

Urnik usposabljanja za pridobitev naziva Kondicijski trener

Fakulteta za šport, 31.8.2018 – 14.10.2018

Datum	Ura	Predmet
Petek, 31.08.2018	14:00 – 16:15	Management v športu z osnovami zakonodaje
	16:30 – 20:15	Diagnostične metode in postopki
	20:15-21:45	Diagnostične metode in postopki
Sobota, 1.9.2018	09:00 – 12:45	Osnove športne medicine in prva pomoč
	14:00 – 16:15	Skupne aktualne teme - Športne poškodbe in rehabilitacija
Nedelja, 2.9.2018	09:00 – 12:45	Osnove razvojne psihologije in psihologije v športu
	14:00 – 15:30	Skupne aktualne teme - Športne poškodbe in rehabilitacija
Četrtek, 6.9.2018	15:00 - 18:45	Uvod v teorijo kondicijskega treniranja
	19:00 - 20:30	Osnove teorije in metodike športnega treniranja
Petek, 7.09.2018	15:00 – 18:45	Osnove pedagogike in didaktike v športu
	19:00 - 20:30	Osnove informatike v športu
Sobota, 8.9.2018	09:00 – 12:45	Osnove teorije in metodike športnega treniranja
	12:45 – 14:00	Odmor
	14:00 – 16:15	Skupne aktualne teme - Prehrana v športu
Nedelja, 9.9.2018	09:00 – 12:45	Osnove teorije in metodike športnega treniranja
	14:00 - 16:15	Osnove teorije in metodike športnega treniranja
Četrtek, 13.9.2018	17.00 – 20.45	Kondicijski trening mladih
Petek, 14.9.2018	17.00 – 19.15	Kondicijski trening mladih
	19.15 - 20.45	Skupne aktualne teme - Prehrana v športu
Sobota, 15.9.2018	9.00 – 12.45	Načrtovanje procesa treninga
		Odmor
	14.00 – 16.30	Načrtovanje procesa treninga
Nedelja, 16.9.2018	9.00 – 12.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Vzdržljivost
		Odmor
	14.00 – 15.30	Načrtovanje procesa treninga



Datum	Ura	Predmet
Četrtek, 20.9.2018	17.00 – 20.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Vzdržljivost
Petek, 21.9.2018	17.00 - 20.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Hitrost
Sobota, 22.9.2018	9.00 – 12.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Hitrost - agilnost
	Odmor	
	14.00 - 17.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
Moč - fitness		
Nedelja, 23.9.2018	9.00 – 12.45	Razvoj motoričnih sposobnosti, moč
	Odmor	
	14:00-15:30	Modeli kondicijskega treninga v različnih športnih panogah polistrukturiranih športih
Četrtek, 27.9.2018	17.00 -20.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Koordinacija
Petek, 28.9.2018	17.00 -20.45	Razvoj motoričnih sposobnosti
		Gibljivost
Sobota, 29.9.2018	9.00 – 12.45	Razvoj motoričnih sposobnosti –
		Razvoj in nadzor gibanja
	Odmor	
	14.00 – 16.30	Razvoj motoričnih sposobnosti –
Razvoj in nadzor gibanja		
Nedelja, 30.9.2018	9.00 – 12.45	Modeli kondicijskega treninga v različnih športnih panogah - monostrukturiranih cikličnih športih
		Odmor
	14.00 – 16.30	Modeli kondicijskega treninga v različnih športnih panogah - polistrukturiranih športih
Četrtek, 4.10.2018	17.00 -20.45	Primeri dobrih praks vadbenih procesov
Petek, 5.10.2018	17.00 -20.45	Primeri dobrih praks vadbenih procesov
Sobota, 6.10.2018	9.00 – 12.45	Športne vsebine v kondicijskem treningu
		Atletska motorika
	14.00 – 15.30	Moderne oblike vadbe v kondicijski pripravi

Datum	Ura	Predmet
Nedelja, 7.10.2018	9.00 – 12.45	Športne vsebine v kondicijskem treningu
		Aerobika
	14.00 16.30	Odmor
		Moderne oblike vadbe v kondicijski pripravi Fitnes
Četrtek, 11.10.2018	17.00 -20.45	Športne vsebine v kondicijskem treningu
Petek, 12.10.2018	17.00 -20.45	Skupne aktualne teme
		Višinski trening
Sobota, 13.10.2018	9.00 – 12.45	Skupne aktualne teme - Pretreniranost in regeneracija
Nedelja, 14.10.2018	9.00 – 12.45	Pedagoški nastopi in analiza vadbe (skupina A)
Nedelja, 14.10.2018	9.00 -12.45	Pedagoški nastopi in analiza vadbe (skupina B)

Aktivnost se izvaja v okviru projekta Usposabljanje strokovnih delavcev v športu 2018-2022.

»Projekt Usposabljanje strokovnih delavcev v športu 2018-2022 delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport. Projekt se izvaja v okviru Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2014-2020, prednostne osi 10: Znanje, spretnosti in vseživljenjsko učenje za boljšo zaposljivost; prednostne naložbe: 10.1: Izboljšanje enakega dostopa do vseživljenjskega učenja za vse starostne skupine pri formalnih, neformalnih in priložnostnih oblikah učenja, posodobitev znanja, spretnosti in kompetenc delovne sile ter spodbujanje prožnih oblik učenja, tudi s poklicnim svetovanjem in potrjevanjem pridobljenih kompetenc; specifičnega cilja 2: Izboljšanje kompetenc zaposlenih za zmanjšanje neskladij med usposobljenostjo in potrebami trga dela.«