



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	PLANINSKA ZVEZA SLOVENIJE
Odgovorna oseba	Jože Rován
Ulica	Ob železnici 30A
Pošta	SI-1000 Ljubljana
Davčna številka	62316133
Matična številka	5145368000
Telefon	01 4345680
E-pošta	info@pzs.si

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje Športa	športno treniranje
Športna panoga	PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE
Stopnja usposobljenosti	2. stopnja
Ime programa	športno treniranje, PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE, 2. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 2, športno treniranje, PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE
Ime in priimek vodje programa	Matevž Bizjak
Izobrazba vodje programa	profesor športne vzgoje
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE – PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE- 2. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOČITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA NAČRTUJE, ORGANIZIRA, IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE – PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJE- 2. STOPNJA, OMOGOČA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA NAČRTOVANJE, ORGANIZIRANJE, IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOGE PLANINSTVO - ŠPORTNO PLEZANJES CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POČUTJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	106

POGOJI ZA VKLJUČITEV

- Članstvo društva, ki je član PZS
- Starost vsaj 18 let
- Strokovni delavec 1 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje
- Vsaj dve leti športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja
- Opravljeni sprejemni izpiti, ki vključuje demonstracijo nadaljevalne tehnike plezanja ter uspešno splezano smerjo z oceno 7a za moške oziramo 6c za ženske (francoska lestvica ocenjevanja plezalnih vzponov).

POGOJI DOKONČANJA

Za dokončanje mora udeleženec uspešno opraviti vse izpite in zaključiti 20 ur hospitacij.

Udeleženec lahko opravlja izpit, če:

- se je udeležil najmanj 80% obveznih vsebin in najmanj 80% posebnih vsebin;
- je izpolnil vse pogoje, ki so za pristop k izpitu določeni v programu usposabljanja.

Ne glede na prejšnji odstavek, mora izvajalec programa usposabljanja opravljanje izpita (delno ali v celoti) omogočiti tudi posamezniku, ki so mu bile v skladu z 39. Pravilnika o usposabljanju strokovnih delavcev v športu upoštevane predhodno pridobljene kompetence.

Izpit obsega teoretični preizkus znanja obveznih vsebin ter teoretični in praktični preizkus znanja posebnih vsebin.

Izvajalec za posamezni tečaj razpiše najmanj tri izpitne roke.

Izpit lahko izvaja posamezni predavatelj ali izpitna komisija, ki ju imenuje izvajalec programa usposabljanja za vsak rok posebej. Predavatelj, ki izvaja izpit oziroma je član izpitne komisije, mora izpolnjevati pogoje za predavatelja obveznih vsebin oziroma za nosilca posebnih vsebin, določene s Pravilnikom o usposabljanju strokovnih delavcev v športu. Pri tretjem opravljanju izpita se imenuje izpitna komisija, ki ima predsednika in najmanj dva člana.

Izpit se vrednoti z »je opravil« ali »ni opravil«. Kandidat mora usposabljanje zaključiti najkasneje v roku treh let od zaključka tečaja, posamezen izpit pa lahko opravlja največ trikrat. Če kandidat v roku ne zaključi zahtevane obveznosti, se mora tečaja ponovno udeležiti.

Ne glede na prejšnji odstavek se lahko v upravičenih primerih (dolgotrajna bolezen ali poškodba, materinski dopust, očetovski dopust, starševski dopust) kandidatu rok za zaključek usposabljanja na njegovo prošnjo podaljša, vendar ne več kot za eno leto. O tem, na podlagi vloge kandidata, odloča izvajalec usposabljanja.

Pri opravljanju izpita se vodi zapisnik. Zapisnik mora vsebovati zaporedno številko, ime in priimek kandidata, datum in kraj rojstva, naslov stalnega oziroma začasnega prebivališča, stopnjo izobrazbe, vrsto usposabljanja (ime in stopnja programa usposabljanja), datum opravljanja izpita in oceno.

PREDMETNIK OBVEZNIH VSEBIN(2. stopnja): 20 ur

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj
1	Osnove športnega treniranja	12	• Ima osnovna znanja fiziološkega delovanja človeka. • Pozna živčno-mehanske osnove gibanja. • Pozna celovitost upravljanja procesa športnega treniranja (zakovitosti, načela, opravila, vrednotenje, načrtovanje - ciklizacija). • Pozna ustrezna vadbena sredstva in metode športnega treniranja.
2	Preventiva športnih poškodb in pretreniranost	5	• Pozna najpogostejše akutne in kronične poškodbe v športu. • Pozna mehanizme preventivnega ukrepanja (vadba, regeneracija, prehrana).
3	Organizacija in upravljanje	3	• 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	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
-------------	---------	--------	-----------------	---	-------------------------

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
1	Nadaljevalna tehnika športnega plezanja	21	• Zna demonstrirati elemente nadaljevalne tehnike plezanja • Pozna najpogostejše napake elementov nadaljevalne plezalne tehnike ter metode in vaje za odpravo le teh • Zna postaviti plezalne probleme za osnoven in nadaljevalne elemente tehnike plezanja • Pozna metodologijo napredne plezalne tehnike	Teoretično in praktično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja športa, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja športa. • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
					posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
2	Psihična priprava v športnem plezanju	13	• Pozna lastnosti dobrih kratkoročnih in dolgoročnih ciljev • Pozna tehnike dviga in spusta nivoja aktivacije • Pozna predstavljanje v športnem plezanju • Pozna vlogo trenerja v procesu športne vadbe	Teoretično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja psihologije športa, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja psihologije športa. • Vsaj eno leto športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
3	Prehrana v športnem plezanju	13	• Pozna vlogo mikro in makro hranil v športnikovi prehrani • Pozna priporočila dnevnega vnosa za posamezna mikro in makro hranila za različne starostne skupine in skupine z različnimi trenajznimi cilji • Pozna vlogo prehranskih dopolnil v športnem plezanju	Teoretično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja športne prehrane, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja športne prehrane. • Vsaj eno leto športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
4	Treniranje v športnem plezanju	21	• Pozna uporabo, prednosti in slabosti specifičnih oblik za trening športnih plezalcev • Pozna prednosti in slabosti uporabe različnih specifičnih oblik pri različnih starostnih skupinah • Pozna uporabo, prednosti in slabosti specifičnih sredstev in pripomočkov za trening športnih plezalcev • Pozna prednosti in slabosti uporabe različnih specifičnih sredstev in pripomočkov pri različnih starostnih skupinah	Teoretično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja športa, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja športa. • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
					posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
5	Preventiva v športnem plezanju	13	• Pozna sklop vaj za preventivo v športnem plezanju • Pozna uporabo ekscentričnih kontrakcij kot preventivno vadbo v športnem plezanju • Pozna izvedbo analize športnega plezalca ter pozna smernice za izboljšanje šibkih točk	Teoretično in praktično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja športa, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja športa. • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
					posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športnega plezanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v športnem plezanju vsaj na nivoju državnega prvenstva

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
6	Paraplezanje	5	• Pozna najpogostejše gibalne motnje • Pozna najpogostejše duševne motnje • Pozna možne prilagoditve vadbe za osebe z potrebnimi potrebami v športnem plezanju	Teoretično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja defektologije, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje s področja defektologije športa. • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo-športno plezanje
skupno št. ur posebnih vsebin		86			

Datum: _____

Podpis odgovorne osebe: _____