



Urnik usposabljanja za pridobitev naziva Strokovni delavec 2_ Športno treniranje_ ROKOMET

Ljubljana, Fakulteta za šport (18.12.2023 – 7.7.2024)



Dan	Ura	Predmet
18.12.2023	15.00-15.45	Uvod v tečaj za trenerja rokometna 2
	15.50-19.55	Osnove športnega treniranja
19.12.2023	15.00-19.55	Model profesionalnega ali pol-profesionalnega kluba
20.12.2023	15.00-19.55	Modelne značilnosti vrhunske rokometne ekipe, model igre vrhunske rokometne ekipe (analiza igre najboljših rokometnih ekip)
21.12.2023	15.00-19.55	Modelne značilnosti vrhunske rokometne ekipe, model igre vrhunske rokometne ekipe (analiza igre najboljših rokometnih ekip)
22.12.2023	15.00-19.55	Osnove športnega treniranja
27.12.2023	15.00-19.55	Osnove športnega treniranja
28.12.2023	15.00-19.55	Model dela z reprezentančnimi selekcijami
29.12.2023	15.00-19.55	Modelne značilnosti vrhunske rokometne ekipe, model igre vrhunske rokometne ekipe (analiza igre najboljših rokometnih ekip)
30.12.2023	09.00-13.55	Menedžerski posli v rokometu
3.01.2024	15.00-19.55	Timsko delo pri treniranju rokometna (vloga in naloge prvega ter drugega trenerja, zdravnika, fizioterapevta, psihologa,...)
4.01.2024	15.00-19.55	Načrtovanje in evidentiranje procesa treniranja v rokometu
5.01.2024	15.00-19.55	Periodizacija procesa treniranja in razvoja športne forme v tekmovalni sezoni pri rokometiših
6.01.2024	09.00-13.55	Zahtevnejši teh.-takt. elem. rokometne igre, ki jih morajo poznati in obvladati igralci za potrebe učinkovite igre v obrambi in napadu na vrh. nivoju
7.01.2024	09.00-13.05	Zahtevnejši teh.-takt. elem. rokometne igre, ki jih morajo poznati in obvladati igralci za potrebe učinkovite igre v obrambi in napadu na vrh. nivoju
13.01.2024	09.00-13.55	Ugotavljanje in spremljanje ravni razvitosti določenih sposobnosti, lastnosti in značilnosti, ki so pomembne za uspešno igranje rokometna
14.01.2024	09.00-13.05	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometišev
20.01.2024	09.00-13.55	Značilnosti rokometne igre - struktura rokometne igre
21.01.2024	09.00-13.55	Načrtovanje in evidentiranje procesa treniranja v rokometu
27.01.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam
28.01.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam
16.03.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam
17.03.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam

13.04.2024	09.00-14.45	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam
14.04.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam
3.05.2024	15.00-19.55	Teorija in metodika igre v različnih conskih obrambah pri rokometu
4.05.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v različnih conskih obrambah pri rokometu
5.05.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v različnih conskih obrambah pri rokometu
11.05.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v različnih conskih obrambah pri rokometu
12.05.2024	09.00-13.55	Posebnosti pri treniranju rokometa glede na spol
27.05.2024	15.00-19.55	Strokovni jezik v rokometu
28.05.2024	15.00-19.55	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometašev
29.05.2024	15.00-19.05	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometašev
30.05.2024	15.00-19.55	Možnosti uporabe računalnika in video tehnologije pri strokovnem delu trenerja
31.05.2024	15.00-19.55	Možnosti uporabe računalnika in video tehnologije pri strokovnem delu trenerja
3.06.2024	15.00-19.55	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometašev
4.06.2024	15.00-19.55	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometašev
5.06.2024	15.00-19.05	Pomen kondicijskega treninga in metode treniranja kondicijskih sposobnosti rokometašev
6.06.2024	15.00-19.05	Metode iskanja nadarjenih za rokomet in spremljanje njihovega razvoja na motoričnem, morfološkem in igralnem področju
7.06.2024	15.00-19.55	Tehnika in taktika rokometnega vratarja
8.06.2024	09.00-15.25	Tehnika in taktika rokometnega vratarja
9.06.2024	09.00-14.20	Pravila rokometne igre
14.06.2024	15.00-19.05	Pravila rokometne igre
15.06.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igre v napadu proti različnim conskim obrambam (Rogla)
16.06.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika igranja z igralcem več v posamezni fazi igre (Rogla)
19.06.2024	15.00-19.55	Teorija in metodika igranja z igralcem manj v posamezni fazi igre
20.06.2024	15.00-19.55	Teorija in metodika protinapada v rokometu
21.06.2024	15.00-19.55	Teorija in metodika protinapada v rokometu
22.06.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika hitrega izvajanja začetnega meta po prejetem zadetku
23.06.2024	09.00-13.55	Teorija in metodika hitrega izvajanja začetnega meta po prejetem zadetku
26.06.2024	15.00-19.55	Teorija in metodika vračanja iz napada na igralna mesta v izbrani conski obrambni postavitvi
27.06.2024	15.00-19.55	Sestava rokometnega moštva ter osnove modela igre na posameznem igralnem mestu
28.06.2024	15.00-19.55	Sestava rokometnega moštva ter osnove modela igre na posameznem igralnem mestu

29.06.2024	09.00-13.55	Zahtevnejši teh.-takt. elem. rokometne igre, ki jih morajo poznati in obvladati igralci za potrebe učinkovite igre v obrambi in napadu na vrh. nivoju
30.06.2024	09.00-13.05	Teorija in metodika igre v različnih conskih obrambah pri rokometu
6.07.2024	09.00-09.45	Tehnika in taktika rokometnega vratarja
	09.50-12.15	Organizacija in upravljanje
7.07.2024	09.00-11.30	Izpit