



## **Pravilnik NZS o trenerskem šolanju in usposabljanju**

**V1.0;**

Na podlagi 27. člena Statuta Nogometne zveze Slovenije je Izvršni odbor Nogometne zveze Slovenije na seji dne 24.05.2011 sprejel

## **PRAVILNIK NZS O TREnerskem ŠOLANJU IN USPOSABLJANJU**

### **I. SPLOŠNE DOLOČBE**

#### 1. člen (Namen)

- (1) S tem pravilnikom se opredelita šolanje in usposabljanje nogometnih trenerjev, še zlasti pa strokovni nazivi trenerjev, način šolanja in usposabljanja, sodelovanje z drugimi pravnimi in fizičnimi osebami pod okriljem Nogometne zveze Slovenije (v nadaljevanju: NZS) in drugimi zainteresiranimi organizacijami, prijavní pogoji za kandidate za trenerje, vsebina šolanja in usposabljanja, izdaja diplom in pravno varstvo ter ostale zadeve, potrebne za kvalitetno in kontinuirano šolanje in usposabljanje strokovnih kadrov v nogometu.
- (2) Opredelitev fizičnih oseb v tem pravilniku je nevtralna in se nanaša na pripadnike obeh spolov. Vsak izraz v ednini se lahko, kjer je to potrebno, uporabi tudi v množini in obratno.

#### 2. člen (Trenersko šolanje in usposabljanje)

- (1) Trenersko šolanje in usposabljanje obsega teoretične in praktične vidike izobraževanja nogometnih trenerjev z namenom usposobiti kandidate za vodenje nogometnih ekip.
- (2) NZS izvaja trenersko šolanje in usposabljanje v okviru trenerske šole z nazivom »Trenerska šola prof. Branka Elsnerja«.
- (3) Trenersko šolanje in usposabljanje izvajajo NZS in zainteresirane organizacije s področja visokošolskega in univerzitetnega izobraževanja na podlagi sporazuma z NZS, v katerem se opredeli vsebina trenerskega šolanja in usposabljanja in druge potrebne sestavine za kvalitetno in redno izvedbo trenerskega šolanja in usposabljanja.
- (4) NZS lahko ponudi program izvedbe trenerskega šolanja in usposabljanja tudi drugim zainteresiranim organizacijam na podlagi pogodbe med NZS in zainteresirano organizacijo.

## **II. STROKOVNI NAZIVI IN LICENCA TRENERJEV**

### 3. člen (Strokovni nazivi)

Strokovni nazivi za nogometne trenerje so:

- Strokovni delavec 1 - Trener C;
- Strokovni delavec 1 - Trener vratarjev C;
- Strokovni delavec 1 - Trener Futsal C;
- Strokovni delavec 2 - Trener UEFA B;
- Strokovni delavec 2 - Trener vratarjev B;
- Strokovni delavec 2 - Trener Futsal B;
- Strokovni delavec 2 - Trener UEFA A;
- Strokovni delavec 3 - Trener PRO in
- Strokovni delavec 3 - Trener UEFA PRO.

### 4. člen (Priloge)

- (1) Priloga tega pravilnika za posamezni strokovni naziv natančneje opredeljuje:
- namen šolanja in usposabljanja,
  - program šolanja in usposabljanja,
  - trajanje šolanja in usposabljanja,
  - pripravljavca programa šolanja in usposabljanja,
  - predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur,
  - navedbo predavateljev,
  - strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati,
  - pogoje za vpis,
  - pogoje za napredovanje,
  - pogoje za dokončanje šolanja in usposabljanja,
  - študijsko in izpitno literaturo,
  - način izvajanja izpita
  - ocenjevanje na izpitu in
  - ostale zadeve, ki so potrebne za kvalitetno izvedbo trenerskega šolanja in usposabljanja.
- (2) Priloga pravilnika za posamezni strokovni naziv opredeljuje tudi poenostavljene pogoje za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje ter poenostavljene pogoje za pridobitev strokovnega naziva.

### 5. člen (Licence trenerjev)

- (1) Nogometni trener lahko opravlja trenersko delo v nogometnem klubu oziroma klubu malega nogometa na podlagi podeljene licence.
- (2) Zveza nogometnih trenerjev Slovenije (v nadaljevanju: ZNTS) podeli nogometnemu trenerju licenco, pri čemer mora upoštevati pridobljeni strokovni naziv nogometnega trenerja. ZNTS določi druge pogoje za podelitev licence nogometnemu trenerju.

### **III. ORGANI IN STROKOVNA POMOČ ZA USPOSABLJANJE STROKOVNIH KADROV**

#### 6. člen

(Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov)

- (1) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov:
  - razpiše trenersko šolanje in usposabljanje in določi roke šolanja in usposabljanja,
  - določi obrazce za prijavo na trenersko šolanje in usposabljanje,
  - določi predavatelje,
  - preverja strokovno usposobljenost predavateljev,
  - odloči s sklepom o izdaji diplome za uspešno opravljeno trenersko šolanje in usposabljanje
  - usklajuje programe trenerskega šolanja in usposabljanja med UEFA in NZS in
  - usklajuje programe trenerskega šolanja in usposabljanja med državnimi organi in NZS,
  - opravlja druge naloge v zvezi s trenerskim šolanjem in usposabljanjem in
  - skrbi za redno izobraževanje uradnih oseb in drugega strokovnega osebja v nogometu.
- (2) Ne glede na določbe pravilnika NZS o svetovalnih komisijah morajo tudi člani komisije za usposabljanje strokovnih kadrov imeti vsaj 3 leta strokovnih izkušenj s področja trenerskega šolanja in usposabljanja.
- (3) Člani komisije za usposabljanje strokovnih kadrov morajo odločati strokovno in neodvisno.

#### 7. člen

(Komisija za pritožbe)

- (1) Komisija za pritožbe je pristojna za odločanje o pritožbi zoper sklep Komisije za usposabljanje strokovnih kadrov:
  - s katerim ta ne dovoli vpisa na trenersko šolanje in usposabljanje in
  - s katerim ta zavrne izdajo diplome.
- (2) Pritožnik mora plačati takso za vložitev pritožbe. Takso določi izvršni odbor NZS.

#### 8. člen

(Strokovna, administrativna in tehnična podpora)

Strokovno, administrativno in tehnično podporo delu Komisije za usposabljanje strokovnih kadrov in Komisije za pritožbe, ko se zadeva nanaša na uresničevanje tega pravilnika, nudi strokovna služba NZS.

### **IV. POSTOPEK TRENERKEGA ŠOLANJA IN USPOSABLJANJA**

#### 9. člen

(Razpis)

- (1) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov mora razpisati trenersko šolanje in usposabljanje najmanj enkrat letno za posamezni strokovni naziv.
- (2) Ne glede na prejšnji odstavek tega člena se razpiše trenersko šolanje in usposabljanje za strokovni naziv:
  - Strokovni delavec 2 - Trener UEFA A najmanj dvakrat v treh letih.
  - Strokovni delavec 3 - Trener UEFA PRO najmanj enkrat na tri leta oziroma v primeru neuspelega razpisa najkasneje v enem letu.
- (3) Razpis mora biti objavljen na spletni strani NZS najmanj 60 dni pred začetkom trenerskega šolanja in usposabljanja.
- (4) V razpisu mora biti navedeno najmanjše število oseb, da se trenersko šolanje in usposabljanje izvede, in največje število oseb, ki so lahko vključene v izvedbo trenerskega šolanja in usposabljanja.

#### 10. člen

(Prijavni pogoji)

- (1) Kandidat za pridobitev strokovnega naziva mora ob prijavi izpolnjevati v pravilniku in razpisu zahtevane izobrazbene in strokovne pogoje oziroma imeti zadostne izkušnje kot igralec nogometa v obsegu, kot ga določa priloga tega pravilnika za posamezni strokovni naziv.
- (2) Kandidat je dolžan plačati vpisnino za trenersko šolanje in usposabljanje. Vpisnino določi komisija za usposabljanje strokovnih kadrov.

#### 11. člen

(Izvedba šolanja in usposabljanja)

- (1) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov izvaja trenersko šolanje in usposabljanje s pomočjo predavateljev, ZNTS, strokovne službe NZS in predavateljev zainteresiranih organizacij iz 2. člena tega pravilnika.
- (2) Trenersko šolanje in usposabljanje se izvaja v obliki predavanj, vaj in praktičnega usposabljanja.

12. člen  
(Udeležba)

- (1) Kandidat za trenerja se je dolžan udeležiti trenerskega šolanja in usposabljanja v obsegu, kot ga določa priloga pravilnika za posamezni naziv.
- (2) Če se kandidat za trenerja ne udeleži trenerskega šolanja in usposabljanja v zadostnem obsegu, se šteje, da ni uspešno zaključil trenerskega šolanja in usposabljanja.

13. člen  
(Izpit in izpitne ocene)

- (1) Na koncu trenerskega šolanja in usposabljanja mora kandidat za trenerja opraviti izpit. Namen in vsebina izpita, izpitno gradivo ter izpitni zapisnik so opredeljeni v prilogi pravilnika.
- (2) Izpitne ocene so:
  - ni opravljen (ocena 5),
  - opravljen (oceni 6 in 7) in
  - uspešno opravljen (ocene 8,9 in 10).
- (3) Izpitno oceno »ni opravljen (ocena 5)« prejme tudi kandidat za trenerja, ki odstopi od izpita, razen v primeru višje sile ali bolezni. V slednjem primeru se šteje, da kandidat ni pristopil na izpit.
- (4) Kandidat za trenerja lahko opravlja posamezni izpit največ trikrat. Če kandidat za trenerja ne opravi izpita v tretjem poskusu, se šteje, da ni uspešno zaključil trenerskega šolanja in usposabljanja. Takšen kandidat za trenerja se lahko ponovno vpiše na trenersko šolanje in usposabljanje šele na podlagi novega razpisa.
- (5) Priloga pravilnika opredeljuje za posamezni strokovni naziv rok, v katerem mora kandidat za trenerja uspešno zaključiti trenersko šolanje in usposabljanje. Če kandidat za trenerja ne zaključi trenerskega šolanja in usposabljanja pravočasno, se šteje, da ni uspešno zaključil trenerskega šolanja in usposabljanja. Takšen kandidat za trenerja se lahko ponovno vpiše na trenersko šolanje in usposabljanje šele na podlagi novega razpisa.
- (6) Le nogometni trenerji, ki so uspešno opravili vse oziroma izbrane izpite s povprečnimi ocenami opravljenih izpitov, kot jih opredeljuje priloga za posamezni strokovni naziv, imajo pravico nadaljevati s trenerskim šolanjem in usposabljanjem z namenom napredovanja v strokovnem nazivu.

14. člen  
(Diploma)

- (1) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov podeli diplomo trenerju na podlagi uspešno zaključenega trenerskega šolanja in usposabljanja.
- (2) Če kandidat za trenerja ni uspešno zaključil trenerskega šolanja in usposabljanja, mu Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov izda sklep, s katerim zavrne izdajo diplome.

15. člen  
(Pritožba)

- (1) Zoper sklep Komisije za usposabljanje strokovnih kadrov, s katerim ta ne dovoli vpisa na trenersko šolanje in usposabljanje ali s katerim ta zavrne izdajo diplome, ima kandidat za trenerja pravico do pritožbe v roku 8 dni od prejema sklepa.
- (2) Komisija za pritožbe odloči o pritožbi v 30 dneh od vložitve pritožbe. Odločitev komisije za pritožbe je dokončna.

## **V. PREHODNE IN KONČNE DOLOČBE**

16. člen  
(Prehodna določba)

Kandidati za trenerje, ki so se vpisali na podlagi razpisov še pred uveljavitvijo tega pravilnika, opravljajo in zaključijo trenersko šolanje in usposabljanje po pravilih, na podlagi katerih so se vpisali.

17. člen  
(Prenos pristojnosti)

- (1) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov lahko spremeni vsebino priloge pravilnika v posameznih točkah, na primer glede trajanja programa, pogojev za prijavo na šolanje in usposabljanje.
- (2) Komisija za usposabljanje strokovnih kadrov pripravi prečiščeno besedilo priloge pravilnika in nemudoma obvesti izvršni odbor NZS in generalnega sekretarja NZS o spremembi priloge pravilnika.
- (3) Tovrstna sprememba priloge pravilnika se ne šteje za spremembo pravilnika.

18. člen  
(veljavnost)

Ta pravilnik prične veljati z dnem objave na spletni strani NZS.

Brdo pri Kranju, 24.05.2011



**Nogometna zveza Slovenije**

**Aleksander Čeferin I.r.**  
Predsednik NZS



## **PRILOGA 1: ST-ROKOVNI DELAVEC 1 – TRENER C**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Usposobitev kandidata za vodenje moštev mlajših kategorij v okviru Medobčinskih nogometnih zvez.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje in šolanje za nogometnega trenerja je specifično nogometno in nima skupnih predmetov z drugimi usposabljanji. Usposabljanje odgovarja zahtevam 1. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je za usposabljanje za strokovni naziv Strokovni delavec 1 - Trener C vsako leto predvideno 150 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 mesec.

### **4. Pripravlavec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 65 ur, od tega obsega teoretični del 24 ur, praktični del zajema 38 ur, izpit obsega 3 ure.

## **I. TEORETIČNI DEL**

### **TEORIJA IGRE**

1.0 Igra	1
1.1. Igra (zadovoljstvo, veselje, dinamika, ustvarjalnost, intenzivnost, oblikovanje osebnosti itd.)	
1.2 Navajanje na žogo	
2.0 Značilnosti telesnega in duševnega razvoja mladih	4
2.1 Psihološki vidiki otrokovega razvoja	
2.2 Prehrana	
3.0 Analiza nogometne igre	1
3.1 Igra - faze igre - igralne situacije	
3.2 Organizacija igre (sistem igre)	

4.0 Tehnika	1
4.1 Mesto tehnike v nogometni igri	
4.2 Opredelitev tehnike	
4.3 Delitev tehnike	
5.0 Taktika	1
5.1 Mesto taktike v nogometu	
5.2 Opredelitev taktike	
5.3 Delitev taktike	
6.0 Kondicija	1
6.1 Splošna shema kondicijske priprave	
6.2 Osnovne motorične sposobnosti	
6.3 Kondicijska priprava mladih	
7.0 Organiziranost nogometa v Sloveniji	2
7.1 Nogometna zveza Slovenije	
- ustanovitev, članstvo, MNZ, nogometni klubi, ZNTS, ZNSS, organigram ZNTS, pravni predpisi, registracijski postopki, prestopi itd. za igralce mlajših kategorij	
- vrste mladinskih tekmovanj	
7.2 organizacija mladinskih oddelkov v nogometnih klubih	
7.3 nogomet v šolah	
7.4 Poškodbe, preventiva in kurativa	
8.0 Pravila nogometne igre	1
8.1 Pravila prilagojena igri na manjšem prostoru	

## PEDAGOGIKA - METODIKA UČENJA IN TRENIRANJA

1.0 Učno vzgojni proces - treniranje	
1.1 Usmerjanje, izbiranje in selekcioniranje	1
1.2 Trening mladih - cilji, dejavniki	1
1.3 Metodika učenja	4
1.4 Osnovna učno vzgojna načela	
1.5 Metode posredovanja snovi	
1.6 Metodična lestvica za poučevanje tehnike	
1.7 Pedagogika	
1.8 Učne metode	
1.9 Organizacijske metode	
2.0 Naprave, orodja, tekmovalna oprema in rekviziti	1
- igrišče za mali nogomet (različne možnosti načrtanja)	
- osebna oprema pomožna sredstva za trening	
3.0 Model strokovnega dela	2
3.1 Cilji, podcilji in naloge v procesu treniranja	

3.2 Vsebine in obseg treniranja mladih	
3.3 Delovne etape	
3.4 Načrtovanje procesa trening	
3.5 Praktično metodično delo	
3.6 Teoretični pouk	
3.7 Preverjanje TE - TA, osnovnih in nogometnih motoričnih sposobnosti	
3.8 Dokumentacija dela	
4.0 Trener - osebnost, strokovnjak in vzgojitelj	1
5.0 S2S program – dokumentacija, načrtovanje, zbirka treningov	2

## II. PRAKTIČNI DEL

1.0 Ogrevanje	2
- napotki za sestavo in vodenje ogrevanja	
- tipi ogrevanja	
2.0 Vpeljevanje v igro (različne oblike igre)	1
3.0 Navajanje na žogo	3
- elementarne in štafetne igre	
- upravljanje žoge	
4.0 Tehnika brez žoge	2
- zmerno hiter tek (tek nogometaša)	
- hiter tek (šprint)	
- spremembe smeri pod različnimi koti	
- gibanje obrambnega igralca	
- skoki (sonožni, enonožni odriv)	
5.0 Tehnika z žogo	12
- udarci (nart, zds, sn ds, nds, glava, volley)	
- zaustavljanje žoge	
- odzemanje žoge	
- varanje z žogo	
6.0 Individualna taktika	6
6.1 Posamična taktika v obrambi	
- TA pokrivanja (sredina, krilni položaj)	
- TA odzemanja	
- TA izbijanja	

6.2 Posamična taktika v napadu	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- TA odkrivanja (k žogi, od žoge, vstran)</li> <li>- TA podajanja (v noge, v loku v globino, vstran pred igralca)</li> <li>- TA zaustavljanja žoge</li> <li>- TA vodenja</li> <li>- TA varanja</li> <li>- TA udarjanja na gol (dolgi kot po varanju in dvojni podaji, effe udarec v dolgi kot na krilnem položaju, po predlošku s strani, 1 : 1 proti vratarju)</li> </ul>	
7.0 Skupinska in moštvena taktika	6
7.1 Osnovna skupinska TA	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- menjava mest (v parih v trojicah)</li> <li>- dvojna podaja</li> <li>- prevzemanje žoge</li> <li>- naloge v četvorkah ali peterkah</li> <li>- igralne oblike (3 : 2 → 2 : 1, 1 + 2 : 2, 2 + 2 : 2, 3 : 3 + 3)</li> </ul>	
7.2 Specialna skupinska TA	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- igralne (strukturne) situacije</li> </ul>	
7.3 Moštvena TA	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- vpeljevanje v organizirano igro 7 : 7 (sistem igre 1 – 3 – 1 – 2, varovanje, širina, globina, ohranjanje razporeditve)</li> <li>- metodika protinapada (1 – 3 – 5 – 2)</li> <li>- conski način branjenja (1 – 3 – 5 – 2)</li> </ul>	
8.0 Kondicijska priprava	2
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Razvoj koordinacije</li> <li>- Razvoj hitrosti</li> </ul>	
9.0 Prikazi treningov z različno vsebino	4
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tehnični trening</li> <li>- Tehnično - taktični trening</li> <li>- Kondicijski trening</li> </ul>	

## 6. Predavatelji

mag. Rudi Bračič, Branko Elsner, Miloš Rus, Igor Fenko, Iztok Kavčič, Esad Pirc, Rajko Korent, as. dr. Marko Pocrnjič, prof. dr. Jože Vidmar, Samo Vidovič. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete ima predavatelj najmanj strokovni naziv Trener PRO.

## 8. Pogoji za vpis

- Oseba mora biti polnoletna,
- končana najmanj IV. stopnja izobrazbe in
- najmanj 3-letni igralni staž (potrdilo nogometnega kluba in MNZ).

## 9. Pogoji za napredovanje

Samo kandidat, ki je šolanje in usposabljanje uspešno opravil (z oceno 8, 9 ali 10), lahko nadaljuje z usposabljanjem in šolanjem za drugi strokovni naziv.

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.

Kandidat mora opraviti **teoretični** del izpita (teorija nogometne igre, metodika učenja in treniranja, pravila malega nogometa) in **praktični** del izpita (priprava in ogrevanja, prikaz treninga in ocena TE - TA).

Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje najkasneje v roku treh (3) let od zaključka predavanj.

Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 1 – Trener C**.

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Elsner, B., Verdenik, Z., Pocrnjič, M., Elsner, B.: Skripta Trener C, študijsko gradivo za interno uporabo, Ljubljana 1997.
- Elsner, B., Nogomet za mlade, Marbona, Ljubljana 2006.
- CD – Trenerjev dnevnik, DVD ABC nogometa, DVD Nogomet za najmlajše.

## 12. Način izvajanja izpita

Izpit se opravlja pisno ali ustno, z morebitnim praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

## 13. Ocenjevanje na izpitu

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravil (ocena 5),
- opravil (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravil (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravlja največ trikrat (3x).

## 14. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje

-

### **15. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva**

Diplomanti in študenti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, Visoke trenerske strokovne šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani in Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Trener C, če opravijo osnovni program izpita z nadpovprečno oceno (ocena 9, 10).

### **16. Ostale zadeve**

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#)).

## **PRILOGA 2: STROKOVNI DELAVEC 1 – TRENER VRATARJEV C**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Usposobiti kandidate za treniranje vratarjev mlajših kategorij.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje in šolanje za trenerja vratarjev je specifično nogometno in nima skupnih predmetov z drugimi usposabljanji.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS, je za usposabljanje za strokovni naziv Trener vratarjev C vsako leto predvideno 30 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 teden.

### **4. Pripravljenec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 34 ur, od tega obsega teoretični del 11 ur, praktični del zajema 23 ur.

## **I. TEORETIČNI DEL**

1.0 Zgodovina nogometne igre v povezavi z vratarjem ter značilnosti sodobnega vratarja	1
2.0 Analiza motoričnih in psiholoških obremenitev vratarja, ki branijo na tekmi od U8 do U12 (gol 5mx2m) v igri vratar + 6:6 + vratar in vratarjev U13, U14, ko začnejo z branjenjem na velikem igrišču (video inserti iz tekem)	1
3.0 Metodika dela z vratarji od učenja do treniranja za vratarje od 7 leta do 14 leta starosti	2
4.0 Teoretična in video predstavitev tehnike branjenja brez in z žogo. Povezanost tehnike branjenja z obvladovanjem gimnastičnih prvin in celostnim razvojem motoričnih sposobnosti	2

Izbira vaj – sredstev za učenje TEHNIKE BRANJENJA VRATARJA do 7 do 14 leta (motoričnih in nemotoričnih sredstev) 2

5.0 Načrtovanje procesa treniranja vratarjev od U11 do U14. Primernost z osvajanjem tehničnih veščin (od igre z nogo do tehnike branjenja), delno taktike in strategije branjenja nogometnega vratarja. Predstavitev metod dela v različnih časovnih obdobjih (Pripravljalna doba, Tekmovalna doba, Prehodno obdobje, Priprava na pedagoško prakso).

2

6.0 Vrednotenje napredka vratarja, način analize učinkovitosti vratarja na tekmi, sodelovanje z glavnim trenerjem in starši

## II. PRAKTIČNI DEL

1.0 Metodika dela, starost od 7 do 10 let 4

- Razvoj osnovnih motoričnih sposobnosti od plazenja, lazenja, plezanja in osvajanje osnov gimnastičnih prvin primerne za nogometne vratarje
- Navajanje na žogo z roko in nogo
- Raznovrstna ogrevanja: v paru, troje, sam, s trenerjem, s soigralci
- Učenje osnove TEHNIKE branjenja brez žoge in z žoge
- Taktika branjenja, osnove

1.1 Metodika dela, starost od 7 do 10 let 4

- Razvoj osnovnih motoričnih sposobnosti s poudarkom na gimnastiki (akrobatika, vadba na gimnastičnih orodjih)
- Učenje dinamične tehnike v igri z nogo
- Učenja tehnike branjenja brez žoge in z žogo
- Taktika branjenja, situacijska vadba

2.0 Izbira vaj – sredstev za učenje TEHNIKE BRANJENJA VRATARJA do 10 leta 2

2.1 Izbira vaj – sredstev za nadgradnjo učenje TEHNIKE in delno TAKTIKE BRANJENJA VRATARJA od 11 leta do 14 leta 2

3.0 Proces periodizacije treh različnih treningov za vratarje od: 4

- od 11 do 12 leta
- od 13 do 14 leta starosti

Vsebine treningov so povezane:

- s pripravljalno dobo
- tekmovalno dobo
- prehodno dobo

Predstavitev treh različnih treningov. Testiranje.



4.0 Predstavitev načinov spremljanja razvoja napredka vratarjev(testiranja, vrednotenje aktivnosti in napredka na tekmi). Uporabnost tabel za zapisovanje učinkovitosti vratarja. 2

5.0 Pedagoška praksa samostojno vodenje treninga 15 min. posameznik pripravi (ogrevanje, predstavitev treninga) 5

---

## 6. Predavatelji

Branko Zupan, as.dr. Marko Pocrnjič, mag. Rudi Bračič, Miloš Rus, Branko Elsner. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete mora imeti predavatelj najmanj strokovni naziv Trener UEFA A.

## 8. Pogoji za vpis

Na šolanje se lahko prijavijo kandidati s strokovnim nazivom Strokovni delavec 1 - Trener C.

## 9. Pogoji za napredovanje

-

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur. Kandidati ne opravljajo izpita.

Kandidati pridobijo po zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 1 - Trener vratarjev C.**

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Študijsko gradivo za interno uporabo, ki ga pripravi predavatelj.
- Frans Hoek, DVD trening vratarjev.
- Druga dostopna literatura.

## 12. Ostale zadeve

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko evidence NZS.

## **PRILOGA 3: STROKOVNI DELAVEC 1 – TRENER FUTSAL C**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Usposobitev kandidata za vodenje futsal moštev mlajših kategorij v okviru Medobčinskih nogometnih zvez in Nogometne zveze Slovenije.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje in šolanje za futsal trenerja je specifično. Usposabljanje odgovarja zahtevam 1. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je za usposabljanje za strokovni naziv Strokovni delavec 1 - Trener futsal C vsako leto predvideno 30 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 mesec.

### **4. Pripravljavec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 65 ur, od tega obsega teoretični del 24 ur, praktični del zajema 38 ur, izpit obsega 3 ure.

## **I. TEORETIČNI DEL**

### **TEORIJA IGRE**

1.0 Igra	1
- Igra (zadovoljstvo, veselje, dinamika, ustvarjalnost, intenzivnost, oblikovanje osebnosti itd.)	
- Navajanje na žogo	
2.0 Značilnosti telesnega in duševnega razvoja mladih	4
- Psihološki vidiki otrokovega razvoja	
- Prehrana	
3.0 Analiza igre futsala	1
- Igra - faze igre - igralne situacije	

- Organizacija igre (sistem igre)	
4.0 Tehnika	1
- Mesto tehnike v futsalu	
- Opredelitev tehnike	
- Delitev tehnike	
5.0 Taktika	1
- Mesto taktike v futsalu	
- Opredelitev taktike	
- Delitev taktike	
6.0 Kondicija	1
- Splošna shema kondicijske priprave	
- Osnovne motorične sposobnosti	
- Kondicijska priprava mladih	
7.0 Organiziranost futsala v Sloveniji	2
- NZS - nogometna zveza Slovenije (ustanovitev, članstvo, MNZ, klubi, ZNTS, ZNSS, organigram ZNTS, predpisi - registracije, prestopi itd. za igralce mlajših kategorij.	
- vrste mladinskih tekmovanj	
- organizacija mladinskih oddelkov v MNK	
- nogomet v šolah	
- Poškodbe, preventiva in kurativa	
8.0 Pravila nogometne igre	1
Pravila prilagojena igri na manjšem prostoru	
<b>PEDAGOGIKA - METODIKA UČENJA IN TRENIRANJA</b>	
9.0 Učno vzgojni proces – treniranje	6
Usmerjanje, izbiranje in selekcioniranje	
Trening mladih - cilji, dejavniki	
Metodika učenja	
Osnovna učno vzgojna načela	
Metode posredovanja snovi	
Metodična lestvica za poučevanje tehnike	
Pedagogika	1
Učne metode	
Organizacijske metode	
Naprave, orodja, tekmovalna oprema in rekviziti	1
igrišče za mali nogomet (različne možnosti načrtanja)	
osebna oprema pomožna sredstva za trening	

10.0 Model strokovnega dela	2
Cilji, podcilji in naloge v procesu treniranja	
Vsebine in obseg treniranja mladih	
Delovne etape	
Načrtovanje procesa trening	
Praktično metodično delo	
Teoretični pouk	
Preverjanje TE - TA, osnovnih in nogometnih motoričnih sposobnosti	
Dokumentacija dela	
11.0 Trener - osebnost, strokovnjak in vzgojitelj	1
12.0 S2S program – dokumentacija, načrtovanje, zbirka treningov	2

## II. PRAKTIČNI DEL

1.0 Ogrevanje	2
- napotki za sestavo in vodenje ogrevanja	
- tipi ogrevanja	
2.0 Vpeljevanje v igro (različne oblike igre)	1
3.0 Navajanje na žogo	3
- elementarne in štafetne igre	
- upravljanje žoge	
4.0 Tehnika brez žoge	2
- zmerno hiter tek (tek nogometaša)	
- hiter tek (šprint)	
- spremembe smeri pod različnimi koti	
- gibanje obrambnega igralca	
- skoki (sonožni, enonožni odriv)	
5.0 Tehnika z žogo	12
- udarci (nart, zds, sn ds, nds, glava, volley)	
- zaustavljanje žoge	
- odzemanje žoge	
- varanje z žogo	
6.0 Individualna taktika	6
6.1 Posamična taktika v obrambi	
- TA pokrivanja (sredina, krilni položaj)	
- TA odzemanja	

- TA izbijanja	
6.2 Posamična taktika v napadu	
- TA odkrivanja (k žogi, od žoge, vstran)	
- TA podajanja (v noge, v loku v globino, vstran pred igralca)	
- TA zaustavljanja žoge	
- TA vodenja	
- TA varanja	
- TA udarjanja na gol (dolgi kot po varanju in dvojni podaji, effe udarec v dolgi kotna krilnem položaju, po predlošku s strani, 1 : 1 proti vratarju)	
7.0 Skupinska in moštvena taktika	6
7.1 Osnovna skupinska TA	
- menjava mest (v parih v trojicah)	
- dvojna podaja	
- prevzemanje žoge	
- naloge v četvorkah ali peterkah	
- igralne oblike (3 : 2 → 2 : 1, 1 + 2 : 2, 2 + 2 : 2, 3 : 3 : 3)	
7.2 Specialna skupinska TA	
- igralne (strukturne) situacije	
7.3 Moštvena TA	
- vpeljevanje v organizirano igro 4 : 4 (sistem igre, varovanje, širina, globina, ohranjanje razporeditve)	
- metodika protinapada	
- conski način branjenja	
8.0 Kondicijska priprava	2
- Razvoj koordinacije	
- Razvoj hitrosti	
9.0 Prikazi treningov z različno vsebino	4
- Tehnični trening	
- Tehnično - taktični trening	
- Kondicijski trening	

## 6. Predavatelji

Dušan Razboršek, Iztok Kavčič, Igor Fenko, Rajko Korent, Stane Kokalj, Simon Rosič, Zoran Tesko, Franci Ravnikar, Milko Verboten, Vojko Majcen, Silvo Borošak, Štefan Tivold, Tadej Levstek, Branko Elsner. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete mora imeti predavatelj strokovni naziv Trener PRO, Trener UEFA A ali Trener futsal.

## 8. Pogoji za vpis

- Kandidat mora biti polnoleten,
- končana najmanj IV. stopnja izobrazbe in
- najmanj triletni igralski staž (potrdilo nogometnega kluba in MNZ).

## 9. Pogoji za napredovanje

Samo kandidat, ki je šolanje in usposabljanje uspešno opravil (z oceno 8, 9 ali 10), lahko nadaljuje z usposabljanjem in šolanjem za drugi strokovni naziv.

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

- Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.
- Kandidat mora opraviti **teoretični** del izpita (teorija nogometne igre, metodika učenja in treniranja, pravila malega nogometa) in **praktični** del izpita (priprava in prikaz ogrevanja, treninga in ocena TE - TA).
- Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje najkasneje v roku treh (3) let od zaključka predavanj.

Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 1 – Trener futsal C**.

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Elsner, B., Verdenik, Z., Pocrnjič, M., Elsner, B.: Skripta Trener B, študijsko gradivo za interno uporabo, 1997.
- Elsner, B., Nogomet za mlade, Marbona, Ljubljana 2006.
- CD – Trenerjev dnevnik, DVD ABC nogometa, DVD Nogomet za najmlajše.
- Skripte posameznih predavateljev.

## 12. Način izvajanja izpita

Izpit se opravlja pisno ali ustno, z morebitnim praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

## 13. Ocenjevanje na izpitu

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravlil (ocena 5),
- opravlil (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravlil (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravlja največ trikrat (3x).

#### **14. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje**

-

#### **15. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva**

Diplomanti in študenti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, Visoke trenerske strokovne šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani in Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Strokovni delavec 1 - Trener futsal C, če opravijo osnovni program izpita z nadpovprečno oceno (ocena 9, 10) in opravljajo praktični del šolanja in usposabljanja.

#### **16. Ostale zadeve**

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#)).

## **PRILOGA 4: STROKOVNI DELAVEC 2 – TRENER UEFA B**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Usposobiti kandidate za vodenje ženskih članskih ekip na državnem nivoju tekmovanja, članskih moštev v okviru Medobčinskih nogometnih zvez in moštev mlajših kategorij v okviru 2.SKL, U14 lige.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje in šolanje za nogometnega trenerja je specifično nogometno in nima skupnih predmetov z drugimi usposabljanji. Usposabljanje odgovarja zahtevam 2. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je za usposabljanje za strokovni naziv Strokovni delavec 2 - Trener UEFA B vsako leto predvideno 75 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 mesec.

### **4. Pripravljavec programa šolanja in usposabljanja**

Program in izvedbo usposabljanja je pripravil sektor za usposabljanje in šolanje trenerjev NZS in je potrjen s strani Evropske nogometne zveze UEFA. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 65 ur, od tega obsega teoretični del 26 ur, praktični del zajema 35 ur, izpit obsega 4 ure.

## **II. TEORETIČNI DEL**

1.0 Organiziranost nogometa v Sloveniji	1
1.1 NZS	
- Organigram	
- pravilniki (registracijski, tekmovalni, disciplinski, predpisi in sklepi o stroki)	
- reprezentančne selekcije	
- vrste članskih tekmovanj	
1.2 Nogometni klub	
- organizacija nogometnega kluba	
- organizacija tekme (sodniki, delegat, zapisniki)	



2.0 Igra - analiza igre	2
- sodobna nogometna igra (komunikacija med igralci, dinamika, svoboda itd.)	
3.0 Sistemi igre	2
- razporeditev igralcev, zone delovanja, linije gibanja igralcev.	
- sistem 1 - 4 - 4 - 2 in 1 - 3 - 5 - 2	
- osnovne naloge igralcev	
4.0 Metodika treniranja	5
4.1. Model strokovnega dela v klubu	
4.2 Trening - spreminjanje informacijskega in biopsihosocialnega stanja	
4.3 Proces treniranja - periodizacija in vsebina	
4.4 Učnotrenažni proces - osnovni, graditveni in storilnostni trening	
4.5 Elementi vodenja procesa treniranja (športna forma; ugotavljanje začetnega, vmesnega in končnega stanja; programiranje treningov; korekcije v metodah dela, volumnu obremenitve, kontrole itd.)	
5.0 Tehnika	1
5.1 Tehnika gibanja brez žoge	
5.2 Navajanje na žogo	
5.3 Tehnika gibanja z žogo	
5.4 Ocenjevanje tehnike	
6.0 Taktika	3
6.1 Taktika igre v ožjem smislu	
6.2 Sredstva taktike	
6.3 Taktika igre v napadu	
6.4 Taktika igre v obrambi	
6.5 Metodična lestvica za poučevanje taktike	
7.0 Kondicija	2
7.1 Kondicijska priprava - sinonimi	
7.2 Splošna shema kondicijske priprave široka osnovna priprava, osnovna priprava, situacijska priprava	
7.3 Motorične in funkcionalne dimenzije, razvoj, metode dela za njihov razvoj	
8.0 Pravila nogometne igre	3
9.0 Management	
- Vloga trenerja v pripravi in vodenju moštva	1
10.0 Prva pomoč in osnove športne medicine	3
- pomen in organizacija prve pomoči na športnih prireditvah	
- prva pomoč pri življenjsko nevarnih situacijah	
- prva pomoč pri najpogostejših poškodbah nogometašev	

11.0 Psihologija športa	3
- Razlaga pojma 'Psihologija športa'	
- Pomen psihologije športa v nogometu	
- Motivacija	

---

## II. PRAKTIČNI DEL

---

1.0 Kondicijska priprava	5
- Razvoj moči	
- Razvoj hitrosti	
- Razvoj vzdržljivosti	
2.0 Taktika	9
2.1 Skupinska taktika	
- Osnovna skupinska taktika	
- Specialna taktika za igralna mesta	
2.2 Moštvena taktika	
- protinapad	
- kontinuiran napad	
- conski način branjenja	
2.3 Taktika ob prekinitvah	
3.0 Prikazi treningov z različno vsebino	2
- Graditveni	
- Storilnostni	
4.0 Pedagoška praksa	11
- vodenje ogrevanja	
- vodenje glavnega dela treninga (teme vezane na učenje tehničnih elementov, taktičnih elementov, izvajanje TE-TA vaj)	
5.0 Vratar	4
- TE - TA priprava	
6.0 Prva pomoč in osnove športne medicine	3
- Materiali za prvo pomoč - vsebina torbe fizioterapevta in način uporabe materialov	
- Oskrba ran - obvezovanje	
- Način lokalnega hlajenja	
- Imobilizacija	

---

## 6. Predavatelji

Prof.dr. Jože Vidmar, as.dr. Marko Pocrnjič, mag. Rudi Bračič, Esad Pirc, Iztok Kavčič, Igor Fenko, Samo Vidovič, Meho Avdagič, Robert Misja, Rajko Korent, Branko Elsner, Miloš Rus. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete ima predavatelj najmanj strokovni naziv Trener PRO.

## 8. Pogoji za vpis

Diploma TRENER C (uspešno opravlil) in enoletna praksa v nazivu TRENER C (dokazilo - Dnevnik dela trenerja).

## 9. Pogoji za napredovanje

Samo kandidat, ki je uspešno opravil šolanje in usposabljanje (z oceno 8, 9 ali 10), lahko nadaljuje z usposabljanjem in šolanjem za drugi strokovni naziv.

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

- Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.
- Kandidat mora opraviti **teoretični del izpitov** (teorija nogometne igre, metodika učenja in treniranja, osnove medicine, psihologija, pravila nogometne igre) in **praktični del** (priprava in prikaz ogrevanja, treninga in ocena TE - TA znanja)
- Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje najkasneje v roku treh (3) let od zaključka predavanj.

Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 2 – Trener UEFA B**.

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Elsner, B., Verdenik, Z., Pocrnjič, M., Elsner, B.: Skripta Trener B, študijsko gradivo za interno uporabo, 1997.
- Elsner, B.: Nogomet: Teorija igre, dopolnjena izdaja, FŠ 2004.
- DVD – Ustvarjanje nogometne igre,
- DVD Nogometni trening = nogometni trening,
- druga literatura.

## **12. Način izvajanja izpita**

Izpit se opravlja pisno ali ustno, z morebitnim praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

## **13. Ocenjevanje na izpitu**

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravlil (ocena 5),
- opravlil (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravlil (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravlja največ trikrat (3x).

## **14. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje**

-

## **15. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva**

Diplomanti in študenti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, Visoke trenerske strokovne šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani ali Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Trener UEFA B, če opravijo šolanje Trener C (ocena 9, 10) in imajo enoletno (1) prakso v nazivu (predložitev dnevnika dela).

## **16. Ostale zadeve**

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#))

## **PRILOGA 5: STROKOVNI DELAVEC 2 – TRENER VRATARJEV B**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Temeljni cilj je usposobiti kandidate za treniranje vratarjev članskih kategorij od 15 leta dalje.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje in šolanje za trenerja vratarjev je specifično nogometno in nima skupnih predmetov z drugimi usposabljanji.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS, je za usposabljanje za strokovni naziv Trener vratarjev B vsako leto predvideno 30 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 teden.

### **4. Pripravlavec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 34 ur, od tega obsega teoretični del 11 ur, praktični del zajema 23 ur.

---

## **II. TEORETIČNI DEL**

---

1.0 Značilnosti sodobnega vratarja, video predstavitev(branjenja vrhunskih vratarjev)

1

2.0 Analiza posredovanj vratarja, s poudarkom na TAKTIKI BRANJENJA in psiholoških obremenitvah vratarja, ki branijo na tekmah kadetske, mladinske in članske lige (video inserti iz tekem). Predstavitev vratarske razvojne poti Samirja Handanoviča in analiza trenutne razvojne poti Jana Oblaka.

2

3.0 Metodika dela z vratarji kadetov, mladincev in članov. Učenje in treniranje taktike z upoštevanjem motoričnih in nemotoričnih aktivnosti.

Metodika dela pri odpravljanju pomanjkljivosti v branjenju vratarja kadetov, mladincev in članov.

2

4.0 Teoretična in video predstavitev TAKTIKE BRANJENJA v povezavi s TEHNIKO BRANJENJA in KONDICIJO

Kakšen pomen ima STRATEŠKA PRIPRAVA VRATARJA:

- Učne strategije
- Sodelovanja trener in vratar(miselne in čutne priprave vratarja na trening, tekmo).
- Kako sta taktika in strategija povezani? 2

5.0 Izbira vaj – sredstev za učenje TAKTIKE IN TEHNIKE BRANJENJA VRATARJA od kadetov do članov 2

6.0 Načrtovanje procesa treniranja vratarja v kategoriji kadetov, mladincev in članov.

Trening taktične priprave:

- postavljanje v vratih, iztek, sodelovanje z zadnjo vrsto

7.0 Trening izboljšave tehničnih veščin (od igre z nogo do tehnike branjenja)

Predstavitev metod dela in primernosti treningov v različnih časovnih obdobjih:

- Pripravljalna doba
- Tekmovalna doba
- Prehodna doba

Strateška priprava vratarja za branjenje na tekmi.

Priprava na pedagoško prakso. 2

8.0 Vrednotenje napredka vratarja, način analize učinkovitosti vratarja na tekmi, sodelovanje z glavnim trenerjem in starši.

## II. PRAKTIČNI DEL

1.0 Metodika dela z kadeti in mladinci: 4

- Razvoj specifičnih in specialnih motoričnih sposobnosti
- Utrjevanje tehničnih veščin v igri z nogo
- Raznovrstna ogrevanja: v paru, troje, sam, s trenerjem, s soigralci
- Učenje in treniranje TAKTIKE branjenja:
- Postavljanje v vratih v času igre glede na oddaljenost žoge od vrat. Postavljanje pri prekinitvah, sodelovanje s soigralci
- Iztek in skrajševanje kota
- Sodelovanje vratarja pri organizaciji napada. Podaja z nogo ali tudi z roko.
- Nadgradnja tehnike in taktike branjenja v zahtevnejših vremenskih pogojih
- Osvajanje taktike branjenja s pomočjo različnih oblik dela in učnih metod

1.1 Metodika dela z člani: 4

- Razvoj specifičnih in specialnih motoričnih sposobnosti
- Treniranje dinamične tehnike z nogo v sodelovanju z zadnjo vrsto in celotno ekipo. Situacijska vadba

- Predstavitev različnih oblik dela in učnih metod v pripravi treningov za članskega vratarja
- Taktika branjenja, situacijska vadba
- TAKTIČNO –STRATEŠKA priprava vratarja na tekmo

2.0 Izbira vaj – sredstev za učenje in treniranje TAKTIKE BRANJENJA VRATARJA - kadetskih in mladinskih vratarjev 2

2.1 Izbira vaj – sredstev za nadgradnjo treniranja TAKTIKE BRANJENJA VRATARJA - članskih vratarjev 2

3.0 Proces periodizacije treh različnih treningov za vratarje: 4

- Kadetov in mladincev
- Članov

Vsebine treningov so povezane:

- s pripravljalno dobo
- tekmovalno dobo
- prehodno dobo

Predstavitev treh različnih treningov.

Kako do FORME vratarja?

Testiranje

4.0 Predstavitev načinov spremljanja razvoja napredka vratarjev (testiranja, vrednotenje aktivnosti in napredka na tekmi). Uporabnost tabel za zapisovanje učinkovitosti vratarja.

Priprava na pedagoško prakso. 2

5.0 Pedagoška praksa samostojno vodenje treninga 15 min. Pripravi kandidat za trenerja vratarjev (ogrevanje, predstavitev treninga). 5

## 6. Predavatelji

Branko Zupan, as.dr. Marko Pocrnjič, mag. Rudi Bračič, Miloš Rus, Branko Elsner. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete mora imeti predavatelj najmanj strokovni naziv Trener UEFA A.

## 8. Pogoji za vpis

Na šolanje se lahko prijavijo kandidati s strokovnim nazivom Trener UEFA B in strokovnim nazivom Trener vratarjev C. Kandidat mora imeti 1 leto prakse v nazivu Trener vratarjev C (dnevnik dela).

## 9. Pogoji za napredovanje

Šolanje in usposabljanje se na tem nivoju zaključi.

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

- Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.
- Prisotnost na šolanju in usposabljanju. Kandidati ne opravljajo izpita.

Kandidati pridobijo po zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 2 - Trener vratarjev B.**

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Študijsko gradivo za interno uporabo, ki ga pripravi predavatelj,
- DVD trening vratarjev, Frans Hoek.
- Druga dostopna literatura.

## 12. Ostale zadeve

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko evidence NZS.



## **PRILOGA 6: STROKOVNI DELAVEC 2 – TRENER FUTSAL B**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Temeljni cilj je usposobiti kandidate za vodenje članskih futsal ekip.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Usposabljanje za Trenerja futsal B je specifično. Usposabljanje odgovarja zahtevam 2. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je za usposabljanje in šolanje za strokovni naziv Strokovni delavec 2 - Trener futsal B vsako leto predvideno 30 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja 1 mesec.

### **4. Pripravljenec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 65 ur, od tega obsega teoretični del 26 ur, praktični del zajema 35 ur, izpit obsega 4 ure.

## **I. TEORETIČNI DEL**

1.0 Organiziranost nogometa in futsala v Sloveniji	1
1.1 NZS	
- Organigram	
- pravilniki futsal (registracijski, tekmovalni, disciplinski, predpisi in sklepi o stroki)	
- reprezentančne selekcije	
- vrste članskih tekmovanj	
1.2 Klub malega nogometa	
- organizacija KMN	
- organizacija tekme (sodniki, delegat, zapisniki)	
2.0 Igra - analiza futsal igre	2
- sodobna nogometna igra (komunikacija med igralci, dinamika, svoboda itd.)	

3.0 Sistemi igre	2
- razporeditev igralcev, zone delovanja, linije gibanja igralcev.	
- sistem	
- osnovne naloge igralcev	
4.0 Metodika treniranja	5
4.1 Model strokovnega dela v klubu	
4.2 Trening - spreminjanje informacijskega in biopsihosocialnega stanja	
4.3 Proces treniranja - periodizacija in vsebina	
4.4 Učnotrenažni proces - osnovni, graditveni in storilnostni trening	
4.5 Elementi vodenja procesa treniranja (športna forma; ugotavljanje začetnega, vmesnega in končnega stanja; programiranje treningov; korekcije v metodah dela, volumnu obremenitve, kontrole itd.)	
5.0 Tehnika	1
5.1 Tehnika gibanja brez žoge	
5.2 Navajanje na žogo	
5.3 Tehnika gibanja z žogo	
5.4 Ocenjevanje tehnike	
6.0 Taktika	3
6.1 Taktika igre v ožjem smislu	
6.2 Sredstva taktike	
6.3 Taktika igre v napadu	
6.4 Taktika igre v obrambi	
6.5 Metodična lestvica za poučevanje taktike	
7.0 Kondicija	3
7.1 Kondicijska priprava - sinonimi	
7.2 Splošna shema kondicijske priprave široka osnovna priprava, osnovna priprava, situacijska priprava	
7.3 Motorične in funkcionalne dimenzije, razvoj, metode dela za njihov razvoj	
8.0 Pravila futsal igre	3
9.0 Management	
Vloga trenerja v pripravi in vodenju moštva	1
10.0 Prva pomoč in osnove športne medicine	3
- Navajanje na žogo	
- pomen in organizacija prve pomoči na športnih prireditvah	
- prva pomoč pri življenjsko nevarnih situacijah	
- prva pomoč pri najpogostejših poškodbah nogometašev	

11.0 Psihologija športa	3
- Razlaga pojma ' Psihologija športa'	
- Pomen psihologije športa v futsalu	
- Motivacija	

---

## II. PRAKTIČNI DEL

---

1.0 Kondicijska priprava	5
- Navajanje na žogo	
- Razvoj moči	
- Razvoj hitrosti	
- Razvoj vzdržljivosti	
2.0 Taktika	9
2.1 Skupinska taktika	
- Osnovna skupinska taktika	
- Specialna taktika za igralna mesta	
2.2 Moštvena taktika	
- protinapad	
- kontinuiran napad	
- conski način branjenja	
2.3 Taktika ob prekinitvah	
3.0 Prikazi treningov z različno vsebino	2
- Graditveni	
- Storilnostni	
4.0 Pedagoška praksa	11
- vodenje ogrevanja	
- vodenje glavnega dela treninga (teme vezane na učenje tehničnih elementov, taktičnih elementov, izvajanje TE-TA vaj)	
5.0 Vratar	4
- TE - TA priprava	
6.0 Prva pomoč in osnove športne medicine	
- Materiali za prvo pomoč - vsebina torbe fizioterapevta in način uporabe materialov	
- Oskrba ran - obvezovanje	
- Način lokalnega hlajenja	
- Imobilizacija	

## 6. Predavatelji

Predavatelji: Dušan Razboršek, Iztok Kavčič, Igor Fenko, Rajko Korent, prof.dr. Jože Vidmar, Stane Kokalj, Simon Rosič, Zoran Tesko, Franci Ravnikar, Milko Verboten, Vojko Majcen, Silvo Borošak, Štefan Tivold, Tadej Levstek, Branko Elsner. Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## 7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati

Izvajalci programa so strokovni sodelavci NZS. Za specifične nogometne predmete ima predavatelj najmanj strokovni naziv Trener PRO, Trener UEFA A, Trener futsal C.

## 8. Pogoji za vpis

Diploma Trener futsal C (uspešno opravil), enoletna praksa v strokovnem nazivu Strokovni delavec 1 - Trener futsal C (dokazilo dnevnik dela).

## 9. Pogoji za napredovanje

Šolanje in usposabljanje se na nivoju Trener futsal B zaključi.

## 10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja

Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.

Kandidat mora opraviti **teoretični del** (teorija nogometne igre, metodika učenja in treniranja, osnove medicine, pravila nogometne igre) in **praktični del** izpitov (priprava in prikaz ogrevanja, treninga in ocena TE - TA znanja).

Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje najkasneje v roku treh (3) let od zaključka predavanj.

Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju **strokovni naziv Strokovni delavec 2 – Trener Futsal B**.

## 11. Študijska in izpitna literatura

- Elsner, B., Verdenik, Z., Pocrnjič, M., Elsner, B.: Skripta Trener B, študijsko gradivo za interno uporabo, 1997.
- Elsner, B.: Nogomet: Teorija igre, dopolnjena izdaja, FŠ 2004.
- DVD – Ustvarjanje nogometne igre.
- DVD Nogometni trening = nogometni trening.
- druga literatura.

## 12. Način izvajanja izpita

Izpit se opravlja pisno ali ustno, z morebitnim praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

### **13. Ocenjevanje na izpitu**

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravil (ocena 5),
- opravil (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravil (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravlja največ trikrat (3x).

### **14. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje**

-

### **15. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva**

Diplomanti in študenti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, Visoke trenerske strokovne šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani in diplomanti Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Trener futsal B, če opravijo šolanje Trener UEFA B (ocena 9, 10) in imajo enoletno (1) prakso v nazivu (predložitev dnevnika dela), opravijo šolanje Trener futsal C ter imajo opravljen praktični del šolanja Trener Futsal B s praktičnim delom izpita.

### **16. Ostale zadeve**

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#))

## **PRILOGA 7: STROKOVNI DELAVEC 2 – TRENER UEFA A**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Temeljni cilj je usposobiti kandidate za vodenje članskih moštev v okviru 3. SNL in moštev mlajših kategorij v okviru 1. SKL in 2. SML

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Program in izvedbo usposabljanja Trener UEFA A je pripravil sektor za usposabljanje in šolanje trenerjev NZS in je potrjen s strani Evropske nogometne zveze UEFA. Usposabljanje odgovarja zahtevam 2. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je usposabljanje za strokovni naziv Strokovni delavec 2 - Trener UEFA A predvideno dva (2) krat v treh (3) letih. Za usposabljanje in šolanje je predvideno 35 mest letno.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja do enega leta.

### **4. Pripravlavec programa šolanja in usposabljanja**

Oddelek za usposabljanje NZS. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje traja 168 ur, od tega obsega teoretični del 72 ur, praktični del zajema 88 ur, izpit obsega 8 ur.

## **1. Semester TEORIJA (57 ur)**

### **1.0 Sociologija I**

- 1.1 skupine in skupinska dinamika
- 1.2 male skupine v vrhunskem športu
- 1.3 metode
- 1.4 rezultati raziskav

### **2.0 Psihologija I**

- 2.1 psihologija športa in njen razvoj
- 2.2 motivacija
- 2.3 socialna klima
- 2.4 agresivnost
- 2.5 trener
- 2.6 predtekmovalno stanje in priprava na tekmo
- 2.7 otrok in mladostnik v športu

### **3.0 Teorija treniranja**

3.1 analiza posameznika in njegova vloga v športnem moštvu

3.2 zakonitosti gibalnega razvoja kot izhodišče metodike

3.3 potek psihomotoričnega učenja in realizacija v športni vadbi

- podsystem značilnosti vsebin treninga moštvenih športnih iger (otrok - odrasli)
- podsystem značilnosti vodenja treninga moštvenih športnih iger (otrok - odrasli)
- podsystem zgodnjega usmerjanja in selekcioniranja
- podsystem upravljanja športnega treniranja (od didaktike do metodike)
- podsystem materialno tehničnih pogojev in organizacije dela
- razvoj sposobnosti in pridobivanje znanj glede na izhodišča posameznika in zastavljene cilje

### **4.0 Teorija nogometa**

4.1. vloga nogometa v sodobni družbi

4.2 zgodovinski razvoj nogometa pri nas in v svetu

4.3 organiziranost nogometa pri nas in v svetu

- NZS - pravilniki za profesionalne igralce, registracije, prestopi, certifikati
- UEFA - FIFA
- evropska in svetovna prvenstva klubov in reprezentanc

4.4 dejavniki uspešnosti v nogometu

4.5 igra - analiza igre

- razvoj analiziranja igre
- novejši rezultati analiz

4.6 Naprave, orodja, rekviziti, oprema

### **5.0 Taktika**

5.1 strategija

5.2 razvoj sistema nogometne igre

### **6.0 Kondicija**

6.1 definicija cilji in naloge

6.2 shema kondicijske priprave

6.3 načela kondicijske priprave

6.4 morfološke, motorične in funkcionalne dimenzije (na pr. teža, hitrost, aerobne kapacitete itd.)

6.5 metode in sredstva

6.6 načrtovanje in programiranje

### **7.0 Pravila igre (sojenje)**

7.1 nedovoljeni položaj

7.2 prekrški in nešportno obnašanje

### **8.0 Medicina športa**

8.1 Najpogostejše poškodbe nogometašev in njihova kurativa

## **9.0 Management**

- 9.1 Organizacija športa
- 9.2 Pravo v športu

### **1. Semester PRAKTIČNO (23 ur)**

#### **1.0 Taktika**

- 1.1 posamična taktika v napadu in obrambi
- 1.2 osnovna skupinska taktika
- 1.3 specialna skupinska taktika

#### **2.0 Kondicija**

- 2.1 vaje in metode za razvoj koordinacije
- 2.2 vaje in metode za razvoj hitrosti
- 2.3 vaje in metode za razvoj moči
- 2.4 vaje in metode za razvoj vzdržljivosti

### **2. semester TEORIJA (15 UR)**

#### **1.0 Teorija treniranja nogometašev**

- 1.1 Treniranje - transformacijski proces
- 1.2 Model strokovnega dela v klubu, struktura procesa treninga
- 1.3 cilj proces treniranja - športna forma
- 1.4 periodizacija treninga izvedba procesa treniranja – komponente volumna, obremenitve, vsebina
- 1.5 Usmeritve v treningu
- 1.6 Metode dela
- 1.7 Metode treniranja – motorične informacije
- 1.8 Metode treniranja in uporaba metod

#### **2.0 Taktika**

- 2.1 posamična taktika
- 2.2 skupinska taktika
- 2.3 moštvena taktika

### **2. semester PRAKTIČNO (65 ur)**

#### **1.0 Taktika**

- 1.1 osnovna skupinska taktika
- 1.2 specialna skupinska taktika
- 1.3 moštvena taktika

#### **2.0 Kondicija**

- 2.1 vaje in metode za razvoj koordinacije
- 2.2 vaje in metode za razvoj hitrosti



- 2.3 vaje in metode za razvoj moči
- 2.4 vaje in metode za razvoj vzdržljivosti

### **3.0 Pravila igre**

- 3.1 nedovoljeni položaj
- 3.2 igranje tekme in sojenje
- 3.3 analiza sojenja

### **4.0 Pedagoška praksa**

- 4.1 demonstracija različnih vrst treningov
- 4.2 sestavljanje, analiziranje in ocenjevanje treningov

---

## **6. Predavatelji**

Sociologija I: prof.dr. Mojca Doupona Topič; Psihologija I: Robert Misja; Medicina športa: prof.dr. Jože Vidmar; Management: prof. dr. Jakob Bednarik; Teorija treniranja: prof.dr. Rado Pišot, mag. Rudi Bračič; Taktika: dr. Zdenko Verdenik, mag. Rudi Bračič; Kondicija: as.dr. Marko Pocrnjič., mag. Rudi Bračič; Teorija nogometa: Branko Elsner, mag. Rudi Bračič; Pravila nogometne igre (sojenje): Milovan Nikolič; Teorija treniranja nogometašev: Miloš Rus, mag. Rudi Bračič; Pedagoška praksa (II. Semester): različni predavatelji.

Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

## **7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati**

Izvajalci usposabljanja so strokovni sodelavci NZS, profesorji in drugi visokošolski učitelji Fakultete za šport Univerze v Ljubljani in Pedagoške fakultete Univerze v Mariboru. Za specifične nogometne predmete mora imeti predavatelj najmanj strokovni naziv Trener PRO.

## **8. Pogoji za vpis**

Diploma TRENER UEFA B (uspešno opravil) in enoletna praksa v nazivu (dokazilo predložitve Dnevnika dela trenerja).

## **9. Pogoji za napredovanje**

Samo kandidati, ki so opravili vse izpite z najmanj povprečno oceno 8, ali z najmanj povprečno oceno 9 iz specialnih predmetov pridobijo pravico do nadaljnjega šolanja Trener PRO.

## **10. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja**

Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 80% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.

Kandidat morajo za pridobitev strokovnega naziva opraviti teoretične in praktične izpite iz predavanj in vaj. Kandidati morajo pripraviti seminarske naloge pri sledečih predmetih: teorija nogometa, teorija treniranja nogometašev, pedagoška praksa (tedenski načrt dela in skice treninga).

Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje najkasneje v roku pet (5) let od zaključka predavanj.

**Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju strokovni naziv Strokovni delavec 2 – Trener UEFA A.**

### **11. Študijska in izpitna literatura**

- Doupona Topič, M.: Sociologija športa 1 (študijsko gradivo za trenerje A), FŠ 1999.
- Pocrnjič, M.: Kondicijska priprava za nogometaše (študijsko gradivo), FŠ 1994.
- Tušek, M.: Psihologija športa, FŠ, 1997.
- Elsner, B.: Teorija nogometa, dopolnjena izdaja, FŠ 2004.
- Elsner, B.: Metodika dela z nogometaši, FŠ 1984.
- Verdenik, Z.: Model igre Slovenske reprezentance, FŠ 2004.

Fotokopije predavanj lahko dobijo kandidati (po dogovoru s predavateljem) pri naslednjih predmetih:

- Taktika (predavatelj dr. Zdenko Verdenik),
- Teorija treniranja nogometašev (predavatelj Miloš Rus),
- Teorija treniranja (predavatelj prof.dr. Rado Pišot),
- Teorija treniranja (predavatelj Branko Elsner) in
- Pravila nogometne igre - sojenje (predavatelj Milovan Nikolič).

### **12. Način izvajanja izpita**

Izpit se opravlja pisno (lahko tudi ustno) in/ali s praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

### **13. Ocenjevanje na izpitu**

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravlil (ocena 5),
- opravlil (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravlil (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravlja največ trikrat (3x).

### **14. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje**

Profesionalni igralci se lahko po uspešno zaključenem šolanju in usposabljanju za strokovni naziv Trener C in enoletni praksi v tem strokovnem nazivu (dnevnik dela) vpišejo na šolanje in usposabljanje za strokovni naziv Trener UEFA A. Za profesionalne igralce se štejejo igralci, ki imajo najmanj 150 uradnih tekem v najvišjem rangju tekmovanja.

## 15. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva

Diplomanti in študenti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, Visoke trenerske šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani ali Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Trener UEFA A pod naslednjimi pogoji:

- opravljen izpit Usmerjanje (505ur) z oceno izpita najmanj 8,
- sodelovanje na predavanjih in vajah v okviru šolanja za naziv Trener UEFA A v sklopu Taktika – moštvena,
- opravljena pedagoška praksa, in sicer sodelovanje na nastopih v okviru šolanja Trener UEFA A in nastopih na vajah v okviru pedagoške prakse na Fakulteti za Šport Univerze v Ljubljani in na Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru,
- izdelan tedenski načrt dela in skice treninga (1 teden),
- potrdilo o najmanj enoletni praksi v nazivu Trener UEFA B (dnevnik dela).

Študenti se lahko vključijo v program šolanja in usposabljanja v petem ali kasnejšem semestru študija.

## 16. Ostale zadeve

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#)).

## **PRILOGA 8: STROKOVNI DELAVEC 3 – TRENER PRO in TRENER UEFA PRO**

### **1. Namen šolanja in usposabljanja**

Temeljni cilj je usposobiti kandidate za vodenje moštva na vseh nivojih tekmovanj.

### **2. Program šolanja in usposabljanja**

Šolanje Trener UEFA PRO je dvostopenjsko šolanje in usposabljanje in je sestavljeno iz šolanja za strokovni naziv Trener PRO in Trener UEFA PRO. Program in izvedba šolanja in usposabljanja Trener UEFA PRO je potrjen s strani UEFA.

Usposabljanje odgovarja zahtevam 3. stopnje zahtevane usposobljenosti športnih delavcev v športu.

Po sprejetem programu usposabljanj strokovnih kadrov NZS je za usposabljanje za strokovni naziv Strokovni delavec 3 – Trener PRO in Trener UEFA PRO vsako tretje (3) leto predvideno 35 mest.

### **3. Trajanje šolanja in usposabljanja**

Šolanje in usposabljanje praviloma traja najmanj 2 leti.

### **4. Pripravlavec programa šolanja in usposabljanja**

Program in izvedbo šolanja in usposabljanja Trener UEFA PRO je pripravil sektor za usposabljanje in šolanje trenerjev. Vodja programa usposabljanja in šolanja je Branko Elsner.

### **5. Predmetnik šolanja in usposabljanja z navedbo ur**

Šolanje in usposabljanje je razdeljeno na dve stopnji. Prva stopnja traja 300 ur (2 semestra po 120 ur + pedagoška praksa + 12 ur izpiti). Druga stopnja pa je sestavljen iz prakse pri vodenju ekip na različnih nivojih tekmovanja, z zaključnim praktičnim izpitom in izdelavo diplomske naloge.

## **I. TEORETIČNI DEL – 1. semester (82 ur)**

### **1.0 Sociologija II**

- 1.1 pojem sociologije športa in družbena vloga športa
- 1.2 enomenologija športa
- 1.3 vrhunski šport in socialno okolje
  - 1.3.1 vpliv športnih aktivnosti na procese socializacije
  - 1.3.2 šport v družini in refleksija na vrhunski šport
- 1.4 sociološki aspekti vrhunškega športa
  - 1.4.1 nasilje in šport
  - 1.4.2 navijaške skupine, publika
  - 1.4.3 konvencija o obnašanju na nogometnih tekmah

1.5 kršitev človekovih pravic

## **2.0 Fiziologija športa**

- 2.1 energija za mišično aktivnost
- 2.2 vzdržljivost
- 2.3 koordinacija
- 2.4 sila / hitrost
- 2.5 gibljivost

## **3.0 Funkcionalna anatomija**

- 3.1 živčni sistem
- 3.2 delovanje živčnega sistema in njegov vpliv na ostale sisteme, predvsem na gibalni sistem
- 3.3 srce z ožiljem
- 3.4 ostali sistemi
- 3.5 gibalni sistemi
- 3.6 spodnje okončine
- 3.7 zgornje okončine

## **4.0 Psihologija II**

- 4.1 psihologija športa in njena vloga
- 4.2 motivacija
- 4.3 predtekmovalno stanje in priprava na tekmo

## **5.0 Teorija treniranja nogometašev**

- 5.1 značilnosti športne forme, faze razvoja, oblikovanje, valovanje in vzdrževanje forme
- 5.2 izbira, vsebina in volumen dejavnosti v procesu treniranja
- 5.3 metode treniranja
- 5.4 ugotavljanje začetnega, vmesnega in končnega stanja
- 5.5 načrtovanje, programiranje procesa treninga in dokumentacija
- 5.6 Upravljanje treninga v različnih obdobjih sezone- vodenje
- 5.7 osebnost trenerja
- 5.8 razgovor z igralci

## **6.0 Merske tehnike**

- 6.1 pomembnost analiziranja, proučevanja psihosomatičnega statusa igralca
- 6.2 merske karakteristike testov
- 6.3 vrednotenje sposobnosti (ocenjevalne skale, norme)
- 6.4 ugotavljanje in spremljanje razvoja nogometašev

## **7.0 Taktika**

- 7.1 razvoj taktike
- 7.2 taktika na igralnih mestih
- 7.3 priprava na tekmo
- 7.4 organizacija in razvoj koncepta igre
- 7.5 popravljanje napak posameznikov in moštva

## II. PRAKTIČNI DEL – 1. semester (64 ur)

### 1.0 Sociologija II.

### 2.0 Analiza tehnike

### 3.0 Merske tehnike

3.1 merjenje in diagnosticiranje morfološkega in funkcionalnega stanja nogometašev

### 4.0 Pedagoška praksa

4.1 analize treningov

4.2 trening pri trenerju mentorju

## III. TEORETIČNI DEL – 2. semester (14 ur)

### 1.0 Management

1.1 marketing v športu

1.2 komunikacijski sistemi in medijiv športu

1.3 finance v športu

1.4 upravljanje objektov in infrastrukture v športu

1.5 ravnanje z človekovimi zmožnostmi

### 2.0 Organizacija in predpisi

2.1 UEFA

2.2 FIFA

2.3 mednarodna dejavnost NZS status igralcev, certifikati in mednarodni prestopi

### 3.0 Etika v športu

3.1 moralna situacija in etika akterja v športu

3.2 etika igralca

3.3 etika trenerja

3.4 etika sodnika

3.5 etika zdravnika

3.6 etika komentatorja

3.7 etika funkcionarja

### 4.0 Medicina športa, masaža, prva pomoč

4.1 zdravstvena zaščita športnika

4.2 preventivni zdravstveni pregledi in testiranja nogometašev v trenažno-tekmovalnem procesu

4.3 pretreniranost (znaki, tretiranje, vzroki)

- 4.4 vzroki športnih poškodb in preprečevanje
- 4.5 vrste športnih poškodb
- 4.6 najpogostejše poškodbe v nogometu
- 4.7 doping
- 4.8 masaža v nogometu
- 4.9 osnove prehrane

---

## IV. PRAKTIČNI DEL – 2. semester (132 ur)

---

### 1.0 Medicina športa, masaža, prva pomoč

- 1.1 športna masaža (prijemi)
- 1.2 terapija bandažiranja v nogometu

### 2.0 Taktika

- 2.1 protinapad
- 2.2 kontinuirani napad
- 2.3 uigravanje moštva
- 2.4 nastavljanje nedovoljenega položaja
- 2.5 gra proti nastavljanju nedovoljenega položaja
- 2.6 igre za razvoj tempa, hitrost prehodov
- 2.7 prekinitve igre
- 2.8 primer razvoja koncepta igre

### 3.0 Kondicija

- 3.1 razvijanje hitrosti
- 3.2 razvijanje vzdržljivosti
- 3.3 nefunkcionalne vaje (negativni primeri)
- 3.4 uporaba pulzometra

### 4.0 Avdiovizualna sredstva

- 4.1 osnovni elementi videosistema
- 4.2 osnove videoslike
- 4.3 videokamera
- 4.4 snemalna elektronika
- 4.5 video rekorder
- 4.6 povezava računalnika z video sistemom  
Računalniški programi (softver) Iztok Kavčič - Rajko Korent

### 5.0 Merske tehnike

- 5.1 merjenje in diagnosticiranje motoričnega stanja nogometašev

### 6.0 Regeneracija

- 6.1 pedagoška sredstva regeneracije

6.2 sredstva regeneracije (na pr. iztekanje, kopanje, spanje itd.)

6.3 primeri treningov regeneracije

## **7.0 Pedagoška praksa**

7.1 vodenje procesa treninga na vajah (slušatelji)

7.2 sodelovanje pri mikrociklusu dela v nogometnem klubu

---

## **6. Predavatelji**

Sociologija II: prof.dr. Mojca Doupona Topič; Psihologija II: Robert Misja; Teorija treniranja: prof.dr. Rado Pišot, mag. Rudi Bračič; Taktika: dr. Zdenko Verdenik, mag. Rudi Bračič; Kondicija: as.dr. Marko Pocrnjič, mag. Rudi Bračič; Teorija treniranja nogometašev: Miloš Rus, mag. Rudi Bračič; Regeneracija: Branko Elsner; Medicina, masaža, prva pomoč: prof.dr. Jože Vidmar; Fiziologija: doc.dr. Mirjam Lasan; Funkcionalna anatomija: doc.dr. Edvin Dervišević; Merske tehnike: dr. Radoje Milić; Avdiovizualna sredstva: Bogdan Martinčič; Etika v športu: mag. Viki Krevsel; Management: prof. dr. Jakob Bednarik; Organizacija in predpisi: Aleš Zavrl; Komunikacija: samostojno ali v sklopu drugega predmeta; Pedagoška praksa (IV. semester): dr. Zdenko Verdenik in drugi predavatelji.

Če je potrebno, organizator usposabljanja in šolanja zagotovi predavanja drugih predavateljev.

Mentorji za zagovor diplomske naloge so strokovni sodelavci Nogometne zveze Slovenije.

## **7. Strokovne in druge zahteve, ki jih mora predavatelj izpolnjevati**

Izvajalci usposabljanja so strokovni sodelavci NZS in profesorji Fakultete za šport Univerze v Ljubljani in Pedagoške fakultete Univerze v Mariboru. Za specifične nogometne predmete mora imeti predavatelj najmanj strokovni naziv Trener PRO.

## **8. Pogoji za vpis**

- diploma TRENER UEFA A (skupna povprečna ocena 8 ali povprečna ocena 9 iz specialnih predmetov Teorija treniranja nogometašev, Teorija nogometa, Kondicija in Taktika,
- najmanj enoletna praksa v strokovnem nazivu Strokovni delavec 2 – Trener UEFA A s potrdilom nogometnega kluba,
- dnevnik dela trenerja v zadnjem letu delovanja,
- pozitivno zdravniško spričevalo.

## **9. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja Trener PRO**

Kandidat mora biti prisoten na usposabljanju in šolanju pri najmanj 90% vseh obveznosti, pri praktičnem delu pa morajo kandidati aktivno sodelovati najmanj pri 80% predvidenih ur.

Kandidat mora za pridobitev strokovnega naziva opraviti teoretične in praktične izpite iz predavanj in vaj.

Kandidat mora pripraviti seminarske naloge pri sledečih predmetih: Sociologija, Psihologija, Taktika, Kondicija, Teorija treniranja nogometašev, Merske tehnike, Pedagoška praksa (25 skic treninga).

Kandidati morajo zaključiti usposabljanje in šolanje za strokovni naziv Trener PRO najkasneje v roku pet (5) let od zaključka predavanj.



Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju in šolanju strokovni naziv **Strokovni delavec 3 – Trener PRO**.

#### **10. Pogoji za napredovanje za strokovni naziv Trener UEFA PRO**

Samo kandidati s strokovnim nazivom Trener PRO, ki so opravili vse izpite z najmanj povprečno oceno 8 ali s povprečno oceno najmanj 9 iz specialnih predmetov (Teorija igre, Teorija treniranja nogometašev, Kondicijska priprava, Taktika in Pedagoška praksa) in predpisano prakso, pridobijo pravico do zaključnega izpita in izdelavo diplomske naloge za pridobitev strokovnega naziva Trener UEFA PRO.

Predpisana praksa kandidatov za pridobitev strokovnega naziva Trener UEFA PRO:

- 1-letna praksa v nazivu Trener PRO (samostojno vodenje ekipe v 2. SNL) za A reprezentante z najmanj 20 nastopi in najmanj 150 nastopi v najvišjem rangju tekmovanja ali
- 2-letna praksa v nazivu Trener PRO (samostojno vodenje ekipe v 2. SNL)
- 3-letna praksa v nazivu Trener PRO (2-letna praksa kot pomočnik pri vodenju ekipe v 1. SNL in najmanj eno leto samostojnega vodenja ekipe v 2. SNL ) ali
- 4-letna praksa v nazivu Trener PRO (3 leta praksa kot vodja mladinskih programov v klubih 1. SNL in trener ene od ekip U16 ali U18 v 1. SML – SKL ligi in najmanj eno leto samostojnega vodenja ekipe v 2. SNL).

Kandidat mora za opravljanje zaključnega izpita in pripravo in zagovor diplomske naloge predložiti prošnjo, ki mora vsebovati:

- življenjepis,
- potrdilo o pridobljeni šolski izobrazbi,
- potrdilo o trenerski usposobljenosti,
- opis igralske poti,
- opis trenerske poti,
- potrdilo ustrezne ustanove o znanju tujega jezika,
- plačilo prispevka za delo tričlanske komisije (mentor, poročevalec in član komisije – zapisnikar).

#### **11. Postopek za javni zagovor diplomske naloge**

Komisija za šolanje strokovnih kadrov NZS določi komisijo (mentor, recenzent in član komisije) za oceno diplomske naloge in zagovor.

1. temo diplomske naloge v sodelovanju s kandidatom določi mentor.

- Mentor s kandidatom pripravi naslov naloge, ki mora zajemati mednarodno primerjavo slovenskega in evropskega nogometa ter možnost implementacije v slovenski nogomet,
- recenzent izda poročilo o primernosti diplomske naloge,
- kandidat mora zagotoviti igrišče za praktični del izpita,
- kandidat mora zagotoviti ekipo za praktični del izpita – člansko moštvo SNL (I., II., III. liga),
- kandidat mora zagotoviti prostor za zagovor naloge,
- kandidat mora zagotoviti pisni material za komisijo. Diplomska naloga za Mednarodno diplomu UEFA PRO mora biti pripravljena v 3 (treh) izvodih, standard univerzitetnih

diplom – vezava v trde platnice (mentor, recenzent in član komisije), od katerih se po uspešnem zagovoru dve vložita v arhiv Nogometne zveze Slovenije. Povzetek naloge mora biti preveden tudi v angleški jezik.

- kandidat mora zagotoviti povzetek naloge za objavo (5 – 10 strani) in goste na zagovoru,
- zagovor diplomske naloge je javen. Izvleček diplomske naloge je objavljen v strokovni literaturi NZS.

Šolanje in usposabljanje se na nivoju Trener UEFA PRO zaključí.

## **12. Pogoji za dokončanje šolanja in usposabljanja Trener UEFA PRO**

Kandidati, ki pridobijo možnost pridobiti strokovni naziv Trener UEFA PRO, morajo opraviti praktični zaključni izpit in zagovor diplomske naloge najkasneje v roku dveh (2) let po odobritvi prošnje.

Kandidati pridobijo po uspešno zaključenem usposabljanju strokovni naziv **Strokovni delavec 3 – Trener UEFA PRO**.

## **13. Študijska in izpitna literatura**

- Doupona Topič, M.: Sociologija športa 2, FŠ 1998.
- Lasan, M.: Fiziologija športa 2, FŠ 2003.
- Ravnik, D.: Anatomija človeka, FŠ 1995.
- Strojnik, V.: Diagnostika moči.
- Bednarik, J.: Management v športu, FŠ 1997
- Pocrnjič, M.: Kondicijska priprava za nogometaše (študijsko gradivo), FŠ, 1994.
- Tušek, M.: Psihologija športa, FŠ, 1997.
- Martinčič, B.: Uporaba avdiovizualnih sredstev v nogometu.
- Elsner, B.: Teorija nogometa, FŠ, 1997.
- Elsner, B.: Metodika dela z nogometaši, FŠ 1984.
- Verdenik, Z.: Model igre Slovenske reprezentance, FŠ 2004.
- Verdenik, Z.: Z JEFom navzgor, FŠ 2003.

Fotokopije predavanj dobijo kandidati (*po dogovoru s predavateljem*) pri naslednjih predmetih:

- Taktika (predavatelj dr. Zdenko Verdenik),
- Teorija treniranja nogometašev (predavatelj Miloš Rus),
- Kondicija (predavatelj as.dr. Marko Pocrnjič),
- Regeneracija (predavatelj Branko Elsner).

## **14. Način izvajanja izpita**

Izpit se opravlja pisno ali ustno, z morebitnim praktičnim prikazom. Podrobnejši način izvajanja izpita določi vodja programa.

## **15. Ocenjevanje na izpitu**

Kandidat je pri posameznem izpitu lahko ocenjen z eno od naslednjih ocen:

- ni opravi (ocena 5),

- opravi (ocena 6, 7) ali
- uspešno opravi (ocena 8, 9, 10).

Posamezni izpit lahko kandidat opravi največ trikrat (3x).

#### **16. Poenostavljeni pogoji za vpis na trenersko šolanje in usposabljanje**

-

#### **17. Poenostavljeni pogoji za pridobitev strokovnega naziva**

Diplomanti Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, diplomanti Visoke trenerske šole pri Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani in diplomanti Visoke trenerske šole pri Pedagoški fakulteti Univerze v Mariboru pridobijo strokovni naziv Strokovni delavec 3 - Trener PRO pod naslednjimi pogoji:

- opravljeno usposabljanje in šolanje za strokovni naziv Trener UEFA A in uspešno zagovarjana diploma z nogometno tematiko,
- opravljen izpit Teorija treniranja z opravljeno seminarsko nalogo (z letnim načrtom dela),
- opravljena pedagoška praksa z zaključnim nastopom s članskim moštvom in z opravljeno enotedensko prakso pri mentorju v nogometnem klubu (dvakrat, in sicer enkrat mlajše kategorije in enkrat člani)
- aktivno sodelovanje na praktičnem delu šolanja Trener UEFA PRO v času šolanja.

#### **18. Ostale zadeve**

Vsi razpisi in evidence se vodijo preko spletne aplikacije ŠPAK ([spletna aplikacija Ministrstva za šolstvo in šport za vpis strokovnih delavcev v evidence](#)).