



PODATKI O ORGANIZACIJI

Naziv **ODBOJKARSKA ZVEZA SLOVENIJE**

Ulica **Celovška cesta 025**

Pošta **SI1000**

Davčna številka **81386168**

Matična številka **5141699000**

Telefon **01 4385370**

Faks **01 4385375**

PODATKI O PROGRAMU

Naziv **Vaditelj odbojke**

Panoga **ODBOJKA**

Strokovni naziv **Vaditelj odbojke**

Stopnja **2**

usposobljenosti

Naziv programa **Vaditelj odbojke**

Odgovorna oseba **ZADRAŽNIK Marko**

Stopnja izobrazbe **IX.**

IZVAJALEC PROGRAMA

Organizacija **UNIVERZA V LJUBLJANI, FAKULTETA ZA ŠPORT**

Odgovorna oseba **ŽVAN dr. MILAN**

Stopnja izobrazbe **IX.**

Opis in namen

V besedilu uporabljeni izrazi v moški slovnični obliki so mišljeni enakovredno za oba spola. Osnovni namen programa je usposobiti strokovne delavce na področju odbojke, da bodo samostojno vodili proces vadbe (učenje in treniranje) mini in male odbojke, dečkov in deklic, kadetov in kadetinj, mladincev in mladink ter članov in članic v III. DOL. Kandidati bodo po uspešno zaključenem programu usposabljanja za naziv Vaditelj odbojke pridobili osnovna znanja s področja tehnične, taktične in kondicijske priprave odbojkarjev v mladih kategorijah. Vodja programa usposabljanja je dr. Marko Zadražnik.

Pogoji vpisa

Kandidat za usposabljanje v tem programu mora izpolnjevati naslednje pogoje : Polnoletnost Najmanj 3 letna poklicna šola najmanj 4 leta tekmovalnih izkušenj ali 1 leto športno pedagoških izkušenj.

Pogoji za napredovanja

Predvidevano je napredovanje iz posameznega strokovnega naziva v naziv. Kandidati se lahko po uspešno opravljenem usposabljanju in pridobljenem nazivu Vaditelj odbojke ter ob izpolnjevanju drugih zahtevanih pogojev vpišejo v program usposabljanja za naziv Trener odbojke.

Pogoji dokončanja

Kandidat mora izpolnjevati naslednje pogoje za dokončanje usposabljanja: Prisotnost pri teoretičnem in praktičnem delu usposabljanja mora biti vsaj 80 %. Teoretični izpit: uspešno zaključeno preverjanje predavanih specialnih odbojcarskih vsebin (glej predmetnik). Teoretični izpit splošnih vsebin. Praktični izpit: Trije testi tehnične usposobljenosti ravnanja z žogo: 1. test: 10 x met »penal«. Metalec stoji ob mreži v C3. Vsaka z ustreznim lokom in ustrezno dolžino loka vržena žoga je vredna 1 točko. 2. test: 10 X udarec po lastnem izmetu žoge v tarčo (podlahti soigralca). Vsak ustrezno usmerjen udarec je vreden eno točko. 3. test: Kreiranje obrambnih aktivnosti treh igralcev v C5, C6 in C1. Kandidat na različne načine žogo usmerja na obrambne igralce in poskuša doseči njihovo ustrezno reagiranje, ustrezno premeščanje, komunikacijo ... Kandidat ima na razpolago 3-4 minute, da doseže cilje. Kandidat uspešno opravi preizkus tehnične usposobljenosti rokovanja z žogo v kolikor doseže 60% možnih točk (torej 18 točk). Opravljena praksa Izdelana in pozitivno ocenjena seminarska naloga. Razpišejo se najmanj 3 izpitni roki. Izpitno komisijo imenuje nosilec programa usposabljanja za vsak rok posebej in jo sestavlja eden od predavateljev, ki je predaval na usposabljanju. Pri tretjem opravljanju izpita se imenuje izpitna komisija, ki ima predsednika in dva člana. Izpit se ocenjuje kot »opravil« ali »ni opravil«. Kandidati morajo usposabljanje zaključiti najkasneje v roku 3 let od zaključka predavanj, posamezen izpit pa lahko opravljajo največ trikrat. Če kandidat v roku ne zaključi zahtevane obveznosti, se mora ponovno udeležiti usposabljanja.

Opombe in literatura

LITERATURA Krevsel, V.: Osnove odbojke. Fakulteta za telesno kulturo, Ljubljana, (1987) Krevsel, V.: Odbojka – gradivo za vaditelje. Fakulteta za šport, Inštitut za šport, Ljubljana, (1993) Janković, V., Marelič, N.: Odbojka. Fakultet za fizičnu kulturo Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb, (1995) Zadražnik, M.: Odbojka v ŠSD – Seminarско gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje. Oddelek za permanentno izobraževanje. Fakulteta za šport, Ljubljana, (1991) Zadražnik, M., Marinko, G.: 50 odbojcarskih treningov – interesne dejavnosti v osnovni šoli. Fakulteta za šport, (2004) Vladimir Janković, Tomislav Đurković, Tomica Rešetar: Uvod v specijalizaciju igračkih uloga u odbojci, Zagreb, (2009), lastna založba (ISBN978-953-55523-0-7)

PREDMETNIK

Specialni del I - teorija

Število ur: 15

Opis: 1. Kratka zgodovina 1.1 odbojarske igre 1.2 pravil odbojarske igre 2. Metodika in didaktika 2.1 Razvojne značilnosti otrok 2.1.1 do 10 let 2.1.2 do 15 let 2.2 Didaktika v poučevanju otrok 2.2.1. Zakonitosti vodenje procesa treniranja v mlajših starostnih kategorijah 2.2.2. Učna priprava v odbojki 2.2.3. Načrtovanje dela v mlajših kategorijah 2.2.3.1. Letni program dela 2.2.3.2. Večletni program dela 2.2.4. Didaktični pripomočki 2.2.5. Organizacijski vidiki treninga in tekem 2.3. Metodika učenja v odbojki 2.3.1 Splošni napotki 2.3.2 Metodični algoritem v odbojki 2.3.2.1. Metodika učenja spodnjega servisa 2.3.2.2. Metodika učenja zgornjega odboja in podaje 2.3.2.3. Metodika učenja spodnjega odboja in sprejema servisa 2.3.2.4. Metodika učenja udarca in napada 2.3.2.5. Metodika učenja bloka – enojni blok 2.3.2.6. Metodika učenja sprejema udarca – obrambe 3. Igre s prilagojenimi pravili 3.1. Uvajalne igre in njihov pomen 3.1.1. Tehnike in taktika 3.1.2. Dejavniki olajševanja učenja tehnike in taktike v mlajših kategorijah 3.2. Vloga mini in male odbojke 3.3. Mini odbojka 3.3.1. Tehnika in taktika 3.3.2. Pravila mini odbojke 3.4. Mala odbojka 3.4.1. Tehnika in taktika 3.4.2. Pravila male odbojke 4. Kondicijska priprava odbojkarjev v kategoriji mini in male odbojke 5. Priprava na tekmo 5.1. Priprava na tekmo 5.1. Vodenje tekme 5.2. Postopki po tekmi 5.3. Osnove statistične analize tekme 6. Periodizacija v kategoriji mini in mali odbojki 7. Izobraževanje in licenciranje odbojarskih trenerjev v Sloveniji 8. Predstavitev izpitnih 8.1. Test 1 8.2. Test 2

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Specialni del I - praktično

Število ur: 15

Opis: 1. Gibalna abeceda in igre s prilagojenimi pravili 2. Metodični postopek učenja tehničnih prvin 2.1 Spodnji servis 2.2 Spodnji odboj 2.3. Zgornji odboj 2.4. Udarec (zgornji in spodnji odboj, z varanjem, plasiran udarec, udarec) 2.5. Enojni blok 2.6. Obramba prostora 3. Žoga preko vrvice 4. Uvajalne igre 4.1.

Igra 1 z 1 4.2. Igra 1 : 1 4.3. Igra 2 z 2 4.4. Igra 2 : 2
4.5. Mini odbojka 3 : 3 (K1 in K2) 4.6. Mala odbojka 4
: 4 (K1 in K2) 5. Osnovni sodniški znaki, tehnika
sojenja 6. Vodenje tekem 7. Priprava na praktični del
izpita (test, test 2)

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Specialni del II - teorija

Število ur: 25

Opis: 1. Odbojka 1.1. Zgodovina odbojkarske tehnike in taktike 1.2. Odbojkarska tehnika in taktika danes 2. Modelne razsežnosti 2.1. Mlajše kategorije 2.2. Ekipe mlajših kategorij 3. Metodični postopek 3.1. Tehnike udarca 3.2. Tehnika dvojnega in trojnega bloka 3.3. Sprejema udarca 3.3.1. Parterna tehnika 3.3.2. Sprejem udarca na smeri udarca 4. Taktika v K1 4.1. Sprejem servisa 4.2. Organizacija napada 4.3. Napad 4.4. Zaščita napadalca 5. Taktika v K2 5.1. Servis 5.2. Blok 5.3. Obramba 5.4. Organizacija protinapada 5.5. Protinapad 5.6. Zaščita napadalca 6. Sistem igre 6 : 0 6.1. Tehnika 6.2. Taktika 6.3. Uporabnost v praksi 7. Sistem igre 3 : 3 7.1. Tehnika 7.2. Taktika 7.3. Uporabnost v praksi 8. Sistem igre 4 : 2 8.1. Tehnika 8.2. Taktika 8.3. Uporabnost v praksi 9. Sistem igre 6 : 2 9.1. Tehnika 9.2. Taktika 9.3. Uporabnost v praksi 10. Sistem igre 5 : 1 10.1. Tehnika 10.2. Taktika 10.3. Uporabnost v praksi 10.4. Različice 10.4.1. Univerzalni sistem 10.4.2. Sistem s igralci specializiranimi za posamezne igralne vloge 11. Usmerjanje v odbojki 11.1. Merski postopki ocenjevanja perspektivnosti otrok in igralcev 12. Selekcija v odbojki 12.1. Podajalec 12.2. Napadalec 12.3. Korektor 12.4. Bloker 12.5. Libero 12.6. Napadalec sprejemalec servisa 12.7. Popolnjevanje ekipe 13. Kondicijska priprava odbojkarjev v mlajših kategorijah 14. Priprava na tekmo 14.1. Statistična analiza tekme – opisniki DATA VOLLEY 14.2. Ugotavljanje in spremljanje uspešnosti in učinkovitosti odbojkarjev in njihovih ekip na tekmi 14.3. Postopki pred, med in po tekmi 15. Periodizacija v mlajših starostnih kategorijah 16. Letni, mesečni, tedenski načrt dela 17. Priprava na praktični del izpita: 17.1. Test 1 17.2. Test 2 17.3. Test 3

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
RADOVAN GAČIČ St. izobrazbe: VI.

JURIJ ČOPI St. izobrazbe: VII.
ZORAN JERONČIČ St. izobrazbe: V.

Specialni del II – praktično

Število ur: 25

Opis: 1. Metodični postopek učenja tehnik 1.1. Udarec 1.2. Blok (dvojni, trojni) 1.3. Sprejem udarca 1.3.1. Spodnji odboj 1.3.2. Parterna tehnika (enoročni sprejem v padcu na levi ali desni bok, soročni sprejem na levi ali desni bok, sun, enoročni sprejem v padcu naprej: moška in ženska varianta) 2. Sistem 6:0 2.1. Taktika v K1 in K2 3. Sistem 3:3 3.1. Taktika v K1 in K2 4. Sistem 4:2 4.1. Taktika v K1 in K2 5. Sistem 6:2 5.1. Taktika v K1 in K2 6. Sistem 5:1 (univerzalni model) 6.1. Taktika v K1 in K2 7. Napadalne kombinacije 7.1. Proste kombinacije 7.2. Križi 7.3. Zasloni 7.4. Napad iz druge vrste 8. Tehnična in taktična priprava libera 9. Kondicijska priprava odbojkarjev v mlajših kategorijah 10. Ugotavljanje in spremljanje ravni kondicijske pripravljenosti 11. Priprava na praktični del izpita

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
RADOVAN GAČIČ St. izobrazbe: VI.
JURIJ ČOPI St. izobrazbe: VII.
ZORAN JERONČIČ St. izobrazbe: V.

Osnove razvojne psihologije in psihologije v športu

Število ur: 5

Opis: Razvojna psihologija otroka, različni stili vodenja, vzorci obnašanja v različnih situacijah, komunikacija, lik voditelja/trenerja, preprečevanje konfliktnih situacij, različne tehnike treniranja in različne tehnike umirjanja.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
dr. Matej TUŠAK St. izobrazbe: IX.

Osnove medicine športa in prva pomoč

Število ur: 5

Opis: Prva pomoč pri poškodbah kosti in sklepov, Preventiva poškodb pri otrocih.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
dr. Vedran HADŽIĆ St. izobrazbe: IX.

Osnove pedagogike in didaktike v športu

Število ur: 5

Opis: Temeljni didaktični pojmi (cilji, vsebine, učne metode, učne oblike), pedagoški vidik delovanja trenerja.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
dr. MARJETA KOVAČ St. izobrazbe: IX.

Management v športu z osnovami informatike in zakonodaje

Število ur: 5

Opis: Zakonodaja na področju športa, Organiziranost športa , Financiranje športa , Naloge športnega managementa (snovanje, anticipacija, načrtovanje, organiziranje, vodenje, poročanje, nadzorovanje, ocenjevanje) , Oblike športnega managementa (organizacije, objekti, rekreativni šport, vrhunski šport).

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
mag. Saša GRUJIĆ St. izobrazbe: VIII.
dr. Janez VODIČAR St. izobrazbe: IX.

Teorija in metodika športnega treniranja

Število ur: 5

Opis: Načela treniranja, Razvoj motoričnih sposobnosti, Ciklizacija in periodizacija, Nadzor trenažnega procesa.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.
dr. MILAN ČOH St. izobrazbe: IX.

Seminarska naloga

Število ur: 5

Opis: Kandidat mora v dogovoru z mentorjem izbrati tematiko odbojcarske narave in izdelati seminarsko nalogo. Nalogo lahko, po dogovoru z mentorjem, izdela tudi več kandidatov skupaj.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

Praksa I

Število ur: 20

Opis: Kandidat mora v času opravljanja prakse voditi dnevnik dela. V času trajanja prakse mora kandidat 6 ur opraviti pod nadzorom mentorja. To pomeni, da pripravi učne priprave in vodi te treninge pod nadzorom mentorja. Skupaj z mentorjem po koncu te

šest urne prakse pod nadzorom mentorja opravita
analizo, kandidat pa pripravi tudi refleksijo
opravljenega dela.

Predavatelji: Marko ZADRAŽNIK (Nosilec) St. izobrazbe: IX.

DATUM

ŽIG

PODPIS

Datum in ura tiska programa usposabljanja: 06.07.2016 10:07