

(Program obrazovanja odraslih)

Naziv programa	MODUL: INSTRUKTOR ATLETIKE – I STEPEN ATLETSKOG TRENERA	
Nastavni sadržaji	<p data-bbox="589 352 935 386">PLAN I PROGAM KURSA</p> <p data-bbox="589 443 997 476">1.UVODNA RAZMATRANJA</p> <p data-bbox="643 499 1208 600">a. Osnove Kids Athletics programa vježbanja saspekta različitih antropoloških obilježja i pogledom na ista</p> <p data-bbox="643 625 1175 764">b. Kids Athletics pristup u odnosu na uzrast: - Nivo 1 (Uzrast 4 – 7 godina) - Nivo 2 (Uzrast 8 – 11 godina) - Nivo 3 (Uzrast 12 – 14 godina)</p> <p data-bbox="643 789 1243 852">c. Kids Athletics pristup izgradnji fundamentalnih sposobnosti</p> <p data-bbox="643 877 1159 940">d. Kids Athletics pristup izgradnji atletske sposobnosti</p> <p data-bbox="643 966 1166 1029">e. Kids Athletics pristup izgradnji dječijih atletske vrijednosti</p> <p data-bbox="589 1119 1127 1152">2. FUNDAMENTALNE SPOSOBNOSTI</p> <p data-bbox="643 1178 867 1211">a. Svijest o tijelu</p> <p data-bbox="643 1236 797 1270">b. Agilnost</p> <p data-bbox="643 1295 818 1329">c. Ravnoteža</p> <p data-bbox="643 1354 927 1388">d. Bilateralna kretanja</p> <p data-bbox="643 1413 1065 1446">e. Koordinacija pokreta i kretanja</p> <p data-bbox="643 1472 1019 1505">f. Reakcija i reaktivni pokreti</p> <p data-bbox="643 1530 764 1564">g. Ritam</p> <p data-bbox="643 1589 948 1623">h. Prostorna orijentacija</p> <p data-bbox="589 1696 1127 1730">3. FUNDAMENTALNE SPOSOBNOSTI</p> <p data-bbox="643 1755 1101 1818">a. Atletika i važnost različitih motoričko-funkcionalnih kvaliteta</p> <p data-bbox="643 1843 976 1877">b. Atletska pripremljenost</p>	<p data-bbox="1321 321 1373 384">Broj sati</p> <p data-bbox="1321 409 1373 443">120</p>



	c. Usvajanje tehnike pokretai kretanja u određenoj atletskoj disciplini	
	d. Prilagođavanje tehnike atletske discipline stepenu biološkog razvoja djece i mladih	
	e. Opća koordinacija u atletici	
	f. Specifična koordinacija u atletici	
	4.ATLETSKE SPOSOBNOSTI – TRČANJA I ŠTAFETNA TRČANJA	
	a. Hodanje i različiti oblici kretanja u odnosu na pravac i smjer	
	b. Trčanjei različiti oblici kretanja u odnosu na pravac i smjer	
	c. Sprintersko trčanje	
	d. Pristup učenju osnova hodanja i trčanja	
	5. ATLETSKE SPOSOBNOSTI – TRČANJA I ŠTAFETNA TRČANJA	
	a. Štafetna trčanja i štafetne igre	
	b. Trčanje preko prepreka i različiti oblici vježbi prelaska preko prepona i zapreka u odnosu na pravac i smjer	
	c. Trčanje preko prepona i zapeka	
	d. Pristup učenju osnova preponskog i štafetnog trčanja	
	6. ATLETSKE SPOSOBNOSTI - SKOKOVI	
	a. Motoričke osnove atletskih skokova	
	b. Horizontalni skokovi	
	c. Vertikalni skokovi	
	d. Skokovi s motkom	



	<p>e. Pristup učenju osnova skačkih disciplina</p>	
	<p>7. ATLETSKE SPOSOBNOSTI - BACANJA</p>	
	a. Motoričke osnove atletske bacanja	
	b. Linearna bacanja	
	c. Rotaciona bacanja	
	d. Pristup učenju osnova bacačkih disciplina	
	<p>8. DJEČIJE ATLETSKE VRIJEDNOSTI</p>	
	a. Izgradnja poštovanja	
	b. Izgradnja odlučnosti	
	c. Oblikovanje prijateljstva	
	d. Izgradnja ponosa	
	<p>9. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE ATLETSKOG VJEŽBANJA I PROCESA TRENINGA</p>	
	a. Oblikovanje i realizacija Kids Athletics programa vježbanja u odnosu na uzrast	
	b. Organizacija Kids Athletics takmičenja	
	c. Pristup planiranju i programiranju atletske vježbanja i treninga u radu s djecom i mladima	
	d. Usmjerenost atletske vježbanja i treninga u odnosu na uzrast, grupu atletske discipline, kao i potencijalni pristup selekciji	
	<p>10. PRAKTIČNI RAD</p>	
c) način i oblik izvođenja programa	<p>Programski sadržaji se realizuju kroz praktični dio u dvorani i atletske stazi, odnosno teorijski dio u učionici. Program također podrazumjeva obavezu kompletiranja praktičnog rada nakon teoretsko-praktičnog dijela</p>	
d) trajanje programa i način provjere ishoda učenja	<p>Ukupno trajanje programa je 120 sati (40 sati teoretski, 40 praktično teoretski, 40 praktični rad), pri čemu se provjera znanja vrši posljednji dan održavanja edukacije na način da se radi teorijski ispit i provjera usvojenosti praktičnog dijela. Polaznici su obavezni da završe 40 sati praktičnog treniranja u klubu, sportskoj</p>	

	školi, akademiji u profesionalnom ili privatnom okruženju prije nego što dobiju certifikat.
e) završetak programa i mogućnosti daljeg napredovanja i usavršavanja (horizontalna i vertikalna prohodnost)	Obavezna je periodična provjera znanja od strane nadležnih predavača i nastavnika svake 2 godine. Daljim osposobljavanjem napreduje se u Atletski trener U16 – Nivo 1 Svjetske atletike.
f) školska ili stručna sprema ili zanimanje ili opis znanja, vještina i sposobnosti koje se stiču završetkom programa	UVJERENJE /CERTIFIKAT o osposobljenosti za stručno zvanje INSTRUKTOR ATLETIKE na osnovu kojeg kandidat može pristupiti daljem postupku licenciranja i osposobljavanju za obavljanje stručnih poslova u atletici. Primarni cilj osposobljavanja je korištenje pristupa temeljenog na igrama za razvoj temeljnih vještina kretanja (kao što su trčanje, skakanje i bacanje) i poticanje fizičke pismenosti u poticajnom okruženju.
g) uvjeti za upis	Minimalno SSS, 18.godina starosti, ljekarsko uvjerenje
h) kadrovski, didaktički i prostorni i drugi uvjeti za realizaciju programa	Kurs za instruktore u atletici se provodi po standardima Kids Athletics programa koji realiziraju licencirane osobe od strane World Athletics - Međunarodne atletske federacije, ASBiH, nastavnici UNSA FASTO.
i) kadrovski potencijali za realizaciju nastavnih sadržaja	Partnerstvo sa EA, WA, ASBiH, ASFBIH, Atletski savez KS
j) andragoške osnove sa naglaskom na didaktičko-metodičke zahtjeve za realizaciju programa	Predavači na ovom modulu su osposobljeni za održavanje nastave koja je prilagođena osobama koje su odrasle kao u stilu komuniciranja, tako i grupnoj dinamici rada, primjena vizualizacije u grupnom radu, samostalnom radu, interaktivnim metodama i interaktivnoj nastavi u obrazovanju odraslih.
k) praćenje, vrednovanje i evaluacija programa i postignuća	Praćenje programa se realizuje od strane Fakulteta sporta i tjelesnog odgoja te matične katedre, predmetnih nastavnika na Katedri bazičnih sportova.
Ciljna grupa	Pored svih sa završenom SSS to mogu biti Sportisti koji prelaze u ulogu mentora i/ili trenera Treneri početnici Treneri i volonteri u atletskim i sportskim školama Profesori tjelesnog odgoja Studenti sportskih znanosti
(3) Program prekvalifikacije podrazumijevaju obavezu utvrđivanja dopunskih ispita	/
(4) Programom osposobljavanja utvrđuje se minimum prethodnog obrazovanja, znanja i vještina neophodnih za uspješno pohađanje programa	Završena SSS



<p>(5) Programom usavršavanja utvrđuju se i dodatna znanja i vještine u određenoj oblasti u odnosu na trenutnu kvalifikaciju polaznika</p>	<p>Primjenjivati didaktičko-metodičke principe u realizaciji sportske obuke. Opisati osnovne principe vježbanja i metodike obučavanja u atletici. Provoditi proces obučavanja, vježbanja, treninga i takmičenja prema sistemu WA Kids Athleticsa, odnosno dječje atletike, provoditi proces osnovnog obučavanja i treninga atletike za mlađe uzrasne kategorije. Dizajnirati jednostavne, efikasne programe obuke i biti u stanju isplanirati i implementirati niz povezanih obuka. Primjeniti filozofiju rada koja je zasnovana na Svjetskim atletskim pravilima i Svjetskom atletskom etičkom kodeksu za trenere, uključujući lične vrijednosti kao što su poštenje, poštovanje drugih i fer – plej.</p>
--	--

+