



SPORTSKO UČILIŠTE

USTANOVA ZA OBRAZOVANJE ODRASLIH

KLASA: 602-07/20-09/006
URBROJ: 251-683-01-20-001
Zagreb, 18. 9. 2020.

Sportsko učilište – ustanova za obrazovanje odraslih temeljem odluke Upravnog vijeća od 15. rujna 2020. raspisuje

POZIV ZA UPIS U PROGRAM OSPOSABLJAVANJA ZA POSLOVE TRENERA FITESA

Sportsko učilište organizira provedbu Programa osposobljavanja za poslove trenera fitesa. Program se provodi radi podizanja standarda kvalitete usluge u komercijalnim, lokalnim i privatnim fitnes-centrima, klubovima, teretanama, studijima, hotelima i drugim mjestima u kojima se provode programi fitesa. Ova razina stručnog osposobljavanja predstavlja polaznu osnovu za daljnje oblike stručnog usavršavanja trenera fitesa. Osobama koje završe ovaj program osposobljavanja pruža se mogućnost da formaliziraju svoja znanja, vještine i sposobnosti za koja posjeduju prethodna praktična iskustva, kao i mogućnost za samozapošljavanje i zapošljavanje u području fitesa.

PREDVIĐENA DINAMIKA REALIZACIJE PROGRAMA

Program će biti realiziran u tri dijela:

- I. dio programa (specijalnost – 82 sata) – Zagreb, listopad 2020. – siječanj 2021.
- II. dio programa (opće programske osnove – 68 sati) – Zagreb, veljača/ožujak 2021.
- Praktična nastava (80 sati) realizirat će se tijekom 2020. i 2021. godine

Prvi termin prvog dijela programa održat će se od 23. do 25. listopada 2020. u prostorijama Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb.

Nastava prvog dana prvog dijela programa 23. listopada 2020. (petak) počinje u 18 sati u prostorijama Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb.

- I. dio programa – prvi termin (specijalnost – 20 sati)
 - 23. listopada 2020. (petak), 18 – 20 (4 sata)
 - 24. listopada 2020. (subota), 9 – 17 (8 sati)
 - 25. listopada 2020. (nedjelja), 9 – 17 (8 sati)

Polaznici će biti naknadno obaviješteni o mjestu i vremenu održavanja nastave u ostalim terminima.

Prijemni ispit održat će se 23. listopada 2020. (petak) s početkom u 17 sati u sportskoj dvorani Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb. Kandidati trebaju ponijeti osobnu sportsku opremu.

Upis u program održat će se 23. listopada 2020. (petak) od 16:30 do 17:30 sati u prostorijama Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb.

STRUČNI VODITELJ I KOORDINATOR PROGRAMA

Goran Špaleta, mag. cin.

OBLIK NASTAVE I TRAJANJE PROGRAMA

Redovita nastava / 230 sati.

NASTAVNE CJELINE PROGRAMA

1. Osnove sistematske kineziologije
2. Osnove kineziološke metodike
3. Osnove funkcionalne anatomije i fiziologije
4. Osnove psihologije sporta
5. Osnove medicine sporta
6. Osnove kineziološke statistike
7. Osnove teorije treninga
8. Zaštita na radu
9. Osnove analize fitnesa
10. Osnovni principi fitnesa u funkciji zdravlja
11. Metodika treninga fitnesa
- vježbe s otporom, grupni fitnes programi, osnovni elementi aerobike i pilatesa
12. Praktična nastava

KOMPETENCIJE KOJE POLAZNIK STJEČE ZAVRŠETKOM PROGRAMA

Polaznici će završetkom ovog programa steći stručne kompetencije za podučavanje osnovnih tehnika kretanja za rad u fitnessu, te potrebno teorijsko i praktično znanje o podučavanju elementarnih vježbi i motoričkih aktivnosti koje pripadaju programima fitnesa za razvoj i održavanja nekih morfoloških, motoričkih i funkcionalnih obilježja sudionika u tjelesnom vježbanju. Primjenom odgovarajućih i različitih sadržaja fitnesa budući treneri fitnesa mogu doprinijeti ostvarivanju temeljnih principa sportskog vježbanja u funkciji zdravlja te aktivnog uključivanja građanstva u procese vježbanja i sportske rekreacije.

UVJETI ZA UPIS U PROGRAM

U program osposobljavanja za trenera fitnesa može se upisati osoba koja ima:

- a) minimalno završenu srednju školu,
- b) navršених 18 godina života,
- c) specifične vještine i znanja iz tehnike fitnesa koje je polaznik stekao kroz neformalno učenje i koja dokazuje kroz prijemni ispit.

DOKUMENTI POTREBNI ZA UPIS

1. prijavnica – upisnica za program obrazovanja (nalazi se u prilogu),
2. domovnica i osobna iskaznica, odnosno drugi odgovarajući dokument za strane državljane (preslika),
3. rodni list (izvadak iz matične knjige rođenih) (preslika),
4. dokaz o prethodno završenoj srednjoj školi, višem ili visokom obrazovanju (preslika svjedodžbe ili diplome),
5. potvrda o uplati prve rate ili cjelokupne školarine.

Popunjenu prijavnicu – upisnicu treba poslati **do 15. listopada 2020.** e-mailom na adresu **sport.uciliste@gmail.com**.

PRIJEMNI ISPIT

Kandidati su dužni prije početka programa položiti određene testove kojima se provjerava njihova razina motoričkih vještina i tehničkih znanja i pripremljenosti za praćenje programa.

Prijemni ispit održat će se prije upisa prvog dana programa, a sadržava provjeru vještina izvođenja zadanih kretnih cjelina uz glazbu te time dokazati osjećaj za ritam i provjeru osnovnih komunikacijskih vještina tijekom izvođenja zadanih vježbi kroz razgovor s članovima Komisije za provedbu prijemnog ispita.

Prijemnog ispita oslobođene su osobe koje su s uspjehom završile razredbeni postupak na provjeri specifičnih motoričkih sposobnosti i znanja, te postigle najmanje razredbeni prag na Kineziološkom fakultetu, Studijskom centru za izobrazbu trenera ili nekom drugom visokom učilištu ili su kategorizirani sportaši pri Hrvatskom olimpijskom odboru.

Prijemni ispit održat će se 23. listopada 2020. (petak) s početkom u 17 sati u sportskoj dvorani Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb. Kandidati trebaju ponijeti osobnu sportsku opremu.

UPIS U PROGRAM

Upis u program za kandidate koji zadovolje uvjete upisa vršit će se **23. listopada 2020. (petak) od 16:30 do 17:30 sati u prostorijama Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, Savska cesta 77, Zagreb.**

Sportsko učilište prilikom upisa u Program osposobljavanja za poslove trenera fitnesa sklapa s kandidatom Ugovor o obrazovanju.

ODOBRENJE ZA RAD

Rješenje Ministarstva znanosti i obrazovanja o odobrenju izvođenja Programa osposobljavanja za poslove trenera fitnesa, klasa: UP/I-602-07/19-03/00247, urbroj: 533-05-19-0002 od 17. listopada 2019.

JAVNA ISPRAVA PO ZAVRŠENOM OBRAZOVANJU

Nakon završetka programa i uspješno položenog završnog ispita polaznik dobiva Uvjerenje o osposobljavanju za poslove trenera fitnesa koje se upisuje u e-radnu knjižicu.

ORGANIZACIJA NASTAVE I OPREMA

Program će realizirati verificirani predavači. Raspored predavanja i vježbi polaznici će dobiti prije početka realizacije programa. Polaznici trebaju ponijeti osobnu sportsku opremu.

CIJENA PROGRAMA

Cijena programa obrazovanja ukoliko se u program obrazovanja upiše 20 i više polaznika iznosi **7.000,00 kn** po polazniku uz mogućnost plaćanja u **četiri rate**.

Prva rata (2.000,00 kn) uplaćuje se pri upisu u program prije početka I. dijela programa.

Druga rata (2.000,00 kn) uplaćuje se prije početka II. dijela programa.

Treća rata (2.000,00 kn) uplaćuje se prije početka III. dijela programa.

Četvrta rata (1.000,00 kn) uplaćuje se prije početka završne provjere.

Napomena: Ukoliko se u program obrazovanja upiše od 15 do 19 polaznika cijena programa obrazovanja iznosi 8.000,00 kn.

Uplata se može izvršiti i u cijelosti pri upisu u program prije početka I. dijela programa.

Uplata troškova obrazovanja vrši se na poslovni račun Sportskog učilišta – ustanove za obrazovanje odraslih broj **HR2423600001102456930**.

U rubriku poziv na broj treba upisati OIB polaznika.

U opis plaćanja treba upisati fitnes i broj rate koja se uplaćuje (npr. *fitnes – I. rata*). Ukoliko je uplatitelj troškova obrazovanja za polaznika neka druga pravna osoba u opisu plaćanja treba navesti ime i prezime polaznika za kojeg se uplaćuje.

U cijenu programa obrazovanja uračunati su nastava i vježbe, obrazovna dokumentacija, završna provjera (prvi put), osiguranje za vrijeme trajanja vježbi i uvjerenje o osposobljavanju.

SMJEŠTAJ I PREHRANA

Troškovi prijevoza, smještaja i prehrane u vlastitom su aranžmanu polaznika.

KONTAKT I INFORMACIJE

Sportsko učilište

HR-10000 Zagreb, Zajčeva 7
sport.uciliste@gmail.com

Denis Vazdar, prof. (stručni voditelj)
+385 91 3650 588, vazdardenis@gmail.com

Carla Alexandra Qvarnstrom
+385 91 9452144

Goran Špaleta, mag. cin. (voditelj programa)
+385 99 6677667 , goran.spaleta@coach4you.hr



Hrvoje Šašek
privremeni ravnatelj Sportskog učilišta