

**KEGLJAŠKA ZVEZA
SLOVENIJE**

PODATKI O ORGANIZACIJI

Naziv **KEGLJAŠKA ZVEZA SLOVENIJE**

Ulica **Celovška cesta 025**

Pošta **SI1000**

Davčna številka **53244605**

Matična številka **5137918000**

Telefon **01 4332335**

Faks **01 4332335**

PODATKI O PROGRAMU

Naziv **Trener kegljanja**

Panoga **KEGLJANJE**

Strokovni naziv **Trener kegljanja**

Stopnja **2**
usposobljenosti

Naziv programa **Trener kegljanja**

Vodja programa **ČUK IVAN**

Stopnja izobrazbe **IX.**

Opis in namen

1. Ime programa

Kandidati se bodo v okviru programa usposabljali za naziv **TRENER
KEGLJANJA - strokovni delavec 2**

V besedilu uporabljeni izrazi vaditelj, trener, inštruktor, strokovni delavec in drugi izrazi, zapisani v moški spolni slovnični obliki, so uporabljeni kot nevtralni za moške in ženske.

2. Temeljni cilj programa

Temeljni cilj je usposobiti strokovne delavce na področju kegljanja za samostojno načrtovanje, izvajanje in nadzor procesa vadbe in treniranja v vseh rangih tekmovanj, za izvedbo priprav na tekmovanja, za vodenje kategoriziranih kakovostnih in vrhunskih posameznikov ali klubskih oziroma reprezentančnih ekip na tekmovanjih ter za delo v kegljaških šolah in z rekreativci.

3. Trajanje in oblike usposabljanja

Skupaj traja program usposabljanja za trenerja kegljanja (strokovni delavec 2) 145 ur. V program so vštete ure usposabljanje za vaditelja kegljanja (strokovni delavec 1), to je 40 ur, usposabljanje na 2. stopnji pa znaša 105 ur. Od tega obsega splošni del 30 ur, praktični del

(kegljaške vsebine) pa 75 ur.

Program usposabljanja za trenerja kegljanja bo izveden v obliki tečaja. Splošni del bo podan na predavanjih. Praktični del usposabljanja se bo delno odvijal v obliki predavanj, delno pa bo potekal v obliki delavnic oziroma vaj na kegljišču, strokovne prakse in priprave seminarske naloge.

V primeru večjega števila prijavljenih kandidatov (nad 15) se pri praktičnem delu usposabljanja na kegljišču (delavnice in vaje) kandidati razdelijo v dve skupini z dvema predavateljema.

Kandidati bodo po uspešno zaključenem programu usposabljanja pridobili poglobljena znanja s področja pedagogike, menagementa, medicine, psihologije in metodike treniranja v športu ter s področja biomehanskih zakonitosti, tehnike, taktike in teorije treniranja v kegljanju, medicine športa v kegljanju, psihološke priprave kegljača, šole kegljanja in zgodovinskega razvoja ter organiziranosti kegljaškega športa.

4. Povezanost z drugimi programi

Program usposabljanja za trenerja kegljanja je vertikalno povezan s programoma usposabljanja na nižji 1. stopnji (vaditelj kegljanja) in višji 3. stopnji (inštruktor kegljanja). Pri izvajanju programa usposabljanja obstaja možnost skupnih teoretičnih predavanj.

5. Način vključevanja programa v mednarodno sodelovanje

Vključevanje programa v mednarodno sodelovanje ni predvideno.

6. Sestavljavci in izvajalci programa

Program je sestavila in ga bo izvajala Kegljaska zveza Slovenije skupaj s Fakulteto za šport.

7. Kadrovske zahteve za izvedbo programa in predvideni nosilci predmetov

Vodja programa je dr. Ivan Čuk, ostali predavatelji, nosilci predmetov in sodelavci so habilitirani profesorji fakultete za šport in strokovni sodelavci Kegljaska zveze Slovenije.

8. Predvideni obseg vpisa

Tečaj bo realiziran, če bo prijavljenih najmanj 10 kandidatov.

Pogoji vpisa

Kandidat mora biti polnoleten in mora imeti končano najmanj triletno poklicno šolo. Poleg tega mora biti že najmanj 6 let aktiven v kegljaškem športu ter mora imeti predhodni naziv 1. stopnje usposobljenosti – vaditelj kegljanja in vsaj eno leto pedagoških izkušenj na področju vadbe oziroma treniranja v kegljanju.

Pogoji za napredovanja

Predvideno je napredovanje iz posameznega strokovnega naziva v naslednji naziv višje stopnje.

Naziv usposobljenosti **Trener kegljanja** je pogoj za vpis v program usposabljanja na naslednji 3. stopnji – **Inštruktor kegljanja**.

Pogoj za pristop k izpitu je vsaj 75% prisotnost na predavanjih in vajah. Pogoji za dokončanje usposabljanja so:

1. Teoretični izpit iz splošnega dela usposabljanja (splošni predmeti)

Kandidat mora opraviti pisni izpit iz naslednjih strokovnih vsebin:

- Osnove pedagogike v športu,
- Menagement v športu,
- Osnove športne medicine,
- Osnove psihologije v športu,
- Osnove teorije in metodike športnega treniranja.

2. Teoretični izpit iz praktičnega dela usposabljanja (kegljaške vsebine)

Kandidat mora opraviti ustni izpit iz naslednjih strokovnih vsebin:

- Analiza kegljaške tehnike,
- Metode učenja vadbe in treniranja,
- Organizacija treniranja,
- Pravila in organiziranost kegljanja.

3. Praktični izpit

Praktični izpit se opravi v času delavnic oziroma vaj na kegljišču, kandidat pa mora znati prikazati:

- vaje za gibljivost in vzdržljivost v moči,
- pravilno izvedbo kegljaških metov in način popravljanja napak,
- osnovne vaje za začetnike v kegljaški šoli.

4. Seminarska naloga

Kandidat mora izdelati seminarsko nalogo iz vsebine, ki jo določi nosilec ali predavatelj predmeta iz praktičnega dela usposabljanja (kegljaške vsebine). Seminarska naloga se oceni, po potrebi pa jo mora kandidat tudi zagovarjati na teoretičnem izpitu iz praktičnega dela usposabljanja.

5. Strokovna praksa

Kandidat mora dostaviti pred opravljanjem teoretičnega izpita iz praktičnega dela usposabljanja (kegljaške vsebine) potrdilo kegljaškega kluba ali društva oziroma zveze, da je opravil 10 ur strokovne prakse pri vadbi v športni šoli ali pri vadbi z eno od ekip oziroma s posamezniki.

6. Ostali pogoji preverjanja usposobljenosti

Kandidat praviloma najprej opravi izpit iz splošnih predmetov. V času delavnic in vaj iz kegljaških vsebin opravi na kegljišču praktični izpit. Seminarsko nalogo odda ob zaključku predavanj oziroma vaj iz praktičnega dela. Ustni izpit iz strokovnih vsebin praktičnega dela opravi kandidat na koncu.

V kolikor kandidat ne opravi izpita v prvem izpitnem roku, ima možnost še dvakratnega ponavljanja preverjanja znanja na popravni izpitnih rokih. Če kandidat izpita ne opravi v tretjem roku, se mora ponovno udeležiti

tečaja usposabljanja.

Po opravljeni zadnji izpitni obveznosti kandidat pridobi naziv usposobljenosti **Trener kegljanja**.

Opombe in literatura

ŠTUDIJSKA IN IZPITNA LITERATURA:

- Ivan Čuk, s sodelavci (2011-v tisku): Sodobno kegljanje, KZS;
- Ivan Čuk, s sodelavci (2011: Keglanje zakaj – zato, CO z vprašanji in odgovori, FŠ;
- Viktor Krevsl, (1999): Športni etos, FŠ, Inštitut za šport;
- Jaka Bednarik, (1998): Menagment v športu, FŠ, Inštitut za šport;
- Ljubica Vučetič – Zavrnik, (1990): Osnove športne medicine, FŠ, Inštitut za šport;
- Matej Tušak, (1998): Osnove športne psihologije, FŠ, Inštitut za šport;
- Anton Ušaj, (1997): Kratek pregled osnov športnega treniranja; FŠ, Inštitut za šport;
- Rudi Čajavec, s sodelavci (2008): Medicina športa, Zdravstveni dom Celje – Diagnostični center;
- Matej Tušak, (2003): Strategije motiviranja v športu, FŠ, Inštitut za šport;
- Gradiva predavateljev s predavanj ter druga gradiva po predlogu predavateljev.

PREDMETNIK

Osnove pedagogike v športu

Število ur: 2

Opis: Osnovne vsebine: učne metode; metode poučevanja; učne oblike;

Predavatelji: IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Menagment v športu

Število ur: 2

Opis: Osnovne vsebine: osnovne informacije o produktih športa, finančnih virih v športu in o načinu vodenja v športu;

Predavatelji: Jakob BEDNARIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Osnove športne medicine in prva pomoč

Število ur: 5

Opis: Osnovne vsebine:

Predavatelji: Vedran HADŽIĆ (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Biomehanske zakonitosti kegljanja

Število ur: 5

Opis: Osnovne vsebine: Biomehanske značilnosti in zakonitosti kegljaškega meta – začetni položaj kegljača s kroglo, zalet – gibanje kegljača in krogle, izmet krogle, gibanja krogle po stezi in med keglji; značilnosti, sposobnosti in lastnosti kegljača; praktične delavnice in vaje;

Predavatelji: IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Motorično učenje - osvajanje tehnike gibanja v kegljanju

Število ur: 3

Opis: Osnovne vsebine: spoznavanje teorije učenja gibanja; načini nadzora gibanja; stopnje učenja gibanja; prenos naučenega na nova gibanja; pomnjenje gibanja; način sporazumevanja med učiteljem in vadečim pri učenju gibanja;

Predavatelji: IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Teorija treniranja v kegljanju

Število ur: 20

Opis: Osnovne vsebine: osnove treniranja v kegljanju; periodizacija; sistem priprave kegljača - tehnična, telesna in taktična priprava; ugotavljanje in analiza napak pri izvedbi meta ter načini, metode in pripomočki za njihovo odpravljanje; zaporedje in dolžina korakov pri metu; testiranja kegljačev; vaje za ogrevanje, raztezanje in sprostitvev; vaje za moč z elastičnimi trakovi in drugimi rekviziti na kegljišču; kondicijske višinske priprave na tekmovalno sezono; priprave na tekmovanja; posebnosti pri delu z ženskami; organizacija športne šole; organizacija športnega dne na kegljišču; praktične delavnice in vaje na kegljišču;

Predavatelji: Primož PINTARIČ St. izobrazbe: VII.
Ladislav GOBEC St. izobrazbe: VII.
IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
Bojan BAJEC St. izobrazbe: VII.
BOJAN PIHLAR St. izobrazbe: V.
Albin JUVANČIČ St. izobrazbe: VI.
FRANC BELCIJAN St. izobrazbe: V.
Aleš PROSEN St. izobrazbe: VII.

Psihološka priprava kegljača

Število ur: 6

Opis: Osnovne vsebine: predtekmovalna stanja v športu; psihična priprava; modeli psihične priprave; tehnike psihične priprave;

Predavatelji: Matej TUŠAK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Medicina športa in kegljanje

Število ur: 4

Opis: Osnovne vsebine: medicina športa in organogram dejavnosti za Slovenijo; preventivni pregledi; zdravstvena vzgoja; akutne in kronične okvare pri kegljanju in načini rehabilitacije; prehrana in regeneracija športnikov;

Predavatelji: RUDI ČAJAVEC (Nosilec) St. izobrazbe: VIII.

Šola kegljanja

Število ur: 15

Opis: Osnovne vsebine: kegljaška šola za začetnike – oprema in rekviziti kegljišča, športna oprema vadečih, metode učenja kegljaškega meta; kegljaške igre; praktične delavnice in vaje na kegljišču;

Predavatelji: Primož PINTARIČ St. izobrazbe: VII.

Ladislav GOBEC (Nosilec) St. izobrazbe: VII.

Bojan BAJEC St. izobrazbe: VII.

BOJAN PIHLAR St. izobrazbe: V.

Albin JUVANČIČ St. izobrazbe: VI.

FRANC BELCIJAN St. izobrazbe: V.

Aleš PROSEN St. izobrazbe: VII.

Zgodovinski razvoj kegljanja

Število ur: 2

Opis: Osnovne vsebine: Pregled razvoja kegljaškega športa v svetu in Sloveniji od znanih začetkov do danes;

Predavatelji: Ladislav GOBEC St. izobrazbe: VII.

Milan MITROVIČ St. izobrazbe: V.

Mitja HUDOVERNIK (Nosilec) St. izobrazbe: VII.

Organiziranost kegljanja doma in v svetu

Število ur: 4

Opis: Osnovne vsebine: organiziranost svetovne kegljaške

zveze FIQ in njenih sekcij ter Kegljaške zveze Slovenije; osnove športnega, sodniškega in drugih pravilnikov mednarodne kegljaške zveze (FIQ, WNBA NBC) in Kegljaške zveze Slovenije;

Predavatelji: Ladislav GOBEC St. izobrazbe: VII.

Milan MITROVIČ St. izobrazbe: V.

Mitja HUDOVERNIK (Nosilec) St. izobrazbe: VII.

Seminarska naloga

Število ur: 6

Opis: Priprava in zagovor seminarske naloge iz določene teme;

Predavatelji: Ladislav GOBEC St. izobrazbe: VII.

IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Strokovna praksa

Število ur: 10

Opis: Potrdilo kegljaškega kluba ali društva oziroma zveze, da je kandidat opravil 10 ur strokovne prakse pri vadbe v športni šoli ali pri vadbi z eno od klubskih ekip oziroma s posamezniki.

Predavatelji: Ladislav GOBEC St. izobrazbe: VII.

IVAN ČUK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Osnove psihologije v športu

Število ur: 9

Opis: Osnovne vsebine: zgodovina in predmet psihologije in športa; motivacija v športu; trener; osebnost športnika (kegljača); šport in skupina; agresivnost v športu; rehabilitacija športnikov po poškodbah; vloga družine v športu;

Predavatelji: Matej TUŠAK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Osnove teorije in metodike športnega treniranja

Število ur: 12

Opis: Osnovne vsebine: zakonitosti in načrtovanje športnega treninga; psihosomatični status športnika; pomen gibalnih sposobnosti; sredstva in metode razvoja gibalnih sposobnosti; merski postopki za ugotavljanje gibalnih sposobnosti in morfoloških značilnosti; letni program treninga (mikrociklus, mezociklus in makrociklus), načrtovanje vadbene enote;

Predavatelji: ANTON UŠAJ (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

DATUM 18.12.2011

ŽIG

PODPIS



A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Anton Ušaj', written over the 'PODPIS' label.

Datum in ura tiska programa usposabljanja: 18.12.2011 22:12