



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	GIMNASTI NA ZVEZA SLOVENIJE
Odgovorna oseba	mag. Damjan Kralj
Ulica	Koprska ulica 29
Pošta	SI-1000 Ljubljana
Dav na številka	24807087
Mati na številka	5172039000
Telefon	040 256 661
E-pošta	info@gimnasticna-zveza.si

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje Športa	športno treniranje
Športna panoga	GIMNASTIKA - ŠPORTNA
Stopnja usposobljenosti	2. stopnja
Ime programa	športno treniranje, GIMNASTIKA - ŠPORTNA, 2. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 2, športno treniranje, GIMNASTIKA - ŠPORTNA
Ime in priimek vodje programa	SEBASTIJAN PILETI
Izobrazba vodje programa	PROF. ŠV.
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE – GIMNASTIKA - ŠPORTNA- 2. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA NA RTUJE, ORGANIZIRA, IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI GIMNASTIKA - ŠPORTNA.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE – GIMNASTIKA - ŠPORTNA- 2. STOPNJA, OMOGOA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA NA RTOVANJE, ORGANIZIRANJE, IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOGI GIMNASTIKA - ŠPORTNAS CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA PO UTJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	103
POGOJI ZA VKLJU ITEV	- naziv strokovni delavec 1 – športno treniranje – gimnastika - športna, eno leto športno pedagoških izkušenj z nazivom strokovni delavec 1 – športno treniranje – gimnastika - športna.

POGOJI DOKONČANJA	<p>Pogoj za pristop k izpitnim obveznostim je:</p> <ul style="list-style-type: none"> - najmanj 80% prisotnost na obveznih vsebinah ter - najmanj 80% prisotnost na posebnih vsebinah ter - opravljen teoretični izpit iz obveznih vsebin ter - opravljen teoretični in praktični izpit iz posebnih vsebin. <p>Izpit se ocenjuje kot »opravljen« ali »ni opravljen«. Kandidati morajo zaključiti usposabljanje najkasneje v roku 3 let od zaključitve, posamezen izpit pa lahko opravljajo največ trikrat. Če kandidat v roku ne zaključiti zahtevane obveznosti, se mora ponovno udeležiti usposabljanja.</p> <p>Kandidat opravlja izpit pri posameznih predavateljih ali izpitno komisijo, ki jo imenuje izvajalec programa za vsak izpitni rok posebej. Pri tretjem opravljanju izpita se imenuje komisija, ki ima predsednika in najmanj dva člana.</p> <p>Kandidati, ki uspešno opravijo vse izpitne obveznosti si pridobijo naziv Strokovni delavec 2 – športno treniranje – gimnastika – športna in se evidentirajo v aplikacijo ŠPAK.</p>
--------------------------	---

PREDMETNIK OBVEZNIH VSEBIN(2. stopnja): 20 ur

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj
1	Osnove športnega treniranja	12	<ul style="list-style-type: none"> • Ima osnovna znanja fiziološkega delovanja človeka. • Pozna živno-mehanske osnove gibanja. • Pozna celovitost upravljanja procesa športnega treniranja (zakovitosti, načela, opravila, vrednotenje, načrtovanje - ciklizacija). • Pozna ustrezna vadbeni sredstva in metode športnega treniranja.
2	Preventiva športnih poškodb in pretreniranost	5	<ul style="list-style-type: none"> • Pozna najpogostejše akutne in kronične poškodbe v športu. • Pozna mehanizme preventivnega ukrepanja (vadba, regeneracija, prehrana).
3	Organizacija in upravljanje	3	<ul style="list-style-type: none"> • Pozna ureditev, delovanje in financiranje športa v Sloveniji. • Pozna zbirke podatkov na področju športa. • Pozna pogoje za organizacijo in izvedbo športnih prireditev.

PREDMETNIK POSEBNIH VSEBIN

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
1	Na rtovanje treninga	6	- Pozna in razume pomen ciklizacije v procesu treninga. Zna izdelat na rt treninga.	Teoreti no preverjanje	Predavatelj mora imeti: - Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, - ali usposobljenost 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave - in najmanj 5 let delovnih izkušenj s podro ja športnega treniranja.
2	Funkcionalna anatomija	6	- Pozna osnovno delovanje lokomotornega sistema. - Pozna osnovno delovanje kardiovaskularnega sistema. • Pozna osnovno delovanje živ neg a sistema.	Teoreti no preverjanje	Predavatelj mora imeti: Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje medicinske ali zdravstvene smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje medicinske ali zdravstvene smeri.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
3	Prehrana	4	<ul style="list-style-type: none"> - Pozna osnovni pomen pravilne prehrane športnika. - Pozna osnovne vrste živil in njihovo uporabo. - Razume osnovni pomen dopolnilne prehrane v športu. 	Teoreti no preverjanje	<p>Predavatelj mora imeti:</p> <p>Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje medicinske ali zdravstvene smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje medicinske ali zdravstvene smeri.</p>
4	Preventiva	4	<ul style="list-style-type: none"> - Pozna kompleksne sisteme treniranja, ki zmanjšujejo možnosti kroni nih poškodb ter omogo ajo varno dolgotrajnejšo vadbo v vrhunskem športu. Pozna sisteme vklju evanja trenngov preventivne vadbe v trenažni proces za uspešno pripravo športnikov 	Teoreti no preverjanje	<p>Predavatelj mora imeti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, - ali usposobljenost 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave - in najmanj 5 let delovnih izkušenj s podro ja športnega treniranja.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
5	Športna gimnastika – nadaljevalne vsebine	55	<ul style="list-style-type: none"> - Pozna zahtevne gimnasti ne prvine. - Pozna metodi ne postopke za varno u enje zahtevnih gimnasti nih prvin. - Pozna biomehanske zakonitosti zahtevnih gimnasti nih prvin. - Pozna tehni no pripravo športnikov za velika tekmovanja. - Pozna takti no pripravo športnikov za velika tekmovanja. - Pozna in razume pomembnost osnovne in specialne telesne priprave v razli nih starostnih kategorijah in pojavnih oblikah športne gimnastike. Zna prilagoditi trenažni proces glede na starostno kategorijo vade ih 	Teoreti no in prakti no preverjanje	<p>Predavatelj mora imeti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, - ali usposobljenost 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave in najmanj 5 let delovnih izkušenj s podro ja športnega treniranja.
6	Psihološka priprava športnika	6	<ul style="list-style-type: none"> - Pozna razli ne tipe osebnosti športnika. - Pozna razli ne tipe osebnosti trenerja. - Pozna vrednostne sisteme. - Pozna pomen motivacije v procesu treninga. - Pozna u inke stresa in njihovo odpravljanje. Pozna in razume metodo vizualizacije. 	Teoreti no preverjanje	<p>Predavatelj mora imeti:</p> <ul style="list-style-type: none"> Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje smeri psihologija, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje smeri psihologija

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na ini preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
7	Organizacija gimnasti nega tekmovanja ali prireditve	2	Pozna vrste gimnasti nih tekmovanj in prireditve. Pozna vse postopke, ki so potrebni za izvedbo gimnasti nega tekmovanja ali prireditve.	Teoreti no preverjanje	Predavatelj mora imeti: - Izobrazbo, pridobljeno po javnoveljavnem višješolskem študijskem programu ali javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, oziroma izobrazbo, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, - ali usposobljenost 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave, oziroma usposobljenost, ki je skladno z zakonom enakovredna usposobljenosti 2. stopnje s podro ja športne gimnastike in/ali ritmi ne gimnastike in/ali velike prožne ponjave - in najmanj 5 let delovnih izkušenj s podro ja športnega treniranja.
skupno št. ur posebnih vsebin		83			

Datum: _____

Podpis odgovorne osebe: _____