Priloga 1 – ŠS1:

PRIMERJAVA PREDMETNIKA PROGRAMA USPOSABLJANJA OKS-ZŠZ **STROKOVNI DELAVEC 1 – ŠPORT STAREJŠIH** S PREDMETNIKOM USPEŠNO ZAKLJUČENEGA PROGRAMA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PROGRAM USPOSABLJANA OKS-ZŠZ****Strokovni delavec 1 – šport starejših** |  | **ZAKLJUČEN PROGRAM** |
| **Predmet** | **Obseg** | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Osnove gibanja človeka | 5 ur | Pozna gibalne sposobnostiPozna fizikalne zakonitosti gibanjaPozna osnove gibalnega nadzora in učenja | izobrazba, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje,formalne oziroma neformalne reference s področja posamezne obvezne vsebine. | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Osnove športne vadbe | 5 ur | Pozna in razume temeljne didaktične pristope (cilji vadbe, vsebine in metode)Pozna metode in sredstva za razvoj gibalnih sposobnostiZna izvajati in spremljati športno vadbo skozi proces | izobrazba, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje,formalne oziroma neformalne reference s področja posamezne obvezne vsebine. | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Osnove medicine športa | 5 ur | Pozna osnove prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanjaPozna uporabo avtomatiziranega zunanjega defibrilatorja pri temeljnih postopkih oživljanjaZna izvesti prvo pomoč pri poškodbi gibalPozna osnove preprečevanja poškodb v športu | izobrazba, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje,formalne oziroma neformalne reference s področja posamezne obvezne vsebine. | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Psihosocialne osnove športa | 5 ur | 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 | izobrazba, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje,formalne oziroma neformalne reference s področja posamezne obvezne vsebine. | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Odgovornost in zakonodaja v športu | 2 uri | Pozna pravne podlage, ki urejajo področje športa Pozna odgovornosti, ki izhajajo iz izvajanja procesa športne vadbe | izobrazba, pridobljena po javnoveljavnem študijskem programu najmanj druge stopnje oziroma izobrazba, katere raven v skladu z zakonom ustreza izobrazbi, pridobljeni po javnoveljavnem študijskem programu druge stopnje,formalne oziroma neformalne reference s področja posamezne obvezne vsebine. | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Osnove funkcionalne anatomije | 10 ur | Pozna osnovno sestavo skeletnega sistema, oblike sklepov in osi gibanjaPozna osnovno sestavo mišično vezivnega sistemaPozna temeljne zakonitosti človekovega gibanja z vidika kinematike in dinamikPozna osnovno delovanje srčno-žilnega sistema, prebavil in žlez z notranjih izločanjem Pozna osnove fiziologije napora | 7. stopnja univerzitetne izobrazbe medicinske smeri ali več magisterij (2. bol. st.) medicinske smeri ali več magisterij (2. bol. st.) športne smeri ali več | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Osnove razvoja gibalnih sposobnosti starejših | 15 ur | Pozna osnovne gibalne sposobnosti in metode njihovega razvoja (moč, hitrost, gibljivost, ravnotežje, koordinacijo, vzdržljivost, natančnost)Pozna osnovne gibalne vzorce (tek, hoja, skoki poskoki, meti, potiski, vleki) | 7. stopnja univerzitetne izobrazbe športne smeri ali več magisterij (2. bol. st.) športne smeri ali več | Teoretično in praktično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Kvalitativna analiza telesne drže in temeljnih gibanj starejših | 15 ur | Pozna zakonitosti dobre telesne drže, odstopanja v telesni drži(lordoza, kifoza, skolioza..) in njihove poslediceS pomočjo ocenjevalnega lista zna oceniti telesno držo posameznika po metodi opazovanjaPrepoznava slabosti osnovnih gibalnih vzorcev (tek, hoja, skoki poskoki, meti, potiski, vleki) in pozna pristope za odpravljanje le-teh | 7. stopnja univerzitetne izobrazbe športne smeri ali več magisterij (2. bol. st.) športne smeri ali več 7. stopnja univerzitetne izobrazbe fizioterapevtske smeri ali več | Teoretično in praktično preverjanje |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Izpeljava in spremljava vadbenega procesa starejših | 7 ur | Razume pomembnost postavljanja ciljev, priprave in spremljave za uspešno izpeljavo vadbenega procesaPozna različne oblike in metode dela pri športni vadbi | 7. stopnja univerzitetne izobrazbe športne smeri ali več magisterij (2. bol. st.) športne smeri ali več | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Vadbeni procesi pri športu starejših | 20 ur | Pridobiizkušnje vodenja in spremljanja dobre prakse pri vadbi starostnikov priizbranih bolezenskih stanjihRazumepomen analitično sintetičnihpristopov pri vadbiZna sprejetistranko in nareditiosnovnoanamnezoZna voditi inspremljati strankopri vadbe glede na anamnezoPrepoznavanapake pri izvedbiosnovnih gibalnihvzorcev pri vadbiin jih s primernimipristopi odpravi | 7. stopnja univerzitetne izobrazbe športne smeri ali več magisterij (2. bol. st.) športne smeri ali več | Teoretično inpraktičnopreverjanje |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Varnost starejšihin prva pomoč | **4 ure** | Pozna prvopomoč pri akutnihstanjih in nenadnihposlabšanjihpočutja med vadboPravilnoukrepa pripoškodbah nakraju vadbePozna različna kronična stanja starostnikovRazumeproblem padcevpri starostnikih inpozna strategije za preprečevanjepadcev | 7. stopnja univerzitetneizobrazbe medicinskesmeri ali več magisterij (2.bol. st.) medicinske smeriali več z dodatnimi znanjiiz gerontologije | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |
| Pomen vadbe priohranjanju zdravjastarejših | **5 ur** | Poznateoretičnaizhodišča različnihbolezenskih stanjstarostnikov(kardiovaskularnihboleznirespiratornebolezni, različnihmetabolnih stanj,rakavih bolezni,možganske kapi,osteoartritisa...)Razumepomembnostvadbe privzpostavljanju inohranjanju zdravja | 7. stopnja univerzitetneizobrazbe medicinskesmeri ali več magisterij (2.bol. st.) medicinske smeriali več z dodatnimi znanjiiz gerontologije | Teoretično preverjanje |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanja znanja** | **Predmet** | **Obseg**  | **Standardi znanj** | **Reference predavateljev** | **Način preverjanje znanja** |
| Pomen vadbe zapreprečevanjebolečin v hrbtenicipri starejših | **5 ur** | Razumerazliko medspecifično innespecifičnobolečino v križuPoznazakonitosti gibanjaza preprečevanjebolečin v križuPoznamehanizemaktivacije lokalnihin globalnihstabilizatorjevZna prilagoditivsakodnevnegibalne vzorce spomočjo katerihpreprečujemobolečino v križu | 7. stopnja univerzitetneizobrazbe medicinskesmeri ali več magisterij (2.bol. st.) medicinske smeriali več z dodatnimi znanjiiz gerontologije7. stopnja izobrazbefizioterapevtske smeri aliveč | **Teoretično in****praktično****preverjanje** |  |  |  |  |  |
| Praksa (pod vodstvom mentorja) | 100 ur |  | Mentor mora imeti izobrazbo s področja športa ali usposobljenost iz področja, ki spada v športno rekreacijo vsaj 1. stopnje po Zšpo-1 | **Oddan dnevnik prakse** |  |  |  |  |  |