

UNIVERZITETNI ŠTUDIJSKI PROGRAM PRVE STOPNJE ŠPORTNO TRENIRANJE UNIVERZA V LJUBLJANI, FAKULTETA ZA ŠPORT

Predstavitveni zbornik za študijsko leto 2016/17

1. Podatki o študijskem programu

- Univerzitetni študijski program prve stopnje Športno treniranje traja 3 leta (6 semestrov) in obsega skupaj 180 kreditnih točk. Študijski program ne predvideva smeri, kandidati pa izberejo športno panogo, iz katere imajo tekmovalne ali trenerske izkušnje (ki jih dokazujejo s športno tekmovalno ali trenersko anamnezo ob prijavi za program).
- Strokovni naziv, ki ga pridobi diplomant je: DIPLOMANT ŠPORTNEGA TRENIRANJA (UN) /DIPLOMANTKA ŠPORTNEGA TRENIRANJA (UN). Okrajšava naziva je: DIPL. ŠP. TREN.

2. Temeljni cilji programa in kompetence

Temeljni cilj univerzitetnega študijskega programa prve stopnje Športno treniranje je usposobiti strokovnjaka, ki bo sposoben voditi trenažni proces na področju športnega treniranja izbranega športa ter mu posredovati ustrezna teoretična znanja za nadaljevanje študija na podiplomski stopnji.

Splošne kompetence:

- Sposobnost timskega dela in dobrega komuniciranja
- Fleksibilna uporaba znanja v praksi
- Uporaba splošnih pedagoških strategij ravnanja
- Poznavanje in razumevanje razvojnih zakonitosti, razlik in potreb posameznika
- Razumevanje individualnih vrednot in vrednotnih sistemov
- Poznavanje etike in kodeksov strokovnega področja
- Splošne organizacijske sposobnosti
- Poznavanje in razumevanje institucionalnih okvirov dela (zahteve, zakonodaja, dokumentacijske potrebe, pravni vidiki dela v športu)
- Informacijska pismenost

- Komuniciranje v tujem jeziku
- Poznavanje prve pomoči

Predmetno-specifične kompetence:

- Razumevanje antropološko-kinezioloških temeljev športa
- Poznavanje zdravstvenih vidikov športa
- Poznavanje fizioloških vidikov športa
- Poznavanje osnovnih biomehaničnih vidikov športa
- Uporaba teoretičnih konceptov športne vadbe
- Poznavanje in razumevanje organiziranosti športa
- Občutljivost/odprtost za ljudi, upoštevanje socialnih okoliščin športa
- Obvladovanje športnih znanj, veščin in tekmovalne izkušnje izbrane športne panoge
- Sposobnost načrtovanja, organizacije, izvedbe in nadzora športnega treniranja
- Znanja o športnikih in njihovih razvojnih značilnostih
- Poznavanje pedagoških in didaktičnih vidikov procesa športne vadbe
- Obvladovanje ustreznih diagnostičnih postopkov na strokovnem področju
- Razumevanje in uporaba pravil sojenja v izbrani športni panogi
- Razumevanje in obvladovanja razvoja športa
- Poznavanje reševanja iz vode
- Razumevanje tekmovalnih sistemov in sposobnost organizacije tekmovanj
- Sposobnost komunikacije in vodenja športnikov in ekip
- Sodelovanje in komunikacija s starši športnikov, funkcionarji, sodniki, agenti, mediji

3. Pogoji za vpis in merila za izbiro ob omejitvi vpisa

- a) Splošna matura ali
- b) poklicna matura kateregakoli štiriletnega srednješolskega programa in izpit iz enega od maturitetnih predmetov (kateregakoli; izbrani predmet ne sme biti predmet, ki ga je kandidat že opravil pri poklicni maturi) ali
- c) pred 1.6.1995 končan katerikoli štiriletni srednješolski program.

Vsi kandidati morajo pred vpisom obvezno uspešno opraviti preizkus gibalnih sposobnosti in znanj in predložiti zdravniško potrdilo z osebno zdravstveno anamnezo. Poleg tega morajo predložiti tudi, s strani kluba, športne zveze ali OKS, potrjeno športno anamnezo, ki priča o preteklih in /ali aktualnih športnih izkušnjah iz izbrane športne panoge.

Če bo sprejet sklep o omejitvi vpisa, bodo kandidati izbrani glede na:

- a) uspeh pri preizkusu gibalnih sposobnosti in športnih znanj (40% točk),
- b) splošni uspeh pri maturi oziroma zaključnemu izpitu (45% točk) in
- c) splošni uspeh v 3. in 4. letniku (15% točk).

4. Merila za priznavanje znanj in spretnosti, pridobljenih pred vpisom v program

Pri priznavanju znanj in spretnosti, pridobljenih pred vpisom v program, se upoštevajo določila Pravilnika o postopku in merilih za priznavanje neformalno pridobljenega znanja in spretnosti, ki jih je sprejel Senat UL na svoji seji, dne 29. 5. 2007.

Mogoče je delno priznavanje znanj in spretnosti kandidatov, ki so pred vpisom v program že opravili trenerske oz. vaditeljske tečaje v različnih športnih panogah ali drug študij univerzitetne smeri.

Postopek priznavanja znanj in spretnosti, pridobljenih pred vpisom v program, kandidat sproži s prošnjo, ki mora vsebovati obrazložitev ter potrdila oziroma druge listine, s katerimi kandidat lahko dokazuje pridobljeno znanje v neformalnih ali formalnih programih izobraževanja, ki so lahko:

- potrdilo izvajalcev izobraževanja ali usposabljanja o uspešno končanem usposabljanju, izobraževanju ali delu izobraževanja, ali
- spričevalo o neformalnem izobraževanju.

Pristojni organ FŠ nato odloči, ali je prošnja utemeljena, pridobi mnenje nosilca predmeta, na katerega se prošnja nanaša, in odloči o nadaljevanju postopka. Postopek je lahko zaključen na podlagi mnenja nosilca predmeta, ali pa ta odredi predhodno preverjanje znanja. Na ta način se prosilcu lahko prizna le del obveznosti pri posameznem predmetu.

5. Pogoji za napredovanje po programu

| Prvostopenjski univerzitetni študij Športno treniranje | |
|---|---|
| Obveznosti študentov in pogoji za napredovanje iz 1. letnika v 2. letnik | 54 ECTS točk v letniku |
| Pogoji za ponavljanje 1. letnika | 30 ECTS v 1. letniku |
| Pogoji za ponavljanje 2. letnika | 60 ECTS v 1. letniku in 30 ECTS v 2.letniku |
| Obveznosti študentov in pogoji za napredovanje iz 2. letnika v 3. letnik | 60 ECTS točk v 1. letniku in 54 ECTS točk v 2. letniku programa |

Ponavljjanje zadnjega letnika ni mogoče.

6. Pogoji za dokončanje študija

Študent mora opraviti vse študijske obveznosti, predpisane s programom oziroma učnimi načrti v obsegu 180 ECTS, ter izdelati diplomsko delo.

7. Prehodi med študijskimi programi

Pogoji za prehod v višji letnik univerzitetnega študijskega programa prve stopnje Športno treniranje

V skladu z veljavnimi Merili za prehode med študijskimi programi se za prehod med študijskimi programi šteje prenehanje študentovega izobraževanja v študijskem programu, v katerega se je vpisal, in nadaljevanje izobraževanja na katerem od prvostopenjskih univerzitetnih študijskih programov, ki jih izvaja Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani. Prehod je mogoč v skladu z veljavnimi Merili za prehode med študijskimi programi. Prehodi so možni med študijskimi programi, ki ob zaključku študija zagotavljajo pridobitev primerljivih kompetenc in med katerimi se lahko po kriterijih za priznavanje prizna vsaj polovica obveznosti po ECTS iz prvega študijskega programa, ki se nanašajo na obvezne predmete drugega študijskega programa.

a) Pogoji za prehode za študente ostalih prvostopenjskih univerzitetnih študijskih programov, ki jih izvaja UL FŠ:

- izpolnjevanje pogojev za vpis v drugi študijski program,
- razpoložljiva študijska mesta v skladu z razpisanimi mesti za nadaljevanje študija po merilih za prehode,
- izpolnjeni pogoji za vpis v višji letnik v prvem študijskem programu,
- če želi študent diplomirati v drugem programu, mora v tem programu opraviti vsaj en letnik.

b) Pogoji za prehode za študente prvostopenjskih univerzitetnih študijskih programov z drugih fakultet

- izpolnjevanje pogojev za vpis v drugi študijski program,
- opravljen preizkus gibalnih sposobnosti in znanj,
- razpoložljiva študijska mesta, v skladu z razpisanimi mesti za nadaljevanje študija po merilih za prehode,
- izpolnjeni pogoji za vpis v višji letnik v prvem študijskem programu,
- če želi študent diplomirati v drugem programu, mora v tem programu opraviti vsaj en letnik.
- študent se mora pred vpisom na drug študijski program, izpisati iz prvega študijskega programa (na drugi fakulteti).

c) Pogoji za prehode za študente starih univerzitetnih študijskih programov UL FŠ

Za dokončanje študija po novem programu se študentom, glede na do tedaj opravljene obveznosti po prvem programu, individualno določijo obveznosti, ki jih morajo opraviti za dokončanje študija po drugem programu. O določitvi obveznosti odloča pristojna komisija na Fakulteti za šport.

d) Pogoji za prehode za študente visokošolskih strokovnih študijskih programov

- izpolnjevanje pogojev za vpis v drugi študijski program,
- opravljen preizkus gibalnih sposobnosti in znanj,
- razpoložljiva študijska mesta, v skladu z razpisanimi mesti za nadaljevanje študija po merilih za prehode,
- izpolnjeni pogoji za vpis v višji letnik v prvem študijskem programu,
- če želi študent diplomirati v drugem programu, mora v tem programu opraviti vsaj en letnik.

Diplomant študijskega programa za pridobitev visoke strokovne izobrazbe, ki se je vpisal brez mature, se lahko vključi v študijski program za pridobitev univerzitetne izobrazbe, če je zaključil študij po programu za pridobitev visoke strokovne izobrazbe s povprečno oceno najmanj 8.0 in izpolnjuje vpisne pogoje.

Študentu, ki ima odobren prehod na nov študijski program, se priznajo vsi izpiti in druge študijske obveznosti iz prejšnjega programa, ki se vsebinsko prekrivajo z vsebinami novega študijskega programa. Študent mora pri prehodu z drugega študijskega programa priložiti potrdilo o opravljenih

študijskih obveznostih na študiju, na katerega je bil vpisan in dokazilo o izpolnjevanju vpisnih pogojev v skladu z Zakonom o visokem šolstvu in vpisnimi pogoji, navedenimi v študijskem programu, v katerega prehaja. Komisija za študijske zadeve študentu s sklepom določi obveznosti, ki jih mora opraviti na drugem študijskem programu.

8. Načini ocenjevanja

Znanje študentov in praktična usposobljenost se ocenjuje pri posameznih predmetih:

- a) s preverjanjem in ocenjevanjem teoretičnega znanja ali
- b) preverjanjem in ocenjevanjem teoretičnega znanja in praktične usposobljenosti.

Pogoj za pristop k izpitu pri posameznem predmetu so opravljene obveznosti pri tem predmetu (kolokviji, eseji, seminarske naloge, dnevniki, osebne mape dosežkov ipd.).

Študijske obveznosti študentov ter oblike in način preverjanja znanja določajo učni načrti predmetov.

Pri ocenjevanju se uporablja ocenjevalna lestvica skladno s Statutom Univerze v Ljubljani:

- 10 = odlično (izjemni rezultati z zanemarljivimi napakami)
- 9 = prav dobro (nadpovprečno znanje, vendar z nekaj napakami)
- 8 = prav dobro (solidni rezultati)
- 7 = dobro (dobro znanje z večjimi napakami)
- 6 = zadostno znanje (znanje ustreza minimalnim kriterijem)
- 5-1 = nezadostno (znanje ne ustreza minimalnim kriterijem)

9. Predmetnik študijskega programa prve stopnje Športno treniranje za študijsko leto 2016/17

| 1. semester | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------------|---------------|-----------|------------|---------------|---------------|--------------------|------------|-----------|
| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Anatomija | Štiblar Martinčič | 60 | | 30 | | | 90 | 180 | 6 |
| 2 | Osnove gibanja v športu | Pistotnik | 45 | 15 | 30 | | | 90 | 180 | 6 |
| 3 | Informatika v športu | Filipič | 30 | | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 4 | Osnove pedagogike športa (1) | Štihec | 30 | 15 | | | 15 | 60 | 120 | 4 |
| 5 | Psihologija (1) | Tušak, Cecić Erpič | 30 | | | | | 30 | 60 | 2 |
| | Strokovni izbirni predmeti 1 (1): <i>Študent izbere 2 od 4</i> | Različni nosilci | 30 | | 90 | | | 120 | 240 | 8 |
| SKUPAJ | | | 225 | 30 | 180 | | 15 | 450 | 900 | 30 |
| DELEŽ | | | | | | | | | | |

| 2. semester | | | | | | | | | | |
|-------------|------------------------------|--------------------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|------|
| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Fiziologija športa 1 | Lenasi | 60 | | 30 | | | 90 | 180 | 6 |
| 2 | Zgodovina športa | Pavlin | 30 | 15 | | | | 45 | 90 | 3 |
| 3 | Medicina športa 1 | Dervišević | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 4 | Psihologija (2) | Tušak, Cecić Erpič | 30 | 15 | 15 | | | 60 | 120 | 4 |
| 5 | Biomehanika športa 1 | Kugovnik, Supej | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 6 | Osnove pedagogike športa (2) | Štihec | 30 | | | | 15 | 45 | 90 | 3 |

| | | | | | | | | | |
|---------------|---|------------|-----------|------------|--|-----------|------------|------------|-----------|
| | Strokovni izbirni predmeti 1 (2): Študent izbere 1 od 4 | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 9 | Šport A: usmeritveni šport (1) | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| SKUPAJ | | 240 | 45 | 150 | | 15 | 450 | 900 | 30 |
| DELEŽ | | | | | | | | | |

| Izbirni predmeti, 1. letnik Športno treniranje | | | | | | | | | | |
|--|---|-----------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|------|
| Zap. št. | Predmet | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| | Strokovni izbirni predmeti 1: | | | | | | | | | |
| 1 | Plavanje 1 z osnovami reševanja iz vode | Kapus | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Športna gimnastika z ritmično izraznostjo 1 | Čuk | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 3 | Atletika 1 | Čoh, Škof | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 4 | Ples 1 | Zagorc | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| | Šport A: | | | | | | | | | |
| 1 | Alpsko smučanje in deskanje na snegu | Žvan | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Atletika | Čoh | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 3 | Badminton | Kondrič | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 4 | Biatlon | Jošt | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 5 | Borilni športi | Karpljuk | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 6 | Hokej na ledu | Pavlin | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 7 | Kajak, kanu | Burnik | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 8 | Kolesarstvo | Škof | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 9 | Košarka | Erčulj | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 10 | Namizni tenis | Kondrič | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 11 | Nogomet | Šibila | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 12 | Odbojka | Erčulj | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 13 | Plavanje | Kapus | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |

| | | | | | | | | | | |
|----|--|----------|----|----|----|--|--|----|-----|---|
| 14 | Ples | Zagorc | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 15 | Športno plezanje in alpinizem | Jereb | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 16 | Rokomet | Šibila | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 17 | Smučarski skoki in nordijska kombinacija | Jošt | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 18 | Smučarski teki | Pustovrh | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 19 | Športna gimnastika | Čuk | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 20 | Tenis | Filipčič | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 21 | Triatlon | Škof | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 22 | Vaterpolo | Kapus | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 23 | Veslanje | Burnik | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |

3. semester

| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
|---------------|--|------------------|---------------|------|------------|---------------|---------------|--------------------|------------|-----------|
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Fiziologija športa 2 | Lenasi | 45 | | | | | 45 | 90 | 3 |
| 2 | Biomehanika športa 2 | Kugovnik, Supej | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 3 | Medicina športa 2 | Dervišević | 45 | | 45 | | | 90 | 180 | 6 |
| 4 | Živčno-mehanske osnove gibanja 1 | Strojnik | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 5 | Strokovni izbirni predmeti 2: <i>Študent izbere 2 od 3</i> | Različni nosilci | 30 | | 90 | | | 120 | 240 | 8 |
| 6 | Šport A: usmeritveni šport (2) | | 60 | | 45 | | | 105 | 210 | 7 |
| SKUPAJ | | | 240 | | 210 | | | 450 | 900 | 30 |
| DELEŽ | | | | | | | | | | |

| 4. semester | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|----------------|---------------|-----------|------------|---------------|---------------|--------------------|------------|-----------|
| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Statistika v športu | Leskošek | 30 | | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Temelji vadbenega procesa 1 | Ušaj | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 3 | Kondicijska priprava 1 | Strojnik, Ušaj | 90 | 30 | 90 | | | 210 | 420 | 14 |
| | Strokovni izbirni predmeti 3: <i>Študent izbere 2 od 4</i> | | 30 | | 90 | | | 120 | 240 | 8 |
| 4 | Šport A: usmeritveni šport (3) | | 15 | | | | | 15 | 30 | 1 |
| SKUPAJ | | | 195 | 30 | 225 | | | 450 | 900 | 30 |
| DELEŽ | | | | | | | | | | |

| Izbirni predmeti, 2. letnik Športno treniranje | | | | | | | | | | |
|---|--|---------------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|------|
| Zap. št. | Predmet | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| | Strokovni izbirni predmeti 2: | | | | | | | | | |
| 1 | Alpsko smučanje in deskanje na snegu 1A in B | Žvan | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Nordijsko smučanje 1A in B | Pustovrh | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 3 | Planinstvo – letne razmere | Burnik, Jereb | 20 | 10 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| | Strokovni izbirni predmeti 3: | | | | | | | | | |
| 1 | Nogomet 1 | Šibila | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Odbojka 1 | Erčulj | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 3 | Košarka 1 | Erčulj | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 4 | Rokomet 1 | Šibila | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| | Šport A: | | | | | | | | | |
| 1 | Aerobika | Zagorc | 75 | | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 2 | Alpsko smučanje in deskanje na snegu | Žvan | 75 | | 45 | | | 120 | 240 | 8 |

| | | | | | | | | | |
|----|--|----------|----|----|--|--|-----|-----|---|
| 3 | Atletika | Čoh | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 4 | Badminton | Kondrič | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 5 | Biatlon | Jošt | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 6 | Borilni športi | Karpljuk | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 7 | Hokej na ledu | | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 8 | Fitnes | Sila | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 9 | Kajak, kanu | Burnik | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 10 | Kegljanje | Čuk | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 11 | Kolesarstvo | Škof | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 12 | Košarka | Erčulj | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 13 | Namizni tenis | Kondrič | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 14 | Nogomet | Šibila | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 15 | Odbojka | Erčulj | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 16 | Plavanje | Kapus | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 17 | Ples | Zagorc | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 18 | Športno plezanje in alpinizem | Jereb | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 19 | Ritmična gimnastika | Čuk | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 20 | Rokomet | Šibila | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 21 | Smučarski skoki in nordijska kombinacija | Jošt | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 22 | Smučarski teki | Pustovrh | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 23 | Squash | Erčulj | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 24 | Strelstvo | Čuk | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 25 | Športna gimnastika | Čuk | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 26 | Tenis | Filipčič | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 27 | Triatlon | Škof | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 28 | Vaterpolo 1, 2, 3 | Kapus | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |
| 29 | Veslanje | Burnik | 75 | 45 | | | 120 | 240 | 8 |

Op.: V študijskem letu 2016/17 bo predmetnik 3. letnika zadnjič izveden po starem (za študente 2. letnika, ki bodo po predmetnikih pred spremembo izpolnili pogoje za 3. letnik).

| 5. semester: ŠT, 1. stopnja | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--|--------------------------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|-----------|
| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Didaktika športne vzgoje 2 | Kovač Marjeta | 15 | | 30 | | | 45 | 90 | 3 |
| 2 | Športna prehrana | Derviševič Edvin | 30 | | 15 | | | 45 | 90 | 3 |
| 3 | Izbirni predmet 7 (seznam v preglednici <i>Izbirni predmeti</i>) | Različni nosilci | 60 | 15 | 15 | | | 90 | 180 | 6 |
| 4 | Šport A (4b) – usmeritveni šport | Različni nosilci | 45 | 15 | 30 | | | 90 | 180 | 6 |
| 5 | Osnove managementa v športu | Bednarik Jakob | 20 | 25 | | | | 45 | 90 | 3 |
| 6 | Humanistični vidiki športa | Jošt Bojan, Pavlin Tomaž | 30 | 15 | | | | 45 | 90 | 3 |
| 7 | Sociologija v športu | Doupona Topič Mojca | 45 | 15 | 30 | | | 90 | 180 | 6 |
| SKUPAJ | | | | | | | | 450 | 900 | 30 |

| 6. semester: ŠT, 1. stopnja | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--|------------------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|------|
| Zap. št. | Učna enota | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| 1 | Humanistični vidiki športa | Jošt Bojan | 60 | 30 | | | | 90 | 180 | 6 |
| 2 | Fiziologija športa 2 | Cankar Ksenija | 45 | | | | | 45 | 90 | 3 |
| 3 | Praktično delo v športni organizaciji | Različni nosilci | | | | | 90 | 90 | 180 | 6 |
| 4 | Psihologija športa | Tušak Matej | 45 | 15 | 15 | | | 75 | 150 | 5 |
| 5 | Športa A (4c) – usmeritveni šport | Različni nosilci | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 6 | Diplomski projekt | Različni nosilci | | | | 90 | | 90 | 180 | 6 |

| | | | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|--|-----|-----|----|
| SKUPAJ | | | | | | 450 | 900 | 30 |
| DELEŽ | | | | | | | | |

| Izbirni predmeti | | | | | | | | | | |
|------------------|--|----------|---------------|------|------|---------------|---------------|--------------------|------------|------|
| Zap. št. | Predmet | Nosilec | Kontaktne ure | | | | | Sam. delo študenta | Ure skupaj | ECTS |
| | | | Pred. | Sem. | Vaje | Klinične vaje | Druge obl. š. | | | |
| | ŠPORT A (4b,c): | | | | | | | | | |
| 1 | Alpsko smučanje in deskanje na snegu | Žvan | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 2 | Atletika | Čoh | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 3 | Badminton | Kondrič | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 4 | Biatlon | Jošt | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 5 | Borilni športi | Karpljuk | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 6 | Hokey na ledu | Pavlin | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 7 | Kajak, kanu | Burnik | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 8 | Kolesarstvo | Škof | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 9 | Košarka | Erčulj | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 10 | Namizni tenis | Kondrič | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 11 | Nogomet | Šibila | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 12 | Odbojka | Erčulj | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 13 | Plavanje | Kapus | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 14 | Ples | Zagorc | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 15 | Športno plezanje in alpinizem | Jereb | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 16 | Rokomet | Šibila | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 17 | Smučarski skoki in nordijska kombinacija | Jošt | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 18 | Smučarski teki | Pustovrh | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 19 | Športna gimnastika | Čuk | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 20 | Tenis | Filipčič | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 21 | Triatlon | Škof | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |

| | | | | | | | | | | |
|--------|---|---------------------|----|----|----|--|--|-----|-----|----|
| 22 | Vaterpolo | Kapus | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| 23 | Veslanje | Burnik | 60 | 30 | 60 | | | 150 | 300 | 10 |
| | IZBIRNI PREDMET 7 (izbrati splošne izbirne predmete za skupaj 6 KT): | | | | | | | | | |
| 1 | Športno plezanje 1 | Jereb Blaž | 15 | | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 2 | Avtonomno potapljanje | Burnik Stojan | 20 | | 40 | | | 60 | 120 | 4 |
| 3 | Odnosi z javnostmi | Doupona Topič Mojca | 15 | 20 | 10 | | | 45 | 90 | 3 |
| 4 | Pilates na blazinah | Bučar Pajek Maja | 15 | 30 | 15 | | | 60 | 120 | 4 |
| 5 | Gibanje in igre z žogo | Erčulj Frane | 15 | 15 | 30 | | | 60 | 120 | 4 |
| 6 | Jadrnanje na deski | Pori Maja | 20 | 20 | 20 | | | 60 | 120 | 4 |
| 7 | Turno kolesarstvo | Burnik Stojan | 20 | 20 | 20 | | | 60 | 120 | 4 |
| 8 | Judo | Karpljuk Damir | 15 | 0 | 45 | | | 60 | 120 | 4 |
| 9 | Skoki na prožnih ponjavah | Čuk Ivan | 15 | 30 | 15 | | | 60 | 120 | 4 |
| 10 | Socialne veščine za učitelje in trenerje | Cecić Erpič Saša | 30 | 10 | 20 | | | 60 | 120 | 4 |
| 11 | Biomehanika 2: analiza gibanja in obremenitev človeškega telesa | Supej Matej | 45 | | 15 | | | 60 | 120 | 4 |
| SKUPAJ | | | | | | | | | | |

ŠPORTI A – USMERITVENI ŠPORTI

Alpsko smučanje in deskanje na snegu

Predmet je namenjen izobraževanju in usposabljanju bodočih trenerjev in profesionalnih delavcev na področju alpskega smučanja in deskanja na snegu. V okviru predvidenega študijskega programa bomo osredotočeni tako na posredovanje potrebnih informacij, ki jih trenerji potrebujejo za načrtovanje in vodenje procesa treninga različnih kategorij tekmovalcev v klubih in reprezentancah. Študenti se bodo v okviru predmeta imeli možnost seznanjati tudi z delom z različnimi kategorijami smučarjev v smučarskih centrih. Temeljna smučarska znanja, opredeljena v nacionalni šoli smučanja, jim bodo posredovana na način, ki ga bodo v praksi lahko nadgrajevali v tekmovalne oblike smučanja. Usposobili jih bomo za načrtovanje in vodenje procesa treninga, v okviru predvidenega študijskega programa pa bodo kot pomočniki trenerjev v praksi postavljeni v realno situacijo

vodenja skupin na snegu. Skozi realizacijo študijski vsebin si bodo študenti pridobili tudi formalno usposobljenost Trener alpskega smučanja oziroma Trener deskanja na snegu.

Atletika

Študenti spoznajo vlogo in pomen atletike oziroma elementarnih oblik hoje, teka, skokov in metov za otokov telesni in gibalni razvoj v različnih starostnih obdobjih ter vpliv teh dejavnosti na zdravje vadečih. Usposobijo se tako za načrtovanje in poučevanje atletskih vsebin v okviru športne vzgoje in v interesnih dejavnostih. Naučijo se tekmovalnih pravil osnovnih atletskih disciplin, načinov organizacije tekmovanj ter spoznajo standarde za vrednotenje in ocenjevanje praktičnih in teoretičnih atletskih znanj učencev v šoli.

V nadaljevanju se študenti usposobijo za načrtovanje, izvedbo in nadzor procesa treninga atletov. Poudarek je na razumevanju biomehaničnih zakonitosti tehnike atletskih disciplin ter na fizioloških in biokemičnih zakonitosti razvoja osnovnih in specifično atletskih biomotoričnih sposobnosti. Študentje se bodo seznanili z razvojnimi značilnostmi atletov, pedagoškimi in didaktičnimi vidiki procesa treninga, s postopki izbora in s specifičnimi atletskimi poškodbami ter njihovo preventivo. V okviru laboratorijskih in terenskih meritev ter seminarskega dela bodo spoznali osnovne diagnostične postopke in druge raziskovalne metode procesa treninga atletov.

Badminton

Badminton spada med polistrukturane kompleksne športne panoge, saj zahteva veliko intenzivnega in raznovrstnega gibanja in udarjanje po badmintonski žogici. Psihomotorične sposobnosti, ki prevladujejo so hitrost, koordinacija, agilnost, percepcija, anticipacija, ravnotežje, natančnost, hitra moč in vzdržljivost. Poleg tega badminton zahteva od igralca iznajdljivost, saj s svojo nepredvidljivostjo in časovno omejenostjo za uspešno izvedbo udarca sili k hitremu razmišljanju. Predmet je praktično usmerjen, na njem pa se študenti seznanijo z osnovami badmintona, z igralnimi situacijami, metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju obremenitve, nadzoru kakovosti, različnimi stili vodenja, biomehanskimi principi in dolgoročnim razvojem igralcev. V okviru predmeta študentje razvijejo badmintonske udarce in gibanja, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe treninga z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami igralcev badmintona, sposobnosti analize tekme ter izvedbe integralnega trenažnega procesa.

Biatlon

Namen predmeta je usposobiti študente za opravljanje poklica trenerja v biatlonu na različnih nivojih delovanja (klubi, regije, delo z reprezentancami). Kandidati bodo usposobljeni za samostojno načrtovanje, izvedbo, analizo in korekcijo procesa treniranja različnih starostnih kategorij in obeh spolov v biatlonu. Glavni poudarek na programu bo namenjen obravnavi izbora in usmerjanja kandidatov v biatlon ter vseh vrsti priprave tekmovalcev in tekmovalk različnih starostnih kategorij: tehnični (tek in streljanje), kondicijski, taktični, psiho-socialni in splošni pripravi. Kandidati bodo seznanjeni tudi z vsebinami, ki se vežejo na zgodovinski pregled razvoja panoge, IBU pravila tekmovanj, tekmovalno opremo in rekvizite, objekte, organizacijo tekmovanj, izobraževanje kadrov, znanstveno raziskovalna dejavnost itd. Na programu obstaja možnost pridobitve naziva strokovne usposobljenosti v športu: Učitelj biatlona 3 in Trener biatlona.

Borilni športi

Predmet borilni športi zajema predstavitev zvrsti in posebnosti borilnih športov in njihovo razširjenost, njihov razvoj, sredstva in metode treniranja. Študenti bodo spoznali razmejitve med udarnimi in prijemalnimi, kot tudi kombiniranimi vrstami borilnih športov, vidike telesne, psihične in taktične priprave in specifikko borilnih športov v oboroženih silah. Specifikacija posameznih borilnih športov bo osredotočena predvsem na karate (in sorodne discipline), judo (in sorodne discipline), Ju – Jitsu, boks, sabljanje, rokoborba in Tai Chi, kot tudi samoobrambne vidike borilnih športov, borilne igre in aplikacijo elementov borilnih športov na različne skupine ljudi.

Hokej na ledu

Predmet je praktično usmerjen, študenti se seznanijo s temeljnimi značilnostmi hokeja na letu, z metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju in nadzoru obremenitve, tekmovalnimi sistemi, načini vodenja moštva in dolgoročnim načrtovanjem. V okviru predmeta študentje razvijejo tudi ustrezne praktične veščine, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe učenja in treniranja z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami športnikov, sposobnosti analize in izvedbe integralnega trenažnega procesa.

Kajak kanu

Predmet je praktično usmerjen, študenti se seznanijo s temeljnimi značilnostmi športa, z metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju in nadzoru obremenitve in dolgoročnim načrtovanjem. V okviru predmeta študentje razvijejo tudi ustrezne praktične veščine, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe učenja in treniranja z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami športnikov, sposobnosti analize in izvedbe integralnega trenažnega procesa.

Kolesarstvo

Predmet je praktično usmerjen, študenti se seznanijo s temeljnimi značilnostmi kolesarstva, z metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju in nadzoru obremenitve, tekmovalnimi sistemi in dolgoročnim načrtovanjem. V okviru predmeta študentje razvijejo tudi ustrezne praktične veščine, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe učenja in treniranja z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami športnikov, sposobnosti analize in izvedbe integralnega trenažnega procesa.

Košarka

Predmet košarka bo potekal v obliki predavanj, seminarjev, delavnic, nastopov in vaj na treh težavnostnih stopnjah. Na prvi stopnji bodo študenti spoznali cilje ter teoretične in praktične vsebine košarke, ki so zajeti v učnih načrtih športne vzgoje v osnovnih in srednjih šolah. Poudarek bo na temeljni tehniki in taktiki, metodiki poučevanja košarke pri rednem pouku športne vzgoje ter ocenjevanju teoretičnega in praktičnega znanja. Na drugi stopnji se bodo študenti seznanili z zahtevnejšimi cilji ter teoretičnimi in praktičnimi vsebinami košarke, ki ustrezajo vsem starostnim

kategorijam dečkov in deklic v športnih interesnih dejavnostih osnovnih šol ter v košarkarskih šolah košarkarskih društev. Poudarek bo na tehniki in taktiki ter načrtovanju, izvajanju in nadzoru vadbenega procesa za omenjene starostne kategorije. Seznanili se bodo tudi z različnimi načini iskanja za košarko nadarjenih otrok. Na tretji stopnji bodo študenti spoznali najzahtevnejše cilje ter teoretične in praktične vsebine košarke za starostne kategorije mladincev in članov v košarkarskih društvih in reprezentancah. Poudarek bo na najzahtevnejši tehniki in taktiki, izbiranju obetavnih igralcev in igralk, njihovem usmerjanju v ustrezne igralne vloge ter na načrtovanju, izvajanju in nadzoru vadbenega procesa za omenjene starostne kategorije na kondicijskem, tehnično-taktičnem in psiho-socialnem področju. Spoznali bodo tudi pripravo na tekmo, vodenje tekme ter vse faze raziskovalnega procesa. Na vseh treh stopnjah se bodo študenti seznanili z izsledki izbranih raziskav in z njihovo uporabnostjo.

Namizni tenis

Namizni tenis spada med polistrukturane kompleksne športne panoge, saj zahteva veliko intenzivnega in raznovrstnega gibanja. Psihomotorične sposobnosti, ki prevladujejo so hitrost, koordinacija, agilnost, percepcija, anticipacija, ravnotežje, natančnost, hitra moč in vzdržljivost. Poleg tega namizni tenis zahteva od igralca poznavanje fizikalnih zakonitosti rotacije in odboja žogice predvsem na različnih oblogah in na mizi. Nepredvidljivost in časovna omejenost sta ključna elementa za uspešno igranje namiznega tenisa. Predmet je praktično usmerjen, na njem pa se študenti seznanijo z osnovami namiznega tenisa, z igralnimi situacijami, metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju obremenitve, nadzoru kakovosti, različnimi stili vodenja, biomehaniskimi principi in dolgoročnim razvojem igralcev. V okviru predmeta študentje razvijejo vse udarce in gibanja, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe treninga z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami igralcev namiznega tenisa, sposobnosti analize tekme ter izvedbe integralnega trenažnega procesa.

Nogomet

Na praktičnih vajah bodo spoznavali vsebine, ki so vezane na pripravo in vodenje ogrevanja, vajami navajanja na žogo, metodiko vpeljevanje v organizirano igro, metodiko učenja udarcev: z nartom, z zunanjim delom stopala, s sprednjim notranjim delom stopala, notranjim delom stopala in z glavo, z zaustavljanji žoge po principu ovire, z odvzemanji žoge in varanji z žogo. Spoznali bodo tudi osnovna pravila in sodniške znake v nogometu. Sami bodo pripravili in vodili ogrevanje in demonstrirali metodiko učenja tehničnega ali taktičnega elementa. Znanja bodo vezana na obliko priprave (čitljivost, teoretična znanja vezana na pripravo, risanje skic), izbiro vaj (zanimivost, postopnost, ustvarjalnost) in nastop (demonstracija, razlaga, govor, organizacija, opazovanje dela). Na predavanjih bodo pridobili znanja iz organizacije nogometa v svetu in v Sloveniji, o nogometu v šoli, značilnosti sodobnega nogometa, o zgradbi nogometne igre, o teoriji in metodiki tehničnih elementov in o metodiki v nogometu. Spoznali bodo izbrane izsledke raziskav; najzahtevnejšo tehniko in taktiko, ki jo potrebujejo tekmovalni nogometaši; značilnosti kondicijske priprave; načine organiziranja strokovnega dela v nogometnih klubih in državnih reprezentancah; načine izbiranja nadarjenih igralcev; kakovostno upravljanje vadbenega procesa nogometašev; pripravljanje na tekmo in vodenje tekme.

Odbojka

Predmet je praktično usmerjen in poteka v obliki praktičnih vaj in predavanj. Študentje se seznanijo z razvojem odbojkarske igre in njenih pravil, njenimi značilnostmi, z aktualnimi igralnimi in statističnimi modeli igre kvalitetnih ekip in posameznikov, vrednotenjem uspešnosti in učinkovitosti, usmerjanjem in selekcioniranjem ter razvojem igralca in ekipe ter postopki vodenja pred, med in po tekmi. Obsežen sklop informacij predstavlja

spoznavanje metodičnih postopkov učenja tehničnih prvin in taktičnih elementov. Lastno tehnično in taktično znanje dopolnijo ali nadgradijo v okviru praktičnih vaj. Spoznavanje igralnih sistemov in strategij znotraj teh (K1 in K2) je razdeljeno v več sklopov: uvajalne igre z odbojgarsko vsebino, mini in mala odbojka, enostavni igralni sistemi (6 : 0, 3 : 3, 4 : 2) in zahtevni igralni sistemi (6 : 2, 5 :1). Slušatelji se usposobijo za sojenje in vodenje statistike (Data volley program). Program popestrimo z ogledom kvalitetnih odbojgarskih tekem, na katerih preverjamo razumevanje predstavljenih vsebin. Po zaključenem programu so študentje usposobljeni za načrtovanje in vodenje procesa poučevanja odbojke v izobraževalnih ustanovah ali odbojgarskih klubih v različnih starostnih obdobjih in na različnih kvalitetnih ravneh.

Plavanje

Predmet Plavanje bo potekal v obliki predavanj in praktičnih vaj preko štirih sklopov. V prvem in drugem sklopu bodo študentje dobili teoretična in praktična znanja za organizacijo in varno vodenje programov začetnega in nadaljevalnega učenja plavanja. Pri tem bo poseben poudarek na pomenu zagotavljanja aktivne varnosti pri teh programih in na osnovah reševanja iz vode. V tretjem sklopu bodo študentje dobili teoretična in praktična znanja za organizacijo in varno vodenje programov vadbe plavanja za mlajše starostne kategorije in programov plavalnih dejavnosti. V četrtem sklopu bodo študentje dobili teoretična in praktična znanja za organizacijo in varno vodenje programov vadbe plavanja v plavalnih društvih. Po vseh opravljenih obveznostih pri posameznem sklopu bodo študentje pridobili različne nazive strokovne usposobljenosti v športu (vaditelj plavanja, učitelj plavanja in trener plavanja).

Ples

Predmet Ples (1,2,3,4) daje študentom možnost, da skozi različne stopnje spoznajo vsebine plesa, ki so zapisane v učnih načrtih osnovnih in srednjih šol (kot redne ali kot izvenšolske dejavnosti). Razširjeno znanje bodo lahko uporabili tudi pri delu v društvih, klubih, plesnih šolah ter v rekreacijskih in zdravstvenih oz. rehabilitacijskih in turističnih centrih. Spoznali se bodo s tehniko plesanja v izbranih plesnih zvrsteh (družabni ples, ljudski ples, popularne plesne zvrsti, starinski ples, sodobni ples) od začetnih stopenj pa do znanj, potrebnih za treniranje v vrhunskem plesu. Spoznali se bodo tudi z metodiko poučevanja, načrtovanjem, vodenjem in nadzorovanjem vadbenega procesa za različne starostne kategorije, za specifične populacije (ljudje s posebnimi potrebami, nosečnice, invalidi itd.), za vrhunske plesalce. Seznanili se bodo s postopki selekcioniranja, z raziskovalnim delom na področju plesa, predvsem pa razširili znanja na različna mejna področja, estetike, filozofije, umetnosti. Cilj predmeta je naučiti študente plesnih prvin v posameznih plesnih zvrsteh do stopnje, da bodo pri učencih ali odraslih razvijali gibalne in funkcionalne sposobnosti, spodbujali sproščenost in lepoto gibanja, odzivnost na ritem, tekmovalnost ali nastopanje pred publiko. Spoznali se bodo tudi s tehnikami sproščanja in se usposobili za svetovalno delo. Znanja omogočajo navezovanje socialnih stikov, zagotavljajo ozaveščanje kvalitete življenja, pridobivanje trajnih življenjskih navad, ohranjanje in razvijanje kulturne tradicije. Z zagotovljenim samostojnim ustvarjalnim delom ter umetniškimi in znanstvenimi pristopom jih želimo spodbuditi k pozitivnemu odnosu do plesa kot športa in umetnosti.

Rokomet

Pri predmetu Rokomet 1 bodo študentje spoznali cilje in vsebine ter metodiko rokometu, ki so zapisani v učnih načrtih osnovnih in srednjih šol; temeljna pravila rokometu in malega rokometu; osnove sojenja tekem; temeljno tehniko in taktiko rokometu. Pri predmetu Rokomet 2 bodo študentje spoznali učinkovito organizacijo vadbe rokometu v društvih in rokometnih šolah ter v športnih interesnih dejavnostih osnovnih šol; tehniko in taktiko ter metodiko, ki je primerna vse starostne kategorije dečkov in deklic. Seznanili se bodo tudi z različnimi načini iskanja za rokomet nadarjenih otrok ter z upravljanjem vadbenega procesa z vsemi starostnimi kategorijami. Pri predmetih Rokomet 3 in 4 a,b,c bodo študentje poglobljeno spoznali: teorijo rokometu; izbrane izsledke raziskav tujih in domačih avtorjev, ki obravnavajo različne vidike rokometu; tehniko in taktiko igre; načine organiziranja strokovnega dela v rokometnih društvih in državnih reprezentancah; načine izbiranja in usmerjanja nadarjenih rokometišev in rokometišic; kakovostno upravljanje vadbenega procesa skupaj s pripravo na tekmo in vodenjem tekme. Seznanili se bodo tudi z uporabo ustrezne video in računalniške tehnologije, ki lahko trenerju pomaga pri njegovem delu.

Smučarski skoki in nordijska kombinacija

Predmet je namenjen seznanjanju študentov s teorijo sistema priprave športnikov in športnega treniranja smučarjev skakalcev in nordijskih kombinatorcev, ki predvsem vključuje poznavanje teorije vodenja in upravljanja osnovno motorične priprave, specialno motorične priprave, tehnične priprave, taktično & tekmovalne in psihično priprave športnikov. Pri predmetu je izpostavljena zahteva po poznavanju sistema managementa priprave športnikov (diagnosticiranje, načrtovanje, organiziranje, izvedba in vodenje, evidenca, kontrola, obdelava, analiza, korekcija) na vseh razvojnih stopnjah pripravljenosti športnikov in njihove tekmovalne uspešnosti. Pomemben del predmeta je usmerjen na strokovno usposabljanje študenta v praksi, ki bo potekalo v obliki delovanja študenta pod mentorskim vodenjem in spremljanjem, samostojnim praktičnim delovanjem, opravljanjem hospitacij in praktičnim nastopom ter preverjanjem usposobljenosti.

Smučarski teki

Namen predmeta je usposobiti študente za opravljanje poklica trenerja v smučarskih tekih na različnih nivojih delovanja (društva, regije, delo z reprezentancami). Kandidati bodo usposobljeni za samostojno načrtovanje, izvedbo, analizo in korekcijo procesa treniranja različnih starostnih kategorij in obeh spolov. Glavni poudarek na programu bo namenjen obravnavi izbora in usmerjanja kandidatov v smučarske teke ter vseh vrsti priprave tekmovalcev in tekmovalk različnih starostnih kategorij: tehnični, kondicijski, psiho-socialni, taktični in splošni pripravi. Kandidati bodo seznanjeni tudi z ostalimi vsebinami: zgodovinski pregled razvoja smučarskih tekov, sodobne karakteristike športne panoge, FIS pravila tekmovalcev, tekmovalna oprema in rekviziti, objekti, organizacija tekmovalcev, izobraževanje kadrov, znanstveno raziskovalna dejavnost itd. Na programu obstaja možnost pridobitve naziva strokovne usposobljenosti v športu: Učitelj smučarskih tekov 3 in Trener smučarskih tekov.

Športno plezanje in alpinizem

Študenti bodo dobili temeljna znanja za samostojno učenje športnega plezanja na umetnih plezalnih stenah, v plezališčih in v gorah. Poleg tega pa tudi za organizacijo, vodenje in izvajanje vseh vrst tečajev športnega plezanja. Prav tako bodo dobili tudi temeljna znanja za samostojno načrtovanje, vodenje in izvajanje vadbenega procesa v vseh disciplinah športnega plezanja, vseh kategorij in temeljna znanja za delo v organih panožne zveze (KŠP-PZS).

Študenti bodo dobili temeljna znanja za samostojno učenje vsebin letne in zimske tehnike iz predmetnika alpinistične šole. Poleg tega bodo dobili znanja za organizacijo, vodenje in izvajanje vseh vrst alpinističnih šol-tečajev v letnih in zimskih razmerah. Prav tako bodo dobili tudi temeljna znanja za samostojno načrtovanje, vodenje in izvajanje vadbenega procesa v vseh disciplinah alpinizma ter temeljna znanja za delo v organih panožne zveze (KA-PZS).

Športna gimnastika

Študenti bodo spoznali pomen športna gimnastika z akrobatiko pri razvoju zavestne kontrole položaja telesa in gibanja telesa v prostoru. Seznanili se bodo z osnovnimi in nadaljevalnimi vsebinami akrobatike (drže in položaji na obeh in eni nogi, v normalnem in strmoglavem položaju, gibanja v smereh gor, dol, naprej, nazaj, levo, desno, kombinirano z večkratnim vrtenjem okoli čelne, dolžinske in globinske osi oz. kombiniranimi vrtenji in sicer v oporni in brezoporni fazi), vaj na orodju (drže in položaji v oporah in vesah v normalnem in strmoglavem položaju, gibanja v smereh gor, dol, naprej, nazaj, levo, desno, kombinirano z vrtenjem okoli čelne, dolžinske in globinske osi oz. kombiniranimi vrtenji in sicer v oporni in brezoporni fazi) ter skoki z male oziroma skoki na veliki prožni ponjavi. S spoznavanjem tehnike in metodike prvin programa bodo usposobljeni za delo s telovadci in telovadkami v klubih, kjer se ukvarjajo z vrhunsko gimnastiko. Del programa je tudi sojenje v gimnastiki.

Tenis

Predmet je izrazito praktično usmerjen, študenti se seznanijo s temeljnimi značilnostmi tenisa, z igralnimi situacijami, metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju obremenitve, nadzoru kakovosti, različnimi stili vodenja, biomehanskimi principi in dolgoročnim razvojem igralcev. V okviru predmeta študentje razvijejo teniške udarce in gibanja, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe treninga z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami teniških igralcev, sposobnosti analize tekme ter izvedbe integralnega trenajnega procesa.

Triatlon

Študenti spoznajo organizacijo in zgodovinski razvoj triatlona v svetu in pri nas, seznanijo se s pravili triatlona in posameznih disciplin, ki sestavljajo triatlon ter zahtevami organizacije tekmovanj v različnih disciplinah triatlona in duatlona. Osvetlili bomo biomehanske (kinematične in dinamične), neurofiziološke, biokemijske, funkcionalne in druge zakonitosti tehnike in vadbe v posameznih disciplinah triatlona. Prav tako bodo študenti seznanjeni s postopki selekcioniranja in usmerjanja mladih v triatlon in z metodičnimi postopki osvajanja in izpopolnjevanja tehnike posameznih disciplin triatlona. Študenti poglobljeno spoznajo sredstva in metode vadbe vseh treh disciplin triatlona in ciklizacijske ter vadbene značilnosti celotne športne discipline. Usposobijo se načrtovanje vadbe ter za uporabo sodobne tehnologije pri izvajanju in nadzoru vadbenega procesa .

Vaterpolo

Predmet je namenjen seznanjanju študenta z osnovami vaterpola in usposabljanju študenta za pravilen praktični prikaz posameznih elementov tehnik gibanja brez žoge in z njo. Študent bo seznanjen z metodiko učenja različnih tehnik gibanja, z osnovami taktike igre in z osnovami sojenja. Usposobljen bo za učinkovito načrtovanje, vodenje in analizo vadbe vaterpola, za uspešno ocenjevanje vaterpolskih znanj in spretnosti ter za varno izvajanje vadbe v vodi. V nadaljevanju bodo pri predmetu obravnavane še nadaljevalne tehnike gibanja brez žoge in z njo ter posebnosti igre in

vadbe igralcev na različnih igralnih mestih (vratar, center, branilec, napadalec). Obširneje bo predstavljena taktika v vseh fazah igre, kondicijska priprava in priprava na tekmo.

Veslanje

Predmet je praktično usmerjen, študenti se seznanijo s temeljnimi značilnostmi veslanja, z metodičnimi pristopi in postopki učenja, osnovami treniranja, vrednotenja uspešnosti, določanju obremenitve, nadzoru kakovosti, različnimi stili vodenja in dolgoročnim načrtovanjem. V okviru predmeta študentje razvijejo tudi ustrezne praktične veščine, sposobnost načrtovanja, organizacije in izvedbe učenja in treniranja z različnimi starostnimi in kakovostnimi skupinami športnikov, sposobnosti analize in izvedbe integralnega trenažnega procesa.

IZBIRNI SPLOŠNI PREDMETI – IZBIRNI PREDMET 7

AVTONOMNO POTAPLJANJE

Pri izbirnem predmetu Avtonomno potapljanje bomo študente naučili osnov varnega in odgovornega potapljanja in jim predstavili to dejavnost kot šport in kot obliko rekreacije. Izvedeli boste nekatere osnove fizikalnih, fizičnih in psiholoških zakonitosti našega delovanja pod spremenjenimi pogoji – v vodi se namreč zaradi drugačnega zunanjega pritiska, drugačne gostote medija in seveda drugačnega dihanja naše telo odziva drugače kot v našem vsakodnevem okolju. Izvedeli boste vse o dekompresiji, zgodovini potapljanja, podvodnem okolju, načrtovanju in izvajanju potopov. Spoznali boste tudi opremo in se jo preko številnih vaj naučili varno in zanesljivo uporabljati. Naučili se boste tudi prepoznavanja stresa in pomoči partnerju ter se naučili v tovrstnih situacijah pravilno reagirati in pomagati tako sebi kot potapljaškemu partnerju. Del predmeta bo potekal na bazenu na Fakulteti za šport, del pa na morju. Z opravljenim predmetom si boste pridobili tudi usposobljenost za samostojno potapljanje in sicer vam bomo priznali opravljen tečaj Potapljač odprtih voda (Open water diver) po SSI sistemu izobraževanja.

Število kreditnih točk: 4 KT (20 P, 40 V)

Kontakt: prof. dr. Stojan Burnik (stojan.burnik@fsp.uni-lj.si)

GIBANJA IN IGRE Z ŽOGO

Cilji in kompetence:

- Seznaniti študente z operativnimi cilji, praktičnimi in teoretičnimi vsebinami in standardi znanj Iger z žogo v 1. triletju osnovne šole.

- Seznaniti študente s temeljnimi gibanji, gibalnimi dejavnostmi in igrami z žogo, ki so primerne za otroke v starosti 6 do 8 let: Nošenja, usmerjanja ali vodenja žoge s kotaljenjem, vodenja žoge z roko in nogo, predajanja žoge, podajanja žoge z roko in nogo, podajanja žoge z udarjanjem, odbijanja žoge, lovljenja žoge, zaustavljanja žoge, meti žoge, udarci po žogi; vaje, elementarne in male moštvene igre z žogo.
- Usposobiti študente za upravljanje vadbenega procesa »iger z žogo« v 1. triletju osnovne šole in tudi v izvenšolskih dejavnosti.

Število kreditnih točk: 4 KT (15 P, 15 S, 30 V)

Kontakt: Izr. prof. dr. Frane Erčulj (frane.erculj@fsp.uni-lj.si)

JADRANJE NA DESKI

Študenti bodo pri predmetu pridobili praktična in teoretična znanja na področju učenja jadrnanja na deski. Osvojili bodo kompetence, ki jim bodo omogočile samostojno načrtovanje, izvedbo in analizo izvedbe programa jadrnanje na deski za različne starostne skupine.

Vsi študenti, ki bodo opravili predpisane obveznosti, bodo imeli možnost, da si pridobijo usposobljenost za delo na področju športa, z nazivom "Učitelj jadrnanja na deski 1. stopnje". Pogoj za pridobitev naziva je potrdilo o usposobljenosti za »Voditelja čolna«. V primeru večjega zanimanja, bomo organizirali tudi to usposabljanje.

Število kreditnih točk: 4 KT (20 P, 20 S, 20 V)

Kontakt: izr. prof. dr. Maja Pori (maja.pori@fsp.uni-lj.si)

JUDO

Znanje in kompetence, pridobljeni s predmetom:

- Osvojiti praktična in teoretična znanja potrebna za varno in uspešno vodenje programa judo vrtca in male šole juda. Pridobitev naziva inštruktor juda (1. stopnja usposobljenosti) in šolski pas 7 kyu (rumeni pas).
- Študenti poznajo osnovna in etična načela juda
- Poznajo osnovne judo tehnike v programu:
 - Tehnike padanja (Ukemi waza)
 - Tehnike metov (nage waza)
 - Parterne tehnike (katame waza)

- Gibanje po blazini in prijemi za kimono (shintai in kumi kata)
- Poznajo osnovna sodniška pravila

Število kreditnih točk: 4 KT (15 P, 45V)

Kontakt: prof. dr. Damir Karpljuk (damir.karpljuk@fsp.uni-lj.si)

ODNOSI Z JAVNOSTMI V ŠPORTU

Predmet je zasnovan tako, da omogoča študentom široko poznavanje in razumevanje teorije odnosov z javnostmi v športu. Študenti bodo spoznali uporabo različnih orodij, ki se uporabljajo pri komuniciranju z javnostmi. Predvidena je obravnava naslednjih vsebin, ki so obravnavane tako s teoretičnega kot praktičnega vidika:

- Odnosi z mediji
- Odnosi z javnostmi
- Komuniciranje v organizacijah
- Strateško načrtovanje odnosov z javnostmi
- Orodja odnosov z javnostmi
- Odnosi z javnostmi v slovenskem športu
- Medijski načrt
- Komunikacijska orodja v medijskem načrtu
- Prireditve in dogodki
- Situacijska analiza

Število kreditnih točk: 4 KT (15 P, 45V)

Kontakt: prof. dr. Mojca Doupona Topič (mojca.doupona@fsp.uni-lj.si)

PILATES NA BLAZINAH

Teoretične vsebine se nanašajo na: zgodovinski razvoj pilates vadbe, izrazoslovje v športu, filozofijo vadbe, anatomijo in fiziologijo vadbe ter načrtovanje vadbe za različne skupine vadečih.

Vsebina seminarских vaj se nanaša na pravilno izvajanje osnovnih pilates vaj, prepoznavanje in odpravljanje napak v izvedbi (brez in z uporabo drobnih pripomočkov). Ugotavljanje nepravilnosti pri telesni drži pri sošolcih in izdelava kompenzatornega programa za izboljšanje telesne drže glede na ugotovljene nepravilnosti z uporabo pilates vaj. Skozi seminarske vaje se bodo študentje naučili učinkovitega vodenja skupine vadečih.

Število kreditnih točk: 4 KT (15 P, 30 S, 15 V).

Kontakt: doc. dr. Maja Bučar Pajek (maja.bucar@fsp.uni-lj.si)

SKOKI NA PROŽNIH PONJAVAH

Osnovne vsebine skokov na prožnih ponjavah so skoki v smereh gor, dol, naprej, nazaj, levo, desno, kombinirano z vrtenjem okoli čelne, dolžinske in globinske osi oz. kombiniranimi vrtenji v brezoporni fazi. Skoki na prožnih ponjavah odlično razvijajo otrokom sposobnost zavestne kontrole položaja telesa in gibanja telesa v prostoru. Zaradi svojih značilnosti je nujna kot osnovna priprava za vse ostale športne panoge. Je ena od športnih panog gimnastike, pri katerih se vadeči giblje in vrtili v vseh oseh v položajih opore in v letu.

Cilji: Poznavanje didaktike skokov na prožnih ponjavah; načrtovanje, izvedba in kontrola izvedbe skokov na prožnih ponjavah; znanje demonstracije posameznih skokov na prožnih ponjavah; organizacijske sposobnosti in znanja za izvedbo šolskih in zunajšolskih športnih programov, katerih osnova so skoki na prožnih ponjavah skupinska akrobatika; prepoznavanje nadarjenih in njihovo usmerjanje v skoke na prožnih ponjavah.

Število kreditnih točk: 4 KT (60 ur).

Kontakt: prof. dr. Ivan Čuk (ivan.cuk@fsp.uni-lj.si)

SOCIALNE VEŠČINE ZA UČITELJE IN TRENERJE

Cilj predmeta je študentom predstaviti vsebine vezane na socialne veščine, ki so potrebne za učinkovito delo v šoli in tekmovalnem športu. Predmet daje študentom temeljna socialno-psihološka znanja s področja socialnih veščin v medosebnih formalnih odnosih v kontekstu šole in športa.

Število kreditnih točk: 4 KT (30 P, 10 S, 20 V).

Kontakt: doc. dr. Saša Cecić Erpič (sasa.cecic@fsp.uni-lj.si)

ŠPORTNO PLEZANJE 1

Študenti bodo dobili temeljna znanja za samostojno učenje športnega plezanja v vseh do pol raztežaja dolgih smereh na umetnih stenah in naravnih plezališčih. Poleg tega pa tudi za organizacijo, vodenje in izvajanje vseh vrst tečajev športnega plezanja, ki vključujejo plezanje do pol raztežaja dolgih smeri na umetnih stenah in naravnih plezališčih.

Število kreditnih točk: 4 KT (15 P, 45 V).

Kontakt: doc.dr. Blaž Jereb (blaz.jereb@fsp.uni-lj.si)

TURNO KOLESARSTVO

Cilj predmeta je usposobiti študente za vodenje srednje zahtevnih turno kolesarskih izletov. Študentje bodo usposobljeni za vodenje po javnih cestah, gozdnih cestah, grajenih gozdnih vlakah in poljskih poteh, kjer zahtevnost spusta ne preseže 3. do 4. stopnje (S3 – S4) po Paternujevi sedem-stopenjski lestvici. Pridobili bodo tudi ustrezno znanje orientacije za gibanje po omenjenem terenu.

Sposobni bodo pripraviti in voditi izlete, športne dneve, interesne dejavnosti in šole v naravi s turno kolesarskimi vsebinami v gorskem okolju in zunaj urejenih cest. Študentje bodo imeli možnost pridobitve naziva Vodnik turnega kolesarstva pri PZS.

Število kreditnih točk: 4 KT (20 P, 20 S, 20 V).

Kontakt: prof. dr. Stojan Burnik (stojan.burnik@fsp.uni-lj.si)

BIOMEHANIKA 2: ANALIZA GIBANJA IN OBREMENITEV ČLOVEŠKEGA TELESA

Predmet »Biomehanika 2: analiza gibanja in obremenitev človeškega telesa« se ukvarja s temeljno problematiko razumevanja gibalnega aparata človeka in njegove interakcije z okolico. Študentje spoznajo temeljne razloge za obremenitev človeškega telesa: navore v sklepih, obremenitve med sklepnimi površinami in mišične sile ob različnih telesnih aktivnostih. Pri tem usmerimo pozornost na vrsto primerov kako različni položaji in tipi gibanj vplivajo na obremenitev človeka. Kot posledica delovanja sil v mišično-skeletnem sistemu se študentje na predmetu spoznajo tudi z mehanskim delom mišic, njihove moči, energije, ki jo lahko proizvedejo in posledično delovne, energijske in mišične učinkovitosti, ki so ključni biomehanski parametri za analizo gibanja človeka, še posebej ta analizo gibanja v športu. Pri predmetu se srečamo tudi s kvazi-statično obravnavo obremenitev človeškega telesa, ki je temelj za kvalitativno ocenjevanje športnega strokovnjaka/kineziologa. Pri predmetu se posvetimo tudi nekaterim najbolj običajnim človeškim gibanjem kot so hoja, tek in skok ter zaključimo z nekaterimi izbranimi aktualnimi vsebinami.

Kontakt: izr. prof. dr. Matej Supej (matej.supej@fsp.uni-lj.si)

Število kreditnih točk: 4 KT (45P, 15 V)

Februar 2016