



Univerza v Ljubljani
Fakulteta *za šport*



ATLETSKA ZVEZA SLOVENIJE

URNIK USPOSABLJANJA ZA PRIDOBITEV NAZIVA

VADITELJ ATLETIKE NOVEMBER 2015

DATUM	TRAJANJE	PREDMET	PREDAVATELJ	URE/PROSTOR
20.11.2015	16.00 – 19.45	Splošne teoretične atletske informacije, organizacijski model atletike, razvoj atletske motorike.	Milan Čoh	5 ur P Predavalnica C
	20.00 – 22.00	Tema šprint in štafete: Tehnika in metodika poučevanja šprinta, starta in teka skozi cilj ter predavanja štafetne palice Elementarne štafete v tekih, skokih in metih	Milan Čoh	3 ure P Predavalnica C
21.11.2015	8.15 – 10.30	Tek čez ovire: Tehnika učenja teka čez ovire Elementarne oblike teka čez ovire	Milan Čoh	3 ure P Predavalnica A
	10.45 – 12.15	Tema šprint in štafete: Tehnika in metodika sprinta in predavanja štafetne palice in tehnika učenja teka čez ovire Tipi vadbenih oblik šprinterskega teka	Robi Kreft	2 uri V Mangart
	12.15 – 13.00	Kosilo		
	13.00 – 19.00	Tema šprint in štafete: Tehnika in metodika sprinta in predavanja štafetne palice in tehnika učenja teka čez ovire Tipi vadbenih oblik šprinterskega teka	Robi Kreft	8 ur V Grintovec
22.11.2015	8.15 – 12.00	Osnove pedagogike, osnovna pedagoška načela in principi, metode dela, individualizacija	Marjeta Kovač	5 ur P Predavalnica A
	12.15 – 13.00	Kosilo		
	13.15 – 17.00	Biološka, razvojna in psihološka izhodišča dela z mladimi	Branko Škof	5 ur P Predavalnica A
28.11.2015	8.30 – 11.30	Vzdržljivostni tek: Vzdržljivost kot motorična sposobnost Metode in sredstva za razvoj vzdržljivosti pri otrocih in mladini Posebnosti razvoja osnovne vzdržljivosti pri otrocih in mladini Motivacijski prijemi pri vadbi vzdržljivostnega teka	Branko Škof	4 ure P Predavalnica A
	11.45 – 13.00	Kosilo		
	13.00 – 16.45	Vzdržljivostni tek: Metode in sredstva za razvoj vzdržljivosti pri otrocih in mladini	Klemen Laurenčak	5 ur V Grintovec in Park Kodeljevo



29.11.2015	10.00 – 12.15	Skok v daljino: Elementarne oblike skokov in skakalni poligoni kot sredstvo razvoja osnovne tehnike atletske motorike. Tehnika in metodika učenja »prirodne« tehnike in tehnike z visenjem	Robi Kreft	3 ure P Grintovec
	12.15 – 13.15	Kosilo		
	13.15 – 17.45	Skok v daljino: Elementarne oblike skokov. Tehnika in metodika učenja »prirodne« tehnike in tehnike z visenjem	Robi Kreft	6 ur V Grintovec
4.12.2015	16.00 – 22.00	Osnove metov: Tehnika in metodika učenja meta vortexa. Tehnika in metodika učenja suvanja krogle ter elementarne oblike metov. Meti težke žoge kot sredstvo razvoja osnovne in specialne atletske motorike	Boštjan Bradeško	8 ur P in V Grintovec
5.12.2015	10.00- 12.15	Skok v višino: Tehnika in metodika učenja skoka v višino)	Boštjan Bradeško	3 ure P Grintovec
	12.15 – 13.15	Kosilo		
	13.15 – 17.45	Skok v višino: Metodika- osnovni skok, prekoračna tehnika, flop, osnovna pravila	Boštjan Bradeško	6 ur V Grintovec
6.12.2015	12.00 – 15.45	Atletski praktikum : Demonstracija metodičnih postopkov in metodičnih lestvic učenja izbranih atletske disciplin, prikaz raznih tipov vadbenih enot (praktični izpit)	Milan Čoh Robi Kreft	4 ure V Grintovec
	16.00 – 18.30	Teoretični izpit		Predavalnica A
28.12.2015		DOSTAVA DOKAZIL O OPRAVLJENI OBVEZNI PRAKSI		

P = predavanje

V= vaje

D= demonstracije

Tri članska izpitna komisija: (Dr. Milan Čoh, Dr. Branko Škof, Robi Kreft)