



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	Rokoborska zveza Slovenije
Odgovorna oseba	Suzana Majcen Dvoršak
Ulica	Partizanska ulica 35
Pošta	SI-2310 Slovenska Bistrica
Dav na številka	62861298
Mati na številka	4034368000
Telefon	031 564 306
E-pošta	slo@uww.org

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje športa	športno treniranje
Športna panoga	ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG
Stopnja usposobljenosti	1. stopnja
Ime programa	športno treniranje, ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG, 1. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 1, športno treniranje, ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG
Ime in priimek vodje programa	Jure Kuhar
Izobrazba vodje programa	Profesor športne vzgoje
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE - ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG - 1. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG V VSEH NJENIH POJAVNIH OBLIKAH.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE - ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG- 1. STOPNJA, OMOGOA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOGI ROKOBORBA - GRŠKO RIMSKI SLOG, S CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POUČITJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	112
POGOJI ZA VKLJUČITEV	<ul style="list-style-type: none">- starost najmanj 18 let- srednja poklicna izobrazba- najmanj 5 let tekmovalnih izkušenj

POGOJI DOKON ANJA	<p>POGOJ ZA PRISTOP K IZPITNIM OBVEZNOSTIM: Pri obveznem delu usposabljanja mora biti prisotnost najmanj 80%. Pri posebnem delu usposabljanja mora biti prisotnost najmanj 80%</p> <p>IZPITI in OSTALE OBVEZNOSTI:</p> <ul style="list-style-type: none"> • teoreti ni izpit iz obveznih vsebin • teoreti en in prakti en izpit iz posebnih vsebin skladno z opredelitvijo na ina preverjanja v predmetniku posebnih vsebin • Kandidate se pri posameznem izpitu oceni z opravi oz. ni opravi. • Ob izpolnitvi vseh pogojev dokon anja, kandidat pridobi naziv Strokovni delavec 1 – športno treniranje – rokoborba grško-rimski slog. • Kandidati morajo usposabljanje zaklju iti najkasneje v roku treh let od zaklju ka te aja, posamezen izpit pa lahko opravljajo najve trikrat.
--------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PREDMETNIK OBVEZNIH VSEBIN(1. stopnja): 22 ur

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

PREDMETNIK POSEBNIH VSEBIN

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
1	Športna prehrana	2	<ul style="list-style-type: none"> Pozna osnove pravi l n e g a p r e h r a n j e v a n j a 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba medicinske, zdravstvene ali športne smeri
2	Delo z osebami s posebnimi potrebami	2	<ul style="list-style-type: none"> Pozna osnove dela z osebami s posebnimi potrebami 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba na podro ju športa ali psihologije
3	Zgodovina rokoborbe	2	<ul style="list-style-type: none"> Zna na kratko opisati zgodovinski razvoj rokoborbe 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba športne smeri pridobljena strokovna usposobljenost v rokoborbi vsaj prve stopnje
4	Pravila rokoborbe	8	<ul style="list-style-type: none"> Pozna osnovna pravila rokoborbe 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba športne smeri pridobljena strokovna usposobljenost v rokoborbi vsaj prve stopnje

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na ini preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
5	Strukturna in biomehania analiza rokoborbe	4	<ul style="list-style-type: none"> • Pozna različne oblike rokoborbe • Zna klasifikacijo rokoborske tehnike • Pozna delovanje ročic v rokoborbi • Pozna ravnotežni položaj • Pozna biomehanske principe pri izvajanju rokoborskih metov 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • visokošolska izobrazba fizikalne, zdravstvene ali športne smeri
6	Fiziologija rokoborbe	4	<ul style="list-style-type: none"> • Pozna osnovne fiziološke procese v rokoborbi 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • visokošolska izobrazba medicinske, zdravstvene ali športne smeri

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
7	Metodika u enja rokoborskih tehnik	58	<ul style="list-style-type: none"> • Zna opisati in pojasniti namen izvajanj a nekater ih rokoborskih tehnik (taktika) • Zna pokazati pravilno šolsko izvedbo posami nih elemen tov rokoborskih tehnik • Zna poiskati napake v izvedbi rokoborskih tehnik in uporabi ti metodi ne postop ke za odpravljanje teh napak • Zna pokazati metodi ne 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • visokošolska izobrazba športne smeri • pridobljena strokovna usposobljenost v rokoborbi vsaj prve stopnje

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
			<p>postopke u enja rokoborskih tehnik v stoje em položaju in parterju</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zna pokazati sklop vaj za razvijanje rokoborskega mosta 		
8	Modificirane oblike rokoborbe, elementarne oblike rokoborbe in rokoborske igre	4	<ul style="list-style-type: none"> • Zna pokazati elementarne oblike rokoborbe • Zna pokazati modificirane oblike rokoborbe • Zna pokazati sklop iger za razvoj rokoborskega karaktera 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • visokošolska izobrazba športne smeri • pridobljena strokovna usposobljenost v rokoborbi vsaj prve stopnje

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
9	Prva pomo in najpogostejše poškodbe v rokoborbi	2	<ul style="list-style-type: none"> Pozna najpogostejše poškodbe v rokoborbi in postopke prve pomoči 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba na podro ju medicine ali fizioterapije
10	Psihološka priprava športnika	2	<ul style="list-style-type: none"> pozna osnovne metode in tehnike psihološkega treninga 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba na podro ju psihologije ali športa
11	Razvoj specifi nih gibalnih sposobnosti	2	<ul style="list-style-type: none"> Zna pokazati sklop vaj za razvijanje specifi ne mo i in vzdržljivosti Zna pokazati sklop vaj v rokoborskem mostu 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> visokošolska izobrazba športne smeri pridobljena strokovna usposobljenost v rokoborbi vsaj prve stopnje
skupno št. ur posebnih vsebin		90			

Datum: _____

Podpis odgovorne osebe: _____