1 مساحة لاستخدام أجهزة تجديف داخلية وغيرها من أجهزة الاحماء واللياقة
- 2.3.2 مساحة لمنصات رفع الاثقال وحامل اوزان وملحقاتها
- 2.3.3 مساحة متعددة الاستخدام (منطقة استتالة وتمارين اخرى)
- 2.3.4 أرضية من النوع المطاطي نظام الانترولوك او ما شابه تحت منطقة رفع الاثقال
- 2.3.5 أرضية خشبية لمساحات متعددة الاستخدام مثل تحت اجهزة التجديف داخل الصالات او الدراجات الخ



## 3. الأدوات

### 2.4 منصة انطلاق القوارب

2.4.1 منصة طفو بانتون (Pontoon بطول ١٨ م على الأقل)

### 3.1 القوارب

- 3.1.1 قوارب المدربين (تستخدم بمحركات و كقوارب امان في بعض الحالات) عدد ( 2 )
- 3.1.2 قوارب تجديف مبتدئين من نوع (فردى 1 x عدد 2)
- 3.1.3 قوارب تجديف متوسطة/محترفين من نوع (فردى 1 x عدد 4)
- 3.1.4 قوارب تجديف مبتدئين من نوع (زوجى 2 x عدد 4)
- 3.1.5 قوارب تجديف متوسطة/محترفين من نوع (زوجى 2 x عدد 2)
- 3.1.6 قوارب تجديف من نوع (رباعي 4 x عدد 2)
- 3.1.7 قوارب تجديف متغيرة من نوع (اربعة 4/-/4+) وعدد 2)
- 3.1.8 قوارب تجديف من نوع (ثمانية 8+) عدد 1)
- 3.1.9 مجاديف (scull) عدد 22)
- 3.1.10 مجاديف (oars) عدد 8)
- 3.1.11 قوارب امان عدد 2)





## 3. الأدوات

### 3.2 معدات الصالة الداخلية

- 3.2.1 جهاز دفع أرجل عدد (٢)
- 3.2.2 اوزان متعددة ٥٠٠ كغ
- 3.2.3 منصة رفع أثقال متعددة عدد (٤)
- 3.2.4 قضيب اولمبي (معدني) وزن ٢٠ كغ عدد (٨)
- 3.2.5 قضيب اولمبي سداسي الأضلاع (معدني) وزن ٢٠ كغ عدد (٤)
- 3.2.6 قضيب اولمبي (معدني) وزن ١٠ كغ عدد (٤)
- 3.2.7 اوزان متعددة لمنصات رفع الأثقال وزن ١٠٠٠ كغ
- 3.2.8 كراسي رفع أثقال عدد (٤)
- 3.2.9 صناديق قفز عدد (٤)
- 3.2.10 اوزان يدوية متعددة مع حامل (dumbbells)
- 3.2.11 اوزان يدوية متعددة مع حامل (kettlebells)
- 3.2.12 مطاطات تقوية عدد (٤)
- 3.2.13 سترة اوزان عدد (٢)
- 3.2.14 كراسي رفع أثقال مرتفعة للسحب عدد (٢)
- 3.2.15 منصات متفرقة أخرى لرفع الأثقال عدد (٢)
- 3.2.16 دراجات من نوع (Wattbike) او (Concept 2) عدد (٨)
- 3.2.17 جهاز skierg (concept 2) عدد (٢)
- 3.2.18 أجهزة تجديف داخل الصالات من نوع (Concept 2) عدد (٨)
- 3.2.19 كرات مطاطية كبيرة عدد (٤)



## 4. السلامة

### 4.1 تقييم المخاطر

- 4.1.1 يجب مراجعتها من المدربين المختصين العاملين بالأكاديمية سنويًا وإعادة تقديمها إلى الاتحاد
- 4.1.2 يجب أن يشمل التقييم (على سبيل المثال لا الحصر) ما يلي:
- 4.1.3 موقع الأكاديمية (خطوط الطول والعرض) ، مع وصف المنطقة المحيطة بالمنشأة ووصف حالة طرق الوصول إليها.
- 4.1.4 نوع ومدى منطقة القوارب (على سبيل المثال: قناة ضيقة أو نهر واسع أو بحيرة أو مصب أو بحر) وتأثير ذلك على نوع الإنقاذ الذي قد يكون مطلوبًا.
- 4.1.5 المخاطر المحتملة مثل العوائق والسدود ونقاط الوصول المحدودة. يوجد المزيد من المعلومات حول التدفق فوق السدود هنا.
- 4.1.6 الأشخاص ، على سبيل المثال عدد الأعضاء والعمر وخبرة التجديف. كن على علم بالمخاطر المحتملة
- 4.1.7 المخاطر في مرافق الأكاديمية الأخرى مثل صالة الألعاب الرياضية والمطبخ وورشة العمل.
- 4.1.8 المسافة والوقت إلى أقرب مستشفى مع قسم الطوارئ والحوادث أو وحدة الإصابات الطفيفة ونوع التغطية المقدمة.
- 4.1.9 تفاصيل الخدمة التي تقدمها خدمة الإسعاف المحلية.
- 4.1.10 توفر خدمات الإنقاذ الأخرى مثل الإسعاف الجوي وقارب النجاة.
- 4.1.11 موقع أقرب جهاز للصدمات الكهربائية.



## 4. السلامة

### 4.2 خطة السلامة

- 4.2.1 يجب أن يكون جميع المستخدمين على دراية بالخطة.
- 4.2.2 يجب مراجعة الخطة سنويًا بواسطة مدربي الأكاديمية المعيّنين وإعادة تقديمه إلى الاتحاد
- 4.2.3 يجب أن تتضمن (على سبيل المثال لا الحصر) ما يلي:
  - 4.2.3.1 خطة الملاحة المحلية وتحديد المخاطر وقواعد الملاحة وأنماط الدوران ونقاط الوصول إلى المياه في حالات الطوارئ (مع الرموز البريدية أو أحداثيات النقاط).
  - 4.2.3.2 تعليمات لتغطية أي تغيير في الإجراءات العادية اللازمة لإدارة المخاطر الناتجة عن تيارات المد والجزر والجريان والرياح أو الظروف المناخية الأخرى.
  - 4.2.3.3 تعليمات للإبلاغ عن الحوادث شفهيًا وخطياً في الأكاديمية وإرسالها إلى الاتحاد.
  - 4.2.3.4 أرقام الهواتف المتعلقة بالسلامة مثل مسؤولي الأكاديمية والإسعافات الأولية والأفراد المدربين على الإنعاش القلبي الرئوي وحاملي المفاتيح وحرس الحدود أو الجهة المسؤولة إدارياً عن المنطقة.
  - 4.2.3.5 توفير أجهزة قنوات الراديو ذات التردد العالي ومعلومات حول كيفية الاتصال بحرس الحدود.
  - 4.2.3.6 قواعد لمنتسبي الأكاديمية تغطي مسؤولياتهم فيما يتعلق بالممارسة الآمنة.
  - 4.2.3.7 مواقع الإحماء والتبريد على الماء.
  - 4.2.3.8 معايير تقييم المخاطر المرتبطة بأي نشاط مائي محلي.



## 4. السلامة

### 4.2 خطة السلامة

4.2.3 يجب أن تتضمن (على سبيل المثال لا الحصر) ما يلي:

4.2.3.9 تعليمات إلى كل ربان قارب تجديف (coxswains) وتوجيهات للحفاظ على المراقبة الجيدة والامتثال لخطة الدوران وقواعد الملاحة في جميع الأوقات

4.2.3.10 تعليمات للمجدفين بأن يكونوا بارزين ويرتدوا ملابس عالية الوضوح في جميع الأوقات عندما يكونوا طافياً بخلاف الوقت الذي يُطلب منهم فيه ارتداء طقم الأكاديمية أثناء المناسبات

4.2.4 يجب أن يكون لدى الأكاديميات إرشادات واضحة بشأن قواعد الأكاديمية المتعلقة (على سبيل المثال لا الحصر) بما يلي:

4.2.4.1 القواعد المتعلقة بتدريب المنتسبين المبتدئين ، والأشخاص الجدد في التجديف والتجديف على التكيف.

4.2.4.2 القواعد المتعلقة بالتجديف في الظلام ، خاصة للقوارب التي لا تحتوي على كوكس (ربان).

4.2.4.3 القواعد التي تحدد الشروط ، إن وجدت ، والتي بموجبها يجوز للمتدربين الخروج دون مرافقة.

4.2.4.4 قواعد الملاحة على أساس البيئة المحلية ومتطلبات سلطة المياه المحلية والاتفاقيات مع مستخدمي المياه الآخرين.

4.2.4.5 القواعد المتعلقة باستخدام آلات التجديف الداخلية والمرافق الرياضية.

4.2.4.6 القواعد المتعلقة باستخدام عمليات الإطلاق، بما في ذلك ألا يقل عمر السائقين عن 18 عامًا ما لم يرافقهم شخص بالغ مسؤول.

4.2.4.7 في حالة الذهاب إلى البحر، قواعد إبلاغ خفر السواحل وقنوات الراديو لاستخدامها ومراقبتها.



## 4. السلامة

### 4.3 اشتراطات السلامة لبيت القوارب ومعدات التجديف

- 4.3.1 توفير التخزين للقوارب والمعدات بطريقة منظمة، في أماكن جيدة الإضاءة، لتقليل الأضرار التي تلحق بالأشخاص أو المعدات الأخرى.
- 4.3.2 توفير معلومات للمستخدمين والمنتسبين حول كيفية فحص القوارب.
- 4.3.3 تأكد من أن جميع القوارب لديها طفو كافٍ وتوفر طفوًا إضافيًا إذا لزم الأمر.
- 4.3.4 تأكد من أن منطقة الربان في المؤخرة لا تحتوي على نتوءات أو عوائق أخرى من شأنها أن تعلق على أحزمة سترة نجاة الربان و ملابسهم أو شعرهم بطريقة قد تعيق خروجهم من القارب. التأكيد أيضًا من ضبط الأحزمة والملابس بحيث لا تلتصق بأي جزء من القارب.
- 4.3.5 احتفظ بسجل لمعلومات الشركة المصنعة / المورد فيما يتعلق بقابلية الطفو المتأصلة في القارب.
- 4.3.6 الحفاظ على جميع المعدات في حالة عمل جيدة ومناسبة للظروف التي سيتم استخدامها فيها.
- 4.3.7 مطالبة المنتسبين بالإبلاغ عن أي أضرار تلحق بالقوارب والمعدات للمسؤول دون تأخير.
- 4.3.8 "عزل" قارب أو قطعة من المعدات التالفة، مع تحديد طبيعة الضرر بوضوح، والتأكد من عدم استخدامها. على الأكاديمية أن تعرف كيفية التحقق من المعدات التي تستخدمها
- 4.3.9 ضع في اعتبارك استخدام ألواح (Splash Board) إذا كانت ظروف المياه صعبة.



## 4. السلامة

### 4.3 اشتراطات السلامة لبيت القوارب ومعدات التجديف

4.3.10 يلزم تدريب الآخرين على:

4.3.10.1 الحاجة لفحص المعدات.

4.3.10.2 كيفية فحص المعدات.

4.3.10.3 ماذا تفعل إذا وجدت عيوب.

4.3.11. التأكد من فحص المعدات قبل استخدامها.

4.3.12. التأكد من فحص المعدات بعد استخدامها.

4.3.13. تأكد من عدم استخدام المعدات المعزولة.

4.3.14. يجب صيانة جميع القوارب بشكل جيد وأن تكون في حالة جيدة للتجديف.

4.3.15. يجب أن تضمن الأكاديميات فحصاً شاملاً للقوارب والمعدات بما في ذلك ما يلي:

4.3.15.1. عدم وجود علامات ظاهرة للضرر في الهيكل، على سبيل المثال الخدوش أو الشقوق.

4.3.15.2 أن تكون مقصورات الطفو وموانع التسرب وأغطية الفتحات وبدن القارب وسدادات التهوية آمنة ومانعة للماء. يتم تركيب أكياس الطفو إذا لم يتم تركيب مقصورات طفو أسفل المقعد.

4.3.15.3 أن تكون كرة مقدمة القارب المطاطية في حالة جيدة ومثبتة بشكل آمن (حيث يكون من بناء القارب أو تكوينه أو تكون مقدمة القارب محمية بشكل صحيح أو لا يمثل شكله خطراً في حالة حدوث تصادم).

4.3.15.4 مسامير التثبيت أو المسامير اللولبية لا تشكل أي خطر في حالة وقوع حادث. يجب تغطية أو إزالة أي نتوءات حادة.



## 4. السلامة

### 4.3 اشتراطات السلامة لبیت القوارب ومعدات التجديف

4.3.15 يجب أن تضمن الأكاديميات فحصًا شاملاً للقوارب والمعدات بما في ذلك ما يلي:

4.3.15.5 في جميع القوارب، يجب أن تكون نقلات الأقدام أو الأحذية أو غيرها من الأجهزة التي تمسك بأقدام المجدفين من النوع الذي يسمح للمجدفين بالابتعاد عن القارب دون تأخير في حالات الطوارئ.

4.3.15.6 يجب أن تكون قيود كعب حذاء التثبيت في القارب قوية وآمنة ومتينة وأطوالها صحيحة (الأربطة وأربطة الكابلات يجب ان تكون مناسبة).

4.3.15.7 في حالة بقاء الأحذية أو الأجهزة الأخرى التي تمسك القدمين في القارب، يجب تقييد كل حذاء أو جهاز بشكل مستقل بحيث عندما يصل الكعب إلى الوضع الأفقي، ويتم تحرير القدم من الحذاء.

4.3.15.8 يجب أن يتم تحرير مثبتات الأحذية مثل الأربطة أو الفيلكرو (Velcro) أو المواد المماثلة على الفور بواسطة المجدف بحركة يدوية واحدة سريعة تتمثل في سحب حزام واحد يسهل الوصول إليه.

4.3.15.9 في حالة عدم بقاء الأحذية أو الأجهزة الأخرى التي تحمل القدمين في القارب، يجب أن يتمكن المجدف من تحرير كل حذاء أو جهاز بدون استخدام يديه أو بحركة يدوية واحدة سريعة تتمثل في سحب حزام أو جهاز تحرير يسهل الوصول إليه

4.3.15.10 عدم وجود جزء من راكز المجاديف، أو أي هيكل آخر، يقيد قدرة المجدفين على إزالة أقدامهم من الأحذية في حالة الطوارئ..



## 4. السلامة

### 4.3 اشتراطات السلامة لبيت القوارب ومعدات التجديف

4.3.15 يجب أن تضمن الأكاديميات فحصاً شاملاً للقوارب والمعدات بما في ذلك ما يلي:

4.3.15.11 خطوط وأربطة الدفة وآليات التوجيه والدفة (عند تركيبها) والزعنفة آمنة وتعمل بشكل جيد.

4.3.15.12 أذرع الامتداد (مركز المجداف) والدورات وحاصر ذراع المجداف والمقاعد والمزاليق والنقلات آمنة تعمل بشكل صحيح ولا تظهر عليها علامات التشقق أو التعب.

4.3.15.13 يجب حماية الواجهة الامامية (Port في الميمنة على جميع القوارب، باستثناء ال (Sculling)، بحيث تكون بواسطة دعامة خلفية

4.3.15.14 دبابيس الثقب بحالة جيدة، وموضوعة بشكل صحيح (قاسية للأمام، ومؤخرة ناعمة) وحمل قطع الغيار.

4.3.15.15 الشفرات غير تالفة والأزرار آمنة ومثبتة بشكل صحيح.

4.3.15.16 القارب مناسب للوضع الذي سيتم استخدامه فيه، على سبيل المثال أقصى وزن للطاقم.

4.3.15.17 الإضاءة مناسبة للخروج على الماء وتعمل بشكل صحيح





## 4. السلامة

### 4.4 اشتراطات قوارب السلامة

4.4.1 يجب على جميع الأكاديميات أن يكون لديها عدد من قوارب الإنقاذ / السلامة التشغيلية المتاحة وفقًا للقدرة التشغيلية لها.

4.4.2 يجب أن تكون قوارب السلامة مزودة بفريق مدرب بشكل صحيح وقادر على تقديم الإسعافات الأولية.

4.4.3 المسؤولية: يجب أن تتحمل الأكاديمية مسؤولية ما يلي فيما يتعلق بقوارب الأمان:

4.4.3.1 الصيانة: يتم التأكد والحفاظ من أن أي قارب سلامة، بما في ذلك محركه، في حالة عمل جيدة وفي حالة آمنة. وأن أي قارب غير مناسب

للاستخدام قد تم تمييزه ووضع في منطقة حجر حتى لا يتم استخدامه قبل إصلاحه.

4.4.3.2 تجنب التحميل الزائد: تأكد من معرفة الحمل الأقصى والالتزام به.

4.4.3.3 الإجراءات: تحديد إجراءات استعادة المجدفين. قدم أيضًا معلومات عن الاستخدام الآمن للمركب.

4.4.3.4 تقييم المخاطر: تأكد من تضمين المخاطر المرتبطة باستخدام القارب في تقييم مخاطر الأكاديمية واتخاذ الإجراءات المناسبة لتقليل المخاطر إلى

مستوى مقبول.

4.4.3.5 قطع الغيار: توفير قطع الغيار اللازمة لصيانة القارب.

4.4.3.6 في وضع الاستعداد: يجب أن يكون قارب الأمان طافياً وجاهزاً للاستخدام الفوري عندما تكون القوارب على الماء ويجب تشغيله بواسطة سائقين

مدربين (يعفى من ذلك الرياضيين ذوي الخبرة الاستثنائية وفي حال منح مدرب المنتخب الوطني الإذن كتابياً بذلك).



## 4. السلامة

### 4.4 اشتراطات قوارب السلامة

4.4.3 المسؤولية: يجب أن تتحمل الأكاديمية مسؤولية ما يلي فيما يتعلق بقوارب الأمان:

#### 4.4.3.7 المواصفات:

- 4.4.3.7.1 بالنسبة للتجديف غير الساحلي في المياه الداخلية ، يُسمح باستخدام القارب أو القارب البلاستيكي الصلب أو "أسماك القصدير".
- 4.4.3.7.2 يجب أن يتمتع قارب الأمان بالقدرة على حمل طاقم أي قارب على الماء.
- 4.4.3.7.3 بالنسبة للأكاديميات في المياه الساحلية أو المفتوحة ، يجب أن يكون قارب الأمان من قوارب الصلبة القابلة للنفخ.
- 4.4.3.7.4 يجب أن تكون مراوح المحرك مزودة بواقيات دافعة.
- 4.4.3.7.5 يجب أن تكون قوارب الأمان مزودة بأسلاك قتل المحرك بطول مناسب وتعمل بكامل طاقتها وتستخدم في جميع الأوقات أثناء السير.



## 4. السلامة

### 4.4 اشتراطات قوارب السلامة

4.4.4 مجموعات قوارب الإنقاذ/السلامة: يوصى بإدراج المعدات التالية في مجموعة أدوات سلامة الإطلاق:

4.4.4.1 حقيبة إسعافات أولية في كيس مضاد للماء يتم فحصه شهرياً

4.4.4.2 خط/حبل ربي أو انتزاع من الماء أو ما شابه.

4.4.4.3 سكين أمان مسنن مع قاطع حبل.

4.4.4.4 ما يكفي من معدات للبقاء على قيد الحياة أو "أكياس Bivvi" تكفي عدد ركاب القارب. (ملاحظة: تميل البطانيات المصنوعة من القصدير إلى إبقاء

الأشخاص المشعورين بالبرودة باردين ولا ينصح بها.)

4.4.4.5 سترات نجاة كافية لأقصى عدد من الركاب وأفراد الطاقم.

4.4.4.6 حبل "kill-cord" احتياطي لأفراد الطاقم أو الراكب في حالة سقوط السائق من فوق القارب.

4.4.4.7 طول حبل احتياطي.

4.4.4.8 نافذ/نازح.

4.4.4.9 مجداف.

4.4.4.10 مطفأة حريق



## 4. السلامة

### 4.4 اشتراطات قوارب السلامة

4.4.5 قد ينتج من تقييم مخاطر الموقع والمياه والظروف الجوية ، الى حاجة وجود المعدات التالية:

4.4.5.1 مجموعة أدوات تشتمل على قطع غيار لمراكب التجديف (مثل المفكات والصواميل والغسالات والأسلاك).

4.4.5.2 الحد الأدنى من مجموعة الأدوات وقطع الغيار للمحرك.

4.4.5.3 مرسة وخط مناسبين لظروف المياه والطقس.

4.4.5.4 جهاز اتصالات مثل جهاز إرسال واستقبال لاسلكي VHF مقاوم للماء أو هاتف محمول.

4.4.5.5 خطاف (boathook)

4.4.5.6 جهاز إشارات صوتية: بوق هوائي أو بوق الكتروني أو مكبر صوت.

4.4.5.7 مضخة هواء للقارب الهوائي الصلب (داخل منطقة الطفو بالقارب) بالإضافة إلى صمام احتياطي وغطاء صمام ومجموعة إصلاح للقوارب المطاطية أو

القوارب الصلبة القابلة للنفخ (RIBs)

4.4.5.8 وقود احتياطي.

4.4.5.9 مقابض يدوية بسيطة على جانب القارب لتقديم المساعدة لأي شخص يتم إنقاذه أو للسائق إذا سقط في الماء.

4.4.5.10 سترات النجاة الاحتياطية ، وخزان الوقود الاحتياطي (استخدام المياه المفتوحة) ، ووسائل الدفع البديلة الملائمة للظروف المتوقعة ، والشعلات

النارية ، والخرائط ، والمساعدات الملاحية أو نظام GPS.

4.4.5.11 أضواء مناسبة في ظروف الرؤية المنخفضة.



## 4. السلامة

### 4.4 اشتراطات قوارب السلامة

4.4.5 قد ينتج من تقييم مخاطر الموقع والمياه والظروف الجوية ، الى حاجة وجود المعدات التالية:

4.4.5.12 طوف نجاة ( Valise) قادر على استيعاب العدد المناسب من الأشخاص ومناسب للاستخدام على الشاطئ.

4.4.5.13 أنبوب الإنقاذ - أنبوب للطفو يبلغ طوله حوالي متر واحد لإنقاذ الأشخاص في المياه أو أي جهاز طفو آخر قادر على دعم المصباح في الماء

4.4.5.14 سلم أو حبل معلق أو أي معدات مماثلة للمساعدة عند انتشار المصباح من الماء إلى القارب.

4.4.5.15 قوة انقاذ لسحب المصباح إلى ضفة شديدة الانحدار أو رأسية.

4.4.5.16 مرساة بحرية لمنع انجراف القارب مع الرياح ؛ يمكن أن تكون كتلة ثابتة ومربطة بحبل.

4.4.5.17 كشاف وهاج ذو شعاع قوي يكفي لتحديد مكان المصباح في الليل.

4.4.6 يتوقع من سائقي قوارب الأمان:

4.4.6.1 ارتدِ سترة نجاة مُجهزة بشكل صحيح كلما طفت على قدميك وتأكد من قيام جميع أفراد الطاقم بذلك.

4.4.6.2 قبل كل استخدام ، تحقق مما يلي:

4.4.6.2.1 التشغيل شاملاً المحرك بحالة جيدة قبل البدء في استخدامه.

4.4.6.2.2 يوجد وقود كاف للخروج على الماء.

4.4.6.2.3 المحرك آمن ومركب بشكل صحيح.

4.4.6.2.4 آلية حبل قتل المحرك تعمل بشكل صحيح

4.4.6.2.5 طقم الأمان موجود على متن المركب.

4.4.6.2.6 إذا لزم الأمر ، تعمل الأضواء.

4.4.6.2.7 إذا تم حمل راديو ، التأكد من شحنه وضبطه على القناة الصحيحة.



## 4. السلامة

### 4.5 التمكن/ كفاءة السباحة

- 4.5.1 يجب أن يكون جميع المشاركين في التجديف سباحين أكفاء وواثقين
- 4.5.2 في حال ان البعض غير مختص، يجب استخدام تقييم المخاطر لتحديد الإجراءات المناسبة للمشاركين ذوي القدرة المحدودة على السباحة.
- 4.5.3 القدرة على السباحة في المسبح لا تضمن القدرة على السباحة في المياه الباردة والمكشوفة.
- 4.5.4 يجب أن يكون كل شخص يشارك في التجديف قادراً على:
  - 4.5.4.1 السباحة لمسافة 50 متراً على الأقل بملابس خفيفة (عدة التجديف).
  - 4.5.4.2 القدرة على الفو والتحرك في الماء لمدة دقيقتين على الأقل.
  - 4.5.4.3 السباحة تحت الماء لمسافة خمسة أمتار على الأقل
  - 4.5.4.4 يمكن تمديد هذه الأوقات والمسافات بحيث تكون مناسبة للمكان الذي يتم فيه التجديف.
  - 4.5.4.5 من الناحية المثالية ، يجب على الرياضيين إكمال تمرين الانقلاب في بيئة خاضعة للرقابة (سنويًا).

### 4.6 سترة النجاة وكرات مساعدات الطفو

- 4.6.1 يجب ارتداء معينات الطفو أو سترات النجاة في جميع الأوقات من قبل سائقي القوارب الآمنة و coxes في جميع الأوقات.
- 4.6.2 يجب أن تحمل جميع قوارب الأمان سترات النجاة / مساعدات الطفو على الأقل بنفس عدد الأشخاص الذين على متنها أثناء السير.



## 4. السلامة

### 4.7 قلب القارب

- 4.7.1 يجب وضع قوارب الأمان لتغطي المناطق الأكثر عرضة للخطر.
- 4.7.2 يجب متابعة وحضور جميع حالات الانقلاب ، ويجب على سائقي قوارب الأمان الاستفسار عما إذا كانت هناك حاجة إلى مساعدة فورية ، وإذا لم تكن هناك حاجة إلى مساعدة ، يجب أن يقف قارب الأمان على أهبة الاستعداد حتى يقوم الطاقم بتصحيح وضعية القارب.
- 4.7.3 يجب على المشاركين دائماً البقاء مع قواربهم واستخدامها كوسيلة للمساعدة على الطفو (وليس السباحة إلى الشاطئ).
- 4.7.4 سلامة الطاقم لها الأولوية عن سلامة القارب كاعتبار أساسي.
- 4.7.5 من المتوقع أن يقوم كل شخص في الأكاديمية بما يلي:
  - 4.7.5.1 اعرف ما يجب القيام به في حالة الانقلاب أو الانقلاب.
  - 4.7.5.2 فهم ضرورة البقاء مع القارب واستخدامه كطوف نجاة ، إلا إذا أدى ذلك إلى خطر أكبر.
  - 4.7.5.3 اتخذ الاحتياطات قبل الصعود على قدميه لتقليل مخاطر الانقلاب أو الانقلاب.
  - 4.7.5.4 احضر أي تدريب على الانقلاب والتصحيح منه والذي تقدمه الأكاديمية.
  - 4.7.5.5 انتبه لآثار صدمة الماء البارد وانخفاض درجة حرارة الجسم
  - 4.7.5.6 افهم أن الخطوات الرئيسية هي: تحرر من القارب ، الخروج من الماء ، و انزل عن الماء.



## 4. السلامة

### 4.7 قلب القارب

#### 4.7.6 يتوقع من المدربين:

- 4.7.6.1 إرشاد المجدفين إلى أسباب وتجنب الانقلاب والغرق.
- 4.7.6.2 قم بتدريب المجدفين على فحص قيود الكعب بشكل روتيني قبل الوقوف على قدميه.
- 4.7.6.3 تذكير المجدفين بالانقلاب الآمن وتقنيات الإنقاذ بعد الانقلاب أو الغمر.
- 4.7.6.4 انتبه إلى تدريب الانقلاب والاسترداد للمجدّف.
- 4.7.6.5 اتبع السياسات التي وضعتها الأكاديمية لأولئك الذين لم يتم تدريبهم.
- 4.7.6.6 إرشاد المجدفين إلى آثار صدمة الماء البارد وانخفاض درجة حرارة الجسم
- 4.7.6.7 لا يجوز استخدام قارب التدريب الذي يدعم طاقمًا مبتدئًا (أقل من 5 جلسات لكل مشارك) كقارب أمان للأنشطة الأخرى التي تقام في نفس الوقت





## 4. السلامة

### 4.8 الإبلاغ عن الحوادث

- 4.8.1** يُطلب من جميع الأندية تطوير إجراءات الإبلاغ عن الحوادث ، بما في ذلك الاحتفاظ بسجل الحوادث / وشيك الوقوع وتسجيل جميع تقارير الحوادث بغض النظر عن خطورة الحادث.
- 4.8.2** يجب أن يتضمن الإبلاغ تسجيل الدروس المستفادة جنبًا إلى جنب مع الإجراءات المتخذة لتجنب تكرارها.
- 4.8.3** يجب تقديم جميع الحوادث إلى الاتحاد في غضون شهر واحد من الحادث.
- 4.8.4** قد يؤدي عدم التقييد بذلك إلى إلغاء الترخيص.

### 4.9 السجل

- 4.9.1** يجب أن يكون لدى المركز نظام مطبق يمكنه من مراقبة عدد القوارب والمستخدمين الموجودين على الماء أثناء التدريب (مثل: سجل).
- 4.9.2** يجب أن يتضمن السجل مواقع الشغل والتجديف وأسماء الطلاب والمعلمين والمنتسبين.



## 4. السلامة

### 4.10 إرشادات نسبة الأمان

المستوى	عدد المتدربين (حد أقصى)	عدد قوارب التجديف (حد أقصى)	عدد قوارب السلامة (حد أدنى)	مسافة القرب للقوارب (حد أدنى)	مثال على تخصيص القوارب
مبتدئ (متوسط الخبرة أقل من 10 طلعات لكل شخص)	8	2	1	أقل من 250م	رباعي عدد (2) أو فردى عدد (2)
مبتدئ (متوسط الخبرة أقل من 10 طلعات لكل شخص)	16	4	2	أقل من 750م	رباعي عدد (4) أو فردى عدد (4)
متوسط (متوسط الخبرة أكثر من 10 طلعات لكل شخص)	12	4	1	أقل من 750م	رباعي عدد (3) أو زوجى عدد (4)
متوسط (متوسط الخبرة أكثر من 10 طلعات لكل شخص)	24	8	2	أقل من 750م	رباعي عدد (6) أو زوجى عدد (8)
خبير (متوسط الخبرة أكثر من 50 طلعات لكل شخص)	16	8	1	قاربة ال 1000م	رباعي عدد (4) أو فردى عدد (8)
خبير (متوسط الخبرة أكثر من 50 طلعات لكل شخص)	32	16	2	قاربة ال 1000م	رباعي عدد (8) أو فردى عدد (16)



## 4. السلامة

### 4.10 إرشادات نسبة الأمان

**ملاحظة:** عندما يكون هناك مزيج من قدرات مختلفة في التدريب ، يجب على المدربين اتباع الإرشادات الخاصة بالأطقم الأقل خبرة. على سبيل المثال ، أي جلسة تحتوي على مجدفين مبتدئين (في حالة عدم وجودهم في قارب مع رياضيين أكثر خبرة) ستسمح فقط لـ 8 مشاركين رياضيين كحد أقصى داخل قارين كحد أقصى لقارب أمان واحد.

**ملاحظة:** خلال المنافسات المنظمة، لا تنطبق هذه النسب وستتم إدارة إرشادات السلامة من قبل اللجنة المنظمة ، ولكن في أي حال يجب ألا يتجاوز عدد القوارب نسبة 10 إلى 1 بالنسبة لقوارب السلامة.

**ملاحظة:** هذه إرشادات عامة ويجب مراعاة الظروف المحلية السائدة للأندية والأكاديميات ومراكز التجديف. ستترك القرارات النهائية لإدارة الأكاديمية وحكمها بعد تقييم المخاطر للعمل في ظروف آمنة ومناسبة.



## 4. السلامة

**4.11** تشترط الأكاديمية عند قبول اللاعب/ة تقديم كشف طبي يفيد أن المشترك لائق طبياً و يتحمل النادي كامل المسؤولية حيال ذلك

➤ للحصول عليها الرجاء على للاعب تعبئة النموذج التالي من قبل الإتحاد السعودي للطب الرياضي: <http://sfsm.org.sa/mos20>

➤ ومن ثم، على المستشفى / العيادة تعبئة النموذج التالي من قبل من قبل الإتحاد السعودي للطب الرياضي: <http://sfsm.org.sa/mos10>

**4.12** وجود أخصائي/ة معتمد علاج طبيعي للفريق أو عقد مع عيادة ساري المفعول من الاتحاد السعودية للتخصصات الصحية. في حال توفر أخصائي ولكن غير معتمد، يمكن

التقديم على اعتماده من خلال تعبئة النموذج التالي من قبل الإتحاد السعودي للطب الرياضي: <http://sfsm.org.sa/mos30>

**\*\*** وفي حال الاحتياج، يوفر الاتحاد السعودي الطبي الرياضي مجموعة من الأخصائيين العلاج الطبيعي: <http://sfsm.org.sa/mos40>

**4.13** إسعافات أولية - يجب أن توفر النادي أثناء المباريات و التمارين حقيبة إسعافات الأولية والمعدات الكافية المذكورة في الرابط التالي <http://sfsm.org.sa/mos70>

حسب معايير الإتحاد السعودي للطب الرياضي وسيارة اسعاف اثناء المباريات ان امكن

**\*\*** لراحتكم، لقد قمنا بإعداد حقيبة إسعافات أولية جاهزة إذا رغبتكم، للحصول عليها، الرجاء الضغط على: <http://sfsm.org.sa/nafes/>

✓ الحقيبة الصغرى: 12,650 ريال سعودي (حتى 50 شخص)

✓ الحقيبة الكبرى: 14,375 ريال سعودي (حتى 100 شخص)

**4.14** نظام إنذار الحريق على حسب شروط الدفاع المدني



## 5. المسابقات

- 5.1 لا يحق للأكادفمفاط وضع مسابقات بدون الرجوع للاتحاد السعووي للحدرف والحصول على الموافقة
- 5.2 فراعف فف أف منافسات داخلفة المعاففر الدولفة للاتحاد الدولي للحدرف
- 5.3 تُصدر اللجنة الأولمبفة العربفة السعووية والاتحادات الاشرطاط والتعلفمات المنظمّة للمشاركات الداخلية و الخارجفة سواء فف المعسكرات أو البطولات أو المسابقات وتعمفمها على الاتحادات الرفاضفة للعمل بموجبها.





## ب/ الاشتراطات الإدارية



## 6. الإنتساب

6.1 عند استيفاء جميع متطلبات الرخصة ودفء الرسوم تكون الأكاديمية منتسبة للاتحاد السعودي للتجديف وتكون مؤهلة لجميع الأنشطة الرياضية الخاصة بالإتحاد



## 7. الرسوم

7.1 الرسوم المطلوبة هي ٢,٠٠٠ ريال سعودي تدفع سنوياً

7.2 أي رسوم إضافية لفحص ومعاينة الموقع من قبل الاتحاد





## 8. المخالفات والعقوبات

**8.1** أي أكاديمية لا تفي بالشروط الفنية أو عدم امتثالها للإرشادات المنصوص عليها في هذا المستند ، سيخضع لعدة إنذارات وقد تتعرض لإلغاء ترخيص أكاديمية التجديف الخاص بها أو تعليقها من خلال التالي (كما هو مبين في نموذج التفتيش الفني للأكاديميات الرياضية):

- إنذار أول - 30 يوم
- إنذار ثاني - 15 يوم
- إنذار أخير - تعليق أو إلغاء الرخصة

**8.2** العمل بشكل غير قانوني ، والعمل بشكل غير آمن ، والادعاء بتقديم تدريب أو أنشطة في تخصصات غير معترف بها أو مرخص لها بالأكاديمية، أو تقديم التدريبات من خلال مدرين غير مؤهلين في التخصصات ذات الصلة ، كلها إجراءات ستخضع للمساءلة وتؤدي لإلغاء أو تعليق الترخيص بأكاديمية التجديف

شكراً