



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	ATLETSKA ZVEZA SLOVENIJE
Odgovorna oseba	ROMAN DOBNIKAR
Ulica	Letališka cesta 33C
Pošta	SI-1000 Ljubljana
Dav na številka	28668111
Mati na številka	5136440000
Telefon	01 5136500
E-pošta	info@atletska-zveza.si

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje športa	športno treniranje
Športna panoga	ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - GORSKI TEK, ATLETIKA - CESTNI TEK
Stopnja usposobljenosti	1. stopnja
Ime programa	športno treniranje, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - GORSKI TEK, ATLETIKA - CESTNI TEK, 1. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 1, športno treniranje, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - GORSKI TEK, ATLETIKA - CESTNI TEK
Ime in priimek vodje programa	Branko Škof
Izobrazba vodje programa	Prof.šp.vzgoje, doktor kinezioloških znanosti
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE - ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - CESTNI TEK, ATLETIKA - GORSKI TEK - 1. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - CESTNI TEK, ATLETIKA - GORSKI TEK V VSEH NJENIH POJAVNIH OBLIKAH.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSOBLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE - ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - CESTNI TEK, ATLETIKA - GORSKI TEK- 1. STOPNJA, OMOGO A POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOGA ATLETIKA - STADIONSKA, ATLETIKA - KROS, ATLETIKA - CESTNI TEK, ATLETIKA - GORSKI TEK, S CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POUČEVANJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	135

POGOJI ZA VKLJU ITEV

Pogoji za vklju itev v program so:

- Starost najmanj 18 let,
- Najmanj pridobljena srednja poklicna izobrazba.

POGOJI DOKON ANJA

Pogoj za pristop k izpitu je vsaj 80% prisotnost na teoreti nem delu obveznih vsebin  
Pogoj za pristop k izpitu je tudi vsaj 80 % prisotnost na teoreti nih in prakti nih posebnih vsebinah

Pogoj za pristop k izpitu je vsaj 80% prisotnost na teoreti nem delu obveznih vsebin  
Pogoj za pristop k izpitu je tudi vsaj 80 % prisotnost na teoreti nih in prakti nih posebnih vsebinah.

Pogoji za dokon anje te aja so opravljene naslednje izpitne obveznosti:

1. Teoreti ni izpit iz obveznih vsebin
2. Teoreti ni izpit iz posebnih-specifi nih vsebin (ustni ali pisni) izhaja iz tematskih sklopov v predmetniku
3. Prakti ni izpit:
  - natan na demonstracija posameznih elementov atletske discipline.
  - natan na demonstracija celotne tehnike posameznih atletske discipline.
  - natan na demonstracija metodike posamezne atletske discipline

4. Pedagoški nastop

- izvedba vadbene enote z vsebino pou evanja osnovnih atletske gibanj

5. Strokovna praksa 50 ur v atletske klubu pod mentorstvom uveljavljenega atletskega trenerja ( usposobljenost najmanj 1. stopnje)

Izpit se vrednoti z »je opravil« ali »ni opravil«. Za uspešno opravljen izpit mora kandidat zbrati najmanj 55 % vseh možnih to k.

e kandidat ne opravi vseh izpitnih obveznosti v prvem izpitnem roku ima možnost še dvakratnega preverjanja znanja na razpisanih popravni izpitnih rokih. Pri tretjem opravljanju izpita se imenuje tri lanska komisija, ki ima predsednika in dva lana.

Kandidat mora usposabljanje zaklju iti najkasneje v roku treh let od zaklju ka te aja, posamezen izpit pa lahko opravlja najve trikrat. e kandidat v roku ne zaklju i zahtevane obveznosti, se mora te aja ponovno udeležiti.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj
1	Osnove športne vadbe	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozna in razume temeljne didaktične pristope (cilji vadbe, vsebine in metode).</li> <li>• Pozna metode in sredstva za razvoj gibalnih sposobnosti.</li> <li>• Zna izvajati in spremljati športno vadbo skozi proces.</li> </ul>
2	Psihosocialne osnove športa	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozna osnove razvojne psihologije (spoznavni razvoj, osebnostne lastnosti, motivacija).</li> <li>• Pozna osnove in pomen športne psihologije (vodenje, lik trenerja).</li> <li>• Prepozna družbene razsežnosti okolja, v katerem deluje (komunikacija, etika, doping, fair play, socialna inkluzija skozi šport).</li> <li>• Prepozna oblike nasilja v športu.</li> </ul>
3	Odgovornost in zakonodaja v športu	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozna pravne podlage, ki urejajo področje športa.</li> <li>• Pozna odgovornosti, ki izhajajo iz izvajanja procesa športne vadbe.</li> </ul>
4	Osnove medicine športa	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozna osnove prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanja</li> <li>• Pozna uporabo avtomatiziranega zunanega defibrilatorja pri temeljnih postopkih oživljanja</li> <li>• Zna izvesti prvo pomoč pri poškodbi gibal</li> <li>• Pozna osnove preprečevanja poškodb v športu</li> </ul>
5	Osnove gibanja loveka	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozna gibalne sposobnosti</li> <li>• Pozna fizikalne zakonitosti gibanja</li> <li>• Pozna osnove gibalnega nadzora in učenja</li> </ul>

PREDMETNIK POSEBNIH VSEBIN

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
1	Uvod seminarja	1	Pozna cilje, kompetence, vsebino usposabljanja, izpitne obveznosti, literaturo in nosilce usposabljanja	Teoreti no preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.
2	Specialna teorija treniranja v atletiki	2	Pozna osnove organiziranosti atletike v svetu in doma. Pozna pojavne oblike atletike. Pozna osnove zgodovinskega razvoja atletike – na svetovni in nacionalni ravni	Teoreti no preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.
3	Gibalno opismenjevanje	6	Zna izbrati in demonstrirati starostni kategoriji primerne osnovne gibalne naloge s področja gimnastike, plesa, športnih iger.	Prakti no preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri. ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s področja plesa, gimnastike in športnih iger, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s področja plesa, gimnastike in športnih iger".

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
4	Modeli razvoja mladih v atletiki	6	<p>Prepozna talentiranost za atletiko pri otroku/mladostniku .</p> <p>Pozna modele razvoja mladih atletov.</p> <p>Pozna osnove biološkega razvoj mladih.</p> <p>Pozna vsebino športne vadbe v posameznih razvojnih fazah mladih atletov.</p>	Teoreti no preverjanje	izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.
5	Suvan je krogle (teške žoge) in met kopja (vorteksa), z zakonitostmi razvoja hitrosti in mo i metalcev	14	<p>Pozna tehniko in metodiko u enja in izpopolnjevanja tehnike suvanja krogle (teške žoge) in meta kopja (vorteksa).</p> <p>Pozna bistvene biomehanske zakonitosti metov in suvanja.</p> <p>Zna demonstrirati tehniko suvanja krogle (teške žoge) in meta kopja (vorteksa) ter metodi ne vaje u enja suvanja teške žoge in meta kopja.</p> <p>Zna izbrati starosti primerne oblike in metode razvoja mo i za metalce.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
6	<p>Informativne vsebine •</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skok ob palici • Troskok • Met diska • Met kladiva</li> </ul>	8	<p>Pozna osnove tehnike:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skoka ob palici</li> <li>• Troskoka</li> <li>• Meta diska</li> <li>• Meta kladiva</li> </ul> <p>Pozna osnovne metode ne korake pou evanja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skoka ob palici</li> <li>• Troskoka</li> <li>• Meta diska</li> <li>• Meta kladiva</li> </ul>	Prakti no preverjanje	<p>izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri ali</p> <p>"usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p>
7	Atletski praktikum	6	Zna izvesti starostni skupini in cilju primerno vsebino atletske vadbe	Prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.</p>

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
8	Atletika za športnike invalide	6	<p>Pozna specifi ne pristope k metodiki pou evanja in izvajanja vseh disciplin atletike za invalide.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.</p> <p>ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p>
9	Pedagoške naloge trenerja mladih atletov	6	<p>Pozna vzgojno/pedagošk e in didakti no/metodi ne naloge v delu z mladimi atleti.</p> <p>Pozna na ine vodenja procesa atletske vadbe.</p> <p>Pozna vlogo in funkcijo trenerja v razvoju mladih atletov.</p> <p>Zna izbrati starostni kategoriji primerne na ine vodenja in komunikacije z vade imi, s starši in sodelavci.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.</p>



zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
10	Atletika najmlajših (Program Kids' athletic)	4	<p>Pozna vsebino in organizacijo vadbe in tekmovanj najmlajših glede na priporo ila mednarodne atletske federacije (IAAF).</p> <p>Pozna na ine vrednotenja dosežkov najmlajši h.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.
11	Sprinterski tek in atletske štafete z zakonitostmi razvoja hitrosti in mo i atletov	12	<p>Pozna tehniko in metodiko u enja sprinta in štafetnega teka.</p> <p>Pozna osnovne biomehanske in fiziološke zakonitosti in principe sprinta.</p> <p>Zna demonstrirati tehniko in njene elemente na podro ju sprinta in štafet.</p> <p>Zna izpeljati vadbo šprinta in štafetnega teka.</p> <p>Zna izbrati starosti primerne oblike in metode razvoja mo i in hitrosti.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri.</p> <p>ali</p> <p>"usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p>

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
12	Tek ez ovire In zakonitosti razvoja gibljivosti atletov	8	<p>Pozna metodiko u enja in izpopolnjevanja teka z ovirami.</p> <p>Pozna osnovne biomehanske zakonitosti in principe teka z ovirami.</p> <p>Zna demonstrirati tehniko teka z ovirami in metode ne vaje teka z ovirami.</p> <p>Zna izpeljati vadbo teka z ovirami.</p> <p>Zna izbrati starosti primerne oblike in metode razvoja gibljivosti.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p> <p>.</p>

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
13	Teki na srednje in dolge proge in zakonitosti razvoja vzdržljivosti atletov	20	<p>Pozna zgodovinski razvoj razli nih pojavnih oblik teka – stadionskega teka, cestnega teka ter kroša in gorskega teka.</p> <p>Pozna osnovne biomehanske principe optimalne tehnike teka (ekonomi nosti teka).</p> <p>Pozna specifi ne zna ilnosti tehnike gorskega teka, kroša in dolgotrajnega cestnega teka.</p> <p>Pozna osnovne fiziološke mehanizme teka na srednje in dolge proge kot osnove za razumevanje metodike razvoja vzdržljivosti teka a.</p> <p>Pozna metodiko u enja in izpopolnjevanja tehnike teka na srednje in dolge proge.</p> <p>Zna izpeljati tekaško vadbo.</p> <p>Zna izbrati starosti primerne oblike in metode za razvoj vzdržljivosti in vzdržljivosti v mo i.</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p> <p>.</p>

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
14	Skok v daljino in skok v višino, z zakonitostmi razvoja mo i skakalcev	14	<p>Pozna bistvene biomehanske zakonitosti skokov.</p> <p>Pozna tehniko in metodiko u enja in izpopolnjevanja tehnike skoka v višino in daljino.</p> <p>Zna demonstrirati tehniko skoka v višino in daljino ter metodi ne vaje u enja skoka v daljino in višino.</p> <p>Zna izbrati starosti primerne oblike in metode razvoja hitre mo i in hitrosti</p>	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje - športne smeri, oziroma izobrazba katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje športne smeri ali "usposobljenost 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje po zšpo-1 s podro ja atletike".</p>
skupno št. ur posebnih vsebin		113			

Datum: \_\_\_\_\_

Podpis odgovorne osebe: \_\_\_\_\_