



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	SMUČARSKA ZVEZA SLOVENIJE - ZDRUŽENJE SMUČARSKIH PANOG
Odgovorna oseba	dr. Franci Petek
Ulica	Podutiška cesta 146
Pošta	SI-1000 Ljubljana
Davčna številka	82837325
Matična številka	5137888000
Telefon	01 5136 800
E-pošta	szs@sloski.si

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje športa	športno treniranje
Športna panoga	SMUČANJE - ALPSKO
Stopnja usposobljenosti	1. stopnja
Ime programa	športno treniranje, SMUČANJE - ALPSKO, 1. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 1, športno treniranje, SMUČANJE - ALPSKO
Ime in priimek vodje programa	dr. Blaž Lešnik
Izobrazba vodje programa	profesor športne vzgoje, doktor kinezioloških znanosti
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE - SMUČANJE - ALPSKO - 1. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOČITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI SMUČANJE - ALPSKO V VSEH NJENIH POJAVNIH OBLIKAH.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE - SMUČANJE - ALPSKO- 1. STOPNJA, OMOGOČA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOG SMUČANJE - ALPSKO, S CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POČUTJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	115
POGOJI ZA VKLJUČITEV	• Starost najmanj 18 let; • Najmanj srednja poklicna izobrazba.

POGOJI DOKONČANJA

1. Kandidat mora biti prisoten na predavanjih in praktičnih vsebinah programa v obsegu 100 %.

2. Kandidat mora opraviti izpit iz obveznih teoretičnih vsebin (2 uri):

- Osnove gibanja človeka;
- Osnove športne vadbe;
- Osnove medicine športa;
- Psihosocialne osnove športa;
- Odgovornost in zakonodaja v športu.

3. Kandidat mora opraviti izpit iz posebnih teoretičnih vsebin (2 uri):

- Zgodovina razvoja smučanja;
- Red in varnost ter kodeks etike na smučiščih;
- Ravnanje in prva pomoč v primeru nesreče na smučišču;
- Osnovna telesna priprava na alpsko smučanje;
- Smučarska oprema in priprava smuči;
- Tehnika alpskega smučanja;
- Osnove metodike in didaktike poučevanja alpskega smučanja;
- Smučanje invalidov;
- Okoljevarstveni vidiki smučanja.

4. Kandidat mora opraviti praktični izpit iz demonstracije osnovnih in nadaljevalnih elementov šole alpskega smučanja (4 ure).

5. Kandidat mora opraviti strokovno mentorsko prakso (25 ur).

6. Kandidat mora za uspešno dokončanje programa usposabljanja napisati seminarsko nalogo (4 ure).

7. Način preverjanja:

- Praktični izpit (prikaz osnovnih in nadaljevalnih elementov šole smučanja);
- Seminarska naloga (ocena naloge);
- Strokovna mentorska praksa (ocena dela na praksi);
- Teoretični izpit (obvezne vsebine);
- Teoretični izpit (posebne vsebine).

8. Teoretične izpite (obvezne in posebne), strokovno mentorsko prakso in seminarsko nalogo se ocenjuje z oceno »opravi« ali »ni opravi«. Za uspešno opravljen praktični prikaz elementov tehnike smučanja (praktični izpit) mora kandidat zbrati vsaj 50% vseh možnih točk.

9. V kolikor kandidat ne opravi izpitnih obveznosti v prvem roku, ima možnost še dvakratnega preverjanja znanja na razpisanih izpitnih terminih.

10. 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.

PREDMETNIK OBVEZNIH VSEBIN(1. stopnja): 22 ur

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj
1	Osnove športne vadbe	5	• Pozna in razume temeljne didaktične 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	• 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	• Pozna pravne podlage, ki urejajo področje športa. • Pozna odgovornosti, ki izhajajo iz izvajanja procesa športne vadbe.
4	Osnove medicine športa	5	• Pozna osnove prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanja • Pozna uporabo avtomatiziranega zunanjskega defibrilatorja pri temeljnih postopkih oživljanja • Zna izvesti prvo pomoč pri poškodbi gibal • Pozna osnove preprečevanja poškodb v športu
5	Osnove gibanja človeka	5	• Pozna gibalne sposobnosti • Pozna fizikalne zakonitosti gibanja • Pozna osnove gibalnega nadzora in učenja

PREDMETNIK POSEBNIH VSEBIN

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
1	Ravnanje in prva pomoč v primeru nesreče na smučišču	2	·Poznavanje in obvladanje osnovnih znanj za oskrbo ponesrečenca v zimskih pogojih; ·Zna oceniti stanje ponesrečenca; ·Poznavanje načinov zaščite mesta nesreče, prvih korakov oskrbe ponesrečenca, obveščanja...idr; ·Poznavanje komunikacije s ponesrečencem glede na njegovo stanje; ·Poznavanje načinov oskrbe glede na vrsto poškodb; ·Zna oskrbeti omrzline; ·Poznavanje znakov višinske bolezni; ·Poznavanje postopka izpolnjevanjadoku mentacije ob nesreči; ·Zna uporabiti defibrilator.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in 5 let praktično – teoretičnih izkušenj s področja ravnanja in nudenja prve pomoči v primeru nesreče na smučišču (zdravnik, zdravstveni tehnik, član GRZ...).

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
2	Osnovna telesna priprava na alpsko smučanje	2	·Poznavanje osnovnih razvojnih specialnih motoričnih sposobnosti in znanj v alpskem smučanju (cilji vadbe, osnovne metode, sredstev za razvoj posameznih sposobnosti, izvedba vadbene enote in vodenje vadbe); ·Pozna osnove vadbe in priprave na smučarsko sezono za različne starostne kategorije učencev.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.
3	Smučarska oprema in priprava smuči	1	·Pozna način izbire smučarske opreme za različne kategorije smučarjev; ·Pozna namembnost smuči glede na smučarsko znanje in cilje; ·Pozna vidike izbire smučarskih čevljev za različne starostne kategorije smučarjev; ·Pozna način izbire smučarskih palic; ·Pozna ostalo opremo (smučarska oblačila, rokavice, čelada, smučarska očala...); ·Zna razložiti postopek priprave smuči; ·Zna razložiti posledice (ne)ustrezne	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
4	Red in varnost ter kodeks etike na smučiščih	2	·Poznavanje reda in ravnanja smučarjev na smučišču; ·Poznavanje 10 FIS mednarodnih pravil obnašanja na smučiščih; ·Poznavanje kodeksa etike učiteljev in trenerjev smučanja Slovenije; ·Pozna in razume pomen usposobljenosti in licence pri poučevanju smučanja; ·Poznavanje nalog in odgovornost; strokovnih smučarskih kadrov pri vodenju skupin; ·Pozna naloge in odgovornosti vodje tečajev usposabljanja; ·Pozna naloge in pooblastila nadzornikov nasmučiščih.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
5	Zgodovina razvoja smučanja	1	·Pozna in razume razvoj smučarskega športa od prazgodovine naprej; ·Poznavanje bloškega smučanja in razvoja organiziranega poučevanja smučanja na Slovenskem; ·Pozna in razume razvoj alpskega smučanja in alpskih smučarskih tehnik ter smučarske opreme; ·Pozna razvoj smučarskih tekmovanj v svetu in pri nas; ·Pozna začetek zareznega načina smučarskega zavoja; ·Poznavanje pregleda največjih uspehov slovenskega alpskega smučanja.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
6	Smučanje oseb s posebnimi potrebami	2	·Pozna in razume posebnosti učenja oseb z motnjami v duševnem razvoju; ·Pozna in razume posebnosti učenja slepih in slabovidnih; ·Pozna in razume posebnosti učenja smučanja gluhih in naglušnih; ·Pozna in razume posebnosti učenja smučanja oseb z amputacijo; ·Pozna in razume posebnosti učenja sedečega smučanja; ·Pozna in razume posebnosti učenja smučarjev s cerebralno paralizo.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in 5 let praktično – teoretičnih izkušenj s področja poučevanja smučanja oseb s posebnimi potrebami.
7	Okoljevarstveni vidiki smučanja	1	·Poznavanje FIS okoljskih pravil za zimske športnike (FIS 2002), ·Poznavanje okoljskih nasvetov za proste in turne smučarje, ·Pozna način ohranjanja mirnihcon, varovanje rastlin, živali...; ·Pozna način vzpodbujanja uporabe javnih prevozov do smučišč; ·Pozna načine preprečevanje odlaganjanepotrebnih odpadkov in način njihovega pravočasnega odstranjevanje.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
8	Osnove metodike in didaktike poučevanja alpskega smučanja	12	·Praktično poznavanje organizacije in izvedbe iger na snegu za različne kategorije učencev glede na cilje vadbe; ·Poznavanje praktičnih primerov prednosti in slabosti individualne ter skupinske vadbe glede na stopnjo znanja tečajnikov; ·Poznavanje uporabe sodobnih didaktičnih pripomočkov in učinkovita uporaba teh v praksi (pravilna izbira in uporaba, postavitve, izdelava pripomočkov); ·Poznavanje uporabe didaktičnih načel pri učenju smučanja; ·Poznavanje osnov prehoda iz prostega smučanja v različne poligone in enostavne (tekmovalne) postavitve začetnikov in naprednejših smučarjev.	Praktično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status demonstratorja komisije za alpsko smučanje za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
9	Osnove tehnike alpskega smučanja – osnovne oblike drsenja in začetne oblike alpskega smučanje	18	·Pozna in obvlada tipične značilnosti, najpogostejše pomanjkljivosti in uporabne vaje za boljšo izvedbo osnovnih oblik drsenja (vaje na mestu, drsenje naravnost in zaustavljanje, preproste spremembe smeri drsenja); ·Pozna in obvlada tipične značilnosti, najpogostejše pomanjkljivosti in uporabne vaje za boljšo izvedbo začetnih oblik smučanja (smučarski loki, osnovni zavoj, vbod palice, osnovno vijuganje).	Praktično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status demonstratorja komisije za alpsko smučanje za aktualno sezono.
10	Tehnika alpskega smučanja - nadaljevalne oblike alpskega smučanje	30	·Pozna in obvlada začetne oblike smučanja v težjih pogojih (strmejši teren); ·Pozna in obvlada tipične značilnosti, najpogostejše pomanjkljivosti in uporabne vaje za boljšo izvedbo nadaljevalnih oblik smučanja (terensko vijuganje v ožjem hodniku, terensko vijuganje v širšem hodniku); ·Poznavanje smučanja skozi enostavne veleslalom postavitve.	Praktično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status demonstratorja komisije za alpsko smučanje za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
11	Tehnika alpskega smučanja	2	·Poznavanje osnovnih pojmov in smučarske terminologije; ·Pozna definicijo smučarskega zavoja in poznavanje s tem povezanih pojmov (hitrost, naklonina, vpadnica, dolžina zavoja, kontrola hitrosti, odprt-zaprt zavoj, vbod palice, nastavek robnikov, položaj smuči, položaj kolen, kolčne in ramenske osi, hodniki smučanja, uravnoteženost, smučarski odklon, sledenje telesa, obremenitev / razbremenitev, odziv in drugo); ·Pozna temeljne značilnosti sodobne smučarske tehnike (pravočasnost, natančnost, ritmičnost, hitrost in mehkoba); ·Poznavanje osnov tekmovalne smučarske tehnike.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status demonstratorja komisije za alpsko smučanje za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
12	Osnove metodike in didaktike poučevanja alpskega smučanja	2	·Pozna shemo Nacionalne šole alpskega smučanja; ·Pozna načelo enak cilj različne poti; ·Pozna organizacijo in izvedba iger na snegu za različne kategorije učencev - poznavanje primerov učinkovitejših načinov učenja smučanja; ·Poznavanje prednosti in slabosti individualne ter skupinske vadbe glede na stopnjo znanja tečajnikov in naprednejših smučarjev; ·Poznavanje sodobnih didaktičnih pripomočkov in učinkovita uporaba teh v praksi (pravilna izbira in uporaba, postavitve, izdelava pripomočkov); ·Poznavanje didaktičnih načel pri učenju smučanja; ·Poznavanje metodike in didaktike smučanja pri učenju tekmovalne tehnike.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status predavatelja teoretičnih vsebin za aktualno sezono.

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	načini preverjanja znanja (teoretični/praktič)	reference predavateljev
13	Praktični primeri vadbe z video analizami	18	• Pozna tehniko izvedbe posameznih elementov šole smučanja (individualno), • Prepoznavanje in izbira vaj glede na individualne izvedbe elementov smučanja, • Pozna način obvladavanja in vodenja video analize tehnike smučanja.	Teoretično preverjanje	Izobrazba pridobljena po javnoveljavnem srednješolskem programu 5. stopnje izobrazbe in imeti status demonstratorja komisije za alpsko smučanje za aktualno sezono.
skupno št. ur posebnih vsebin		93			

Datum:

3.10.2018



Podpis odgovorne osebe:

[Handwritten signature]