



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 - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE
Stopnja usposobljenosti	2. stopnja
Ime programa	športno treniranje, PLANINSTVO - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE, 2. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 2, športno treniranje, PLANINSTVO - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE
Ime in priimek vodje programa	Iztok Cukjati
Izobrazba vodje programa	profesor športne vzgoje
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE – PLANINSTVO - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE- 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 - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE – PLANINSTVO - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJE- 2. STOPNJA, OMOGOČA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA NAČRTOVANJE, ORGANIZIRANJE, IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOG PLANINSTVO - TEKMOVALNO TURNO SMUČANJES CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POČUTJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	111
POGOJI ZA VKLJUČITEV	• Članstvo društva, ki je član PZS. • Pridobljena usposobljenost Strokovni delavec 1 – športno treniranje – planinstvo–tekmovalno turno smučanje. • Vsaj dve leti športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja.

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 vadbeni 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 tekmovalnega turnega smučanja	21	• Zna demonstrirati elemente nadaljevalne tehnike turnega smučanja. • Pozna najpogostejše napake elementov nadaljevalne tehnike turnega smučanja ter metode in vaje za odpravo le teh. • Pozna metodologijo napredne tehnike gibanja turnega smučarja v vzponu in spustu.	Praktično preverjanje	Predmet poteka v sodelovanju s Smučarsko zvezo Slovenije - Združenje učiteljev in trenerjev smučarske zveze Slovenije. 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 – tekmovalno turno smučanje. • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
					tekmovalnem turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva. Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in • imeti status demonstratorja podkomisije za Smučarske vodnike pri SZS - ZUTS Slovenije za aktualno sezono. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
2	Psihična priprava v tekmovalnem turnem smučanju	13	• Pozna lastnosti dobrih kratkoročnih in dolgoročnih ciljev. • Pozna tehnike dviga in spusta nivoja aktivacije. • Pozna predstavljanje v tekmovalnem turnem smučanju. • 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 tekmovalnega turnega smučanja. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
3	Prehrana v tekmovalnem turnem smučanju	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 tekmovalnem turnem smučanju.	Teoretično preverjanje	Predavatelj posebnih vsebin, ki je nosilec posameznega predmeta, mora izpolnjevati naslednje pogoje: • Izobrazba s področja dietetike, športa, medicine ali biokemije, 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 dietetike, športa, medicine ali biokemije. • Vsaj eno leto športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
4	Metodika in didaktika treniranja v tekmovalnem turnem smučanju	6	- Pozna uporabo, prednosti in slabosti specifičnih oblik za trening tekmovalnega turnega smučanja. - Pozna prednosti in slabosti uporabe različnih specifičnih oblik treninškega procesa pri različnih starostnih skupinah. - Pozna uporabo, prednosti in slabosti specifičnih sredstev in pripomočkov za trening turnih smučarjev pri	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 – tekmovalno turno smučanje. - Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. - Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
			različni h starost nih skupina h. • Pozna vlogo trenerja v trenažnem procesu.		Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo – tekmovalno turno smučanje. • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
5	Preventiva v tekmovalnem turnem smučanju	5	• Pozna sklop vaj za preventivo v tekmovalnem turnem smučanju. • Pozna izvedbo analize tekmovalnega turnega smučanja 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 kineziologije, 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 kineziologije.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
6	Načrtovanje in organiziranje tekmovanj v tekmovalnem turnem smučanju	3	• Poznavanje pravilnikov za organizacijo državnih in mednarodnih tekmovanj v tekmovalnem turnem smučanju. • Značirati proge za različne discipline tekmovalnega turnega smučanja.	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 – tekmovalno turno smučanje. • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
					Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje: • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo – tekmovalno turno smučanje. • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. • Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
7	Zimska alpinistična in reševalna znanja	8	Pozna osnovno alpinistično opremo in njeno uporabo: vrvi, klini, cepini, dereze ... Pozna in zna uporabljati osnove alpinistične tehnike po programu alpinistične šole.	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 - tekmovalno turno smučanje. - Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športne panoge planinstvo - tekmovalno turno smučanje. Ne glede na prejšnji odstavek je predavatelj posebnih vsebin, ki ni nosilec posameznega predmeta, lahko tudi, kdor izpolnjuje pogoje:

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
					• Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo - tekmovalno turno smučanje. • Strokovni delavec 2 – športno treniranje – planinstvo - alpinizem. • Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju športne panoge planinstvo - tekmovalno turno smučanje in/ali planinstvo-alpinizem. Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
8	Telesna priprava v tekmovalnem turnem smučanju	15	• Zna predstaviti model treninga. • Zna predstaviti tekmovalni sistem za različne starostne kategorije. • Pozna in zna zastaviti kvaliteten program telesne priprave kot osnovo za doseganje vrhunskih rezultatov v tekmovalnem obdobju. • Pozna pomembnost ciklizacije trenažnega procesa. • Zna ugotoviti	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.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič	reference predavateljev
			poveza vo med telesnim treningom in treningom na snegu. • Zna predstaviti metode tehnične priprave na snegu.		

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
9	Načrtovanje in organiziranje športne vadbe	7	Zna načrtovati in organizirati celoten trenažni proces in ciklizacijo tekmovalnega turnega smučanja in njegove specifike (letni načrt, posamezna vadbena enota, spremljanje procesa, organizacija, izvedba, kontrola ...).	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 – tekmovalno turno smučanje. - Vsaj tri leta športno pedagoških izkušenj na področju tekmovalnega turnega smučanja. - Vsaj dve leti tekmovalnih izkušenj v turnem smučanju vsaj na nivoju državnega prvenstva.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
					Opomba: Predavatelj mora izpolnjevati vse od zgoraj naštetih referenc.

skupno št. ur posebnih vsebin	91
-------------------------------	----

Datum: _____

Podpis odgovorne osebe: _____