



OBRAZEC ZA VLOŽITEV PREDLOGA PROGRAMA USPOSABLJANJA

PODATKI O PREDLAGATELJU	
Ime	Judo zveza Slovenije
Odgovorna oseba	Darko Muši , predsednik
Ulica	Partizanska ulica 35
Pošta	SI-2310 Slovenska Bistrica
Dav na številka	34337091
Mati na številka	5162645000
Telefon	02 8430030
E-pošta	judo.zveza@siol.net

PODATKI O PROGRAMU USPOSABLJANJA	
Področje športa	športno treniranje
Športna panoga	JUDO
Stopnja usposobljenosti	1. stopnja
Ime programa	športno treniranje, JUDO, 1. stopnja
Naziv, ki ga posameznik dobi	Strokovni delavec 1, športno treniranje, JUDO
Ime in priimek vodje programa	Zoran Kos, profesor športne vzgoje
Izobrazba vodje programa	profesor športne vzgoje; športno treniranje; judo
CILJI PROGRAMA	CILJ PROGRAMA ŠPORTNO TRENIRANJE - JUDO - 1. STOPNJA JE, SKLADNO S KOMPETENCAMI, KI JIH DAJE PROGRAM, OMOGOITI USPOSOBLJENEMU STROKOVNEMU DELAVCU, DA IZVAJA IN SPREMLJA PROCES ŠPORTNE VADBE V ŠPORTNI PANOGI JUDO V VSEH NJENIH POJAVNIH OBLIKAH.
KOMPETENCE	PROGRAM USPOSABLJANJA ŠPORTNO TRENIRANJE - JUDO- 1. STOPNJA, OMOGOA POSAMEZNIKU KOMPETENCE OZIROMA ZNANJA, SPRETNOSTI IN ODGOVORNOSTI ZA IZVAJANJE IN SPREMLJANJE PROCESA ŠPORTNE VADBE V VSEH POJAVNIH OBLIKAH ŠPORTNE PANOGE JUDO, S CILJEM TEKMOVALNEGA DOSEŽKA, OHRANJANJA ZDRAVJA, DOBREGA POUČITJA IN VITALNOSTI, DRUŽENJA OZIROMA ZABAVE.
TRAJANJE PROGRAMA (ŠT. UR)	90
POGOJI ZA VKLJUČITEV	Program usposabljanja Strokovni delavec 1 - športno treniranje - Judo je javno veljavni program usposabljanja prve stopnje na področju športa, smer športno treniranje, panoga judo, v katerega se lahko vključijo kandidati, ki izpolnjujejo naslednje pogoje: 1. starost 18 let, 2. najmanj srednja poklicna izobrazba, 3. nosilec pasu najmanj 2. kyu (modri pas) v judu.

POGOJI DOKON ANJA

Pogoji dokon anja usposabljanja Strokovni delavec 1 - športno treniranje - Judo:

- Pogoj za pristop k izpitu je vsaj 80% prisotnost na obveznih in vsaj 80% prisotnost na posebnih vsebinah.
- Pogoj za dokon anje usposabljanja je opravljen izpit, ki je sestavljen iz teoreti nega in prakti nega dela.

1. Teoreti ni del:

- Izpit iz obveznih vsebin
- Izpit iz predpisanega u nega gradiva (pisno) - za opravljen izpit se šteje 75% uspešnost.

2. Prakti ni del:

a. Kandidat opravi naloge, katere mu izda izpitna komisija iz naslednjih vsebin;

- Demonstracija Nage no kata v obeh vlogah (tori, uke)
- Prvi del: izvedba 8 tehnik metov iz razli nih skupin v desno (migi) in levo (hidari) iz dveh razli nih gibanj (naprej, nazaj, v stran, krožno), izmed 68 tehnik nage waza po klasifikaciji IJF
- Drugi del: izvedba po 2 tehniki iz skupin Osaekomi waza, Shime waza, Kansetsu waza. Vse tehnike Katame waze morajo biti izvedene v desno (migi) in v levo (hidari), vklju no z reševanji in na ini prehoda v izvedbo posamezne tehnike
- Kandidat mora predstaviti metodiko u enja za eno tehniko nage waza in eno tehniko katame waza

b. Kandidat opravi naloge, katere mu izda izpitna komisija iz naslednjih vsebin predmetov;

- Osnove gibanja, prakti en prikaz
- Telesna priprava, prakti en prikaz
- Vadba juda za predšolske in osnovnošolske otroke, prakti en prikaz posebnosti
- Vadba juda za osebe s posebnimi potrebami, prakti en prikaz posebnosti
- Vadba juda za odrasle in starostnike, prakti en prikaz posebnosti

3. Pedagoška praksa

Kandidat mora opraviti 10 ur pedagoške prakse pod vodstvom mentorja, ki je akreditiran s strani trenerske komisije in oddati u ne priprave v koli ini najmanj 10 ur.

Izpit se ocenjuje kot »opravil« ali »ni opravil«. Kandidati morajo usposabljanje zaklju iti najkasneje v roku 3 let od zaklju ka te aja, posamezen izpit pa lahko opravljajo najve trikrat.

e kandidat v roku ne zaklju i zahtevane obveznosti, se mora ponovno udeležiti usposabljanja.

Kandidat, ki uspešno opravi vse izpitne obveznosti si pridobi naziv Strokovni delavec 1 - Športno treniranje - Judo.

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 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	<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 področje športa. • Pozna odgovornosti, ki izhajajo iz izvajanja procesa športne vadbe.
4	Osnove medicine športa	5	<ul style="list-style-type: none"> • Pozna osnove prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanja • Pozna uporabo avtomatiziranega zunanjega defibrilatorja pri temeljnih postopkih oživljanja • Zna izvesti prvo pomoč pri poškodbi gibal • Pozna osnove preprečevanja 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 učenja

PREDMETNIK POSEBNIH VSEBIN

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti)	reference predavateljev
1	Teorija juda 1	2	<ul style="list-style-type: none"> • pozna nastanek in izvor juda • pozna kulturo juda • pozna principe in na ela juda 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 3. DAN
2	Osnove gibanja	3	<ul style="list-style-type: none"> • pozna osnovne gibalne sposobnosti in njihove zakonitosti • pozna osnovne na ine razvoja gibalnih sposobnosti • pozna osnovna gibanja, jih zna demonstrirati 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju športa • nosilec mojstrskega pasu v judu
3	Vadba juda za predšolske in osnovnošolske otroke	15	<ul style="list-style-type: none"> • pozna metodiko u enja juda predšolskih in osnovnošolskih otrok • pozna zna ilnosti psihofizi nega razvoja predšolskih in osnovnošolskih otrok 	Teoreti no in prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 1. DAN • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju u enja juda

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
4	Vadba juda za osebe s posebnimi potrebami	4	<ul style="list-style-type: none"> • pozna metodiko u enja juda oseb s posebnimi potrebami • pozna zna ilnosti psihofizi nega razvoja oseb s posebnimi potrebami 	Teoreti no in prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri, socialne smeri, defektologije ali podobne smeri • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 1. DAN • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju u enja juda
5	Vadba juda za odrasle in starostnike	2	<ul style="list-style-type: none"> • pozna metodiko u enja juda odraslih in starostnikov • pozna zna ilnosti psihofizi nega razvoja odraslih in starostnikov 	Teoreti no in prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 1. DAN • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju u enja juda

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
6	Telesna priprava	6	<ul style="list-style-type: none"> • pozna na ela telesne priprave • pozna sredstva in metode za razvoj koordinacije, gibljivosti, mo i, hitrosti, vzdržljivosti, ravnotežja, koordinacije 	Teoreti no in prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju športa
7	Prehrana in hidracija 1	2	<ul style="list-style-type: none"> • pozna pomen in uporabo pravilne prehrane in optimalne hidracije pred, med in po treningu in tekmovalju, osnove prebavnega sistema, osnovna hranila in njihovo delovanje (funkcija) in energijske sisteme 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športa, dietetike, biokemije ali izobrazba po javnoveljavnem študijskem programu medicine. • tudi izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje – judo
8	Tekmovalni sistemi in sodniška pravila v judu 1	3	<ul style="list-style-type: none"> • pozna razli ne tekmovalne sisteme v judu • pozna osnovna tekmovalna pravila 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 3. DAN • opravljen izpit za mednarodnega sodnika juda • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju sojenja v judu

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in i preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
9	Judo waza 1 in Nage no Kata	18	<ul style="list-style-type: none"> • pozna osnovne elemente juda (gibanje, položaje, prijemi, tehnike) • pozna klasifikacijo juda in judo tehnik po seznamu IJF • pozna in zna demonstrirati Nage no Kato v obeh vlogah 	Prakti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • nosilec mojstrskega pasu v judu najmanj 3. DAN • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju u enja juda
10	Najpogostejše poškodbe v judu in prva pomo	4	<ul style="list-style-type: none"> • prepozna poškodbo in obvlada nudenje prve pomo i 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje zdravstva ali izobrazba po javnoveljavnem študijskem programu medicine. • ima izkušnje s predavanjem svoje tematike na športnem podro ju
11	Psihološka priprava	3	<ul style="list-style-type: none"> • pozna osnovno psihološko pripravo na izzive v judu 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje psihologije • ima izkušnje s predavanjem svoje tematike na športnem podro ju

zap. št.	PREDMET	št. ur	standardi znanj	na in preverjanja znanja (teoreti ni/prakti	reference predavateljev
12	Vloga trenerja 1	6	<ul style="list-style-type: none"> • pozna vlogo in vpliv trenerja na osebnostni razvoj otrok in mladostnikov • pozna etiko in odgovornost trenerja • izvaja trenažni proces 	Teoreti no preverjanje	<ul style="list-style-type: none"> • stopnja izobrazbe po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športa, oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu prve ali druge stopnje športne smeri ali usposobljenost 2. stopnje športno treniranje - judo • najmanj 5 let delovnih izkušenj na podro ju športa
skupno št. ur posebnih vsebin		68			

Datum: 28.04.2020



Podpis odgovorne osebe:

Doris Jelisnik