

ALPSKO SMUČANJE 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-------------------|
| Predmet: | Alpsko smučanje 2 |
| Course title: | Alpine skiing 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098629 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 541 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Blaž Lešnik, Milan Žvan

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Pogoj za pristop na program je status študenta na podiplomskem študiju smeri **Športna vzgoja**. Študijska programa **Alpsko smučanje 2 in Alpsko smučanje 3** se izvajata skupaj v obliki 5 dnevnega tečaja alpskega smučanja in deskanja na snegu.

Drugi pogoji:

- Oprema za alpsko smučanje,
- snežna deska s kompatibilnimi čevlji.

Prerequisites:

Prerequisite for entry to the program is status of a student at **postgraduate study - program Physical education**. The Alpine Skiing 2 and Alpine Skiing 3 study programs are implemented together in a 5-day Alpine skiing and snowboarding course.

Other prerequisites:

- Equipment for alpine skiing,
- snowboard with compatible snowboard boots.

Vsebina:

Teoretični del:

Alpsko smučanje:

- Organiziranost smučarskega športa v Sloveniji in kaj je tisto, kar nas loči od tujine,
- alpsko smučanje in deskanje na snegu v osnovnošolskem in srednješolskem izobraževanju (športna vzgoja, športni dnevi, šole v naravi, zimovanja,
- učni načrti predmetov v šolah z vsebinami alpskega smučanja in deskanja na snegu.

Content (Syllabus outline):

Theoretical part:

Alpine skiing:

- Organization of sport and skiing in Slovenia and what's the difference between us and other countries,
- Alpine skiing and snowboarding in primary and secondary schools (physical education, outdoor activities...)
- Curriculums with contents of alpine skiing and snowboarding,

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> učna priprava za alpsko smučanje in deskanje na snegu, znanstvena utemeljitev Slovenske šole alpskega smučanja, isti cilj – različne poti; kreativne metode učenja smučanja, smučarska učilnica, tekmovalnost pri otrocih (in odraslih), metodika in tehnika od nadaljevalnih oblik z vključevanjem elementov tekmovalne alpske smučarske tehnike, biomehantični vidiki smučarskega zavoja, položaj kolen, kolčne osi in zgornjega dela telesa (sledenje), tehnika alpskega smučanja v posebnih pogojih – smučanje v celcu, načini smučanja po grbinah...idr., enostavnejši skoki med terenskim smučanjem, tekmovalne smučarske discipline in tehnika smučanja vrhunskih tekmovalcev s pomembnimi detajli, uporaba pripomočkov in priprava poligona za prilagajanje na smučanje v omejenem prostoru (metlice, kratki količki, markerji...), kaj vse potrebujemo za organizacijo in izvedbo šolskega tekmovanja v veleslalomu (VSL), enostavne VSL postavitev kot osnova za organizacijo šolskega VSL tekmovanja, pomembni napotki enostavne postavitev (razdalje, prilagajanje konfiguraciji terena, ritmičnost...), prenos gibalnih znanj (v smučanju), učinki vadbe zahtevnejših elementov koordinacije (smučanje po eni smučki, smučanje z dvigom notranje smučke, »twister«, sonožni ali enonožni poskoki preko vpadnice...itd.), iskanje novih izzivov – smučanje izven urejenih delov smučišča, smučanje prostega sloga, posebnosti pri delu z ljudmi s posebnimi potrebami (invalidi, slepi in slabovidni...), organizirano smučanje v formacijah. <p>Deskanje na snegu:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vloga in pomen snežnih parkov za razvoj deskanja na snegu, odgovornost smučarjev in deskarjev izven urejenih delov smučišča, razlogi za spreminjanje razmerja števila deskarjev in smučarjev skozi čas. <p>Vsebina predmeta – praktično:</p> <p>Alpsko smučanje: Različni pristopi k metodiki učenja alpskega smučanja s seznanitvijo z elementi tekmovalne tehnike alpskega smučanja ter zahtevnejšimi koordinacijskimi oblikami smučanja (s posredniškimi in korektivnimi vajami): Manjša naklonina:</p> <ul style="list-style-type: none"> preproste spremembe smeri drsenja po robnikih v visokem, srednjem in nizkem smukaškem položaju, | <ul style="list-style-type: none"> preparation for organizing the learning process of alpine skiing and snowboarding, scientific confirmation of Slovenian Alpine ski school, same goal - different approach; creative learning methods, ski classroom, competitiveness at young (and adults) people, methods and technique of advanced forms of skiing with competitive elements of ski technique, biomechanical aspects of alpine skiing, position of the knees, hip axis and upper body of the skier, alpine skiing technique in special conditions - powder skiing, mogul skiing, etc., easier jumps during terrain freeride skiing, competitive alpine skiing disciplines and skiing techniques of top competitors with important details, didactic accessories and preparation of polygons in limited space (brushes, short soft markers...), what do we need for organizing simple giant slalom (GS) competition, simple GS course settings as a basis for organizing a school GS competition, important suggestions for simple GS course settings (distances, considering the slope configuration, rhythmicity, etc.), motor transfer (in skiing), the effects of practicing more complex elements of coordination (skiing on one ski, skiing with raised the inner ski, "twister", both leg or single leg jumps, etc.), the new ski challenges – freeride skiing, freestyle skiing...ect., special points by working with handicap or disability people (disabled, blind and partially sighted ...), organized skiing in formations. <p>Snowboarding:</p> <ul style="list-style-type: none"> The role of snow parks for the development of snowboarding, the responsibility of skiers and snowboarders at freeride area, the main reasons for changing the number proportion of snowboarders and skiers. <p>Subject content - Practical part:</p> <p>Alpine skiing: Different approaches/methods of alpine skiing teaching, with elements of the competition alpine skiing technique and the more complex coordination forms of skiing (with intermediary and corrective exercises): Low inclination:</p> <ul style="list-style-type: none"> simple changes of direction by gliding in higher, medium and lower downhill body positions, |
|--|--|

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> imitacija vodenja tekmovalnih zavojev po robnikih, koordinacijske oblike smučanja. <p>Srednja naklonina:</p> <ul style="list-style-type: none"> zavoji z oddrsavanjem smuči s postopnim prehodom v vodenje preprostih zavojev po robnikih, osnovno vijuganje s postopnim prehodom v osnovno vijuganje po robnikih, vijuganje v ožjem hodniku s postopnim prehodom v vijuganje po robnikih, vijuganje v širšem hodniku s postopnim prehodom v vijuganje po robnikih, načini nadzorovanja hitrosti pri vodenju zavojev po robnikih, zavoj s poudarjenimi pomiki kolen v stran, zahtevnejše koordinacijske oblike smučanja, organizacija in priprava treninga za šolsko tekmovanje v veleslalomu (uporaba metlic in nadgradnja s enostavno VSL postavitvijo), organizacija in izvedba šolskega tekmovanja v veleslalomu (klasična tekma, paralelna tekma), tehnika smučanja po grbinah, smučanje v snežnih parkih. <p>Večja naklonina:</p> <ul style="list-style-type: none"> Igra formacij s poudarkom na ustvarjalnosti in usklajenosti skupinskega smučanja. <p>Deskanje na snegu:</p> <p>Večja naklonina:</p> <ul style="list-style-type: none"> navezovanje osnovnih zavojev s snežno desko, osnovno vijuganje z nadzorovano hitrostjo in poskus prehoda v vodenje zavojev po robnikih. <p>Vsak dan del vadbe namenjen individualnemu snemanju in video analizam lastnega napredka.</p> | <ul style="list-style-type: none"> imitation of alpine skiing competition turn technique, coordination forms of skiing. <p>Medium inclination:</p> <ul style="list-style-type: none"> transition from the side skidding turns to simple carving turns, transition from basic turns to carving turns, transition from turns in narrow corridor to carving turns, transition from turns in wide corridor to carving turns, options of control the speed at carving turns, turn with side-lateral movements, more demanding coordination forms of skiing, organization of giant slalom training for the school competition (use of brushes, upgrades with a simple GS setting), organization an realize the school GS competition (classic race or parallel race), mogul skiing technique, skiing in snow parks. <p>Higher inclination:</p> <ul style="list-style-type: none"> group skiing with a focus on creativity and compliance of skiing. <p>Snowboarding:</p> <p>Higher inclination:</p> <ul style="list-style-type: none"> simple turns with the snowboard, speed controlled basic turns in carving technique. <p>Each day a part of the training will be intend for individual recording and video analysis of own progress.</p> |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Kugovnik O., Supej M. & B. Nemeč (2003). Biomehanika alpskega smučanja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport

Kuzmin A. & S. Jug (2019). <https://www.youtube.com/watch?v=N-BzAnCLiLg>

Lešnik B. & M. Žvan (2010). *Naše smučine*, teorija in metodika alpskega smučanja (dopolnjena izdaja). Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije

Lešnik B. & M. Žvan (2011). *A turn to move on – Alpine skiing – Slovenian way, Theory and methodology of alpine skiing*. Ljubljana: Ski Association of Slovenia-Ski instructor association of Slovenia

Lešnik B., Žvan M., Leskošek, B. & Supej, M. (2013). Progressivity of basic elements of the Slovenian national alpine ski school. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, ISSN 1212-1428, vol. 49, no. 1, str. 77-93.

Pišot R. & M. Videmšek (2004). *Smučanje je igra*. Ljubljana: SZS – Združenje učiteljev in trenerjev smučanja. Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije, DEMO Team Slovenia - Slovenian ski school basic drills and exercises: <https://www.youtube.com/watch?v=PmPZYYJqd0A&t=13s>

Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije, DEMO Team Slovenia - How to become a ski instructor https://www.youtube.com/watch?v=1FYc_K3DpRo

Zakon o varnosti na smučiščih (ZVSmuč-1); <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO6861>

Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije (2014). *Deskanje na snegu*, delovno gradivo za učitelje deskanja na snegu

Cilji in kompetence:

Cilji predmeta so:

Objectives and competences:

Objectives of the subject are:

- Študenti bodo nadgradili teoretična in praktična znanja za načrtovanje, organizacijo, izvajanje, spremljanje in vrednotenje športne vadbe.
- Sposobni bodo strokovnega dela na področju alpskega smučanja in deskanja na snegu v okviru šolskih športnih dni in šol v naravi ter drugih interesnih smučarskih dejavnosti v osnovnih in srednjih šolah.
- študenti bodo osvojeno znanje nadgradili z značilnostmi tekmovalnega smučarskega zavoja,
- študenti bodo pridobili temeljna znanja za organizacijo in izvedbo šolskega tekmovanja v veleslalomu,
- študenti bodo znali prepoznavati športno bolj nadarjene učence in jih znali usmeriti v proces treninga v smučarske klube.

Predmetno specifične kompetence predmeta:

- študentom se z opravljenim programom Alpsko smučanje 2+3 pridobijo del kompetenc za pridobitev strokovnega naziva Učitelj alpskega smučanja 1. (1. stopnja). Študenti z že pridobljenim strokovnim nazivom prve stopnje pridobijo del kompetenc za pridobitev strokovnega naziva Učitelj alpskega smučanja 2 (2. stopnja),
- študenti bodo razumeli organiziranost smučarskega športa v Sloveniji,
- študenti bodo znanje smučanja nadgradili z enostavnejšimi elementi tekmovalne alpske smučarske tehnike,
- študenti bodo razumeli smučarski zavoj tudi z vidika biomehanike,
- študenti bodo skladno z možnostmi tehniko alpskega smučanja nadgradili tudi v posebnih pogojih (smučanje v celcu, smučanje po grbinah, smučanje v snežnih parkih, idr.),
- študenti bodo razumeli kaj vse potrebujemo za organizacijo in izvedbo šolskega tekmovanja v veleslalomu,
- študenti bodo znali postaviti najenostavnejše postavitve za organizacijo šolskega VSL tekmovanja,
- študenti bodo znali smučarsko vadbo popestriti z dodatnimi-atipičnimi smučarskimi vajami (prenos gibalnih znanj),
- študenti bodo seznanjeni z nekaterimi drugimi smučarskimi disciplinami (prosti slog, telemark...)
- ter z odgovornostjo, ki jo učitelj smučanja prevzema s smučanjem/deskanjem po neurejenem delu smučišča.
- študenti bodo spoznali posebnosti pri delu z ljudmi s posebnimi potrebami (invalidi, slepi in slabovidni...),
- študenti bodo razumeli pojme, zakonitosti ter postopke učenja alpskega smučanja in deskanja na snegu, ki so opredeljeni v učnem načrtu.

- Students will upgrade their theoretical and practical knowledge for planning, organizing, implementing, monitoring and evaluating of the sports training.
- They will be able to teach alpine skiing and snowboarding during school sports and outdoor activities in primary and secondary schools.
- students will upgrade their technical knowledge of alpine skiing with the elements of a competitive alpine skiing turn,
- students will achieve the basic knowledge for organizing a giant slalom school competition,
- students will be able to recognize more talented students and they will be able to send them in to the ski club training process.

The subject-specific competences are:

- completed program Alpine skiing 2+3 will be recognized as part of the obligation for acquiring the professional qualifications of Instructor of Alpine Skiing 1. Students with a first level professional title of ski instructor the finished program will be recognized as part of realized obligations for a professional title Alpine Ski Instructor 2 (Level 2),
- students will understand the organization of ski sports in Slovenia,
- students will upgrade their skiing knowledge with simple elements of competitive alpine skiing technique,
- students will understand the skiing turn from the biomechanical aspects,
- according to the possibilities the students will upgrade the technique of alpine skiing in specific conditions (powder skiing, mogul skiing, skiing in snow parks, etc.),
- students will understand what do we need for organizing a school giant slalom competition,
- students will be able to set a simple giant slalom school competition,
- students will be able to improve their skiing skills through additional atypical skiing exercises (transfer of motor skills),
- students will be informed with some other skiing disciplines (freestyle, telemark, etc.) and also with responsibilities of ski/snowboard at freeride ski area,
- students will be informed about the specifics of working with handicap and disabled people (blind, visually impaired people...),
- students will understand the concepts, principles and procedures of alpine skiing and snowboarding that are defined in the syllabus.

Predvideni študijski rezultati:

| |
|---|
| <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Znajo uspešno načrtovati, organizirati, izvajati in vrednotiti pedagoški proces na področju alpskega smučanja in deskanja na snegu, • poznajo in razumejo vse odgovornosti pri smučanju/deskanju izven urejenega prostora, • znajo uporabiti osvojena znanja za organizacijo športnih dni in šol v naravi. • znajo organizirati izvesti šolsko veleslalomsko tekmo, • poznajo posebnosti dela učitelja smučanja z invalidi ter ljudmi s posebnimi potrebami. |
|---|

Intended learning outcomes:

| |
|---|
| <p>Knowledge and Understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • They know how to plan, organize, implement and evaluate the educational process of alpine skiing and snowboarding, • students know and understand all the responsibilities of alpine skiing or. snowboarding at the freeride areas, • students know how to use their knowledge for organizing the winter sports activities in the schools, • students know how to organize a school giant slalom competition, • they know specifics how to learn ski handicap people and people with disabilities. |
|---|

Metode poučevanja in učenja:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Teoretična predavanja bodo delno izvedena pred (december) začetkom praktičnega dela, delno pa med in po (marec, april) izvedbi vaj na snegu, • praktični del vaj na snegu: metoda demonstracije z razlago; frontalno, skupinsko in individualno s tematskimi delavnicami na snegu, video analize lastnega napredka, • praktični del vaj se izvaja v obliki pet (5) dnevnega tečaja z vključenim praktičnim delom izpita zadnji dan. • seminarska naloga v obliki analize lastnega napredka znanja smučanja. |
|--|

Learning and teaching methods:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Theoretical lectures will be partially realized before (December), partially during and after practical work on the snow (in March and April), • practical part of the course will implement a method of demonstration and explanation; frontal with the group or individual work and workshops, video analysis of own skiing knowledge progress, • practical part will be held as a five (5) day course, included the practical exam on last day of the course, • seminar work with an analysis of own progress in skiing knowledge. |
|--|

Načini ocenjevanja:**Delež/Weight****Assessment:**

| | | |
|---|---------|--|
| Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole alpskega smučanja (ocene 1-10), | 50,00 % | Assessing of performance of the Alpine ski school elements (grades 1-10), |
| Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole deskanja na snegu (ocene 1-10), | 10,00 % | Assessing of performance of the Snowboarding school elements (grades 1-10), |
| Analiza individualnega napredka in izbire vaj za korekcijo pomanjkljivosti v gibanju ter ocena končnega pisnega izdelka na podlagi posnetkov lastnih izvedb elementov šole smučanja (ocene 1-10), | 10,00 % | • analysis of individual progress and choose of exercises to correct the movement and the mark of the Final seminar work (2+3 program) based on videos of their own performances of ski school elements (grades 1-10), |
| • pisni izpit z odgovori na teoretična vprašanja (ocene 1-10). | 30,00 % | Written exam with answers on theoretical questions (grades 1-10). |

Ocenjevalna lestvica:**Grading system:**

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:**Prof. dr. Milan Žvan**

PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan, BELEHAR, Iztok. The path to success: alpine skiing - youngsters. Ljubljana: Mladinska knjiga International, [1983]. 138 str.

PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan. Pot do uspeha: alpsko smučanje - pionirji. Ljubljana: samozal. K. Petrovič, 1983. 131 str.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž, DOLENC, Maja. Vrednotenje tekmovalne uspešnosti mlajših dečkov in deklic v alpskem smučanju z metodo stopenjske regresijske analize in ekspertnega modeliranja. V: ŠTURM, Jože, et al. Računalniško podprt sistem začetnega izbora in usmerjanja otrok v športne panoge in evalvacija modela uspešnosti v posameznih športnih panogah na podlagi ekspertnega modeliranja. Ljubljana: Fakulteta za šport. 1995, str. 211-295.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation between the length of the ski track and the velocity of top slalom skiers. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, ISSN 1212-1185, 2007, vol. 37, no. 1, str. 37-44.

DŽELALIJA, Mile, RAUSAVLJEVIĆ, Nikola, ŽVAN, Milan. Influence of body mass on performance in downhill skiing = Vpliv telesne mase smučarja na njegov rezultat pri smuku. *Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport*, ISSN 1318-2269.

ŽVAN, Milan, DOLENC, Maja. Evaluating the competitive successfulness of female junior alpine skiers. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, ISSN 1212-1428, 2002, vol. 38, št. 1, str. 75-81.

KONDRIČ, Miran, SEKULIĆ, Damir, ULJEVIĆ, Ognjen, GABRILO, Goran, ŽVAN, Milan. Sport nutrition and doping in tennis: an analysis of athletes' attitudes and knowledge. *Journal of Sports Science and Medicine*: ISSN 1303-2968, June 2013, vol. 12, issue 2, str. 290-297.

LEŠNIK, Blaž, SEKULIĆ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan. Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the associations during two competitive seasons. *Journal of Human Kinetics*, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str. 7-16.

ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, SEKULIĆ, Damir, CUBELA, Mladen, LEŠNIK, Blaž. Gender- and sport-specific associations between religiousness and doping behavior in high-level team sports. *Journal of religion and health*, ISSN 1573-6571. [Online ed.], 2017, vol. 56, issue 4, str. 1348-1360.

SEKULIĆ, Damir, TAHIRAJ, Enver, ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, ULJEVIĆ, Ognjen, LEŠNIK, Blaž. Doping attitudes and covariates of potential doping behaviour in high-level team-sport athletes: gender specific analysis. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, Dec. 2016, vol. 15, iss. 4, str. 606-615.

Prof. dr. Blaž Lešnik

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Assessing the morphologic, motoric and psychologic status of young boys in alpine skiing based on expert modelling. Ocenjevanje morfološkega, motoričnega in psihološkega statusa mlajših dečkov v alpskem smučanju na podlagi ekspertnega modeliranja. *Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 1998, letn. 4, št. 1, str. 27-35.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation of some variables of explosive power and competitive successfulness of boys in alpine skiing. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2000, vol. 32, no. 1, str. 40-46.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Comparison of centre of mass trajectories in modern giant slalom techniques. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2003, vol. 35, no. 2, str. 191-200.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. The best slalom competitors-kinematic analysis of tracks and velocities. *Kinesiology, international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2007, vol. 39, no. 1, str. 40-48.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Naše smučine: teorija in metodika alpskega smučanja [univerzitetni učbenik in uradni učni načrt na tečajih usposabljanja za učitelje alpskega 1., 2. in 3. stopnje]. Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije, 2007. 184 str., barve fotogr., tabeli. ISBN 978-961-91052-3-8.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. A turn to move on : alpine skiing - Slovenian way: theory and methodology of alpine skiing: a university textbook and official syllabus developed for training courses for levels 1, 2 and 3 ski instructors. Ljubljana: Faculty of Sport, 2010. 209 str. (Univerzitetni, visokošolski ali višješolski učbenik z recenzijo)

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan, LESKOŠEK, Bojan, SUPEJ, Matej. Progressivity of basic elements of the Slovenian national alpine ski school. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, ISSN 1212-1428, 2013, vol. 49, no. 1, str. 77-93.

ZORKO, Martin, NEMEC, Bojan, BABIČ, Jan, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. The waist width of skis influences the kinematics of the knee joint in alpine skiing. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol. 14, iss. 3, str. 606-619.

LEŠNIK, Blaž, GLINŠEK, Vanja, ŽVAN, Milan. Correlation between gymnastics elements knowledge and performance success in younger categories of alpine skiing. *Science of gymnastics journal*, ISSN 2232-2639. 2015, vol. 7, no 2, str. 67-79.

DEMŠAR, Ivan, DUHOVNIK, Jože, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. Multi-axis prosthetic knee resembles alpine skiing movements of an intact leg. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol.

14, iss. 4, str. 841-LEŠNIK, Blaž, SEKULIĆ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan.
Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the
associations during two competitive seasons. Journal of Human Kinetics, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str.
7-16.

ALPSKO SMUČANJE 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Predmet: | Alpsko smučanje 3 |
| Course title: | Alpine skiing 3 |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098640 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 991 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 15 | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Blaž Lešnik, Milan Žvan

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Pogoj za pristop na program je status študenta na podiplomskem študiju smeri **Športna vzgoja**. Študijska programa **Alpsko smučanje 2 in Alpsko smučanje 3** se izvajata skupaj v obliki 5 dnevnega tečaja alpskega smučanja in deskanja na snegu.

Drugi pogoji:

- Oprema za alpsko smučanje,
- snežna deska s kompatibilnimi čevlji.

Prerequisites:

Prerequisite for entry to the program is status of a student at **postgraduate study - program Physical education**. The Alpine Skiing 2 and Alpine Skiing 3 study programs are implemented together in a 5-day Alpine skiing and snowboarding.

Other prerequisites:

- Equipment for alpine skiing
- snowboard with compatible snowboard boots.

Vsebina:

Vsebina predmeta – praktično:

Alpsko smučanje:

- Organizacija vadbe smučanja med postavitvami,
- Organizacija šolskega tekmovanja v veleslalomu,
- Skupinsko smučanje – začetne oblike smučanja,
- Skupinsko smučanje – nadaljevalne oblike smuč.,
- Skupinsko smučanje – koordinacijske vaje in dopolnilne oblike smučanja,
- Igra formacij s poudarkom na ustvarjalnosti in usklajenosti skupinskega smučanja.

Deskanje na snegu:

Content (Syllabus outline):

Subject content - Practical part:

Alpine skiing:

- Organization of ski-training between polygons,
- Organization of the giant slalom school competition,
- group skiing - focus on basic forms of skiing,
- group skiing – focus on advanced forms of skiing,
- group skiing – focus on coordination and complementary forms of skiing,

| | |
|--|--|
| <p>Večja naklonina:</p> <ul style="list-style-type: none"> navezovanje osnovnih zavojev s snežno desko, osnovno vijuganje z nadzorovano hitrostjo in poskus prehoda v vodenje zavojev po robnikih. <p>Vsak dan del vadbe namenjen individualnemu snemanju in video analizam lastnega napredka.</p> | <ul style="list-style-type: none"> group skiing – focus on creativity and compliance of skiing. <p>Snowboarding: Higher inclination:</p> <ul style="list-style-type: none"> elementary turns with the snowboard, speed controlled basic turns in carving technique. <p>Each day a part of the training will be intend for individual recording and video analysis of own progress.</p> |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <p>Kugovnik O., Supej M. & B. Nemeč (2003). Biomehanika alpskega smučanja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport</p> <p>Kuzmin A. & S. Jug (2019). https://www.youtube.com/watch?v=N-BzAnCLiLg</p> <p>Lešnik B. & M. Žvan (2010). <i>Naše smučine</i>, teorija in metodika alpskega smučanja (dopolnjena izdaja). Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije</p> <p>Lešnik B. & M. Žvan (2011). <i>A turn to move on – Alpine skiing – Slovenian way, Theory and methodology of alpine skiing</i>. Ljubljana: Ski Association of Slovenia-Ski instructor association of Slovenia</p> <p>Lešnik B., Žvan M., Leskošek, B. & Supej, M. (2013). Progressivity of basic elements of the Slovenian national alpine ski school. <i>Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica</i>, ISSN 1212-1428, vol. 49, no. 1, str. 77-93.</p> <p>Pišot R. & M. Videmšek (2004). <i>Smučanje je igra</i>. Ljubljana: SZS – Združenje učiteljev in trenerjev smučanja. Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije, DEMO Team Slovenia - Slovenian ski school basic drills and exercises: https://www.youtube.com/watch?v=PmPZYYJqd0A&t=13s</p> <p>Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije, DEMO Team Slovenia - How to become a ski instructor https://www.youtube.com/watch?v=1FYc_K3DpRo</p> <p>Zakon o varnosti na smučiščih (ZVSmuč-1); http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO6861</p> <p>Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije (2014). Deskanje na snegu, delovno gradivo za učitelje deskanja na snegu</p> |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|--|
| <p>Cilji predmeta so:</p> <ul style="list-style-type: none"> Študenti bodo nadgradili teoretična in praktična znanja za načrtovanje, organizacijo, izvajanje, spremljanje in vrednotenje športne vadbe. Sposobni bodo strokovnega dela na področju alpskega smučanja in deskanja na snegu v okviru šolskih športnih dni in šol v naravi ter drugih interesnih smučarskih dejavnosti v osnovnih in srednjih šolah. študenti bodo osvojeno znanje nadgradili z značilnostmi tekmovalnega smučarskega zavoja, študenti bodo pridobili temeljna znanja za organizacijo in izvedbo šolskega tekmovanja v veleslalomu, študenti bodo znali prepoznavati športno bolj nadarjene učence in jih znali usmeriti v proces treninga v smučarske klube. <p>Predmetno specifične kompetence predmeta:</p> <ul style="list-style-type: none"> študentom se z opravljenim programom Alpsko smučanje 2+3 pridobijo del kompetenc za pridobitev strokovnega naziva Učitelj alpskega smučanja 1. (1. stopnja). Študenti z že pridobljenim strokovnim nazivom prve stopnje pridobijo del kompetenc za pridobitev strokovnega naziva Učitelj alpskega smučanja 2 (2. stopnja), | <p>Objectives and competences:</p> <p>Objectives of the subject are:</p> <ul style="list-style-type: none"> Students will upgrade their theoretical and practical knowledge for planning, organizing, implementing, monitoring and evaluating of the sports training. They will be able to teach alpine skiing and snowboarding during school sports and outdoor activities in primary and secondary schools. students will upgrade their technical knowledge of alpine skiing with the elements of a competitive alpine skiing turn, students will achieve the basic knowledge for organizing a giant slalom school competition, students will be able to recognize more talented students and they will be able to send them in to the ski club training process. <p>The subject-specific competences are:</p> <ul style="list-style-type: none"> completed program Alpine skiing 2+3 will be recognized as part of the obligation for acquiring the professional qualifications of Instructor of Alpine Skiing 1. Students with a first level professional title of ski instructor the finished program will be recognized as part of realized obligations for a professional title Alpine Ski Instructor 2 (Level 2), |
|---|--|

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • študenti bodo razumeli organiziranost smučarskega športa v Sloveniji, • študenti bodo znanje smučanja nadgradili z enostavnejšimi elementi tekmovalne alpske smučarske tehnike, • študenti bodo razumeli smučarski zavoj tudi z vidika biomehanike, • študenti bodo skladno z možnostmi tehniko alpskega smučanja nadgradili tudi v posebnih pogojih (smučanje v celcu, smučanje po grbinah, smučanje v snežnih parkih, idr.), • študenti bodo razumeli kaj vse potrebujemo za organizacijo in izvedbo šolskega tekmovanja v veleslalomu, • študenti bodo znali postaviti najenostavnejše postavitve za organizacijo šolskega VSL tekmovanja, • študenti bodo znali smučarsko vadbo popestriti z dodatnimi-atipičnimi smučarskimi vajami (prenos gibalnih znanj), • študenti bodo seznanjeni z nekaterimi drugimi smučarskimi disciplinami (prosti slog, telemark...) ter z odgovornostjo, ki jo učitelj smučanja prevzema s smučanjem/deskanjem po neurejenem delu smučišča. • študenti bodo spoznali posebnosti pri delu z ljudmi s posebnimi potrebami (invalidi, slepi in slabovidni...), • študenti bodo razumeli pojme, zakonitosti ter postopke učenja alpskega smučanja in deskanja na snegu, ki so opredeljeni v učnem načrtu. | <ul style="list-style-type: none"> • students will understand the organization of ski sports in Slovenia, • students will upgrade their skiing knowledge with simple elements of competitive alpine skiing technique, • students will understand the skiing turn from the biomechanical aspects, • according to the possibilities the students will upgrade the technique of alpine skiing in specific conditions (powder skiing, mogul skiing, skiing in snow parks, etc.), • students will understand what do we need for organizing a school giant slalom competition, • students will be able to set a simple giant slalom school competition, • students will be able to improve their skiing skills through additional atypical skiing exercises (transfer of motor skills), • students will be informed with some other skiing disciplines (freestyle, telemark, etc.) and also with responsibilities of ski/snowboard at freeride ski area, • students will be informed about the specifics of working with handicap and disabled people (blind, visually impaired people...), • students will understand the concepts, principles and procedures of alpine skiing and snowboarding that are defined in the syllabus. |
|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Znajo uspešno načrtovati, organizirati, izvajati in vrednotiti pedagoški proces na področju alpskega smučanja in deskanja na snegu, • poznajo in razumejo vse odgovornosti pri smučanju/deskanju izven urejenega prostora, • znajo uporabiti osvojena znanja za organizacijo športnih dni in šol v naravi. • znajo organizirati izvesti šolsko veleslalomsko tekmo, • poznajo posebnosti dela učitelja smučanja z invalidi ter ljudmi s posebnimi potrebami. | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • They know how to plan, organize, implement and evaluate the educational process of alpine skiing and snowboarding, • students know and understand all the responsibilities of alpine skiing or. snowboarding at the freeride areas, • students know how to use their knowledge for organizing the winter sports activities in the schools, • students know how to organize a school giant slalom competition, • they know specifics how to learn ski handicap people and people with disabilities. |
|---|---|

| | |
|--|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoretična predavanja bodo delno izvedena pred (december) začetkom praktičnega dela, delno pa med in po (marec, april) izvedbi vaj na snegu, • praktični del vaj na snegu: metoda demonstracije z razlago; frontalno, skupinsko in individualno s tematskimi delavnicami na snegu, | <p>Learning and teaching methods:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Theoretical lectures will be partially realized before (December), partially during and after practical work on the snow (in March and April), • practical part of the course will implement a method of demonstration and explanation; frontal with the group or individual work and workshops, |
|--|--|

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • praktični del vaj se izvaja v sklopu pet (5) dnevnega tečaja z vključenim praktičnim delom izpita zadnji dan. • seminarska naloga v obliki analize lastnega napredka znanja smučanja. | <ul style="list-style-type: none"> • practical part will be held as a five (5) day course, included the practical exam on last day of the course, • seminar work with an analysis of own progress in skiing knowledge. |
|--|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|---|--------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole alpskega smučanja (ocene 1-10), | 50,00 % | <ul style="list-style-type: none"> • Assessing of performance of the Alpine ski school elements (grades 1-10), |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole deskanja na snegu (ocene 1-10), | 10,00 % | <ul style="list-style-type: none"> • assessing of performance of the Snowboarding school elements (grades 1-10), |
| <ul style="list-style-type: none"> • analiza individualnega napredka in izbire vaj za korekcijo pomanjkljivosti v gibanju ter ocena končnega pisnega izdelka na podlagi posnetkov lastnih izvedb elementov šole smučanja (ocene 1-10), | 10,00 % | <ul style="list-style-type: none"> • analysis of individual progress and choose of exercises to correct the movement and the mark of the final seminar work (2+3 program) based on videos of their own performances of ski school elements (grades 1-10), |
| <ul style="list-style-type: none"> • pisni izpit z odgovori na teoretična vprašanja (ocene 1-10). | 30,00 % | <ul style="list-style-type: none"> • written exam with answers on theoretical questions (grades 1-10). |

| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
|-----------------------|-----------------|
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| <p>Prof. dr. Milan Žvan PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan, BELEHAR, Iztok. The path to success: alpine skiing - youngsters. Ljubljana: Mladinska knjiga International, [1983]. 138 str. PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan. Pot do uspeha: alpsko smučanje - pionirji. Ljubljana: samozal. K. Petrovič, 1983. 131 str. ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž, DOLENC, Maja. Vrednotenje tekmovalne uspešnosti mlajših dečkov in deklic v alpskem smučanju z metodo stopenjske regresijske analize in ekspertnega modeliranja. V: ŠTURM, Jože, et al. Računalniško podprt sistem začetnega izbora in usmerjanja otrok v športne panoge in evalvacija modela uspešnosti v posameznih športnih panogah na podlagi ekspertnega modeliranja. Ljubljana: Fakulteta za šport. 1995, str. 211-295. ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation between the length of the ski track and the velocity of top slalom skiers. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica, ISSN 1212-1185, 2007, vol. 37, no. 1, str. 37-44. DŽELALIJA, Mile, RAUSAVLJEVIĆ, Nikola, ŽVAN, Milan. Influence of body mass on performance in downhill skiing = Vpliv telesne mase smučarja na njegov rezultat pri smuku. Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport, ISSN 1318-2269. ŽVAN, Milan, DOLENC, Maja. Evaluating the competitive successfulness of female junior alpine skiers. Acta Universitatis Carolinae. Kīnanthropologica, ISSN 1212-1428, 2002, vol. 38, št. 1, str. 75-81. KONDRIC, Miran, SEKULIĆ, Damir, ULJEVIĆ, Ognjen, GABRILO, Goran, ŽVAN, Milan. Sport nutrition and doping in tennis: an analysis of athletes` attitudes and knowledge. Journal of Sports Science and Medicine: ISSN 1303-2968, june 2013, vol. 12, issue 2, str. 290-297. LEŠNIK, Blaž, SEKULIĆ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan. Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the associations during two competitive seasons. Journal of Human Kinetics, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str. 7-16. ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, SEKULIĆ, Damir, CUBELA, Mladen, LEŠNIK, Blaž. Gender- and sport-specific associations between religiousness and doping behavior in high-level team sports. Journal of religion and health, ISSN 1573-6571. [Online ed.], 2017, vol. 56, issue 4, str. 1348-1360. SEKULIĆ, Damir, TAHIRAJ, Enver, ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, ULJEVIĆ, Ognjen, LEŠNIK, Blaž. Doping attitudes and covariates of potential doping behaviour in high-level team-sport athletes: gender specific analysis. Journal of Sports Science and Medicine, ISSN 1303-2968, Dec. 2016, vol. 15, iss. 4, str. 606-615.</p> |
|--|

Prof. dr. Blaž Lešnik

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Assessing the morphologic, motoric and psychologic status of young boys in alpine skiing based on expert modelling. Ocenjevanje morfološkega, motoričnega in psihološkega statusa mlajših dečkov v alpskem smučanju na podlagi ekspertnega modeliranja. *Kinesiology Slovenia : scientific journal on sport*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 1998, letn. 4, št. 1, str. 27-35.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation of some variables of explosive power and competitive successfulness of boys in alpine skiing. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2000, vol. 32, no. 1, str. 40-46.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Comparison of centre of mass trajectories in modern giant slalom techniques. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2003, vol. 35, no. 2, str. 191-200.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. The best slalom competitors-kinematic analysis of tracks and velocities. *Kinesiology, international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2007, vol. 39, no. 1, str. 40-48.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Naše smučine: teorija in metodika alpskega smučanja [univerzitetni učbenik in uradni učni načrt na tečajih usposabljanja za učitelje alpskega 1., 2. in 3. stopnje]. Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije, 2007. 184 str., barve fotogr., tabeli. ISBN 978-961-91052-3-8.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. A turn to move on : alpine skiing - Slovenian way: theory and methodology of alpine skiing: a university textbook and official syllabus developed for training courses for levels 1, 2 and 3 ski instructors. Ljubljana: Faculty of Sport, 2010. 209 str. (Univerzitetni, visokošolski ali višješolski učbenik z recenzijo)

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan, LESKOŠEK, Bojan, SUPEJ, Matej. Progressivity of basic elements of the Slovenian national alpine ski school. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, ISSN 1212-1428, 2013, vol. 49, no. 1, str. 77-93,

ZORKO, Martin, NEMEC, Bojan, BABIČ, Jan, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. The waist width of skis influences the kinematics of the knee joint in alpine skiing. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol. 14, iss. 3, str. 606-619.

LEŠNIK, Blaž, GLINŠEK, Vanja, ŽVAN, Milan. Correlation between gymnastics elements knowledge and performance success in younger categories of alpine skiing. *Science of gymnastics journal*, ISSN 2232-2639. 2015, vol. 7, no 2, str. 67-79.

DEMŠAR, Ivan, DUHOVNIK, Jože, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. Multi-axis prosthetic knee resembles alpine skiing movements of an intact leg. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol. 14, iss. 4, str. 841-LEŠNIK, Blaž, SEKULIĆ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan.

Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the associations during two competitive seasons. *Journal of Human Kinetics*, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str. 7-16.

ATLETIKA 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-------------|
| Predmet: | Atletika 2 |
| Course title: | Athletics 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098630 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 546 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Branko Škof

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|------------------------------|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Vpis v magistrski študij | Enrolment in masters's study |

Vsebina:

- Vloga in pomen športnega pedagoga v vzgojnih nalogah – pri uresničevanju ciljev pouka športa in interesnih dejavnosti z atletskimi vsebinami
- Primernost učnih oblik in metod pri poučevanju atletskih vsebin za različne starostne skupine in različnih stopnje učnega procesa
- Konstruktivizem v vzgoji in izobraževanju
- Sodobni didaktični pristopi k poučevanju (poučevanje z uporabo pedagoških modelov, vključevanje IKT, formativno spremljanje)
- Ciljne orientacije – tekmovalna, sodelovalna, individualna
- Pomen organizacije športne vadbe za njeno kakovost
- Pomen poznavanja biološkega razvoja otrok in mladostnikov za poučevanje in preverjanje atletskih ter kondicijskih vsebin

Content (Syllabus outline):

- Role and meaning of PE teacher by realization of learning objectives with athletic content
- Suitable teaching methods and task organization in athletics for different age groups and different levels of learning process
- Constructivism in education
- Modern teaching approaches (models-based practice, ICT inclusion, formative assessment)
- Goal orientations – competition, cooperation, individual
- Importance of PE organization for its quality
- Knowledge of children's and adolescents' biological development – important to teach and evaluate athletic and conditioning contents appropriately
- Talent identification and development
- Principles and characteristics of motor learning of athletic contents

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Prepoznavanje športno talentiranih otrok in problematika razvoja talentov • Principi in značilnosti gibalnega učenja atletskih vsebin • Pomen teoretičnih znanj in priprava preverjanja teoretičnega znanja pri športu • Atletske vsebine in cilji učnega načrta za šport, za različne starostne skupine (OŠ in SŠ) | <ul style="list-style-type: none"> • Meaning of theoretical knowledge transmission – preparation theoretical knowledge testing by PE (athletic contents) • Athletic contents and learning objectives from PE syllabus, for different age groups (elementary and high school) |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Bowerman, W., Freeman, W., Gambeta, V. (1999). <i>Atletika (prevod)</i>. Gopal. 2. Čoh, M. (1992). <i>Atletika</i>. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 3. Čoh, M. (2001). <i>Biomehanika atletike</i>. Inštitut za kineziologijo, Fakulteta za šport. 4. Glasser, W. (1995). <i>Dobra šola – Vodenje učencev brez prisile</i>. Regionalni izobraževalni center. 5. Kukovič, I. (2001). <i>Vpliv pedagoških ravnanj športnih pedagogov na odnos učencev in dijakov do vzdržljivostnega teka</i>. Fakulteta za šport. 6. Strmčnik, F. (2001). <i>Didaktika – osrednje teoretične teme</i>. Znanstveni inštitut Filozofske fakultete. 7. Škof, B. (2010). <i>Spravimo se v gibanje – za zdravje in srečo gre</i>. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 8. Škof, B. (1996). Vsebina in organiziranost vzdržljivostne vadbe v šoli. <i>Šport</i>, 44, 11–15. 9. Škof, B., Tomažin, K., Dolenc, A., K., Marcina, P. in Čoh, M. (2010). <i>Atletski praktikum – Didaktični vidiki poučevanja osnovnih atletskih disciplin</i> (ponatis). Fakulteta za šport. 10. Škof, B., Zabukovec, V., Cecič-Erpič, S. in Boben, D. (2005). <i>Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje</i>. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 11. Škof, B. (ur.). (2016). <i>Šport po meri otrok in mladostnikov</i>. Fakulteta za šport. 12. Marentič Požarnik, B. (ur.). (2004). <i>Konstruktivizem v šoli in izobraževanje učiteljev</i>. Center za pedagoško izobraževanje Filozofske fakultete. 13. Casey, A. (2016). Models-based practice. V C. D. Ennis (ur.), <i>Routledge Handbook of Physical Education Pedagogies</i>. Routledge. 14. Casey, A. in Goodyear, V. A. (2015). Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. <i>Quest</i>, 67(1), 56–72. https://doi.org/10.1080/00336297.2014.984733 15. Gurvitch, R. in Metzler, M. Aligning learning activities with instructional models. <i>Journal of Physical Education, Recreation & Dance</i>, 84(3), 30–37. https://doi.org/10.1080/07303084.2013.767719 16. Dumont, H., Istance, D. in Benavides, F. (ur.). (2013). <i>O naravi učenja: uporaba raziskav za navdih prakse</i>. OECD. 17. Jank, W. in Meyer, H. (2006). <i>Didaktični modeli</i>. Zavod RS za šolstvo. 18. Johnson, D. W. in Johnson, R. T. (1994). <i>Learning together and alone. Cooperative, competitive, and individualistic learning</i> (4. izd.). Interaction Book Company. 19. Metzler, M. W. (2011). <i>Instructional models for physical education</i>. Routledge. 20. Peklaj, C. (2001). <i>Sodelovalno učenje ali Kdaj več glav več ve</i>. DZS. 21. Štefanc, D. (2005). Pouk, učenje in aktivnost učencev: razgradnja pedagoških fantazem. <i>Sodobna pedagogika</i>, 1, 34–57. 22. Železnik Mežan, L. (v tisku). <i>Učinki sodelovalnega učenja na gibalna in psihosocialna vedenja mladih atletov</i> (Doktorska disertacija). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|---|
| <p>Študent:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozna biološki razvoj otrok in mladostnikov, da lahko načrtuje športno vadbo za posamezne starostne skupine; • pozna različne didaktične teorije, ki predstavljajo teoretično podlago sodobnim pristopom k poučevanju in učenju; • pozna ciljne strukture in razume, v kateri učni situaciji je smiselno uporabiti katero; • razume pomen organizacije športne vadbe za kakovost učnega procesa, ki jo uravnava z | <h3>Objectives and competences:</h3> <p>Student:</p> <ul style="list-style-type: none"> • knows biological development of children and adolescents to plan PE for different age groups; • knows different didactic theories, which form theoretical background for modern teaching and learning approaches; • knows goal structures and understands, which is appropriate when; • understands the meaning of PE organization for learning process effectiveness that depends on teaching methods, pedagogical models, etc.; |
|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>različnimi učnimi oblikami in metodami, pedagoškimi modeli itn.;</p> <ul style="list-style-type: none"> • razume svojo vlogo – športnega pedagoga – v učnem procesu, tako pri klasičnem (direktno poučevanje) kot tudi pri drugih pedagoških modelih (npr.: sodelovalno učenje); • sestavlja primerna vprašanja (ve, na kaj mora biti pozoren) za preverjanje teoretičnih znanj pri športu; • natančno pozna cilje in atletske vsebine iz učnih načrtov za šport/športno vzgojo (OŠ in SŠ); • zna načrtovati proces poučevanja osnovnih atletskih disciplin v OŠ in SŠ; • pozna gibalni razvoj otrok in mladostnikov ter potek gibalnega učenja enostavnih (temeljnih – naravne oblike gibanja, kot so tek, skoki, meti) in kompleksnejših gibalnih spretnosti (skiping, skok v višino, suvanje težke žoge...). | <ul style="list-style-type: none"> • understands his role – as a PE teacher – in the learning process in classic (direct instruction) as well as in other pedagogical models (btw.: cooperative learning); • forms appropriate questions for theoretical knowledge testing in PE; • is familiar with the learning objectives and athletic content from PE syllabus (elementary and high school); • knows how to plan learning process of basic athletic disciplines in elementary and high school; • is acquainted with motor development of children and adolescents and with motor learning of fundamental (running, jumping, throwing) and more complex movement skills (skipping, high jump, shot put...). |
|---|---|

| | |
|---|--|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje: Študent...</p> <ul style="list-style-type: none"> • pri načrtovanju in izvajanju športne vadbe upošteva biološki razvoj otrok in mladostnikov – učni proces organizira in prilagaja glede na telesni, gibalni, kognitivni in psihosocialni razvoj otrok/mladostnikov, njihove potrebe, interese itd.; • uporablja različne didaktične pristope k poučevanju in učenju; • zna smiselno implementirati različne ciljne strukture – ve, s katero je v določeni učni situaciji mogoče, da čim več učencev/dijakov doseže čim več različnih učnih ciljev; • prikaže in nauči tehnične elemente iz sklopov osnovnih atletskih disciplin, ki so v učnih načrtih za šport/športno vzgojo (OŠ in SŠ); • izbere primerno učno obliko in metodo za poučevanje atletskih vsebin določene starosti otrok/mladostnikov ter za določeno stopnjo učnega procesa; • pri poučevanju osnovnih atletskih disciplin uporablja sodobne didaktične pristope – različne pedagoške modele, formativno spremljanje, IKT itd.; • oblikuje naloge in področja opazovanja za preverjanje standardov atletskih (praktičnih in teoretičnih) znanj v OŠ in SŠ. | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and understanding: Student...</p> <ul style="list-style-type: none"> • considers biological development of children and adolescents when planning and executing PE – learning process is organized and adjusted according to physical, mental, psychosocial development of students, their needs, interests, etc.; • uses various didactic approaches to teaching and learning; • knows how to implement different goal structures reasonably – knows, which goal structure enables in certain learning situation as many students as possible to achieve goals from different categories; • performs and teaches technical elements of basic athletic disciplines that are included in PE syllabus (elementary and high school); • chooses appropriate teaching method and task organization to teach athletic content in different age groups of children/adolescents and for different levels of learning process; • uses modern didactic approaches, such as different pedagogical models, formative assessment, ICT, etc.; • forms tasks and defines areas for observation and evaluation of athletic standards of (practical and theoretical) knowledge in elementary and high school. |
|---|--|

| | |
|--|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Razlaga (predavanja), pogovor (predavanja, vaje), prikaz (predavanja, vaje), metoda praktičnih del (gibalnih, vaje).</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Explanation (lectures), conversation (lectures, tutorials), demonstration (lectures, tutorials), practical method (physical; tutorials).</p> |
|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| <p>Načini ocenjevanja:</p> <p>Pisni izpit</p> | <p>Delež/Weight</p> <p>100,00 %</p> | <p>Assessment:</p> <p>Examination</p> |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

5 - 10, pri čemer velja, da je pozitivna ocena od 6 - 10

Grading system:

5 - 10, a student passes the exam if he is graded from 6 to 10

Reference nosilca/Lecturer's references:

1. ŠKOF, Branko in sod.. Načrtovanje športne vadbe (2019). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
2. ŠKOF, Branko in sod.. Šport po meri otrok in mladostnikov (2016). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
3. ŠKOF, Branko. Spravimo se v gibanje-za zdravje in sreč gre. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
4. Škof, B., Tomažin, K., Dolenc, A., K., Marcina, P.; Čoh, M. (2006). Atletski praktikum - Didaktični vidiki poučevanja osnovnih atletskih disciplin. Ljubljana: Fakulteta za šport.
5. Škof, B., Zabukovec, V., Cecič-Erpič, S. in Boben, D. (2005). Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani; Fakulteta za šport
6. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. The effect of two warm-up protocols on some biomechanical parameters of the neuromuscular system of middle distance runners. Journal of strength and conditioning research, 2007, vol. 21, no. 2, 394-399.
7. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Neuromuscular fatigue and recovery dynamics following prolonged continuous run at anaerobic threshold. British journal of sports medicine, 2006, vol. 40, no. 3, str. 219-222.
8. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Neuro-muscular fatigue and recovery dynamics following anaerobics interval workload. International journal of sports medicine, 2006, vol. 27, 220-225.
9. ŠKOF, Branko, BOBEN, Dušica, ZABUKOVEC, Vlasta, CECIČ ERPIČ, Saša. Attitudes to conditioning activities in physical education: a comparison between teachers and pupils. Kinesiology Slovenia : scientific journal on sport, 2006, vol. 12, no. 2, str. 69-81.
10. ŠKOF, Branko, ROTOVNIK-KOZJEK, Nada. A comparison of dietary habits between recreational runners and a randomly selected adult population in Slovenia. Slovenian journal of public health, 2015, letn. 54, št. 3, str. 212-221.
11. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Differences in neuromuscular fatigue after aerobic and anaerobic running loads. Biology of Sport, 2008, vol. 25, no. 4, str. 307-320.
12. ŠKOF, Branko. The characteristics of competitive youth sport and different health risks. Medicinski razgledi, 2014, letn. 53, št. 4, str. 565-583.
13. DOLENEC, Aleš, ŠKOF, Branko. EMG activity change dynamics during a 3-km run. Journal of sports sciences, 2000, vol. 18, no. 7, str. 470-471.
14. ŠKOF, Branko, DOLENEC, Aleš. Changes in dynamic parameters of the running stride during a 3000-m run. Journal of sports sciences, 2000, vol. 18, no. 7, str. 548.
15. JUHAS, Irena, ŠKOF, Branko, POPOVIČ, Dejana, MATIČ, Milan, JANKOVIČ, Nenad. Effects of an eight-week exercise program on parameters of the lipid profile of female students. Journal of Medical Biochemistry, 2019, Vol. 38, 6 str.
16. AUERSPERGER, Irena, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, LAINŠČAK, Mitja, KAJTNA, Tanja. Biochemical, hormonal and psychological monitoring of eight weeks endurance running training program in female runners. Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport, 2014, vol. 46, suppl. 1, str. 30-39.
17. PLANINŠEK, Sandra, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, TOMORI, Martina, DOLENC, Maja. Correlation of sports activity with stress and satisfaction with life among adult Slovenians. Zdravstveno varstvo : Slovenian journal of public health, 2014, letn. 53, št. 1, str. 1-10.
18. AUERSPERGER, Irena, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, LAINŠČAK, Mitja. Exercise-induced changes in iron status and hepcidin response in female runners. PloS one, 2013, vol. 8, issue 3, 8 str.
19. AUERSPERGER, Irena, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, BLAGUS, Rok, LAINŠČAK, Mitja, SKITEK, Milan, ŠKOF, Branko. The effects of 8 weeks of endurance running on hepcidin concentrations, inflammatory parameters and iron status in female runners. International journal of sport nutrition and exercise metabolism, 2012, vol. 22, issue 1, str. 55-63.

20. LIPOVŠEK, Severin, ŠKOF, Branko, ŠTUHEC, Stanko, ČOH, Milan. Biomechanical factors of competitive success with the rotational shot put technique. *New studies in athletics*, 2011, vol. 26, no. 1/2, str. 101-109.
21. Železnik Mežan, L. in Škof, B. (2023). Cooperative learning vs. Direct instruction in youth sport: Effects on children's motor learning. *Kinesiologia Slovenica*, 29(2), 136–156. <https://doi.org/10.52165/kinsi.29.2.136-156>
22. Železnik Mežan, L., Škof, B., Leskošek, B. in Cecić Erpič, S. (2023). Effects of cooperative learning in youth athletics' motivational climate, peer relationships and self-concept. *Physical Education and Sport Pedagogy*. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2232814>

ATLETIKA 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-------------|
| Predmet: | Atletika 3 |
| Course title: | Athletics 3 |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098641 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 546 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 15 | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Branko Škof

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/obvezni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: Vpis na 2. stopnjo

Prerequisites: 2nd level enrolment

Vsebina: Načrtovanje, organizacija in izpeljava pedagoškega nastopa (učne ure) z atletsko vsebino (iz učnega načrta za šport/športno vzgojo) in nekaterimi drugimi karakteristikami ure, določenimi vnaprej (učna oblika ali pedagoški model ali drugi sodobni didaktični pristop – formativno spremljanje, IKT, didaktično gradivo itn.; starostna skupina; stopnja učnega procesa).

Content (Syllabus outline): Planning, organizing and executing one lesson with athletic content (from PE syllabus) and some other characteristics of the lesson, defined in advance (task organization or pedagogical model or other modern didactic approach – formative assessment, ICT, didactic material, etc.; age group; level of learning process).

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Bowerman, W., Freeman, W., Gambeta, V. (1999). *Atletika (prevod)*. Gopal.
2. Čoh, M. (1992). *Atletika*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
3. Čoh, M. (2001). *Biomehanika atletike*. Inštitut za kineziologijo, Fakulteta za šport.
4. Glasser, W. (1995). *Dobra šola – Vodenje učencev brez prisile*. Regionalni izobraževalni center.
5. Kukovič, I. (2001). *Vpliv pedagoških ravnanj športnih pedagogov na odnos učencev in dijakov do vzdržljivostnega teka*. Fakulteta za šport.
6. Strmčnik, F. (2001). *Didaktika – osrednje teoretične teme*. Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
7. Škof, B. (2010). *Spravimo se v gibanje – za zdravje in srečo gre*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

8. Škof, B. (1996). Vsebina in organiziranost vzdržljivostne vadbe v šoli. *Šport*, 44, 11–15.
9. Škof, B., Tomažin, K., Dolenc, A., K., Marcina, P. in Čoh, M. (2010). *Atletski praktikum – Didaktični vidiki poučevanja osnovnih atletskih disciplin* (ponatis). Fakulteta za šport.
10. Škof, B., Zabukovec, V., Cecič-Erpič, S. in Boben, D. (2005). *Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
11. Škof, B. (ur.). (2016). *Šport po meri otrok in mladostnikov*. Fakulteta za šport.
12. Marentič Požarnik, B. (ur.). (2004). *Konstruktivizem v šoli in izobraževanje učiteljev*. Center za pedagoško izobraževanje Filozofske fakultete.
13. Casey, A. (2016). Models-based practice. V C. D. Ennis (ur.), *Routledge Handbook of Physical Education Pedagogies*. Routledge.
14. Casey, A. in Goodyear, V. A. (2015). Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. *Quest*, 67(1), 56–72.
<https://doi.org/10.1080/00336297.2014.984733>
15. Gurvitch, R. in Metzler, M. Aligning learning activities with instructional models. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(3), 30–37. <https://doi.org/10.1080/07303084.2013.767719>
16. Dumont, H., Istance, D. in Benavides, F. (ur.). (2013). *O naravi učenja: uporaba raziskav za nardih prakse*. OECD.
17. Jank, W. in Meyer, H. (2006). *Didaktični modeli*. Zavod RS za šolstvo.
18. Johnson, D. W. in Johnson, R. T. (1994). *Learning together and alone. Cooperative, competitive, and individualistic learning* (4. izd.). Interaction Book Company.
19. Metzler, M. W. (2011). *Instructional models for physical education*. Routledge.
20. Peklaj, C. (2001). *Sodelovalno učenje ali Kdaj več glav več ve*. DZS.
21. Štefanc, D. (2005). Pouk, učenje in aktivnost učencev: razgradnja pedagoških fantazem. *Sodobna pedagogika*, 1, 34–57.
22. Železnik Mežan, L. (v tisku). *Učinki sodelovalnega učenja na gibalna in psihosocialna vedenja mladih atletov* (Doktorska disertacija). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Cilji in kompetence:

- Študent:
- zna načrtovati in organizirati učni proces pri športu/športni vzgoji;
 - kakovostno izpelje učno uro;
 - upošteva vsebinsko-tehnične in pedagoško-didaktične kriterije za izvedbo pedagoškega nastopa.

Objectives and competences:

- Student:
- knows how to plan and organize learning process in PE;
 - executes lesson qualitatively;
 - considers content-technical and pedagogical-didactic criteria when executing a lesson.

Predvideni študijski rezultati:

- Znanje in razumevanje: Študent...
- korektno napiše učno pripravo (z atletsko vsebino) – pri pisanju zadosti kriterijem za pisanje učne priprave;
 - izbere primerne cilje, vsebine in organizacijo glede na ciljno skupino;
 - korektno organizira učni proces (zastavljenost časovnega okvirja, ustreznost posameznih delov ure glede na ostale dele, izdelava didaktičnih gradiv, priprava in uporaba IKT ter športnih pripomočkov...);
 - kakovostno izpelje učno uro – čim več učencev/dijakov uresniči čim več zastavljenih ciljev na različnih ravneh;
 - je tehnično (atletsko) dobro podkovan, kar se odraža z razlago in prikazovanjem, povratnimi informacijami ter izbiranjem korekcijskih vaj;
 - je didaktično dobro podkovan, kar se kaže pri izboru in korektnosti uporabe učnih metod in oblik glede na ciljno skupino;

Intended learning outcomes:

- Knowledge and understanding: Student...
- writes lesson preparation correctly – follows criteria;
 - chooses appropriate learning objectives, contents and organization according to goal group;
 - organizes learning process properly (time frame, adequacy of certain part of a lesson according to other parts of the lesson, usage of ICT, teaching and sports accessories...);
 - executes a lesson qualitatively – as many students as possible achieve learning objectives from different categories;
 - is well-versed technically – explanation, demonstration, feedback, corrective tasks;
 - is well-versed in didactics – selection and usage correctness of teaching methods and task organization, according to a goal group;
 - is able to adjust content, quantity, intensity, etc. to the current situation;

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • je sposoben prilagajati vsebine, količino, intenzivnost itn., glede na trenutno situacijo; • vzpostavi dober odnos z učenci/dijaki in z njimi ustrezno komunicira (navodila, povratne informacije); • vadeče navduši za športno dejavnost; • kritično ovrednoti svoj nastop in utemelji svoje odločitve; • kritično ovrednoti načine poučevanja pri športu/športni vzgoji. | <ul style="list-style-type: none"> • maintains a good relationship with students and communicates with them suitably (instructions, feedback); • motivates students for sports activity; • critically evaluates his own performance and explains his/her decisions; • critically evaluates approaches to teaching and learning in PE. |
|--|---|

| | |
|--|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Pogovor (vaje – analiza pedagoških nastopov), prikaz tehničnih elementov, učnih oblik, pedagoških modelov in možnosti uporabe IKT, didaktičnih gradiv itd. v pedagoškem procesu (vaje – ko je študent v vlogi učitelja), metoda praktičnih del (gibalnih; vaje).</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Conversation (tutorials), demonstration of technical elements, pedagogical models and possibility of use of ICT, didactic materials, etc. (tutorials – student as a teacher), practical method (physical; tutorials).</p> |
|--|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|
| Pedagoški nastop | 70,00 % | Pedagogical performance |
| Učna priprava za nastop | 15,00 % | |
| Vrednotenje sošolčeve učne priprave | 15,00 % | |

| | |
|--|--|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> <p>opravil z odliko/opravil/ni opravil</p> | <p>Grading system:</p> <p>passed with distinction/passed/failed</p> |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

1. ŠKOF, Branko in sod.. Načrtovanje športne vadbe (2019). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
2. ŠKOF, Branko in sod.. Šport po meri otrok in mladostnikov (2016). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
3. ŠKOF, Branko. Spravimo se v gibanje-za zdravje in sreč gre. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
4. Škof, B., Tomažin, K., Dolenc, A., K., Marcina, P.; Čoh, M. (2006). Atletski praktikum - Didaktični vidiki poučevanja osnovnih atletskih disciplin. Ljubljana: Fakulteta za šport.
5. Škof, B., Zabukovec, V., Cecič-Erpič, S. in Boben, D. (2005). Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani; Fakulteta za šport
6. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. The effect of two warm-up protocols on some biomechanical parameters of the neuromuscular system of middle distance runners. Journal of strength and conditioning research, 2007, vol. 21, no. 2, 394-399.
7. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Neuromuscular fatigue and recovery dynamics following prolonged continuous run at anaerobic threshold. British journal of sports medicine, 2006, vol. 40, no. 3, str. 219-222.
8. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Neuro-muscular fatigue and recovery dynamics following anaerobics interval workload. International journal of sports medicine, 2006, vol. 27, 220-225.
9. ŠKOF, Branko, BOBEN, Dušica, ZABUKOVEC, Vlasta, CECIČ ERPIČ, Saša. Attitudes to conditioning activities in physical education: a comparison between teachers and pupils. Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport, 2006, vol. 12, no. 2, str. 69-81.
10. ŠKOF, Branko, ROTOVNIK-KOZJJEK, Nada. A comparison of dietary habits between recreational runners and a randomly selected adult population in Slovenia. Slovenian journal of public health, 2015, letn. 54, št. 3, str. 212-221.
11. ŠKOF, Branko, STROJNIK, Vojko. Differences in neuromuscular fatigue after aerobic and anaerobic running loads. Biology of Sport, 2008, vol. 25, no. 4, str. 307-320.
12. ŠKOF, Branko. The characteristics of competitive youth sport and different health risks. Medicinski razgledi, 2014, letn. 53, št. 4, str. 565-583.

13. DOLENEC, Aleš, ŠKOF, Branko. EMG activity change dynamics during a 3-km run. *Journal of sports sciences*, 2000, vol. 18, no. 7, str. 470-471.
14. ŠKOF, Branko, DOLENEC, Aleš. Changes in dynamic parameters of the running stride during a 3000-m run. *Journal of sports sciences*, 2000, vol. 18, no. 7, str. 548.
15. JUHAS, Irina, ŠKOF, Branko, POPOVIĆ, Dejana, MATIĆ, Milan, JANKOVIĆ, Nenad. Effects of an eight-week exercise program on parameters of the lipid profile of female students. *Journal of Medical Biochemistry*, 2019, Vol. 38, 6 str.
16. AUERSPERGER, Irena, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, LAINŠČAK, Mitja, KAJTNA, Tanja. Biochemical, hormonal and psychological monitoring of eight weeks endurance running training program in female runners. *Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport*, 2014, vol. 46, suppl. 1, str. 30-3
17. PLANINŠEK, Sandra, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, TOMORI, Martina, DOLENC, Maja. Correlation of sports activity with stress and satisfaction with life among adult Slovenians. *Zdravstveno varstvo : Slovenian journal of public health*, 2014, letn. 53, št. 1, str. 1-
18. AUERSPERGER, Irena, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, LAINŠČAK, Mitja. Exercise-induced changes in iron status and hepcidin response in female runners. *PloS one*, 2013, vol. 8, issue 3, 8 str.
19. AUERSPERGER, Irena, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, BLAGUS, Rok, LAINŠČAK, Mitja, SKITEK, Milan, ŠKOF, Branko. The effects of 8 weeks of endurance running on hepcidin concentrations, inflammatory parameters and iron status in female runners. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 2012, vol. 22, issue 1, str. 55-63.
20. LIPOVŠEK, Severin, ŠKOF, Branko, ŠTUHEC, Stanko, ČOH, Milan. Biomechanical factors of competitive success with the rotational shot put technique. *New studies in athletics*, 2011, vol. 26, no. 1/2, str. 101-109
21. Železnik Mežan, L. in Škof, B. (2023). Cooperative learning vs. Direct instruction in youth sport: Effects on children's motor learning. *Kinesiologia Slovenica*, 29(2), 136–156. <https://doi.org/10.52165/kinsi.29.2.136-156>
22. Železnik Mežan, L., Škof, B., Leskošek, B. in Cecić Erpič, S. (2023). Effects of cooperative learning in youth athletics' motivational climate, peer relationships and self-concept. *Physical Education and Sport Pedagogy*. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2232814>

BADMINTON

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| Predmet: | Badminton |
| Course title: | Badminton |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043090 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1091 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| Badminton 2 1.1. Uvodne informacije • zgodovina in organiziranost badmintona; • pravila v badmintonu. 1.2 Badmintonске vsebine • različne igrice z loparji in žogico; • tehnika in taktika • igra v olajšanih in normalnih okoliščinah • didaktični koraki pri poučevanju, 1.3 Skupne vsebine • organizacija tekmovanja • vloga badmintona kot prostora dejavnosti. | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Literatura:

- Adams, B. (1980). The Badminton Story: British Broadcasting Corporation. London.
- Campbell, A. (1989). Advanced Coach Manual. 1.izd. Glasgow: Scottish Badminton Union.

3. Cvetnić, R. (2000). ur. Badminton u školi: Priručnik za trenere i natjecatelje. Zagreb: Badminton klub Stella, 2000
4. International Badminton Federation. IBF Coaching Video 1: Basic Footwork. Videokaseta. Cheltenham: International Badminton Federation, 1998.
5. Kondrič, M., & M. Košnik (2004). Badminton v šoli. Videokaseta. Ljubljana:Maestral d.o.o.
6. Košnik, M. (1996). Badminton: Gradivo za seminar za vaditelje badmintona. Ljubljana:Badmintonska zveza Slovenije.
7. Košnik, M. (2004). Badminton: Gradivo za seminar stalnega strokovnega spopolnjevanja. Ljubljana: Fakulteta za Šport.
8. Kustec, A. (2001). ur. Badmintonska pravila. Prev. Aleksander Kustec in Danče Pohar. Ljubljana: Badmintonska zveza Slovenije.
9. Kustec, A., M. Nagode, & M. Žorga. Priročnik za trenerje badmintona
10. Omosegard, Physical Training for Badminton. Cheltenham: International Badminton Federation, 1996.
11. Žorga, M. & M. Nagode (1992). Badminton: Gradivo za seminar za vaditelje badmintona. Ljubljana: Badmintonska zveza Slovenije.

Cilji in kompetence:

Badminton spada med polistrukturane kompleksne športne panoge, saj zahteva veliko intenzivnega gibanja in udarjanje po badmintonski žogici.
Cilji:
Badminton 2:
 Usposobiti študenta za organiziranje, načrtovanje, poučevanje in nadzor vadbenega procesa badmintona v okviru programa športne vzgoje v osnovni in srednji šoli, pri izbirnih predmetih in pri interesnih dejavnostih.
Predmetno specifične kompetence:
Badminton 2:
 naučiti različne badmintonske udarce

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:
 Znanje tehnike udarcev in servisa. Razumevanje badmintonske igre.
 Uporaba:
 Uporaba pridobljenega znanja pri poučevanju.
 Rfleksija:
 Prepoznavanje badmintona kot pomembne prostočasne dejavnosti.

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

Predavanja, vaje, nastopi.

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

(a) ustni /pisni izpiti, kolokviji, dnevniki; (b) kolokvij opravi / ni opravi; izpit od 6-10 (pozitivno) oz. 5 (negativno). (c) ocena učnih in organizacijskih sposobnosti pri učenju

Delež/Weight Assessment:

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Nosilec Katedre za športne igre z loparji na FŠ
- Nosilec predmeta Sportovi sa reketom na Univerzi v Mostarju (BiH)
- Predavatelj na predmetu Sportovi s reketom v Zagrebu in Splitu (CRO)
- Študent DAAD in predavatelj na predmetu Rückschlagspiele v Kölnu (GER)
- Vabljeni predavatelj na programih namiznega tenisa v okviru Svetovne namiznoteniške zveze (ITTF) in Evropske namiznoteniške zveze (ETTU)
- Nosilec programa usposabljanja v namiznem tenisu (SLO) in v badmintonu (CRO)
- Avtor strokovnih in znanstvenih člankov s področja namiznega tenisa in badmintona
- Avtor 4 didaktičnih DVD-jev s področja namiznega tenisa in enega s področja badmintona
- Avtor dveh univerzitetnih učbenikov
- 17 let kondicijski trener najboljšega slovenskega igralca Bojana Tokiča in svetovalec hrvaške moške članske reprezentance
- Trener I.razreda namiznega tenisa z A licenco in Vaditelj badmintona
- Predsednik Znanstveno-medicinske komisije pri ITTF
- Organizator kongresov na temo športnih iger z loparji (Suzhou (CHN) in Bangkok (THA))

BORILNI ŠPORTI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|----------------|
| Predmet: | Borilni športi |
| Course title: | Combat sports |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043088 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1005 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Damir Karpljuk, Jožef Šimenko

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Vsebina:

Borilni športi 2

- Predstavitev borilnih iger in borilnih športov
- Vadba borilnih športov v različnih razvojnih obdobjih
- Etični in sociološki vidiki borilnih športov
- Možnost poškodb v borilnih športih in njihovo preprečevanje
- Aktualni samoobrambni vidiki borilnih iger in športov
- Vloga borilnih iger v šolski športni vzgoji
- Predstavitev elementov posameznih borilnih športov
- Karate (in sorodne discipline)
- Judo (in sorodne discipline)
- Ju - Jitsu
- Boks
- Sabljanje
- Rokoborba

Content (Syllabus outline):

Combat sports 2

- Presentation of martial arts and martial arts
- Training of martial sports in different developmental periods
- Ethical and sociological aspects of martial arts
- The possibility of injuries in martial sports and their prevention
- Actual self-defense aspects of martial arts and sports
- The role of martial arts in school sports education
- Presentation of elements of individual martial arts
- Karate (and related disciplines)
- Judo (and related disciplines)
- Ju - Jitsu
- Boxing
- Sabbling
- Wrestling

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Ančnik, T. Karate-Do. (1997). Od začetnika do mojstra. Ljubljana.
2. Ančnik, T. Pionirska karate šola. (1985). Ljubljana: FTK.
3. Fleischman, M. (2002). Sabljanje. Ljubljana: samozaložba.
4. Jakhel, R. (1994). "Racionalizacija v karateju." Šport: 3.
5. Jakhel, R. (1994). Moderni športni karate. Tehnične in taktične osnove. Ljubljana: Fakulteta za šport.
6. Keller, W.S.(1968). Fehtovanje - Sbornik statiej. Moskva: FIS.
7. Sczajkowski, Z. (1982). Tactics in Fencing. Varšava.
8. Šubic, P. Judo - Trening moči. (1994).Ljubljana.
9. Radjo, I. (2001).Judo.Fakultet sporta Sarajevo ISBN 9958-606-17-8
10. Mikič, B. (2000). Kondicijska priprava karatista i boksera. Tuzla:

Cilji in kompetence:**Cilji in predmetno specifične kompetence:****Borilni športi 2**

- razumeti pomen, strukturo in zakonitosti borilnih športov ter izbrane borilne discipline kot samoobrambne veščine, pomembnega sredstva za razvoj različnih vrst moči in koordinacije gibanja in kot posebne zvrsti tekmovalnega športa usposobiti za načrtovanje in izpeljavo borilnih iger in elementov posameznih borilnih športov

Objectives and competences:**Objectives and subject-specific competencies:****Combat sports 2**

- to understand the significance, structure and legitimacy of martial arts and selected martial disciplines as self-defense skills, an important tool for the development of different types of power and coordination of movement, and to train as a special type of competitive sport for the planning and execution of martial arts and elements of individual martial arts

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Razumevanje osnov in specifičnosti borilnih športov.

Znanje posredovanja osnovnih oblik borilnih iger in temeljnih tehničnih elementov v borilnih športih.

Razumevanje problematike zlorabe borilnih športov.

Uporaba:

Poznavanje posebnosti posameznih borilnih športov z vidika pedagoškega dela v šoli in aplikacija osnovnih znanj.

Refleksija:

Umeščanje vsebine osnov borilnih športov v redni pouk športne vzgoje glede na njihove razvojne značilnosti in posebnosti otrok.

Intended learning outcomes:

Knowledge and Understanding:

Understanding the basics and specificities of martial arts.

Knowledge of mediation of basic forms of martial arts and basic technical elements in martial arts.

Understanding the problem of abuse of martial arts.

Application:

Knowledge of the special features of individual martial arts from the point of view of pedagogical work at school and the application of basic knowledge.

Reflection:

Placing the contents of the basics of martial sports in regular classes of sports education according to their developmental characteristics and the special features of children.

Metode poučevanja in učenja:

vaje, individualne naloge

Learning and teaching methods:

exercises, individual tasks

Načini ocenjevanja:

Praktični izpit

Delež/Weight

100,00 %

Assessment:

Practical exam

Ocenjevalna lestvica:**Grading system:****Reference nosilca/Lecturer's references:**

Najpomembnejša dela nosilcev predmeta:

- KARPLJUK, D. (2001). *Vadba za boljše zdranje*. Krško: Dren, 51 str., ilustr. COBISS.SI-ID 1815729]
- BERČIČ, Herman, TUŠAK, Matej, KARPLJUK, Damir, BERČIČ, Herman (ur.). *Šport, droge in zdranje odvisnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 232 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-55-1. [COBISS.SI-ID 126888960]
- KARPLJUK, D., REŠETAR, V., ROŽMAN, F., VIDEMŠEK, M. (2003). *Spremljanje in vrednotenje programov rekreativne športne vadbe*. Ljubljana: Športna unija Slovenije, seminarji za vaditelje, 34 str. [COBISS.SI-ID 1842353]
- KARPLJUK, Damir, HADŽIČ, Vedran, GJURA KALOPER, Vlasta, VIDEMŠEK, Mateja, DERVIŠEVIČ, Edvin, CECIČ ERPIČ, Saša, HROVAT, Andreja, ADAMIČ, Klemen, REŠETAR, Vanja, ROŽMAN, Franc. *Sladkorna bolezen, gibanje in šport*. Ljubljana: Zveza društev diabetikov Slovenije, 2004. VII, 124 str.
- KARPLJUK, Damir, GAŠPERŠIČ, Štefka, LAVRENČIČ, Jasna, HADŽIČ, Vedran, ISKRA, Stane, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran (ur.). *Soočanje z osteoporozo*. Krško, 2005. 76 str.
- KARPLJUK, Damir, DERVIŠEVIČ, Edvin, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran. The effects of walking on blood glucose levels in type 2 diabetes. *Acta Univ. Carol., Kinesiol.*, 2005, vol. 41, no. 1, str. 37-51.
- KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran, MASLEŠA, Samo, MLINAR, Suzana, KONDRIČ, Miran, ŠTIHEC, Jože, TURK, Petra. Sport activity of the residential care home by Savinja, residents. V: SMAJLOVIČ, Nusret (ur.). *Zbornik naučnih i stručnih radova*. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 2007, str. 431-435, graf. prikaza. [COBISS.SI-ID 2967729]
- VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, STARMAN, Anja. Sport activity and eating habits of people who were attending special obesity treatment programme. *Coll. Antropol.*, 2008, vol. 32, no.3, str. 315-321.
- TURK, Petra, VIDEMŠEK, Mateja, MLINAR, Suzana, KARPLJUK, Damir. Sport activities in a residential care home. *Int. j. phys. educ.*, 2008, vol. 45, issue 2, str. 87-97.
- VIDEMŠEK, Mateja, CVETKOVIČ, Jasmina, MLINAR, Suzana, MEŠKO, Maja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir. Analiza gibalne dejavnosti in zdravstvenih težav oseb po 65. letu starosti v Sloveniji = Analysis of physical activity and health problems of people aged over 65 in Slovenia. *Šport (Ljublj.)*, 2008, let. 56, št. 3/4, str. 38-42.
- KARPLJUK, Damir, LAVRENČIČ, Jasna. *Spletna knjižnica telesnih vaj*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije, 2009. 16 str. (PDF), ilustr. http://www.ivz.si/javne_datoteke/datoteke//2090-2089-Spletna_knjizica_telesnih_vaj.pdf. [COBISS.SI-ID 3697585]
- VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir, GREGORC, Jera, MEŠKO, Maja. Gibalna/športna dejavnost predšolskih otrok s posebnimi potrebami. *Šport*, ISSN 0353-7455, 2012, letn. 59 [i. e. 60], št. 1/2, str. 183-191, ilustr. [COBISS.SI-ID 9257289]
- KARPLJUK, Damir, USENIK, Rok, NUZDORFER, Petra (avtor, fotograf), VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran, FLORJANČIČ, Matjaž, LAVRENČIČ, Jasna, KOVAČIČ, Jožica, SLATNER, Lidija, MEŠKO, Maja. *Športna dejavnost otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami*. 1. natis. Draga: CUDV, 2013. 108 str., ilustr. ISBN 978-961-93538-0-6. [COBISS.SI-ID 268411648]
- ZALETEL, Petra, BREKALO, Mate, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja. Analysis of the effects of a three-month long weight loss programme on overweight women. *Acta kinesiologicalica*, ISSN 1840-2976, jun. 2014, vol. 8, issue 1, str. 15-20, tabela, graf. prikaz. <http://www.actakin.com/PDFS/BR0801/SVEE/04%20CL%2002%20PZ.pdf>, <http://www.actakin.com/TEXT/TxTeku01.html>. [COBISS.SI-ID 4537521]
- MARKELJ, Primož, KARPLJUK, Damir, BURNIK, Stojan, VIDEMŠEK, Mateja, NOVAK, Mare, TUŠAK, Matej. Borilne veščine kot prisilno sredstvo v policiji. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). *Borilni športi*, (Šport, ISSN 0353-7455, Letn. 62, št. 1-2, 2014). Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014, letn. 62, št. 1/2, str. 165-172. [COBISS.SI-ID 4533937]
- STAVREV, Vesna, VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir. Prvi koraki v judo vrtcu. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). *Borilni športi*, (Šport, ISSN 0353-7455, Letn. 62, št. 1-2, 2014). Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014, letn. 62, št. 1/2, str. 109-114. [COBISS.SI-ID 4531377]

- STAVREV, Vesna, VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir, MEŠKO, Maja. Igra v judo vrtcu. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi, (Šport, ISSN 0353-7455, Letn. 62, št. 1-2, 2014). Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014, letn. 62, št. 1/2, str. 115-120. [COBISS.SI-ID 4531633]
- VOVKO, Špela, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja, TUŠAK, Matej, NOVAK, Mare. Karate vrtec. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi, (Šport, ISSN 0353-7455, Letn. 62, št. 1-2, 2014). Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014, letn. 62, št. 1/2, str. 152-156. [COBISS.SI-ID 4533169]
- ŠIMENKO, Jožef, KARPLJUK, Damir, HADŽIĆ, Vedran. Monitoring of eccentric hamstring strength and eccentric derived strength ratios in judokas from a single weight category. *International journal of environmental research and public health*, 19(1), članek 604, str. 1-11, ISSN 1660-4601., DOI: 10.3390/ijerph19010604. [COBISS.SI-ID 92195587],
- CEYLAN, Bayram, AYDOS, Latif, ŠIMENKO, Jožef. Effect of rapid weight loss on hydration status and performance in elite judo athletes. *Biology*, 11(4), članek 500, str. 1-12, ISSN 2079-7737. DOI: 10.3390/biology11040500. [COBISS.SI-ID 104156675],
- CEYLAN, Bayram, KONS, Rafael L., DETANICO, Daniele, ŠIMENKO, Jožef. Acute dehydration impairs performance and physiological responses in highly trained judo athletes. *Biology*, 11(6), članek 872, str. 1-9., ISSN 2079-7737. DOI: 10.3390/biology11060872. [COBISS.SI-ID 110964995],
- BLACH, Wieslaw, SMOLDERS, Peter, ŠIMENKO, Jožef, MAĆKAŁA, Krzysztof. Diagnostics of tissue involved injury occurrence of top-level judokas during the competition: suggestion for prevention. *PeerJ*, članek e13074, str. 1-20, ISSN 2167-8359. DOI: 10.7717/peerj.13074. [COBISS.SI-ID 104152067],
- CEYLAN, Bayram, TAŞCAN, Mesut Burak, ŠIMENKO, Jožef, BALCI, Şükrü Serdar. Habit or lack of education? Hypohydration is present in elite senior judo athletes even during a weight-stable training camp. *International journal of sports science & coaching*, (online), str. 1-9. ISSN 2048-397X. DOI: 0.1177/17479541221122433. [COBISS.SI-ID 120109315],
- KAJMOVIĆ, Husnija, KARPLJUK, Damir, KAPO, Safet, ŠIMENKO, Jožef. Comparison of individual penalties according to gender and weight categories of elite judo athletes from four World Championships. *Biology*. 11(9), art. 1284, ISSN 2079-7737., DOI: 10.3390/biology11091284. [COBISS.SI-ID 119514371],
- PEČNIKAR OBLAK, Viktorija, KARPLJUK, Damir, VODIČAR, Janez, ŠIMENKO, Jožef. Inclusion of people with intellectual disabilities in judo : a systematic review of literature. *Archives of Budo*. 2020, vol. 16, iss. 1, str. 245-260, ISSN 1643-8698. [COBISS.SI-ID 39834627]
- ŠIMENKO, Jožef, HADŽIĆ, Vedran. Bilateral throw execution in young judokas for a maximum all year round result. *International journal of sports physiology and performance*. 2021, vol. , no. , str. 1-7, ISSN 1555-0273. DOI: 10.1123/ijsp.2021-0186. [COBISS.SI-ID 84017411],
- MAĆKAŁA, Krzysztof, WITKOWSKI, Kazimierz, VODIČAR, Janez, ŠIMENKO, Jožef, STODÓŁKA, Jacek. Acute effects of speed-jumping intervention training on selected motor ability determinants : judo vs. soccer. *Archives of Budo*. 2019, vol. 15, iss. 1, str. 211-220, ISSN 1643-8698. [COBISS.SI-ID 5669297],
- KAMBIČ, Tim, SRAKA VUKOVIĆ, Raša, VUKOVIĆ, Luka, ŠIMENKO, Jožef. Impact of one year judo training on body symmetries in youth judokas. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*. 2017, vol. 13, str. 13-20. ISSN 2300-8822. [COBISS.SI-ID 5117873],
- ŠIMENKO, Jožef, KARPLJUK, Damir, VODIČAR, Janez. Body symmetries of youth U-14 judokas in under 50kg categories. *Homo sporticus : naučno-stručni časopis iz oblasti sporta i tjelesnog odgoja*. Jun. 2017, vol. 19, iss. 1, str. 13-16. ISSN 1512-8822. [COBISS.SI-ID 5172913],
- ŠIMENKO, Jožef, IPAVEC, Matej, VODIČAR, Janez, RAUTER, Samo. Body symmetry/asymmetry in youth judokas in the under 73 kg category. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*. 2017, vol. 17, no. 2, str. 51-55. ISSN 2084-3763. [COBISS.SI-ID 5095601],
- ŠIMENKO, Jožef, KARPLJUK, Damir. Can special judo fitness test be used to detect asymmetries in movement patterns?. *Homo sporticus : naučno-stručni časopis iz oblasti sporta i tjelesnog odgoja*. 2016, vol. 18, iss. 1, str. 14-17. ISSN 1512-8822. [COBISS.SI-ID 4916145],

- ŠIMENKO, Jožef, KARPLJUK, Damir. Specialni judo fitnes test. Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa. 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 42-46, ilustr. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4704945],
- ŠIMENKO, Jožef. Razvijanje gibalnih sposobnosti v predpubertetnem obdobju mladih judoistov. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. Letn. 62, št. 1/2, str. 121-129, ilustr. Šport, Letn. 62, št. 1-2, 2014. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4531889],
- ŠIMENKO, Jožef, BRAČIČ, Mitja, ČOH, Milan. Povezanost specialne motorike s tekmovalno uspešnostjo mladih judoistov. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. Letn. 62, št. 1/2, str. 142-147, Šport, Letn. 62, št. 1-2, 2014. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4532657],
- ŠIMENKO, Jožef. Borilni športi in borilne veščine v Sloveniji. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. Letn. 62, št. 1/2, str. 98-103, ilustr. Šport, Letn. 62, št. 1-2, 2014. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4530865],
- PIRNAT, Blaž, ŠIMENKO, Jožef. Učenje osnov varnega padanja : primer ŠD Mala šola juda. V: ERČULJ, Frane (ur.), ŠIMENKO, Jožef (ur.). Borilni športi. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. Letn. 62, št. 1/2, str. 130-136, ilustr. Šport, Letn. 62, št. 1-2, 2014. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4532145],
- ŠIMENKO, Jožef. Nekateri vidiki in prednosti treniranja juda za otroke in mladostnike. Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa. 2013, letn. 61, št. 1/2, str. 25-28, ilustr. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4360881],
- JERMAN, Patricia, DOLENC, Maja, ŠIMENKO, Jožef. Gibalna učinkovitost rekreativnih judoistov. Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa. 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 120-123, ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 5136817],
- PEČNIKAR OBLAK, Viktorija, KARPLJUK, Damir, ŠIMENKO, Jožef. Merjenje moči stiska pesti G-judoistov. Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa. 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 99-103, ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 4893617],
- CAMLEK, Nejc, KARPLJUK, Damir, HADŽIČ, Vedran, ŠIMENKO, Jožef. Primerjava mišične jakosti sprednje in zadnje stegenske mišice med tekmovalci in rekreativci v kimboksu. Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa, 2016, letn. 64, št. 3/4, str. 104-106. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 5012401]

DESKANJE NA SNEGU

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Predmet: | Deskanje na snegu |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099343 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Milan Žvan

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:

Intended learning outcomes:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Metode poučevanja in učenja:

Learning and teaching methods:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

DIDAKTIKA ŠPORTNE VZGOJE 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------------------|-----------------------------------|
| Predmet: | Didaktika športne vzgoje 3 |
| Course title: | Didactics of physical education 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043057 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 536 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 30 | | 15 | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marjeta Kovač

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/obvezni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| Vpis v 1. letnik magistrskega programa Športna vzgoja. | Prerequisites: Enrollment in the first year of the master study program. |
|--|--|

Vsebina:

Predmet zajema teoretično predstavitev pomena evalvacije kot stopnje učnega procesa za nadaljnje načrtovanje, pomen povratne informacije za različne udeležce vzgojnoizobraževalnega procesa, lastno evalvacijo učitelja, teoretične osnove preverjanja, ocenjevanja doseženih standardov znanja učencev ter praktično pridobivanje spretnosti pri ocenjevanju znanj in preverjanju telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti, vlogo različnih učnih tehnologij v sodobnem pouku, njihovo praktično uporabo v različnih stopnjah učnega procesa ter pri izpeljavi dodatnih programov. Ob tem vključuje še poznavanje različnih klasifikacij znanj, posredovanje povratne informacije učencem in staršem in vlogo samoocenjevanja učencev.

Temeljne vsebine:

Definicije kakovosti, kazalniki kakovosti sodobne šole

Content (Syllabus outline):

The subject includes theoretical presentation of the importance of evaluation as the level of the learning process and its role for further planning, the importance of feedback to various participants in the educational process, own evaluation of the teaching process, theoretical basis of the evaluation, assessment of the achieved standards of pupils' knowledge and practical acquisition of skills in assessing knowledge and evaluation of physical fitness, the role of various learning technologies in modern teaching, their practical use in different stages of the learning process and extracurricular programs. It also includes different classifications of knowledge, feedback to pupils and parents, and the role of self-assessment of pupils.

Core content:

| | |
|---|---|
| <p>Evalvacija kakovosti celotnega športnovzgojnega procesa na šoli, kazalniki uspešnosti pouka športne vzgoje</p> <p>Evalvacija učiteljevega dela (analiza učnovzgojnega procesa z vidika učitelja, samorefleksija, učiteljeva samoevalvacija)</p> <p>Predmet dokimologije, temeljne definicije (spremljava, preverjanje, vrednotenje, ocenjevanje, standard znanja, merila, opisniki, kompetence učenca)</p> <p>Preverjanje in ocenjevanje kot ena ključnih stopenj vzgojnoizobraževalnega procesa</p> <p>Zakonske podlage preverjanja in ocenjevanja</p> <p>Praktična izpeljava preverjanja telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti</p> <p>Klasifikacije znanj, taksonomske ravni znanja, standardi znanja</p> <p>Nova kultura preverjanja in ocenjevanja – prilagajanje ocenjevanja novim učnim strategijam (učno-ciljno in procesno-razvojno načrtovanje)</p> <p>Razmerje med preverjanjem in ocenjevanjem v sodobnem pedagoškem diskurzu – brisanje mej</p> <p>Objektivnost in subjektivnost ocenjevanja</p> <p>Pravičnost v ocenjevanju</p> <p>Ekonomičnost ocenjevanja</p> <p>Formativno in sumativno preverjanje in ocenjevanje</p> <p>Opisna, besedna in številčna ocena</p> <p>Preverjanje in ocenjevanje kot povratna informacija učitelju, učencem in staršem</p> <p>Različni načini izpeljave preverjanja in ocenjevanja v vzgojnoizobraževalnem procesu</p> <p>Modeli ocenjevanja (strukturni deli ocene, razmerja med njimi, načini preverjanja, merila in opisniki, oblikovanje ocene)</p> <p>Načini preverjanja (analitično, z utežmi, celostno)</p> <p>Merske značilnosti nalog za preverjanje gibalnih in teoretičnih znanj</p> <p>Kako sestaviti merske naloge za preverjanje gibalnih in teoretičnih znanj glede na upoštevanje merskih značilnosti</p> <p>Ovrednotenje nekaterih izdelkov učencev (seminarska naloga, portfolio, plakat ipd.)</p> <p>Didaktični koraki pri preverjanju in ocenjevanju</p> <p>Navodila za korektno ocenjevanje</p> <p>Nekatere pomanjkljivosti in napake pri ocenjevanju</p> <p>Samoocenjevanje učencev</p> <p>Preverjanje nekaterih drugih kompetenc učenca</p> <p>Načini posredovanja povratnih informacij staršem</p> <p>Razvoj didaktike medijev</p> <p>Didaktični pojem medija</p> <p>Multimediji in šport</p> <p>Položaj učnega medija v okviru dejavnikov pouka</p> <p>Taksonomija učnih medijev kot pripomoček za odločitev učitelja</p> <p>Določilnice izbire in uporabe učnih medijev</p> <p>Algoritem uporabe učnih medijev</p> <p>Vizualni mediji</p> <p>Avditivni mediji</p> | <p>Definitions of quality, indicators of the modern school's quality</p> <p>Evaluation of the quality of the entire physical educational (PE) at school, indicators of the quality of PE lessons</p> <p>Evaluation of the teacher's work (analysis of the teaching process from the point of view of teachers, self-reflection, teacher's self-evaluation)</p> <p>The subject of dokimology, basic definitions (monitoring, checking, evaluation, assessment, standard of knowledge, criteria, descriptors, pupils' competences)</p> <p>Evaluation and assessment as one of the key stages of the educational process</p> <p>Legal basis of evaluation and assessment</p> <p>The measurement of body characteristics and physical abilities</p> <p>Classifications of knowledge, taxonomic level of knowledge, standards of knowledge</p> <p>New paradigm of evaluation and assessment - adaptation of evaluation to new learning strategies (learning-target and process-development planning)</p> <p>Relationship between evaluation and assessment in contemporary pedagogical discourse - deletion of borders</p> <p>Objectivity and subjectivity of assessment</p> <p>Equity in the assessment</p> <p>Economics of assessment</p> <p>Formative and summative evaluation and assessment</p> <p>Descriptive, verbal and numerical estimation</p> <p>Evaluation and assessment as feedback to the teacher, pupils and parents</p> <p>Different ways of conducting evaluation and assessment in the educational process</p> <p>Evaluation models (structural parts of the notes, relationships between them, evaluation methods, criteria and descriptors, assessment design)</p> <p>Evaluation methods (analytical, with ponders, integral)</p> <p>Measurement characteristics of tasks for evaluating theoretical knowledge and motor skills</p> <p>How to compile measurement tasks for checking theoretical knowledge and motor skills in terms of taking into account the measurement characteristics</p> <p>Evaluation of some student products (seminar work, portfolio, poster, etc.)</p> <p>Didactic steps in evaluation and assessment</p> <p>Instructions for correct assessment</p> <p>Some deficiencies and evaluation errors</p> <p>Self-assessment of pupils</p> <p>Evaluation of some other student competencies</p> <p>Methods for providing feedback to parents</p> <p>Development of media didactics</p> <p>Didactic concept of the media</p> <p>Multimedia and Sport</p> <p>The position of the learning medium in the context of the educational process</p> <p>Learning media taxonomy</p> |
|---|---|

| | |
|--|---|
| <p>Podatkovne zbirke, računalniški programi, spletne aplikacije in spletne strani s področja športa otrok in mladine kot podpora načrtovanju, izvajanju in evalviranju učnega procesa</p> <p>Umeščanje izobraževalne tehnologije v didaktično strukturo učne ure</p> <p>Možnosti in didaktična uporabnost IKT</p> <p>Didaktična utemeljenost uporabe IKT</p> <p>Zakonodaja, vezana na uporabo IKT v pedagoškem procesu</p> | <p>The selection and use of learning media</p> <p>Learning media algorithm</p> <p>Visual and audible media</p> <p>Databases, computer programs, web applications and websites in the field of children and youth sports that support the design, implementation and evaluation of the learning process</p> <p>Putting educational technology into the didactic structure of the PE lesson</p> <p>Options and didactic applicability of ICT</p> <p>Didactic basis for the use of ICT</p> <p>Legislation related to the use of ICT in the education</p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <p>Airasian, P. W. (1996): Assessment in the Classroom. New York itn., McGraw-Hill, Inc.</p> <p>Kovač, M., Novak, D. (2001). Učni načrt. Športna vzgoja. MŠZŠ, Zavod RS za šolstvo.</p> <p>Kovač, M., Strel, J., Jurak, (2003). Nekatera teoretična izhodišča preverjanja in ocenjevanja znanja iz športne vzgoje. Šport. letn. 51, št. 2, str.21-27.</p> <p>Kovač, M. s sod. (2004). Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>Majerič, M., Kovač, M. in Strel, J. (2005). Pregled nekaterih načinov preverjanja in ocenjevanja znanja ter možnosti za njihovo uporabo pri športni vzgoji. <i>Šport</i> 53(3), priloga Športna didaktika, 36-40.</p> <p>Sawicki, T. (2004). Assessment in Physical Education. na //schools.easnet.ecu.edu (16.3.2004).</p> <p>Schiemer, S. (2000). Assessment strategies for Elementary Physical Education. Champaign: Human Kinetics.</p> <p>Wiggins, G. (1998). Educative Assessment. San Francisco: John Wiley&Sons, Inc.</p> <p>www.ric.si</p> <p>Strel, J., Starc, G. in Kovač, M. (2007). <i>Analiza telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine slovenskih osnovnih in srednjih šol v šolskem letu 2006/2007</i> (171 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport. Dostopno na http://www.sp.uni-lj.si/didaktika.</p> <p>Kovač, M., Jurak, G., Starc, G., Strel, J. (2007). Informacijsko komunikacijske tehnologije pri pouku športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>Blažič, M. (2004). Uvod v didaktiko medijev. Novo mesto: Pedagoška obzorja.</p> <p>Gerlič, I. (2000). Sodobna informacijska tehnologija v izobraževanju. Ljubljana: DZS.</p> <p>Štihec, J. (2000). Računalnik v procesu športne vzgoje. Ljubljana: samozaložba.</p> <p>Aktualne spletne strani</p> |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|--|
| <p>Študenti dobijo temeljna teoretična in praktična znanja ter spretnosti za samostojno evalviranje učnega procesa in spoznajo problem prenosa didaktičnih funkcij od personalnih na nepersonalne medije in vlogo učnih medijev v okviru razumevanja pouka.</p> <p>Spoznajo evalvacijo kot ključni dejavnik ovrednotenja učiteljevega dela in izhodišče za nadaljnje načrtovanje, načine evalviranja rezultatov vzgojnoizobraževalnega dela in določanje standardov praktičnih ter teoretičnih znanj za vsak razred posebej glede na standarde učnega načrta. Spoznajo merske značilnosti merskih nalog za preverjanje in ocenjevanje znanja, spoznajo različna merila in postopke ocenjevanja in se naučijo praktično ovrednotiti dosežene standarde. Prav tako spoznajo nekatere druge načine evalvacije učnovzgojnega procesa (samoevalvacija).</p> <p>Seznanijo se z vrstami učnih medijev in z uporabo sodobnih informacijsko komunikacijskih tehnologij</p> | <p>Students acquire basic theoretical and practical knowledge and skills for independent evaluation of the learning process. They learn about the problem of transferring didactic functions from personal to non-personal media and the role of learning media as part of educational process.</p> <p>They learn about evaluation as a key factor in evaluating the teacher's work and a starting point for further planning, ways of evaluating the results of educational process and setting standards of practical skills and theoretical knowledge for each class separately according to the curriculum standards.</p> <p>They learn about the measurement characteristics of the tasks for evaluating and assessing knowledge, learning about different criteria and assessment procedures, and learning how to evaluate the achieved standards in practice. They also learn about some other ways of evaluating the learning process (self-evaluation).</p> <p>They learn about the types of learning media and the</p> |
|---|--|

| | |
|--|---|
| pri pouku. Izvedejo ustrezen algoritem uporabe učnih sredstev za doseganje ciljev pouka. | use of ICT in education. They implement an appropriate teaching algorithm to achieve the objectives of the lessons. |
|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje Razumevanje zakonitosti evalvacije učnovzgojnega procesa in njenih vplivov na načrtovalne strategije. Razumevanje analiz evalvacijskih postopkov za nadaljnjo rast kakovosti vzgojno-izobraževalnega procesa. Razumejo pojme: informacijsko komunikacijske tehnologije, izobraževalne tehnologije; poznajo taksonomijo učnih medijev; znajo ravnati z IKT; razumejo vlogo medija v okviru dejavnikov pouka.</p> <p>Uporaba Uporaba zbirk podatkov (npr. o telesnih značilnostih in gibalnih sposobnostih), spletnih strani, videozapisov, računalniških programov v pripravi in izvedbi športne vadbe. Izdelava primerjalnih študij na ravni učenec-šola-država. Uporaba podatkov za individualizacijo dela s posameznimi učenci. Uporaba različnih načinov ocenjevanja, različnih merskih nalog in različnih meril ter opisnikov. V skladu s cilji pouka izvedejo ustrezen algoritem uporabe učnih sredstev pri pouku športne vzgoje in drugih športnih dejavnosti. Uporaba IKT za proces učenčeve percepcije gibanja. Priprava nekaterih gradiv s pomočjo IKT (računalniški programi, videozapisi ...).</p> <p>Refleksija Spoštovanje različnosti. Utemeljevanje uporabe različnih načinov ocenjevanja glede na vsebino. Kritično ovrednotenje problemov (npr. ocenjevanje otrok s posebnimi potrebami, učencev s prekomerno telesno težo ...). Razvijanje kompetenc za objektivno in pravično ocenjevanje. Kritično znajo ovrednotiti pomen posameznih algoritmov uporabe učnih sredstev na doseganje ciljev pouka.</p> <p>Prenosljive spretnosti Znanje evalvacijskih postopkov. Spretnost posredovanja povratnih informacij učencem in staršem. Spretnosti uporabe različnih medijev; uporaba IKT in drugih didaktičnih pripomočkov; uporaba sodobnih poti informiranja; uporaba podatkovnih zbirk na področju športa; uporaba različnih postopkov (iskanje, izdelava, uporaba didaktičnih gradiv s pomočjo IKT).</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding Understanding the context of the evaluation of the learning process and its impact on planning strategies. Understanding the analysis of evaluation procedures for further growth in the quality of the educational process. They understand concepts: information communication technologies (ICT), educational technologies; know the taxonomy of learning media; they can handle ICT; understand the role of the media in the context of the teaching process.</p> <p>Implementation Use of databases (e.g. about physical characteristics and motor abilities), websites, videos, computer programs in the preparation and implementation of sports practices. Comparative studies at pupil-school-state level. Use of data to individualize work with individual learners. Use of different methods of assessment, different measurement tasks and different criteria and descriptors. In accordance with the aims of the lesson, they will implement an appropriate algorithm for the use of teaching materials in PE and other sports activities. Use of ICT for the learner's perception of movement. Preparation of some teaching materials using ICT (computer programs, videos ...).</p> <p>Reflection Respect of diversity. Justification of the use of different methods of evaluation according to the content. Critical evaluation of problems (e.g. assessment of children with special needs, overweight students ...). Developing competencies for objective and fair assessment. They can critically evaluate the importance of individual learning tools algorithms to achieve the goals of the lesson</p> <p>Transferable skills Knowledge of evaluation procedures. The ability to give appropriate feedback to students and parents. Skills of using different media; use of ICT and other didactic tools; the use of modern information channels; use of databases in the field of sport; the use of different procedures (search, production, use of didactic materials through ICT).</p> |
|---|---|

| | |
|---|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja: predavanja, vaje, portfolio – osebna didaktična mapa študenta.</p> | <p>Learning and teaching methods: Lectures, practical work, portfolio – personal student's folder.</p> |
|---|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|---------------------|--------------|--------------|
| Pisni izpit | 100,00 % | Written exam |

| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
|-----------------------|-----------------|
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:

prof. dr. MARJETA KOVAČ

Na Fakulteti za šport je diplomirala leta 1980, magistrirala leta 1989, doktorirala pa leta 1999. Je predstojnica Oddelka Športna vzgoja. Njena bibliografija obsega 1087 bibliografskih enot.

Njeno znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj in gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, ocenjevanja, vloge športne vzgoje v kurikulumu, delovnih pogojev, zdravstvenih težav in kompetenc učiteljev športne vzgoje. Dvakrat je bila predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je članica uredniških odborov in recenzentka v različnih znanstvenih revijah.

Predava na dodiplomskem in doktorskem študiju na Fakulteti za šport in Kinesiološkem fakultetu v Zagrebu. Je prva avtorica vseh veljavnih slovenskih učnih načrtov za športno vzgojo. Kot expert za kurikulum pri Unesco je pomagala pri prenovi šolskega sistema in pripravi učnih načrtov na Kosovu. Napisala je tri univerzitetne učbenike z recenzijo in številne druge priročnike. Vodila je Komisijo za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja, vzpostavila je programe šolskih športnih tekmovanj, plavalnega opismenjevanja, dodatne športne programe za otroke, vsa leta pa sodeluje z Zavodom RS za šolstvo, Zavodom RS za šport Planica, Zvezo društev športnih pedagogov Slovenije, Republiškim izpitnim centrom. Je predstavnica Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov).

Prof. Marjeta Kovač graduated in 1980. In 1989 she finished her master's degree and in 1999 she finished her PhD. She is a head of the Department for Physical Education. Her bibliography contains 1087 bibliographic units. Her scientific research focuses on the field of environmental factors that affect physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, evaluation, the role of physical education in the curriculum, working conditions, health problems and competences of PE teachers. She was the president of the Scientific Council of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). She is a member of editorial boards and reviewer in various scientific journals.

She is the first author of the current Slovenian curriculum for Physical Education. She helped in the renovation and the preparation of the school system curricula in Kosovo. She wrote three university textbooks with revision and a number of other manuals. She led the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education. She instituted programs of school sports competitions, swimming literacy and additional sports programs for children. She is collaborating with the National Educational Institute, Institute for Sport Planica, Federation of Associations of Physical Education teachers and with the National examination Centre. She is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP).

prof. dr. GREGOR JURAK

Na Fakulteti za šport je diplomiral 1996, magistriral leta 1999, doktoriral pa leta 2002. Magistriral je tudi na Ekonomski fakulteti leta 2006. Njegova bibliografija obsega več kot 500 bibliografskih enot.

Njegovo znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoja otrok ter gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, delovnih pogojev, zdravstvenih težav, kompetenc učiteljev športne vzgoje in preučevanje nekaterih vidikov managementa v športu. Je prvi avtor nacionalnega programa športa in soavtor več športnih projektov v slovenskem športu. Dvakrat je bil predsednik organizacijskega odbora mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je član uredniških odborov in recenzent v različnih znanstvenih revijah. Bil je predsednik Razširjene predmetne komisije za športno vzgojo na Zavodu za šolstvo RS, član Komisije za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja na Republiškem izpitnem centru, vodja plavalnega opismenjevanja na Zavodu za šport Slovenije, soavtor športnih programov za otroke (npr. Krpan), član različnih posvetovalnih organov Zavoda za šport RS Planica in član Strokovnega sveta za šport. Je predstavnik Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov), prvi avtor novega nacionalnega programa športa in soavtor sedmih univerzitetnih učbenikov z recenzijo in nekaj drugih priročnikov.

Prof. Gregor Jurak graduated at the Faculty of Sports, University of Ljubljana in 1996, finished his master in 1999 and his PhD in 2002. He also finished his master degree in 2006 at the Faculty of Economics, University of Ljubljana. His bibliography includes more than 500 bibliographic units. His scientific research focuses on the field of environmental factors that are affecting physical, motor development and physical skills of

children, didactic phenomena, working conditions, health problems, competences of PE teachers and study of some aspects of management in sport. He is the author of the National sports program and co-author of several sports projects in the Slovenian sport. He was chairman of the organizing committee of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). He is an editorial board member and reviewer for many scientific journals. He was the president of the Enlarged subject committees for physical education at the Institute for Education in Republic of Slovenia, member of the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education, head of swimming literacy at the Institute for Sport Planica and co-author of sports programs for children (e.g. Krpan). He was also a member of various advisory bodies at the Institute for Sport Planica and the member of the Expert Council for Sport. He is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP), first author of a new National program of sports and co-author of seven university textbooks and some other manuals.

Najpomembnejša dela obeh nosilcev:

The most important work of both:

Znanstveni članki / Scientific articles:

1. ŠTIHEC, Jože, KOVAČ, Marjeta. Vpliv eksperimentalnega programa vadbe na razvoj nekaterih morfoloških in motoričnih dimenzij 8 letnih učencev in učenek = The influence of an experimental programme of physical education on the development of some morphologic and motor dimensions of 8 year old pupils. *Kinesiol. Slov. (Print)*. [Print ed.], 1992, let. 1, št. 1, str. 71-74. [COBISS.SI-ID [72275456](#)]
2. KOVAČ, Marjeta. When social becomes biological: the effect of different physical education curricula on motor and physical development of high-school girls. *Anthropol. noteb.*. [Tiskana izd.], 2006, year 12, no. 2, str. 97-112, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [2887601](#)]
3. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko. Impact of the additional physical education lessons programme on the physical and motor development of 7- to 10-year-old children. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], dec. 2006, vol. 38, no. 2, str. 105-115, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [2913457](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. Morphological characteristics and motor abilities of boys following different secondary-school programmes. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], 2007, vol. 39, no. 1, str. 62-73, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [3084721](#)]
5. KOVAČ, Marjeta, SLOAN, Stephan, STARC, Gregor. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' view and future perspectives. *Eur. phy. educ. rev.*, oct. 2008, vol. 14, no. 3, str. 299-323, tabeli, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID [3516337](#)]
6. JURAK, Gregor, STREL, Janko, LESKOŠEK, Bojan, KOVAČ, Marjeta. Influence of the enhanced physical education curriculum on children's physical fitness = Utjecaj programa kineziološke intervencije na fizičku kondiciju djece. *Croatian journal of education*. [Tiskana izd.], 2011, vol. 13, no. 4, str. 41-59, 60-70, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [4196017](#)]
7. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Opravičevanje med poukom športne vzgoje v osnovni šoli. *Pedagoš. obz.*, 2011, letn. 26, št. 4, str. 18-31, tabeli. [COBISS.SI-ID [4163761](#)]
8. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Vpliv šolanja v gimnazijskih športnih oddelkih na pogostost in na značilnosti opravičevanja pri športni vzgoji = Frequency and characteristics of excuses given by students attending special sports classes of secondary school to avoid participating in physical education class. *Zdravstveno varstvo*. [Tiskana izd.], 2011, letn. 50, št. 2, str. 95-105, ilustr., tabele. <http://versita.metapress.com/content/b318331805651818/fulltext.pdf>. [COBISS.SI-ID [4036273](#)]
9. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Ali kurikularne spremembe dohajajo spremembe v življenjskih slogih otrok?. *Sodob. pedagog.*, mar. 2009, letn. 60 (126), št. 1, str. 318-333, tabela, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [3591345](#)]
10. KOVAČ, Marjeta. Assessment of gymnastic skills at physical education - the case of backward roll. *Science of gymnastics journal*, ISSN 1855-7171. [Spletna izd.], 2012, vol. 4, no. 3, str. 25-35, ilustr., tabele. http://www.fsp.uni-lj.si/cvus/zaloznistvo/science_of_gymnastics/. [COBISS.SI-ID [4292529](#)]
11. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. Morphological characteristics and motor fitness among girls attending different secondary-school programmes. *International journal of morphology*, ISSN 0717-9502, 2012, vol. 30, no. 2, str. 411-416, ilustr., tabela. <http://www.scielo.cl/pdf/ijmorphol/v30n2/art08.pdf>. [COBISS.SI-ID [4288689](#)]
12. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor. Secondary school students and their knowledge about health-related physical fitness and sport. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, ISSN 1848-5189. [Tiskana izd.], 2012, vol. 14, no. 4, str. 855-870, 871-880, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [4320689](#)]
13. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. The prevalence of excess weight and obesity in Slovenian children and adolescents from 1991 to 2011. *Anthropological notebooks*, ISSN 1408-032X. [Tiskana izd.], 2012, year 18, no. 1, str. 91-103, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [4264369](#)]

14. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Occupational health problems among Slovenian physical education teachers. *Kinesiology*, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2013, vol. 45, no. 1, str. 92-100, tabeli, graf. prikaz. http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=153737. [COBISS.SI-ID 4375729]
15. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Injuries among Slovenian physical education teachers : a cross-sectional study. *International journal of occupational safety and ergonomics*, ISSN 1080-3548, 2013, vol. 19, no. 1, str. 87-95, ilustr. <http://www.ciop.pl/29782.html>. [COBISS.SI-ID 4348081]
16. JURAK, Gregor, COOPER, Ashley, LESKOŠEK, Bojan, KOVAČ, Marjeta. Long-term effects of 4-year longitudinal school-based physical activity intervention on the physical fitness of children and youth during 7-year follow-up assessment. *Central european journal of public health*, ISSN 1210-7778, 2013, vol. 21, iss. 4, str. 190-195, ilustr. [COBISS.SI-ID 4465073]
17. JURAK, Gregor, SORIĆ, Maroje, STARC, Gregor, KOVAČ, Marjeta, MIŠIGOJ-DURAKOVIĆ, Marjeta, BORER, Katarina, STREL, Janko. School day and weekend patterns of physical activity in urban 11-year-olds : a cross-cultural comparison. *American journal of human biology*, ISSN 1520-6300, March/April 2015, iss. 2, str. 192-200, ilustr. <http://onlinelibrary.wiley.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/doi/10.1002/ajhb.v27.2/issuetoc>, <http://onlinelibrary.wiley.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/doi/10.1002/ajhb.22637/abstract>, doi: 10.1002/ajhb.22637. [COBISS.SI-ID 4570289]
18. TUL, Miloš, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Perceived importance of Slovenian physical education teachers` professional competencies. *Haceteppe Egitim Dergisi*, ISSN 1300-5340, 2015, vol. 30, issue 1, str. 268-281, tabela. [COBISS.SI-ID 4644017]
19. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor. Koncept oblikovanja neobveznega izbirnega predmeta šport v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju šole. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 12-17, ilustr. [COBISS.SI-ID 4703921]
20. TUL, Miloš, KOVAČ, Marjeta. Profesionalni razvoj učiteljev športne vzgoje. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 11-16. [COBISS.SI-ID 5132209]
21. MARINŠEK, Miha, KOVAČ, Marjeta. Beliefs of Slovenian early childhood educators regarding the implementation of physical education. *European physical education review*, ISSN 1356-336X, 2018, str. 1-16, doi: 10.1177/1356336X18761538. [COBISS.SI-ID 23738376]

Znanstvene monografije / Scientific monographies:

1. JURAK, Gregor, STREL, Janko, KOVAČ, Marjeta, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, BUČAR PAJEK, Maja, FILIPČIČ, Tjaša, KOLAR, Edvard, BEDNARIK, Jakob. *Analiza šolskih športnih dvoran z uporabniškega vidika*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. 229 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-37-9. <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Monografije/Telovadnice.pdf>. [COBISS.SI-ID 273059328]
2. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, STREL, Janko. The importance of research-based evidence for political decisions on physical education. V: HARDMAN, Ken (ur.), GREEN, Ken (ur.). *Contemporary issues in physical education : international perspectives*. Maidenhead [UK]: Meyer & Meyer Sport, 2011, str. 47-68, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 4020145] 2010, let. 58, št. 3/4, str. 16-22, barvna fotogr. [COBISS.SI-ID 3951537]
3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STREL, Janko, STARC, Gregor. *Šport in življenjski slogi slovenskih otrok in mladine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, 2007. [COBISS.SI-ID 3212721]
4. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, STARC, Gregor, JURAK, Gregor. Physical education and education through sport in Slovenia. V: *Physical education and sport education in European Union*, (Dossiers EPS). Paris: Editions Revue EP.S, cop. 2008, str. 389-404, tabela. [COBISS.SI-ID 3338673]
5. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, MAJERIC, Matej, STARC, Gregor, FILIPČIČ, Tjaša, BEDNARIK, Jakob, KOLENC, Marko, JURAK, Gregor (ur.). *Sports activities of Slovenian children and young people during their summer holidays*. Ljubljana: Faculty of Sport, 2003. 103 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-42-X. [COBISS.SI-ID 124668928]

Učni načrti / Curricula:

1. KOVAČ, Marjeta. *Učni načrt, Program osnovna šola, Šport : neobvezni izbirni predmet*. izd. Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2013. ISBN 978-961-03-0204-9. http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/os/devetletka/program_razsirjeni_Sport_izbirni_neobvezni.pdf. [COBISS.SI-ID 272204288]
2. MARJANOVIČ UMEK, Ljubica, KROFLIČ, Robi, VIDEMŠEK, Mateja, KOVAČ, Marjeta, KRANJC, Simona, SAKSIDA, Igor, DENAC, Olga, ZUPANČIČ, Tomaž, KRNEL, Dušan, JAPELJ PAVEŠIČ, Barbara, MARJANOVIČ UMEK, Ljubica (ur.). *Otrok v vrtcu : priročnik b Kurikulu za vrtce*. natis. Maribor:

Obzorja, 2008, cop. 2001. 193 [5] str., barvne ilustr. in fotogr. ISBN 978-961-230-191-0. [COBISS.SI-ID [60600065](#)]

3. KOVAČ, Marjeta, MARKUN PUHAN, Nives, LORENCI, Breda, NOVAK, Leonida, PLANINŠEC, Jurij, HRASTAR, Iztok, PLETERŠEK, Karmen, MUHA, Vesna. *Učni načrt, Program osnovna šola, Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo, 2011. ISBN 978-961-234-973-8. http://www.mss.gov.si/fileadmin/mss.gov.si/pageuploads/podrocje/os/prenovljeni_UN/UN_sportna_vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID [255949312](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana. *Učni načrt, Izbirni predmet : program osnovnošolskega izobraževanja, Šport : šport za zdravje, izbrani šport, šport za sprostitev*. Ponatis. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2002. 25 str. ISBN 961-234-315-2. [COBISS.SI-ID [4951369](#)]
5. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana, SOTOŠEK, Gorazd, PLESEC, Matjaž, KNEZ, Milan. *Katalog znanja : športna vzgoja : 340 ur : za nove programe srednjega strokovnega izobraževanja (SSI), srednjega poklicno-tehniškega izobraževanja (PTI), pripravljene v skladu z Izhodišči za pripravo izobraževalnih programov nižjega in srednjega poklicnega izobraževanja ter programov srednjega strokovnega izobraževanja*, Ljubljana: MŠZŠ, CPI, SPSPI, 2001.. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo: Evropski socialni sklad: Evropska unija, [2007]. 17 str. http://www.zrss.si/pdf/PPSI_SSI_PTI%20Sportna%20vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID [923516](#)]

Visokošolski učbeniki / University textbooks:

1. JURAK, Gregor, KOLAR, Edvard, KOVAČ, Marjeta, BEDNARIK, Jakob. *Management športnih objektov : od zamisli do uporabe*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2012. 295 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-36-2. [COBISS.SI-ID [264893952](#)]
2. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor. *Izpeljava športne vzgoje : didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. dopolnjena in razširjena izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 201 283 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-30-0. [COBISS.SI-ID [263274240](#)]
3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. *Športnovzgojni karton : diagnostika in ovrednotenje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2011. 83 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-21-8. [COBISS.SI-ID [259671552](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, BUČAR PAJEK, Maja, STARC, Gregor, PAJEK, Jernej, KOVAČ, Marjeta (ur.). *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2004 (i.e. 2005). ISBN 961-6405-89-6. [COBISS.SI-ID [217181184](#)]

DOPING V DRUŽBI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Predmet: | Doping v družbi |
| Course title: | Doping in Society |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|----------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Kinezioterapija (smer) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Posebna telesna aktivnost (smer) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

Univerzitetna koda predmeta/University course code:

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 30 | | 15 | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

Vsebina:

Doping kot družbeni problem

- Področja, kjer je doping prisoten (študentje, glasbeniki, poslovni svet, vojaki, igralci, ...)
- Razširjenost dopinga v rekreativnem športu in med mladimi
- Drugi vidiki, ki ogrožajo integriteto športa (nameščanje rezultatov, manipuliranje z opremo, podkupovanje, ...)

Širša perspektiva dopinga v družbi

- Zloraba energetskih pijač in prehranskih dopolnil za izboljšanje učnih sposobnosti, športne učinkovitosti in telesnega izgleda

Doping in odvisnost

- Oblike in značilnosti odvisnosti
- Preprečevanje odvisnosti
- Sodobne oblike odvisnosti

Content (Syllabus outline):

Doping as a social problem

- areas where doping is present (students, musicians, business world, military, actors...)
- prevalence of doping in recreational sport and among young people
- other aspects which endanger the integrity of sport (result fixing, manipulating with equipment, bribery...)

Broader perspective of doping in society

- abuse of energy drinks and nutritional supplements to improve learning abilities efficiency in sport and physical appearance

Doping and addiction

- Forms and characteristics of addiction
- Prevention of addiction
- Modern types of addiction

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Kdaj je doping odvisnost <p>Športna uspešnost kot kompenzacija za druga področja življenja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Povezava notranje in zunanje motivacije z zlorabo dopinga • Načini spodbujanja motivacijske strukture, ki bo preprečevala zlorabo dopinga <p>Neželene posledice zlorabe v športu prepovedanih snovi (dopinga)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kratkoročne in dolgoročne posledice na telesno in duševno zdravje, odnose, delovno učinkovitost <p>Preprečevanje dopinga v družbi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obstoječi programi • Vzorednice programov za zdrav življenjski slog in morebitnih programov za preprečevanje dopinga v družbi • Različne možnosti javnega informiranja o pomembnosti čistega športa | <ul style="list-style-type: none"> • When does doping abuse become an addiction? <p>Athletic success as compensation for other areas of life</p> <ul style="list-style-type: none"> • Correlation of internal and external motivation with doping abuse • Ways to and improve motivational structure, which would prevent doping abuse <p>Unwanted consequences of doping abuse in sport</p> <ul style="list-style-type: none"> • Short term and long term concept classes of doping abuse for physical and mental health, relationships, work and work efficiency <p>Prevention of doping in society</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existing programs • Parallels between programs for healthy lifestyle and potential programs for doping abuse in society • Different possibilities of public information systems of the importance of clean sport |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Osnovna literatura / Main textbooks:

- Bon, M., Pori, P., Škof, B., Rotovnik-Kozjek, N., Makuc, N., Hadžić, V., Rus, R., Zupet, P., Ažman-Juvan, K., Križman Miklavčič, J. (editor), Mikl Mežnar, B. (editor) & Bon, M. (editor). (2021). *Podprite svojega otroka športnika: gradivo za pediatrije*. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje.
- Bon, M., Pori, P., Škof, B., Rotovnik-Kozjek, N., Makuc, N., Hadžić, V., Rus, R., Zupet, P., Ažman-Juvan, K., Križman Miklavčič, J. (editor), Mikl Mežnar, B. (editor) & Bon, M. (editor). (2018). *Podprite svojega otroka športnika: za starše mladih športnikov*. 1 izdaja. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks – Mednarodni standardi izobraževanje*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks – Mednarodni standardi za testiranje in preiskave*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks – Mednarodni standardi za laboratorije*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks – Mednarodni standardi za zaščito zasebnosti in osebnih podatkov*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Dvoršak, J., Brežnik, N., Turšič, T., Makuc, N. (ur.). (2023). *Svetovni protidopinški Kodeks – Mednarodni standardi za terapevtske izjeme*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Glasner Edwards, S. (2015). *The addiction recovery skills workbook*. New Harbinger publications.
- Humphreys, K. (2023). *Addiction: a very short introduction*. Oxford university press.
- Kajtna, T. & Makuc, N. (2020). Nekateri pogledi na boj proti dopingu slovenskih športnikov in trenerjev. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 68 (1/2), p. 224-230. (ISSN 0353-7455)
- Makuc, N. (2016). Šport brez dopinga. *Vzgoja: revija za učitelje, vzgojitelje in starše*, 18 (72), p. 19-21. (ISSN 1580-0482)
- Makuc, N. (2020). Preventivni programi v Sloveniji. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 68 (1/2), p. 231-234. (ISSN 0353-7455)
- Makuc, N. (2020). Zgodovina dopinga skozi obdobja]. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 68 (1/2), p. 175-178. (ISSN 0353-7455)
- Makuc, N. in Dvoršak, J. (2013). Doping. Ne, hvala! (priročnik za športnike). Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Makuc, N., in Dobida Verdnik, M. (2019). *Vrednote v športu v vsakem razredu osnovne šole*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Makuc, N., Turšič, T., in Dvoršak, J. (2021). *Priročnik za osebje za odvzem vzorcev*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Makuc, N., Dvoršak, J., Kivinukk, E., Mueller, D., Smrdu, M. in Kajtna, T. (2019). Athletes and coaches' perspective on clean sport. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija

- Truden, G. M., (2021). *Moralno presojanje o dopingu pri osnovnošolcih – magistrsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Smith, C. in Hunt, J. (2021). *Understanding addiction: know science, no stigma*. Barnes & Noble.
- Smrdu, M., Makuc, N. & Kajtna, T. (2018). *Gamsek Miha in čudežne jagode: knjižica o čistem športu*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
- Smrdu, M., Makuc, N. & Kajtna, T. (2018). *Gamsek Miha in prvo tekmovanje: knjižica o čistem športu*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.

Dodatna literatura / Additional reading:

- Dvoršak, J., Žiberna L. & Makuc, N. (2013) Doping, kronično obolenje športnega sveta. *Erektor : časopis študentov Medicinske fakultete*, 9 (1), str. 26-29
- Spletna stran Slovenske antidoping organizacije www.sloado.si (07.12.2017)
- Žiberna, L. (2014). Nenamerni doping v športu, *Med Razgl.*, 53(4), 503-526.
- Žiberna, L. (2017). Doping in uporaba prehranskih dopolnil v športu, *Farm Vestn.*, 68, 77-83.
- Žiberna, L. & Makuc, N. (2020). Predstavitev liste prepovedanih snovi in postopkov z oceno razširjenosti dopinga v športu]. *Šport: revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 68 (1/2), p. 217-223. (ISSN 0353-7455)
- Žiberna, L., Makuc, N. & Dvoršak, J. (2016). Šport po meri otrok in mladostnikov : pedagoški, didaktični, psiho-socialni, biološki in zdravstveni vidiki športne vadbe mladih. V B. Škof (ur.), *Šport in doping: terapevtske izjeme* (str. 498-513). Ljubljana : Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.

Cilji in kompetence:

Glavni cilj predmeta je študentom predstaviti doping kot družbeni problem ter ob tem izpostaviti tudi druge vidike, ki ogrožajo integriteto športa. Doping v zadnjem času ne ogroža le vrhunskih športnikov temveč se vedno več pojavlja tudi med rekreativni športniki in mladimi nasploh, ki ga uporabljajo z namenom izboljšanja učnih sposobnosti, športne učinkovitosti in telesnega izgleda.

Pomembno je, da se ljudje, ki delajo z mladimi oziroma so aktivni v športnem okolju na lokalni, regionalni ali državni ravni, zavedajo razširjenosti zlorabe v športu prepovedanih snovi, da poznajo tudi druge vidike, ki ogrožajo integriteto športa ter da svoje znanje in prepričanje v čist šport delijo z drugimi.

Znanja, ki jih bodo študenti pridobili v sklopu tega predmeta, bodo lahko uporabljali pri njihovem vsakdanjem delu, bodisi z vrhunskimi športniki, rekreativnimi športniki ali z učenci in dijaki. Študentje bodo pridobili znanja, ki jih bodo omogočala, da postanejo promotorji čistega športa v svojem okolju in s širšo športno javnostjo delijo svoja znanja in prepričanja.

Cilji:

- Zavedati se razširjenosti dopinga v družbi in poznati tudi druge vidike, ki ogrožajo integriteto športa
- Zavedati se problematike zlorabe različnih snovi z namenom izboljšanja učnih sposobnosti, športne učinkovitosti in telesnega izgleda
- Poznati tveganja za pojav odvisnosti in druge neželene posledice zlorabe v športu prepovedanih snovi
- Poznati preventivne programe za preprečevanje dopinga v družbi

Splošne kompetence:

Objectives and competences:

The main objective of the topic is to introduce doping as a social problem for students for students and to reveal other aspects of life that threaten the integrity of sport. In recent years, doping has been found to threaten not only elite athletes, but also to be increasingly prevalent among recreational athletes and young people in general. It is used with the intention of improving learning ability, athletic performance and physical appearance.

It is important that anyone working with young people in the sport environment at a local, regional or national level is aware of substance misuse in sport and that they are aware of other aspects of life that threaten the integrity of sport. It is also important that they share their knowledge and belief in clean sport with others.

Students will be able to use the knowledge they gain in this subject in their daily work, whether it is with elite athletes, recreational athletes, or with college and high school students.

Students will gain knowledge that will enable them to become promoters of clean sport in their local communities and will enable them to share their knowledge and beliefs with a wider sporting audience.

Objectives:

- Knowledge of the prevalence of doping in society and other aspects that threaten the integrity of sport
- Knowledge of the problems associated with the abuse of various substances to improve learning ability, athletic performance and physical appearance
- Know the risk of addiction and other undesirable consequences of the abuse of banned substances
- Know prevention programs for doping abuse in society

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Razumevanje področij, ki ogrožajo integriteto športa Poznavanje neželenih posledic zlorabe v športu prepovedanih snovi, tudi odvisnosti Sposobnosti prepoznavanja posameznikov in okolij, kjer je tveganje za doping večje Usmerjanje mladih in rekreativnih športnikov v šport brez dopinga <p>Specifične kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none"> Usposobljenost za promotorja čistega športa v lokalnem okolju | <p>General competencies:</p> <ul style="list-style-type: none"> Understand aspects that compromise the integrity of sport Know the undesirable consequences of the abuse of prohibited substances in sport, including the risk of addiction Ability to recognize individuals and environments at greater risk for doping abuse Guide young athletes and recreational athletes to participate in sports without doping <p>Specific competencies:</p> <ul style="list-style-type: none"> Be able to promote clean sport in the local environment |
|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <ul style="list-style-type: none"> Študentje se bodo zavedali razširjenosti dopinga v družbi Spoznali bodo tudi druge vidike, ki ogrožajo integriteto športa Poznali bodo neželene posledice dopinga, tudi odvisnost Spoznali bodo programe preprečevanja dopinga v družbi Sposobni bodo širiti idejo o čistem športu v svojem lokalnem/regionalnem okolju | <p>Intended learning outcomes:</p> <ul style="list-style-type: none"> Students will be aware of the prevalence of doping in society Students will learn about other aspects that compromise the integrity of sport They will know the undesirable consequences of doping abuse and know about addiction They will learn about the doping prevention programs that exist in society They will be able to spread the idea of clean sports in their local and regional environment |
|---|---|

| | |
|---|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Predavanja, seminarji, seminarska naloga, vaje (sodelovanje na programih ozaveščanja za širšo športno javnost (Olimpijski festival, Dan slovenskega športa, Razgibajmo Ljubljano, ...))</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Lectures, seminars, coursework, tutorial (attendance at different outreach programs)</p> |
|---|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|--------------|--|
| Način (seminarska naloga s predavitvijo, pisni izpit): Domače naloge s predavanj | 50,00 % | Type (coursework, written exam): Type (coursework, written exam): Homework from lectures |
| Praktični izpit – predstavitev za javnost | 50,00 % | Practical exam – public presentation |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>KAJTNA, Tanja. <i>Nekateri psihološki vidiki različnih športov : znanstvena monografija</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2013. 164 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-33-1. [COBISS.SI-ID 264422656]</p> <p>KAJTNA, Tanja, TUŠAK, Matej. <i>Trener : športna psihologija in trenerji</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2007. 291 str., ilustr. ISBN 978-961-6583-23-7. [COBISS.SI-ID 231640064]</p> <p>AUERSPERGER, Irena, ŠKOF, Branko, LESKOŠEK, Bojan, KNAP, Bojan, JERIN, Aleš, LAINŠČAK, Mitja, KAJTNA, Tanja. Biochemical, hormonal and psychological monitoring of eight weeks endurance training program in female runners. <i>Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport</i>, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2014, vol. 46, suppl. 1, str. 30-39, tabele. http://hrcak.srce.hr/index.php?show=toc&id_broj=10377. [COBISS.SI-ID 4615345], [JCR, SNIP, WoS do 27. 8. 2017: št. citatov (TC): 1, čistih citatov (CI): 1, Scopus do 11. 3. 2015: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0]</p> |
|--|

KAJTNA, Tanja, VULETA, Dinko, DOLENC, Maja, JUSTIN, Igor, PORI, Primož. Psychological characteristics of Slovene handball goalkeepers = Psihološke karakteristike slovenskih rukometnih vratara. *Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2012, vol. 44, no. 2, str. 209-217, preglednice. [COBISS.SI-ID [4334769](#)], [JCR, SNIP, WoS do 5. 6. 2016: št. citatov (TC): 3, čistih citatov (CI): 3, Scopus do 5. 4. 2016: št. citatov (TC): 2, čistih citatov (CI): 2]

KAJTNA, Tanja, ŠTUKOVNIK, Vita, DOLENC-GROŠELJ, Leja. Effect of acute sleep deprivation on concentration and mood states with a controlled effect of experienced stress = Učinek kratkotrajnega pomanjkanja spanja na koncentracijo in počutje z nadziranjem doživetega stresa. *Zdravniški vestnik : glasilo Slovenskega zdravniškega društva*, ISSN 1318-0347. [Tiskana izd.], 2011, letn. 80, št. 5, str. 354-361, ilustr., tabela. [COBISS.SI-ID [4048817](#)], [JCR, SNIP, WoS do 18. 12. 2016: št. citatov (TC): 7, čistih citatov (CI): 5]

KAJTNA, Tanja. Public image of athletes and effect of media on their psychological preparation. V: BARIĆ, Renata (ur.). *Be better with sport psychology! : 3. mednarodni stročno-znanstveni simpozij psihologije sporta : zbornik radova*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta. 2017, str. 14-18. [COBISS.SI-ID [5119665](#)]

ŠIFRAR, Tina, KAJTNA, Tanja. Congruence of personality traits, emotinal intellingence and social skills between female and male dancer in sport dance. V: DOUPONA TOPIČ, Mojca (ur.), KAJTNA, Tanja (ur.). *Youth sport : proceedings of the 7th [!] Conference for Youth Sport, [in Ljubljana 12-13 December 2014]*. Ljubljana: Faculty of Sport. 2015, str. 129-137, ilustr. [COBISS.SI-ID [4688561](#)]

BRATINA N, HADŽIĆ V, BATTELINO T, PISTOTNIK B, PORI M, SAJBER D, et al. (2011). Slovenske smernice za telesno udejstvovanje otrok in mladostnikov v starostni skupini od 2 do 18 let = Slovenian guidelines for physical activity in children and adolescents in the age group 2-18 years. *Zdravniški vestnik*, 80, 885-96.

HADŽIĆ V, DERVIŠEVIĆ E. (2016). Šport in poškodbe. *Šport*, 64(1-2), 147-50.

DVIGANJE UTEŽI V KONDICIJSKI PRIPRAVI ŠPORTNIKA

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|---|
| Predmet: | Dviganje uteži v kondicijski pripravi športnika |
| Course title: | Weightlifting for sports |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Kinezioterapija (smer) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

Univerzitetna koda predmeta/University course code: 0642795

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 30 | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Igor Štirn

Vrsta predmeta/Course type: izbirni/selectives

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Ni posebnih zahtev

Prerequisites:

No special requirements

Vsebina:

- Opredelitev dviganja uteži (olimpijsko dviganje uteži, troboj moči);
- terminologija;
- pomen dviganja uteži v kondicijski pripravi;
- oprema in rekviziti prirejeni za kondicijski trening (posebne ročke, drog z okvirjem, podstavki);
- osnovne tehnike dvigov;
- različice osnovnih tehnik in njihova uporaba v treningu moči;
- asistenčne vaje za razvoj moči, gibljivosti in mobilnosti;
- metodika učenja osnovnih dvigov;
- postopki odpravljanje napak;
- uporaba različnih dvigov v posameznih fazah ciklizacije;
- različice dvigov za razvoj največje moči;
- različice dvigov za razvoj hitre moči;
- različice dvigov za razvoj vzdržljivosti v moči;

Content (Syllabus outline):

Definition of weight lifting (Olympic weightlifting, power lifting);
terminology,
the importance of weight lifting in athletic training;
equipment and props used in athletic training (special bars, trap bar, blocks);
basic lifting techniques;
variations of basic techniques and their use in strength and power training;
assistance exercises to develop strength, power, and mobility;
methodology of learning basic techniques;
technique correction exercises;
use of lift variants in individual phases of cyclization;
lift versions for maximum power development;
lift versions for rapid power development;
lift versions to develop strength endurance;
lift versions for stabilization development;

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • različice dvigov za razvoj stabilizacije; • preventivna vadba za preprečevanje poškodb. | preventive exercise to prevent injuries. |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Greg Everett. (2012). Olympic Weightlifting for Sports • Greg Everett. (2016). Olympic Weightlifting: A Complete Guide for Athletes & Coaches • Quinn Henoch. (2017). Weightlifting Movement Assessment & Optimization: Mobility & Stability for the Snatch and Clean & Jerk • Urso, A. (2014). Weightlifting, Sport for all sports. Torgiano: Calzetti-Mariucci Editori di Roberto Calzetti • Zemunik, B. (1985). <i>Dizanje utega</i>. Zagreb: Sportska tribina • Fleming W. Brooks, T. (2013) Complete Olympic Lifting Manual. |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|---|
| <p>Pri predmetu Dviganje uteži v kondicijski pripravi športnika študentje dobijo temeljna teoretična in praktična znanja za razumevanje in izvedbo različic tehnik dviganja (potega, naloga in sunka, mrtvega dviga, počepa ...), ki se uporabljajo pri treningu največje ali eksplozivne moči. Pri tem poznajo, kateri dvig oziroma katera različica dviga je najbolj primerna v določeni fazi periodizacije treninga vadečega. Poznajo najpogostejše napake in načine kako jih odpraviti.</p> <p>Dvige znajo pravilno in varno demonstrirati in uporabiti kot trenažno sredstvo za povečanje največje in hitre moči v trenažnem procesu predvsem drugih športnikov (ne dvigalcev). Tovrstne vaje znajo vključiti v kondicijski trening športnika.</p> <p>Študent zna, glede na predznanje in sposobnosti športnika, kritično oceniti in pravilno uporabiti primerno različico dviga oziroma vaje.</p> | <h3>Objectives and competences:</h3> <p>Students acquire basic theoretical and practical knowledge to understand and implement versions of lifting techniques (snatch, clean and jerk, deadlift, squat...) used in training maximum or explosive strength and power. They know which lift or which version of the lift is most appropriate in a particular phase of the periodization of the trainee's training. Students know the most common mistakes and how to fix them.</p> <p>They know how to properly and safely demonstrate lifts and use them as a training tool to increase maximum and rapid strength in the training process, especially with other athletes (not lifters). Know how to incorporate such exercises into the athlete's fitness training.</p> <p>Based on the athlete's prior knowledge and skills, the student will be able to critically evaluate and correctly apply the appropriate version of lifting or exercises.</p> |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|---|
| <p>Znanje in razumevanje:</p> <p>Študenti poznajo prednosti posameznih različic dviganja uteži in jih znajo vključiti v program treninga športnika. Razumejo pomen posameznih vaj, jih znajo uporabiti v pravem trenutku priprave, znajo demonstrirati in nadzorovati vadbo, saj poznajo glavne napake, kot tudi postopke, kako napake odpravljati.</p> <p>Predvsem pa razumejo na kakšen način posamezne vaje vplivajo na športnikove sposobnosti in posledično športni dosežek.</p> <p>Rezultat je varna in predvsem učinkovita uporaba dviganja uteži v pripravi športnika.</p> | <h3>Intended learning outcomes:</h3> <p>Knowledge and Understanding:</p> <p>Students will know the benefits of each variation of weightlifting and be able to incorporate them into an athlete's training program. They understand the importance of each exercise, they know how to use them at the right time of preparation, they know how to demonstrate and control the exercise, because they know the most important errors as well as the procedures to correct mistakes.</p> <p>Most importantly, they understand how individual exercises affect an athlete's abilities and therefore their athletic performance.</p> <p>The result is a safe and, above all, effective lifting application in the athlete's preparation.</p> |
|--|---|

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|---|---|
| Predavanja, praktične vaje, seminarsko delo | Learning and teaching methods: Lectures, practical lessons, seminar |
|---|---|

Načini ocenjevanja:

| | Delež/Weight | Assessment: |
|-----------------|--------------|------------------|
| Pisni izpit | 50,00 % | Theoretical exam |
| Praktični izpit | 50,00 % | Practical exam |

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

IGOR ŠTIRN

ŠTIRN, Igor, KOŠNJEK, Tea. Uporaba aplikacije MyJump za merjenje odnosa sila-hitrost pri plavalcih.

Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa. 2021, letn. 69, št. 3/4, str. 191-195

ŠTIRN, Igor, DOLENEC, Aleš, STROJNIK, Vojko. Skupne značilnosti posameznih skupin metod vadbe moči. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 165-169, ilustr. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [5138609](#)]

STROJNIK, Vojko, ŠTIRN, Igor, DOLENEC, Aleš. Struktura moči kot izhodišče vadbe za moč. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 153-158, ilustr. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [5138097](#)]

DOLENEC, Aleš, ŠTIRN, Igor, STROJNIK, Vojko. Metode vadbe moči. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*. 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 159-164, ilustr. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [5138353](#)]

GARCÍA RAMOS, Amador, ŠTIRN, Igor, PADIAL, Paulino, ARGÜELLES-CIENFUEGOS, Javier, FUENTE, Blanca, De la, STROJNIK, Vojko, FERICHE, Belén. The maximal mechanical capabilities of leg extensors muscles to generate velocity and power improve at altitude. *Journal of strength and conditioning research*. Feb. 2018, iss. 2, str. 475-481, ilustr. ISSN 1533-4287.

ŠKARABOT, Jakob, BEARDSLEY, Chris, ŠTIRN, Igor. Comparing the effects of self-myofascial release with static stretching on ankle range-of-motion in adolescent athletes. *International journal of sports physical therapy*, ISSN 2159-2896, April 2015, vol. 10, no. 2, str. 203-212

GARCIA RAMOS, A., ŠTIRN, Igor, PADIAL, Paulino, ARGÜELLES-CIENFUEGOS, Javier, FUENTE, Blanca, De la, STROJNIK, Vojko, FERICHE, Belén. Predicting vertical jump height from bar velocity., ISSN 1303-2968. [Online ed.], 2015, vol. 14, str. 256-262, tabele. *Journal of Sports Science and Medicine*

GARCÍA RAMOS, Amador, PADIAL, Paulino, GARCÍA-RAMOS, Miguel, CONDE-PIPÓ, Javier, ARGÜELLES-CIENFUEGOS, Javier, ŠTIRN, Igor, FERICHE, Belén. Reliability analysis of traditional and ballistic bench press exercises at different loads. *Journal of Human Kinetics*. 2015, vol. 47, str. 51-59, tabele, ilustr. ISSN 1640-5544.

IZBIRNI PREDMET 21

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--------------------|
| Predmet: | Izbirni predmet 21 |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-------------------------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik, 2. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099136 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 60 | | 30 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|-----------------------|
| | Prerequisites: |
|--|-----------------------|

Vsebina:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Content (Syllabus outline): |
|--|------------------------------------|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Objectives and competences: |
|--|------------------------------------|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Intended learning outcomes: |
|--|------------------------------------|

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|---------------------------------------|
| | Learning and teaching methods: |
|--|---------------------------------------|

Načini ocenjevanja: **Delež/Weight** **Assessment:**

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

IZBIRNI PREDMET 22

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|--------------------|
| Predmet: | Izbirni predmet 22 |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099138 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 60 | | 30 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

KOŠARKA 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--------------|
| Predmet: | Košarka 2 |
| Course title: | Basketball 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098631 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 543 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|---------------------------------|--|
| Vpis v 1. letnik mag. programa. | Prerequisites: Enrolment in the 1st year of the master's programme |
|---------------------------------|--|

Vsebina:

Temeljni vsebinski sklopi:

1. Organiziranje strokovnega dela

V okviru rednega pouka ŠV in športnih interesnih dejavnosti osnovnih šol ter košarkarske šole vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskih društev

2. Usmerjanje in izbiranje (selekcioniranje)

Začetno prepoznavanje in usmerjanje nadarjenih otrok v šport in košarko, izbiranje nadarjenih igralcev ali igralk za šolske reprezentance ali ekipe vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskem društvu.

3. Upravljanje vadbenega procesa

Teorija in metodika vadbe košarke vseh kategorij dečkov in deklic. Minimalni standardi znanj po starostnih kategorijah. Načrtovanje, izvajanje in nadzorovanje vadbenega procesa za igralce in igralk v športnih interesnih dejavnostih in v društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic.

4. Tehnika, posamična ter skupinska taktika

Content (Syllabus outline):

Basic content units:

1. Organising expert work

In the framework of regular PE and sports extracurricular activities in primary schools and the basketball school for all categories of boys and girls in basketball clubs

2. Guidance and selection

Initial identification and guiding of talented children into basketball; selecting talented players for school teams or teams of all categories of boys and girls in basketball societies.

3. Training process management

Theory and methodology of basketball training for all categories of boys and girls. Minimum knowledge standards by age category. Planning, implementing and supervising the training process for male and female players in sports extracurricular activities and in basketball schools and societies for boys and girls.

| | |
|--|---|
| <p>Vsi elementi in sestave vsestranske tehnike, posamične in skupinske taktike, temeljna sodelovanja med igralci na različnih igralnih mestih (branilec – branilec, branilec – krilo, branilec – center, krilo – center) v napadu in obrambi.</p> <p>5. Skupna taktika v napadu in obrambi Protinapad 3:2, postavljeni napadi z enim centrom proti osebni obrambi (2. in 3. težavnostna stopnja), napadi proti prehodnim osebnim obrambam, postavljene in prehodne osebne obrambe, posebne situacije (taktične sestave pri vračanju žoge v igrišče).</p> <p>6. Osnove priprave ekipe na tekmo in vodenje tekme Analiza igre nasprotnika, izbor protitaktike, priprava na nasprotnika, vodenje ekipe na tekmi.</p> <p>7. Tekmovanja šolskih košarkarskih ekip in ekip vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskih društvih Oblike in značilnosti medšolskih tekmovanj (lokalnih, območnih, Pionirski festival, Šolska košarkarska liga); oblike in značilnosti tekmovanj za mlajše starostne kategorije v košarkarskih društvih (lokalna, območna, državna); organiziranje turnirskih in ligaških tekmovanj ter posameznih tekem.</p> | <p>4. Technique, individual and group tactics All elements and composition of general techniques, individual and group tactics, basic cooperation between players on different playing positions (guard-guard, guard-forward, guard-centre, forward-centre) in offence and defence.</p> <p>5. Joint tactics in offence and defence Fast break 3:2, set offences with one centre against personal defence (difficulty levels 1 and 2), offences against transitory personal defences, set and transitory personal defences, special situations (tactical compositions in side line throw-ins).</p> <p>6. Basic preparation of the team for a match and leading a match Analysis of the opponent's play, selection of counter-tactics, preparing for opponents, leading a team during the match.</p> <p>7. Competitions of school basketball teams and teams of all boys and girls in basketball societies Types and characteristics of inter-school competitions (local, regional, pioneer festival, School Basketball League); types and characteristics of competitions for younger age categories in basketball societies (local, regional, national); organising tournaments and league competitions and individual matches.</p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Buceta, J.M., Mandoni, M., Avakumović, A., Killik, L. (2000). Basketball for young players – guidelines for coaches. Madrid: FIBA.
2. Dežman, B. (2000). Metodika učenja košarke v osnovni in srednji šoli (prva, druga in tretja težavnostna stopnja). Ljubljana: Zavod ŠKL.
3. Dežman, B. (2004). Košarka za mlade igralce in igralke. Ljubljana: Inštitut za šport.
4. Dežman, B. (2004). Metodika učenja košarke v osnovni in srednji šoli (prva, druga in tretja težavnostna stopnja). Ljubljana: Zavod ŠKL.
5. Dežman, B. (2005). Osnove teorije treniranja v izbranih moštvenih športnih igrah. Ljubljana: Inštitut za šport.
6. Dežman, B., Brajdič, I. (2006): Mala košarka – metodika poučevanja in učenja (DVD).
7. Dežman, B., Erčulj, F. (2005). Kondicijska priprava v košarki. Ljubljana: Inštitut za šport.
8. Erčulj, F., Kotnik, S., Besedič, B. (2007). Posamična taktika centra v napadu (DVD), Ljubljana: Fakulteta za šport.
9. Erčulj, F., Bergant, B., Gašparin, D., Sila, B. (2018). Košarka v obdobju osnovne šole. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
10. Vujin, S., Erčulj, F., Remić, P. (2016). Sodobni koncepti v kondicijski pripravi mladih košarkarjev. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
11. FIBA (2018). Uradna košarkarska pravila 2018 (prevod). <http://www.kzs-zveza.si/spl-akti-pravilniki.php/>
12. Foran, B. (2007). Complete Conditioning for Basketball. Champaign IL: Human Kinetics.
13. Ličen, S. in Erčulj, F. (2006). Pravila za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
14. Ličen, S. in Erčulj, F. (2006). Priročnik za sojenje male košarke. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
15. Ličen, S., Dežman, B. (2003). Mehanika sojenja za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport.
16. Ličen, S., Dežman, B. (2003). Mehanika sojenja za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport.
17. Messina, E. (1997). Basic principles of the half court offense. Muenchen: WABC.
18. Kovač, M., Novak, D. (2001). Gimnazije – Učni načrt – Športna vzgoja. Ljubljana: Urad za šolstvo RS.
19. Kovač, M., Novak, D. (2006). Osnovna šola – Učni načrt – Športna vzgoja. Ljubljana: Urad za šolstvo RS.

20. Strokovna gradiva v spletni učilnici Moodle
 21. Trninić, S. (2006). Selekcija, priprava i vodjenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta – Marko d.o.o.
 22. Ulicna_kosarka_pravila.doc in ulicna-kosarka-propozicije.doc (<http://www.kzs-zveza.si/spl-akti-pravilniki.php/>)
 23. Wootten, M., Gilbert, D. (2002). Coaching Basketball Successfully. Illinois: Leisure Press

Razni avtorji:

1. izbrani strokovni članki iz strokovne revije Assist (FIBA) in na spletni strani www.kosarka.co.nr (pisna gradiva športno treniranje),
2. izbrani članki v reviji Šport.
3. Pravilnik o licenciranju trenerjev, Registracijski pravilnik, Tekmovalne propozicije

Pomembnejši pravni dokumenti na spletni strani www.kzs-zveza.si

Cilji in kompetence:

Cilji:

- Študenti spoznajo učinkovito organizacijo vadbe košarke v okviru rednega pouka športne vzgoje in interesnih (košarkarskih) dejavnostih osnovnih šol ter v košarkarskih društvih in njihovih košarkarskih šolah dečkov in deklic; tehniko in taktiko, ki je primerna za vse starostne kategorije dečkov in deklic; teorijo in metodiko vadbe košarke za vse starostne kategorije dečkov in deklic; izsledke raziskav na tem področju..
- Študenti znajo uspešno prepoznati nadarjene otroke in izbirati kakovostne mlade igralce in igralke; ustrezno in učinkovito načrtovati, izvajati in nadzorovati vadbeni proces košarke v okviru športne vzgoje osnovnih in srednjih šol ter košarkarskih krožkov.

Predmetno specifične kompetence:

Študenti bodo usposobljeni za strokovno pravilno in učinkovito poučevanje/vadbo košarke v okviru rednega pouka športa (športne vzgoje) v osnovni in srednji šoli.

Študenti bodo delno usposobljeni za izvajanje in spremljanje vadbe v košarkarskih šolah in društvih. Študenti bodo usposobljeni za organiziranje dela, upravljanje vadbene procesa ter pripravo ekipe na tekmovanje in vodenje ekip na tekmah v okviru košarkarskih interesnih dejavnostih in pri izbirnem programu športne vzgoje v srednjih šolah ter strokovno pravilno in učinkovito iskanje nadarjenih otrok.

Objectives and competences:

Objectives:

- Students learn about effective organisation of basketball training in sport extracurricular activities in primary schools and basketball schools and basketball clubs for boys and girls; technique and tactics that re appropriate for all age categories of boys and girls; theory and methodology of basketball training for all age categories of boys and girls; research findings in this area.
- Students can identify talented children and select high-quality young players; they can appropriately and effectively plan, implement and supervise the training process with all age categories of boys and girls.

Subject-specific competences:

Students will be qualified for correct and effective teaching/training of youth basketball in the framework of physical education in primary schools as well as secondary schools.

Students will be partially qualified for correct and effective teaching/training of youth basketball in the framework of sport (basketball) schools and clubs. Students will be qualified for organising work with all age categories of boys and girls in sport extracurricular activities, in the selective programme of physical education in secondary schools and, for expert and efficient identification of talented children, managing the training process, preparing the team for the competition and managing teams during matches

Predvideni študijski rezultati:

Znanje:

Študenti bodo usvojili košarkarska znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati vaditelj, ki vadi košarko v okviru rednega pouka ŠV, športnih interesnih dejavnostih šol ali društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic.

Razumeli bodo zakonitosti prepoznavanja in izbiranja nadarjenih otrok, upravljanja vadbene procesa košarke ter zakonitosti priprave in vodenja ekip na tekmovanjih vseh starostnih kategorij dečkov in deklic.

Intended learning outcomes:

Knowledge:

Students will acquire basketball knowledge, competences and skills that a basketball teacher must be acquainted with when instructing basketball in sport extracurricular activities of schools or basketball schools and societies for boys and girls.

They will understand the laws of identification and selection of talented children, management of the basketball training process as well as how to prepare and lead teams in competitions for all age categories of boys and girls.

| | |
|---|--|
| <p>Uporaba: Študenti bodo sposobni smotrno izbirati cilje, vsebine, oblike, metode in sredstva vadbene procesa glede na starost dečkov in deklic in različne vadbene pogoje. Sposobni bodo tudi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • organizirati strokovno delo z dečki in deklicami v športnih interesnih dejavnostih ali v košarkarskem društvu, • prepoznati nadarjene otroke in izbirati nadarjene mlade igralce in igralke, • upravljati vadbene procese v različnih vadbениh pogojih in pripraviti mlade igralce in igralke na različna šolska tekmovanja ter voditi ekipo na njih. <p>Refleksija: Študenti bodo sposobni kritično ovrednotiti uspešnost svojega vaditeljskega dela. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno izobraževali. Sposobni bodo tudi kritično ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij upravljanja vadbene procesa za omenjene starostne kategorije igralcev in igralke ter reševanja sporov v odnosih med vaditeljem, igralci, starši in upravo.</p> | <p>Application: Students will be capable of reasonably selecting objectives, content, forms, methods and means of the training process based on the age of boys and girls and different training conditions. They will also know how to:</p> <ul style="list-style-type: none"> • organise expert work with boys and girls in sport extracurricular activities or basketball societies; • identify talented children and select talented young players; • manage the training process in different training conditions; and • prepare young basketball players for different school competitions as well as lead the team. <p>Reflection: Students will be able to critically assess the quality of their coaching. Based on that they will take up additional training. They will be able to critically assess the reasonableness and effectiveness of the applied strategies of training process management for the abovementioned age categories of players as well as to resolve disputes in the relations between the coach, the players, the parents and the management.</p> |
|---|--|

| | |
|---|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja: Teoretična znanja bodo posredovana v obliki predavanj. Praktična znanja in spretnosti bodo posredovana v obliki praktične vadbe (vaj).</p> | <p>Learning and teaching methods: The theoretical knowledge will be imparted in the form of lectures. Practical knowledge and skills will be imparted in the framework of practical exercises (practical sessions).</p> |
|---|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|---|---------------------|--|
| Raven obvladanja praktičnih spretnosti in znanj bomo ocenjevali na sprotnih kolokvijih in sicer s pomočjo desetstopenjske lestvice in posebnih kriterijih in opisnikih (pozitivna ocena od 6 do 10). | 50,00 % | The level of mastery of practical skills and knowledge will be assessed promptly by means of preliminary exams, using a ten-point scale as well as special and descriptive criteria (positive grade from 6 to 10). |
| Raven teoretičnega znanja in uporabe praktičnega ter metodičnega znanja bomo ocenjevali z izpitno nalogo (tematska priprava in pripadajočih 12 učnih priprav) ter njenim ustnim zagovorom. Pogoji za pristop k teoretičnemu izpitu je urejena osebna mapa z učnimi pripravami in izbranimi strokovnimi gradivi. | 50,00 % | The level of theoretical knowledge and application of practical and methodical knowledge will be assessed by a written exam (thematic preparation and pertaining 12 teaching preparations) and an oral defence. The condition for taking a theoretical exam is a complete personal file with teaching preparations and selected expert material. |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references: Prof. dr. Frane Erčulj Več kot 500 enot znanstvenih, pedagoških in strokovnih del s področja košarke (od leta 1993 naprej).</p> |
|---|

Asistent pri predmetu Teorija in metodika košarke (od 1993 do 1998); Asistent na področju kineziologije v polistrukturnih acikličnih in kompleksnih športih (od 1998 do 2007); Visokošolski učitelj – izredni profesor na področju kineziologije v polistrukturnih acikličnih in kompleksnih športih.

Košarkarski trener od 1989 do 1997 (različne starostne kategorije klubskih selekcij KD Slovan, pomočnik trenerja mladinske in članske ženske reprezentance Slovenije).

Član strokovnega sveta Košarkarske zveze Slovenije (KZS).

Član strokovnega sveta Republike Slovenije za šport.

Predsednik sveta trenerjev pri KZS.

Vodja usposabljanja strokovnih kadrov v košarki.

Vodja in predavatelj na številnih tečajih za naziv TRENER MLADIH in TRENER v košarki.

Vodja in predavatelj na številnih seminarjih stalnega strokovnega izpopolnjevanja za vzgojiteljice, razredne učiteljice in profesorje športne vzgoje.

Glavni in odgovorni urednik revije Šport (revija za teoretična in praktična vprašanja športa).

KOŠARKA 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--------------|
| Predmet: | Košarka 3 |
| Course title: | Basketball 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098642 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 543 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | 15 | | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Frane Erčulj

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|---------------------------------|---|
| Vpis v 1. letnik mag. programa. | Enrolment in the 1st year of the master's programme |
|---------------------------------|---|

| Vsebina: | Content (Syllabus outline): |
|--|--|
| Temeljni vsebinski sklopi (skupaj s predmetom Košarka 2): 1. Organiziranje strokovnega dela V okviru športnih interesnih dejavnosti osnovnih šol ter košarkarske šole vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskih društvih 2. Usmerjanje in izbiranje (selekcioniranje) Začetno prepoznavanje in usmerjanje nadarjenih otrok v šport in košarko, izbiranje nadarjenih igralcev ali igralk za šolske reprezentance ali ekipe vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskem društvu. 3. Upravljanje vadbenega procesa Teorija in metodika vadbe košarke vseh kategorij dečkov in deklic. Minimalni standardi znanj po starostnih kategorijah. Načrtovanje, izvajanje in nadzorovanje vadbenega procesa za igralce in igralk v športnih interesnih dejavnostih in v društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic. | Basic content units (together with the Basketball 2 course): 1. Organising expert work In the framework of sports interest activities in primary schools and the basketball school for all categories of boys and girls in basketball clubs 2. Guidance and selection Initial identification and guiding of talented children into basketball; selecting talented players for school teams or teams of all categories of boys and girls in basketball societies. 3. Training process management Theory and methodology of basketball training for all categories of boys and girls. Minimum knowledge standards by age category. Planning, implementing and supervising the training process for male and female players in sports interest activities and in basketball schools and societies for boys and girls. |

| | |
|---|--|
| <p>4. Tehnika, posamična ter skupinska taktika Vsi elementi in sestave vsestranske tehnike, posamične in skupinske taktike, temeljna sodelovanja med igralci na različnih igralnih mestih (branilec – branilec, branilec – krilo, branilec – center, krilo – center) v napadu in obrambi.</p> <p>5. Skupna taktika v napadu in obrambi Protinapad 3:2, postavljeni napadi z enim centrom proti osebni obrambi (2. in 3. težavnostna stopnja), napadi proti prehodnim osebnim obrambam, postavljene in prehodne osebne obrambe, posebne situacije (taktične sestave pri vračanju žoge v igrišče).</p> <p>6. Pripravljanje ekipe na tekmo in vodenje tekme Analiza igre nasprotnika, izbor protitaktike, priprava na nasprotnika, vodenje ekipe na tekmi.</p> <p>7. Tekmovanja šolskih košarkarskih ekip in ekip vseh kategorij dečkov in deklic v košarkarskih društvih Oblike in značilnosti medšolskih tekmovanj (lokalnih, območnih, Pionirski festival, Šolska košarkarska liga); oblike in značilnosti tekmovanj za mlajše starostne kategorije v košarkarskih društvih (lokalna, območna, državna); organiziranje turnirskih in ligaških tekmovanj ter posameznih tekem.</p> | <p>4. Technique, individual and group tactics All elements and composition of general techniques, individual and group tactics, basic cooperation between players on different playing positions (guard–guard, guard–forward, guard–centre, forward–centre) in offence and defence.</p> <p>5. Joint tactics in offence and defence Fast break 3:2, set offences with one centre against personal defence (difficulty levels 1 and 2), offences against transitory personal defences, set and transitory personal defences, special situations (tactical compositions in the side line throw-ins).</p> <p>6. Preparing the team for a match and leading a match Analysis of the opponent’s play, selection of counter-tactics, preparing for opponents, leading a team during the match.</p> <p>7. Competitions of school basketball teams and teams of all boys and girls in basketball societies Types and characteristics of inter-school competitions (local, regional, pioneer festival, School Basketball League); types and characteristics of competitions for younger age categories in basketball societies (local, regional, national); organising tournaments and league competitions and individual matches.</p> |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Buceta, J.M., Mandoni, M., Avakumović, A., Killik, L. (2000). Basketball for young players – guidelines for coaches. Madrid: FIBA.
2. Dežman, B. (2004). Košarka za mlade igralce in igralke. Ljubljana: Inštitut za šport.
3. Dežman, B. (2004). Metodika učenja košarke v osnovni in srednji šoli (prva, druga in tretja težavnostna stopnja). Ljubljana: Zavod ŠKL.
4. Dežman, B. (2005). Osnove teorije treniranja v izbranih moštvenih športnih igrah. Ljubljana: Inštitut za šport.
5. Dežman, B., Brajdič, I. (2006): Mala košarka – metodika poučevanja in učenja (DVD).
6. Dežman, B., Erčulj, F. (2005). Kondicijska priprava v košarki. Ljubljana: Inštitut za šport.
7. Erčulj, F., Kotnik, S., Besedič, B. (2007). Posamična taktika centra v napadu (DVD), Ljubljana: Fakulteta za šport.
8. Erčulj, F., Bergant, B., Gašparin, D., Sila, B. (2018). Košarka v obdobju osnovne šole. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
9. Vujin, S., Erčulj, F., Remic, P. (2016). Sodobni koncepti v kondicijski pripravi mladih košarkarjev. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
10. FIBA (2018). Uradna košarkarska pravila 2018 (prevod). <http://www.kzs-zveza.si/spl-akti-pravilniki.php/>
11. Foran, B. (2007). Complete Conditioning for Basketball. Champaign IL: Human Kinetics.
12. Ličen, S. in Erčulj, F. (2006). Pravila za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
13. Ličen, S. in Erčulj, F. (2006). Priročnik za sojenje male košarke. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
14. Ličen, S., Dežman, B. (2003). Mehanika sojenja za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport.
15. Ličen, S., Dežman, B. (2003). Mehanika sojenja za košarkarske sodnike pripravnik. Ljubljana: Fakulteta za šport.
16. Messina, E. (1997). Basic principles of the half court offense. Muenchen: WABC.
17. Kovač, M., Novak, D. (2001). Gimnazije – Učni načrt – Športna vzgoja. Ljubljana: Urad za šolstvo RS.
18. Kovač, M., Novak, D. (2006). Osnovna šola – Učni načrt – Športna vzgoja. Ljubljana: Urad za šolstvo RS.
19. Strokovna gradiva na spletni strani www.kosarka.co.nr (pisna gradiva – športna vzgoja, video gradiva).

20. Strokovna gradiva na spletni strani www.kosarka.co.nr (pisna gradiva – športno treniranje - treniranje mladih; športna vzgoja; video gradiva).
21. Trninič, S. (2006). Selekcija, priprava i vodjenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta – Marko d.o.o.
22. Ulicna_kosarka_pravila.doc in ulicna-kosarka-propozicije.doc (<http://www.kzs-zveza.si/spl-akti-pravilniki.php/>)
23. Wootten, M., Gilbert, D. (2002). Coaching Basketball Successfully. Illinois: Leisure Press

Razni avtorji:

1. izbrani strokovni članki iz strokovne revije Assist (FIBA),
2. izbrani članki v reviji Šport,
3. Pravilnik o licenciranju trenerjev, Registracijski pravilnik, Tekmovalne propozicije

Pomembnejši pravni dokumenti na spletni strani Združenja košarkarskih trenerjev (<https://www.kosarkarski-trenerji.com/>) in Košarkarske zveze Slovenije (www.kzs-zveza.si).

Cilji in kompetence:

Skupaj s predmetom Košarka 2

Cilji:

- Študenti spoznajo učinkovito organizacijo vadbe košarke v športnih interesnih dejavnostih osnovnih šol in v društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic; tehniko in taktiko, ki je primerna za vse starostne kategorije dečkov in deklic; teorijo in metodiko vadbe košarke za vse starostne kategorije dečkov in deklic; izsledke raziskav na tem področju..
- Študenti znajo uspešno prepoznati nadarjene otroke in izbirati kakovostne mlade igralce in igralke; ustrezno in učinkovito načrtovati, izvajati in nadzorovati vadbeni proces z vsemi starostnimi kategorijami dečkov in deklic.

Predmetno specifične kompetence:

Študenti bodo usposobljeni za organiziranje dela z vsemi starostnimi kategorijami dečkov in deklic v športnih interesnih dejavnostih, pri izbirnem programu športne vzgoje v srednjih šolah in društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic, za strokovno pravilno in učinkovito iskanje nadarjenih otrok, upravljanje vadbenega procesa, pripravo ekipe na tekmovanje in vodenje ekip na tekmah.

Objectives and competences:

Together with the Basketball 2 course

Objectives:

- Students learn about effective organisation of basketball training in sport extracurricular activities in primary schools and basketball schools and societies for boys and girls; technique and tactics that re appropriate for all age categories of boys and girls; theory and methodology of basketball training for all age categories of boys and girls; research findings in this area.
- Students can identify talented children and select high-quality young players; they can appropriately and effectively plan, implement and supervise the training process with all age categories of boys and girls.

Subject-specific competences:

Students will be qualified for organising work with all age categories of boys and girls in sport extracurricular activities, in the selective programme of physical education in secondary schools and basketball schools and societies for boys and girls, for expert and efficient identification of talented children, managing the training process, preparing the team for the competition and managing teams during matches.

Predvideni študijski rezultati:

Skupaj s predmetom košarka 2:

Znanje:

Študenti bodo usvojil košarkarska znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati vaditelj, ki vadi košarko v športnih interesnih dejavnostih šol ali društvenih košarkarskih šolah dečkov in deklic. Razumeli bodo zakonitosti prepoznavanja in izbiranja nadarjenih otrok, upravljanja vadbenega procesa košarke ter zakonitosti priprave in vodenja ekip na tekmovanjih vseh starostnih kategorij dečkov in deklic.

Uporaba:

Študenti bodo sposobni smotrno izbirati cilje, vsebine, oblike, metode in sredstva vadbenega procesa glede na starost dečkov in deklic in različne vadbene pojge.

Intended learning outcomes:

Together with the Basketball 2 course

Knowledge:

Students will acquire basketball knowledge, competences and skills that a basketball teacher must be acquainted with when instructing basketball in sport extracurricular activities of schools or basketball schools and societies for boys and girls. They will understand the laws of identification and selection of talented children, management of the basketball training process as well as how to prepare and lead teams in competitions for all age categories of boys and girls.

Application:

Students will be capable of reasonably selecting objectives, content, forms, methods and means of the

| | |
|--|--|
| <p>Sposobni bodo tudi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • organizirati strokovno delo z dečki in deklicami v športnih interesnih dejavnostih ali v košarkarskem društvu, • prepoznati nadarjene otroke in izbirati nadarjene mlade igralce in igralko, • upravljati vadbeni proces v različnih vadbinih pogojih in pripraviti mlade igralce in igralko na različna tekmovanja ter voditi ekipo na njih. <p>Refleksija: Študenti bodo sposobni kritično ovrednotiti uspešnost svojega vaditeljskega dela . Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno izobraževali. Sposobni bodo tudi kritično ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij upravljanja vadbene procesa za omenjene starostne kategorije igralcev in igralk ter reševanja sporov v odnosih med vaditeljem, igralci, starši in upravo.</p> | <p>training process based on the age of boys and girls and different training conditions. They will also know how to:</p> <ul style="list-style-type: none"> • organise expert work with boys and girls in sport extracurricular activities or basketball societies; • identify talented children and select talented young players; • manage the training process in different training conditions; and • prepare young basketball players for different competitions as well as lead the team. <p>Reflection: Students will be able to critically asses the quality of their coaching. Based on that they will take up additional training. They will be able to critically assess the reasonableness and effectiveness of the applied strategies of training process management for the abovementioned age categories of players as well as to resolve disputes in the relations between the coach, the players, the parents and the management.</p> |
|--|--|

| | |
|--|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja: Praktična ter metodična znanja in spretnosti bodo posredovana v obliki nastopov in praktične vadbe ter v individualnih konzultacijah s študentih. Vsak nastop bomo analizirali na podlagi posebnega obrazca in ovrednotili (ocena s strani študentov, profesorja in samoocena). Po nastopu bodo študenti izvedli tudi samorefleksijo. Seminarska naloga: vadbena (učna) priprava z določeno vsebino in metodami dela</p> | <p>Learning and teaching methods: Practical and methodical knowledge and skills will be imparted in the form of presentations and practical training as well as during individual consultations with students. Every presentation will be analysed using a special form and will be assessed (assessments by students and professors as well as self-assessment). After the presentation, students will perform self-reflection. Seminar paper: training (teaching) preparations with specific content and work methods</p> |
|--|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|---|---------------------|---|
| <p>Nastop študenta bomo analizirali v diskusiji skupaj z vsemi študenti na osnovi točno določenih postavk (obrazca). Študent bo ocenil svoj nastop (samoocena) na podlagi omenjene diskusije in pripomb sošolcev in profesorja. Končno oceno nastopa poda profesor. Oцени se posebej učna (vadbena priprava) in izpeljava nastopa v razmerju 50:50.</p> | | <p>The student's presentation will be analysed in a discussion with all students, based on predefined criteria (items in a form). The student will assess their presentation self-assessment) based on the above mentioned discussion and the comments of other students and professor. The final grade is given by the professor. The training (teaching) preparations are assessed separately from the performance of the presentation (50:50).</p> |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references: prof. dr. Frane Erčulj Več kot 500 enot znanstvenih, pedagoških in strokovnih del s področja košarke (od leta 1993 naprej). Asistent pri predmetu Teorija in metodika košarke (od 1993 do 1998); Asistent na področju kineziologije v polistrukturiranih acikličnih in kompleksnih športih (od 1998 do 2007); Visokošolski učitelj – izredni profesor na področju kineziologije v polistrukturiranih acikličnih in kompleksnih športih.</p> |
|---|

Košarkarski trener od 1989 do 1997 (različne starostne kategorije klubskih selekcij KD Slovan, pomočnik trenerja mladinske in članske ženske reprezentance Slovenije).

Član strokovnega sveta Košarkarske zveze Slovenije (KZS).

Predsednik sveta trenerjev pri KZS.

Vodja usposabljanja strokovnih kadrov v košarki.

Član strokovnega sveta Republike Slovenije za šport.

Vodja in predavatelj na številnih tečajih za naziv TRENER MLADIH in TRENER v košarki.

Vodja in predavatelj na številnih seminarjih stalnega strokovnega izpopolnjevanja za vzgojiteljice, razredne učiteljice in profesorje športne vzgoje.

Glavni in odgovorni urednik revije Šport (revija za teoretična in praktična vprašanja športa).

MAGISTRSKO DELO

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-----------------|
| Predmet: | Magistrsko delo |
| Course title: | Master's thesis |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043086 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1003 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | | | 450 | 450 | 30 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|-----------------------|
| | Prerequisites: |
|--|-----------------------|

Vsebina:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Content (Syllabus outline): |
|--|------------------------------------|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Objectives and competences: |
|--|------------------------------------|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|------------------------------------|
| | Intended learning outcomes: |
|--|------------------------------------|

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|---------------------------------------|
| | Learning and teaching methods: |
|--|---------------------------------------|

Načini ocenjevanja: **Delež/Weight** **Assessment:**

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

MANAGEMENT ŠOLSКИH ŠPORTNIH PROGRAMOV

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--|
| Predmet: | Management šolskih športnih programov |
| Course title: | Management of school sports programmes |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|------------------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni, izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098864 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1028 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 45 | 30 | 15 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Gregor Jurak

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--------------------------|--|
| Vpis v 2. letnik študija | Prerequisites: Enrolment in the second year of the master study |
|--------------------------|--|

Vsebina:

Predmet zajema tako teoretično predstavitev dodatne športne ponudbe kot praktično sodelovanje v pripravi in izvedbi organizacijsko različnih športnih programov.

Temeljne vsebine:

Športni pedagog kot promotor gibalne dejavnosti na šoli in v lokalnem okolju
Organiziranje samega sebe, delovnega okolja, učencev in opreme, časovno obvladovanje pouka
Management šolskih projektov in vpetost športnih programov v širše projekte šole (zdrava šola, eko šola, športna šola ...)
Vloge učitelja in ravnatelja kot menedžerja
Učitelj razrednik in upravljanje z razredom
Sodelovanje z drugimi učitelji
Športno življenje na šoli in povezave z okoljem (šola - klub, društvo, druge organizacije; šola - starši; šola - zdravstvena služba)

Content (Syllabus outline):

The subject includes theoretical presentations of extracurricular sports activities and practical acquisition of skills for managing different types of school sports programmes.

The basic contents:

PE teacher as physical activity (PA) advocate on the school and in the local environment
Organising of self, learning environment, students and equipment, time management of class
Management of school projects and integration of sports programmes into school projects (Healthy School, Eco School, Sports School...)
Role of teacher and principal as manager
Class teacher and class management
Cooperation with other teachers
Sport life at school and connections with local community (school – sport clubs, other

| | |
|--|--|
| <p>Management športnih interesnih programov na nacionalni in lokalni ravni Financiranje športnih interesnih programov Trajnostni razvoj in šolski športni programi Management šolskih športnih tekmovanj in prireditev Uporaba tržnih strategij za promocijo gibanja, zdravja in športa Kakšen je sodoben športni objekt in oprema Vloga športnega pedagoga pri gradnji, obnovi in vzdrževanju športnega objekta Prepoznavanje nadarjenih za šport in različne organizacijske oblike dela z nadarjenimi</p> | <p>organizations, school - parents, school - health service) Management of extracurricular sports programmes at national and local level Financing of extracurricular sports programmes Sustainable development and school sports programmes Management of school sports competitions and events Use of marketing strategies for the promotion of PA, health and sport What is a modern sports facility and equipment The role of a PE teacher in the construction, renovation and maintenance of a sports facility Identifying sport talents and various organizational forms of working with talents</p> |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <p>Jurak, G. in Pavletič Samardžija, P. (2014). Nacionalni program šport v Republiki Sloveniji 2014-2023. Ljubljana: MIZŠ. Jurak, G. in Pavletič Samardžija, P. (2014). Izvedbeni načrt Nacionalnega programa športa v Republiki Sloveniji 2014-2023. Ljubljana: MIZŠ. Jurak, G., Kolar, E., Kovač, M. in Bednarik, J. (2012). Management športnih objektov. Ljubljana: Fakulteta za šport. Kolar, E. in Zaletel, Z. (2013). Management (športnih) prireditev. Ljubljana: Agencija Poti. Jurak, G. in sod. (2013). Uporabniški vidiki šolskih športnih dvoran. Šport, 61(3-4), priloga. Kovač, M. in Jurak, G. (2012). Izpeljava športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport. Kovač, M. idr. (2007). Šport in življenjski stili slovenskih otrok in mladine. Ljubljana: Fakulteta za šport in Zveza društev športnih pedagogov Slovenije. Jurak, G., Kovač, M., Strel, J., Starc, G., Žagar, D., Ceciĉ Erpiĉ, S. idr. (2005). <i>Športno nadarjeni otroci in mladina v slovenskem šolskem sistemu</i> (240 str.). Koper: Annales, Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središĉe Koper.</p> |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| <p>Študenti dobijo temeljna teoretiĉna znanja in praktiĉne spretnosti za management šolskih športnih in drugih projektov, organizacijo in vodenje razreda, športnega življenja na šoli, organizacijo prireditev in tekmovanj, ravnanja s šolskimi športnimi objekti, spoznajo management dela z nadarjenimi za šport in osnove trženja športnih programov. Nauĉijo se zasnovati, izpeljati in ovrednotiti projekt priprave in izvedbe športnih programov za mlade ter spoznajo vpetost športnih programov v širše zasnovane projekte v vzgoji in izobraževanju (zdrava šola, eko šola ipd.).</p> | <p>Objectives and competences: Students acquire basic theoretical knowledge and practical skills for managing school sports and other projects, organizing and managing classes, sports life at school, organizing events and competitions, handling school sports facilities, getting to know the management of work with sports talents and the basics of marketing of sports programmes. They learn to design, implement and evaluate the project of preparing and implementing sports programmes for young people and to learn about the integration of sports programmes into wider concepts in education and training (different PA intervention programmes, extended school programme, Healthy School, Eco School, etc.).</p> |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|---|--|
| <p><i>Znanje in razumevanje:</i> Znanje priprave športnih (intervencijskih) programov za mlade skladno z načeli projektnega managementa. Razumevanje vpetosti športa v različne, širše zasnovane projekte.</p> | <p>Intended learning outcomes: Knowledge and Understanding:</p> |
| | <p>Knowledge of preparing sports (intervention) programmes for young people in accordance with the principles of project management.</p> |
| | <p>Understanding sport's involvement in various, wider-designed projects.</p> |

| | |
|--|--|
| Razumevanje pomena managementa šolskih športnih objektov, programov in prireditev. | Understanding the importance of managing school sports facilities, programmes and events. |
| Razumevanje vloge managementa pri delu z mladimi nadarjenimi športniki. | Understanding the role of management in working with young talented athletes. |
| Razumevanje uporabe osnovnih poslovnih orodij za poslovno načrtovanje. | Understanding the use of basic business tools for business planning. |
| <i>Uporaba:</i> | Application: |
| Uporaba znanj za pripravo in izpeljavo različnih šolskih in obšolskih projektov (programov, prireditev, tekmovanj) in organizacijo učiteljevega dela | Use of knowledge for the preparation and implementation of various school and out-of-school projects (programmes, events, competitions) and the organization of the teacher's work |
| <i>Refleksija:</i> | Reflection: |
| Utemeljevanje ciljev projekta skladno s strateškim načrtom šole. | Justification of the objectives of the project in accordance with the strategic plan of the school. |
| Utemeljevanje uporabe različnih dejavnosti in poslovnih orodij za pripravo športnih programov in drugih šolskih projektov. | Justification of the use of various activities and business tools for the preparation of sports programmes and other school projects. |
| Kritično ovrednotenje kakovosti športnih programov, ki jih ponuja trg. | Critical evaluation of the quality of sports programmes offered by the market. |
| Kritičen pogled na vlogo športa pri promociji šole. | A critical view of the role of sports in promoting the school. |
| Prepoznavanje nadarjenih za šport. | Identifying talents for sport. |
| <i>Prenosljive spretnosti:</i> | Transferable skills: |
| Organizacijske spretnosti. Komunikacijske spretnosti na različnih ravneh. | Organizational skills. Communication skills at different levels. |

| | |
|---|--|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| Predavanja, vaje, seminar (akcijsko raziskovanje, zasnova projekta) | Lectures, exercises, seminar (action research, project design) |

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|----------------------------|---------------------|--------------------|
| Osebna mapa | 20,00 % | Portfolio |
| Pisni izpit | 80,00 % | Written exam |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|---|
| Reference nosilca/Lecturer's references: |
| <p>prof. dr. GREGOR JURAK</p> <p>Na Fakulteti za šport je diplomiral leta 1996, magistriral leta 1999, doktoriral pa leta 2002. Leta 2006 je magistriral tudi na Ekonomski fakulteti. Njegova bibliografija obsega več kot 500 bibliografskih enot. Njegovo znanstveno-raziskovalno delo je v zadnjih letih usmerjeno v preučevanje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj otrok in mladine, učnega okolja pri športni vzgoji, nekaterih področij managementa v športu in didaktičnih pojavov. Dvakrat je bil predsednik organizacijskega odbora mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010), večkrat pa tudi član znanstvenih svetov drugih kongresov. Je član uredniških odborov in recenzent v različnih znanstvenih revijah. Skoraj desetletje je bil direktor Fundacije za šport, bil je tudi član različnih strokovnih organov OKS. Trenutno je član Strokovnega sveta RS za šport. Predava na programih Fakultete za šport in je soavtor petih univerzitetnih učbenikov z recenzijo ter številnih drugih priročnikov.</p> <p>Prof. Dr. Gregor Jurak graduated at the Faculty of Sports, University of Ljubljana in 1996, finished his master in 1999 and his PhD in 2002. He also finished his master degree in 2006 at the Faculty of Economics, University of Ljubljana. His bibliography includes more than 500 bibliographic units. His scientific research focuses on the field of environmental factors that are affecting physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, working conditions, health problems, competences of PE teachers and study of some aspects of management in sport. He is the author of the National sports program and co-</p> |

author of several sports projects in the Slovenian sport. He was chairman of the organizing committee of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). He is an editorial board member and reviewer for many scientific journals. He was the president of the Enlarged subject committees for physical education at the Institute for Education in Republic of Slovenia, member of the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education, head of swimming literacy at the Institute for Sport Planica and co-author of sports programs for children (eg. Krpan) . He was also a member of various advisory bodies at the Institute for Sport Planica and the member of the Expert Council for Sport. He is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP), first author of a new National program of sports and co-author of seven university textbooks and some other manuals.

METODOLOGIJA V ŠPORTU

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------------------|----------------------------|
| Predmet: | Metodologija v športu |
| Course title: | Methodology in kinesiology |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043078 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 989 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 45 | 15 | 15 | | | 75 | 5 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|-----------------------|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Ni | Non |

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">Splošni pregled znanosti in raziskovanjaTema in problem raziskaveMetode raziskovanjaRaziskovalna poročilaEtična vprašanja raziskovanjaZgodovinsko raziskovanjeOpazovalno in korelacijsko raziskovanjeNormativno in razvojno raziskovanjeUvod v kvalitativno raziskovanjeŠtudij (posamičnega) primeraNelinearna korelacija dveh spremenljivk (eta koeficient, nelinearne funkcije, standardna napaka ocene)Multipla linearna regresija (model, predpostavke, razlaga)Multipla in (semi)parcialna korelacijaAnaliza glavnih komponent in faktorska analiza | |
|---|--|

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vzorčenje (vrste vzorcev, ocenjevanje parametrov, napake, manjkajoči podatki) • Anketno raziskovanje (faze, konstrukcija anketnega vprašalnika, statistična analiza) • Analiza poskusov (poskusni načrti, veljavnost, statistične metode za analizo) • Merjenje (pojmi, značilnosti, merske lastnosti, lestvice, merjenje stališč in znanja, konsistentnost in skladnost sojenja) | |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Thomas, J.R., Martin, P.E., Etnier, J.L. in Silverman, S.J. Research Methods in Physical Activity - 8th Edition, Human Kinetics, 2022 • Sparkes, A.C in Smith, Brett. Qualitative Research Methods in Sport, Exercise and Health • From Process to Product. Routledge, London. 2013 • Gratton, C in Jones, I. Research Methods for Sports Studies: Second Edition. Routledge, London. 2010 |
|---|

Cilji in kompetence:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Metodološka usposobljenost za raziskovalno delo na strokovnem področju (zbiranje, obdelava in razlaga rezultatov). • Usposobljenost za raziskovanje v vzgoji in izobraževanju. • Poznavanje raziskovalnega dela na strokovnem področju. • Usposobljenost za raziskovanje v športu. • Obvladovanje kliničnih in laboratorijskih diagnostičnih postopkov. • Informacijska pismenost. • Sposobnost analize, sinteze in predvidevanje rešitev in posledic. |
|--|

Objectives and competences:

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Methodological competence for research work in the professional field (collection, processing and interpretation of results). • Competence for research in education. • Knowledge of research work in the professional field. • Competence to conduct research in sports. • Information literacy. • The ability to analyze, synthesize and predict solutions and consequences. |
|---|

Predvideni študijski rezultati:

| |
|---|
| <p>Znanje in razumevanje: Poznavanje osnovnih pojmov, zakonitosti in postopkov v raziskovanju (vključno s poročanjem), merjenja, vzorčenja, obdelave in razlage rezultatov</p> <p>Uporaba: Spremljanje in kritično vrednotenje strokovne in znanstvene literature. Usposobljenost za samostojno izvajanje tipičnih oblik enostavnejših, zlasti terenskih raziskav. Usposobljenost za sodelovanje v posameznih fazah zahtevnejših raziskav.</p> <p>Refleksija: Lastnega razumevanja teorije in izkušenj v praksi, kritično ovrednotenje skladnosti med teoretičnimi načeli in praktičnim ravnanjem.</p> |
|---|

Intended learning outcomes:

| |
|--|
| <p>Knowledge and understanding: Understanding key terms, concepts and methods of research, report writing, measurement, sampling, data analysis and results interpretation.</p> <p>Use: Monitoring and critical evaluation of professional and scientific literature. The ability to independently conduct typical forms of simpler field research. The ability to participate in individual phases of more demanding research.</p> <p>Reflection: One's own understanding of theory and practical experience, critical evaluation of the coherence between theoretical principles and practical conduct.</p> |
|--|

Metode poučevanja in učenja:

| |
|--|
| <p>Predavanja, seminarji, raziskovalni seminarji, individualne naloge, vodeni individualni (skupinski) študij, sodelovalno učenje / poučevanje, konference, laboratorijske vaje, simulacije, e-študij (s sodelovanjem učitelj-študenti in študentje med sabo).</p> |
|--|

Learning and teaching methods:

| |
|--|
| <p>Lectures, seminars, individual (home) works, learning in small groups, conferences, laboratory tutorials, e-learning.</p> |
|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|--------------|--|
| (b) Zaključni izpit (Izpit v računalniški učilnici z vprašanji različnih tipov) | 50,00 % | b) Exam in a computer classroom with questions of different types |
| Variante opravljanja izpita (lestvica 5-10): (a) Seminarska naloga priprave raziskovalnega projekta (pregled literature področja z cilji projekta, metodologija z vzorčenjem, metode zbiranja podatkov, metode analize podatkov, pričakovani rezultati in doprinos k znanosti) | 50,00 % | Variants of passing the exam (scale 5-10): a.) Preparation of a research project – review of literature with project objectives, methodology with sampling, methods of data collection, methods of data analysis, expected results and contribution to science |

| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
|--|--|
| 5 - 10, pri čemer velja, da je pozitivna ocena od 6 - 10 | 5 - 10, a student passes the exam if he is graded from 6 to 10 |

Reference nosilca/Lecturer's references:

doc. dr. Jožef Šimenko, FHEA

1. **ŠIMENKO, Jožef**, KOVČAN, Bogdan, PORI, Primož, VODIČAR, Janez, VODIČAR, Miha, HADŽIĆ, Vedran. The relationship between army physical fitness and functional capacities in infantry members of the Slovenian armed forces. *Journal of strength and conditioning research*, Dec. 2021, iss. 12, str. 3506-3512
2. **ŠIMENKO, Jožef**, ČUK, Ivan. Reliability and validity of NX-16 3D body scanner. *International journal of morphology*, 2016, vol. 34, no. 4, str. 1506-1514
3. CEYLAN, Bayram, TAŞKIN, Hasan Basri, **ŠIMENKO, Jožef**. Effect of ischemic preconditioning on acute recovery in elite judo athletes : a randomized, single-blind, crossover trial. *International journal of sports physiology and performance*, 2023, vol.18, iss.2 , str. 1-7
4. BLACH, Wieslaw, SMOLDERS, Peter, **ŠIMENKO, Jožef**, MAĆKAŁA, Krzysztof. Diagnostics of tissue involved injury occurrence of top-level judokas during the competition : suggestion for prevention. *PeerJ*, 2022, art. e13074, str. 1-20
5. KOVČAN, Bogdan, VODIČAR, Janez, **ŠIMENKO, Jožef**, VIDEMŠEK, Mateja, PORI, Primož, HADŽIĆ, Vedran. Retrospective and cross-sectional analysis of physical training-related musculoskeletal injuries in Slovenian armed forces. *Military medicine*, 2019, vol. 184, iss. 1/2, str. e195-e199
6. MORALES, Jose, ITEYA, Misaki, MULROY, James, KONS, Rafael L., **ŠIMENKO, Jožef**, FUKUDA, David H., ESCOBAR, Raquel, GUERRA, Myriam, PIERANTOZZI, Emanuela, MORAGAS, Marta. Injury risk analysis among judo athletes with intellectual disabilities. *International journal of sports medicine*. 2024, vol. 44, iss. , str. 1-8,
7. NABILPOUR, Maghsoud, SAMANIPOUR, Mohammad Hossein, BRAGAZZI, Nicola Luigi, HADDAD, Monoem, HERRERA-VALENZUELA, Tomás, TAO, Dan, BAKER, Julien S., **ŠIMENKO, Jožef**. An investigation into the associations between psychological skills, anaerobic fitness, and aerobic fitness in elite Iranian taekwondo athletes. *PLoS one*. 2023, vol. 18, iss. 7, art. e0288227, str. 1-12,
8. **ŠIMENKO, Jožef**, HADŽIĆ, Vedran. Bilateral throw execution in young judokas for a maximum all year round result. *International journal of sports physiology and performance*, 2022, vol. 17, iss. 5, str. 720-725
9. RAUTER, Samo, **ŠIMENKO, Jožef**. Morphological asymmetries profile and the difference between low- and high-performing road cyclists using 3D scanning. *Biology*, 2021, vol. 10, iss. 11, 13 str
10. CEYLAN, Bayram, KONS, Rafael L., DETANICO, Daniele, **ŠIMENKO, Jožef**. Acute dehydration impairs performance and physiological responses in highly trained judo athletes. *Biology*, 2022, vol. 11, iss. 6, art. 872, str. 1-9

11. PORI, Primož, KOVČAN, Bogdan, VODIČAR, Janez, DERVIŠEVIĆ, Edvin, KARPLJUK, Damir, HADŽIĆ, Vedran, **ŠIMENKO, Jožef**. Predictive validity of the single leg hamstring bridge test in military settings. *Applied sciences*, Feb. 2021, vol. 11, iss. 4, art. 1822, 11 str
12. SELMI, Walid, HAMMAMI, Achraf, HAMMAMI, Raouf, CEYLAN, Halil Ibrahim, MORGANS, Ryland, **ŠIMENKO, Jožef**. Effects of a 6-week agility training program on emotional intelligence and attention levels in adolescent tennis players. *Applied sciences*. 2024, vol. 14, iss. 3, art. 1070, str. 1-12
13. EKEN, Özgür, CEYLAN, Halil Ibrahim, KURTOĞLU, Ahmet, **ŠIMENKO, Jožef**. The effect of time of day on Special Judo Fitness Test in active judokas : evaluation in terms of chronotype. *Chronobiology international*. 2023, vol. , iss. , art. , str. 1-11
14. WAŚACZ, Wojciech, RYDZIK, Lukasz, **ŠIMENKO, Jožef**, KĘDRA, Andrzej, BLACH, Wieslaw, AMBROŻY, Tadeusz. The development of the Special Brazilian Jiu-Jitsu fitness test : takedown zone (SBJJFT-TZ), Gi formula. *Applied sciences*. 2024, vol. 14, iss. 11, art. 4711, str. 1-17
15. CEYLAN, Bayram, AYDOS, Latif, **ŠIMENKO, Jožef**. Effect of rapid weight loss on hydration status and performance in elite judo athletes. *Biology*. 2022, vol. 11, iss. 4, art. 500, str. 1-12
16. CEYLAN, Bayram, TAŞCAN, Mesut Burak, **ŠIMENKO, Jožef**, BALCI, Şükrü Serdar. Habit or lack of education? Hypohydration is present in elite senior judo athletes even during a weight-stable training camp. *International journal of sports science & coaching*. 2023, no. 6, str. 2189-2197
17. PEČNIKAR OBLAK, Viktorija, KARPLJUK, Damir, VODIČAR, Janez, **ŠIMENKO, Jožef**. Inclusion of people with intellectual disabilities in judo : a systematic review of literature. *Archives of Budo*, 2020, vol. 16, iss. 1, str. 245-260
18. DOPICO-CALVO, Xurxo, MAYO, Xián, SANTOS, Luis, CARBALLEIRA, Eduardo, **ŠIMENKO, Jožef**, CEYLAN, Bayram, CLAVEL, Iván, IGLESIAS-SOLER, Eliseo. When and how a judo contest ends : analysis of scores, penalties, rounds and temporal units in 2018, 2019 and 2021 World Championships. *Applied sciences*, 2023, vol. 13, iss. 4, art. 2395, str. 1-16
19. DAKIĆ, Miloš, TOSKIĆ, Lazar, ILIĆ, Vladimir, ĐURIĆ, Saša, DOPSAJ, Milivoj, **ŠIMENKO, Jožef**. The effects of massage therapy on sport and exercise performance : a systematic review. *Sports*, ISSN 2075-4663, 2023, iss. 6, art. 110, str. 1-15
20. KAJMOVIĆ, Husnija, KARPLJUK, Damir, KAPO, Safet, **ŠIMENKO, Jožef**. Comparison of individual penalties according to gender and weight categories of elite judo athletes from four World Championships. *Biology*, 2022, vol. 11, iss. 9, art. 1284, str. 1-11

doc. dr. Tim Kambič

1. **Kambic, T.**, Hansen, D., Eijsvogels, T.M.H. (2024). Cardiac Rehabilitation — Challenges and Advances. *The New England Journal of Medicine*, 390 (19): 1834-1835.
2. **Kambič, T.**, Novaković, M., Lainscak, M. (2022). Effect of a Home-Based, Walking Exercise Behavior Change Intervention vs Usual Care on Walking in Adults With Peripheral Artery Disease. *JAMA* 328(6):584. doi:10.1001/jama.2029750
3. **Kambic, T.**, Lavie, C.J., Eijsvogels, T.M.H. (2024). Seeking synergy for novel weight- and glucose-lowering pharmacotherapy and exercise training in heart failure patients with preserved ejection fraction. *European Heart Journal*, ehad856 <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehad856>
4. **Kambic, T.** (2023). Effects of low-load and high-load resistance training combined with aerobic training in patients with coronary artery disease: a dose-dependent randomised, controlled trial (PhD Academy Award). *British Journal of Sports Medicine*, 57 (20): 1337-1338.
5. **Kambič, T.**, Piepoli, M.F., Lainščak, M. (2022). Exercise intolerance in heart failure: beyond mitochondrial dysfunction. *European Journal of Heart Failure*, 24 (5), 910, doi: 10.1002/ejhf.2461.
6. **Kambic, T.**, Edelmann, F., Lainscak, M (2023). Letter by Kambic et al. Regarding Article, “A Randomized, Controlled Trial of Resistance Training Added to Caloric Restriction Plus Aerobic Exercise Training in Obese Heart Failure with Preserved Ejection Fraction”. *Circulation: Heart failure*, 16(5): e010401. Doi: 10.1161/CIRCHEARTFAILURE.122.010401
7. **Kambič, T.**, Lainscak, M. (2022). Is blood flow restriction resistance training the missing piece in cardiac rehabilitation of frail patients? *European Journal of Preventive Cardiology*, 30 (2):117-122. <https://doi.org/10.1093/eurjpc/znac048>

8. Kambič, T., Šarabon, N., Hadžić, V., Lainščak, M. (2022). Effects of high-load and low-load resistance training in patients with coronary artery disease: a randomized controlled clinical trial. *European Journal of Preventive Cardiology*, 29 (15):e338-e342. <https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwac063>
9. **Kambič, T.**, Hadžić, V., Lainščak, M. (2023). The effects of different types of resistance training in patients with coronary artery disease. *European Journal of Internal Medicine*, 109:141-143.
10. **Kambič, T.**, Narang, B.J. (2023). Sex and healthy ageing in the respiratory muscle metaboreflex: does oestrogen reduction get on my grandma's nerves? *The Journal of Physiology*, 601 (4): 715-717. <https://doi.org/1113/JP284211>
11. **Kambic, T.**, Burtscher, J. (2024). Making P.E.A.C.E and L.O.V.E in hypoxia: an emerging therapy for accelerated muscle injury regeneration? *The Journal of Physiology*. <https://doi.org/10.1113/JP286241>
12. **Kambič, T.**, Šarabon, N., Hadžić, V., Lainščak, M. (2021). Objectively Measured Physical Activity in Patients with Coronary Artery Disease: A Cross-Validation Study. *Biosensors*, 11(9), 318.
13. **Kambič, T.**, Šarabon, N., Lainščak, M., Hadžić, V. (2022). Combined resistance training with aerobic training improves physical performance in patients with coronary artery disease: a randomised controlled, clinical trial. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9:909385 <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.909385>
14. **Kambič, T.**, Šarabon, N., Hadžić, V., Lainščak, M. (2022). Physical activity and sedentary behavior during cardiac rehabilitation in patients with coronary artery disease: a randomized controlled trial. *International Journal of Cardiology*, 370: 75-79. <https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2022.10.157>
15. Derakhti, M., Bremec, D., **Kambič, T.**, ten Siethoff, L., Psilander, N. (2021). Heavy resisted sprint training is superior to unresisted sprint training in adolescent soccer players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 27 (17): 1343-1351. doi: 10.1123/ijsp.2020-0959
16. **Kambič, T.**, Novaković, M., Tomažin, K., Strojnik, V., Jug, B. (2019). Blood flow Restriction Resistance Exercise Improves Muscle Strength and Hemodynamics, but not Vascular Function in Coronary Artery Disease Patients: A Pilot Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Physiology* <https://doi.org/10.3389/fphys.2019.00656>
17. **Kambič, T.**, Hadžić, V., Lainščak, M. (2021). Hemodynamic response to high- and low-load resistance exercise in patients with coronary artery disease: a randomized, crossover clinical trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (8), 3905. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083905>
18. **Kambič, T.**, Lainščak, M., Hadžić, V. (2020). Reproducibility of isokinetic knee testing using the novel isokinetic SMM iMoment dynamometer. *Plos One* <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237842>
19. **Kambič, T.**, Šarabon, N., Hadžić, V., Lainščak, M. (2021). The effects of high and low load resistance training in patients with coronary artery disease: a rationale and design of a randomized, controlled, clinical trial. *BMJ Open*, 11(7): e051325. doi: 10.1136/bmjopen-2021-051325
20. **Kambič, T.**, Novaković, M., Tomažin, K., Strojnik, V., Božič Mijovski, M., Jug, B. (2020). Hemodynamic and Hemostatic Response to Blood Flow Restriction Resistance Exercise in Coronary Artery Disease: A Pilot Randomized Controlled Trial. *Journal of Cardiovascular Nursing* doi: 10.1097/JCN.0000000000000699

NAMIZNI TENIS

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------------------|---------------|
| Predmet: | Namizni tenis |
| Course title: | Table tennis |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043092 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1093 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| Namizni tenis 2 1.1. Uvodne informacije • zgodovina in organiziranost namiznega tenisa • pravila v namiznem tenisu 1.2 Namiznoteniške vsebine • tehnika in taktika • metoda poučevanja in vadbe • namiznoteniška tekmovanja | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Literatura:

- Hudetz, R.(2000): Tehnika s Vladimirom Samsonovom. Zagreb:Hunos Sport.
- Janškovec, M. (1979). Učni načrt za temeljne in usmerjevalne selekcije v osnovni šoli. Ljubljana:Visoka šola za telesno kulturo.
- Kondrič, M.(2002). Osnove učenja namiznega Namizni tenisa z Bojanom Tokičem. Ljubljana:Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Kondrič, M. (2002). Telesna priprava namiznoteniškega igralca. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

5. Kondrič, M. (2002). Male skrivnosti najhitreje igre na svetu. Murska Sobota: Tiskarna aiP.
6. Krnc, M. (1996). Priročnik za namiznoteniške sodnike in organizatorje tekmovanj. Ljubljana: Namiznoteniška zveza Slovenije.
7. Mikeln, J. (2000). Namizni tenis. Ljubljana: Namiznoteniška zveza Slovenije.

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

| | |
|--|--|
| <p>Cilji: Namizni tenis 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • usposobiti študenta za poučevanje namiznega tenisa. <p>Predmetno specifične kompetence: Namizni tenis 2 usposobiti študenta za izvedbo namiznoteniških udarcev.</p> | |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:

Intended learning outcomes:

| | |
|--|--|
| <p>Znanje: Znanje osnovnih elementov namiznega tenisa.</p> <p>Uporaba: Uporaba pridobljenega znanja pri poučevanju tehnike.</p> <p>Refleksija: Primerjava namiznega tenisa z drugimi igrami z loparji.</p> | |
|--|--|

Metode poučevanja in učenja:

Learning and teaching methods:

| | |
|---------------------------|--|
| Predavanja, vaje, nastopi | |
|---------------------------|--|

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|---------|--|
| teoretični kolokvij – opravil / ni opravil | 15,00 % | |
| praktični kolokvij – opravil / ni opravil | 85,00 % | |

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Nosilec Katedre za športne igre z loparji na FŠ
- Nosilec predmeta Sportovi sa reketom na Univerzi v Mostarju (BiH)
- Predavatelj na predmetu Sportovi s reketom v Zagrebu in Splitu (CRO)
- Štipendist DAAD in predavatelj na predmetu Rückschlagspiele v Kölnu (GER)
- Vabljeni predavatelj na programih namiznega tenisa v okviru Svetovne namiznoteniške zveze (ITTF) in Evropske namiznoteniške zveze (ETTU)
- Nosilec programa usposabljanja v namiznem tenisu (SLO) in v badmintonu (CRO)
- Avtor strokovnih in znanstvenih člankov s področja namiznega tenisa in badmintonu
- Avtor 4 didaktičnih DVD-jev s področja namiznega tenisa in enega s področja badmintonu
- Avtor dveh univerzitetnih učbenikov
- 17 let kondicijski trener najboljšega slovenskega igralca Bojana Tokiča in svetovalec hrvaške moške članske reprezentance
- Trener I. razreda namiznega tenisa z A licenco in Vaditelj badmintonu
- Predsednik Znanstveno-medicinske komisije pri ITTF
- Organizator kongresov na temo športnih iger z loparji (Suzhou (CHN) in Bangkok (THA))

NOGOMET

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------|
| Predmet: | Nogomet |
| Course title: | Football |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099344 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 544 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marko Šibila

Vrsta predmeta/Course type: izbirni/Entry in the 1st year master's program.

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Vpis v 2. letnik mag. programa.

Prerequisites:

Vsebina:

I. Teorija igre
Zgodovinski razvoj nogometa v svetu in pri nas
Dejavniki uspešnosti pri nogometu
Tehnika – taktika – kondicija
II. Metodika igre
Metode dela
Učna priprava za uro nogometa
Organizacijske oblike
Metodična lestvica pri poučevanju taktike
III. Praktično delo
1. v igro 5:5 (moštvena taktika)
Tehnika z žogo – zahtevnejši elementi: udarci (effe z ZDS, effe s SNDS, volley, z glavo iz skoka); zaustavljanje žoge - princip amortizacije; odvzemanje žoge (podrsavanje);varanje z žogo (z obratom na žogi, z dvojnimi zamahom okoli žoge; s povlekom žoge nazaj in vstran).

Content (Syllabus outline):

I. Theory of the game
The historical development of football in the world and in our country
Factors of success in football
Technique - tactics – condition preparation
II. Methodology of the game
Methods of work
Teaching preparation for football time
Organizational forms
Methodological scale in teaching tactics
III. Practical work
Starting 5-5 (Team tactics)
Ball technique - more demanding elements: kicks (effe with ZDS, effe with SNDS, volley, with jump head); stopping the ball - the principle of depreciation; throwing the ball (banging); cheating with the ball (with a turn on the ball, with a double

| | |
|---|---|
| <p>Posamična taktika: v obrambi: pokrivanje, odvezemanje, izbijanje; v napadu: odkrivanje, podajanje, vodenje, sprejemanje, udarci, varanje.</p> <p>Skupinska taktika: osnovna skupinska taktika: menjava mest, dvojna podaja, povratna podaja, prevzemanje žoge, igralne oblike; specialna skupinska taktika: igralne situacije.</p> | <p>swing around the ball, with the pull of the ball back and forth).</p> <p>Individual tactics: in defense: covering, taking, exiting; in attack: detection, feeding, guiding, receiving, blowing, cheating.</p> <p>Group tactics: basic group tactics: changing cities, double delivery, returning, picking up balls, playing forms; special team tactics: playing situations.</p> |
|---|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <p>ELSNER, Branko (1993 ali 1999). Nogomet-trening mladih (2 knjigi). Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>ELSNER, Branko (1997). Nogomet-teorija igre. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>ELSNER, Branko (1984). Metodika dela z nogometaši. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>POCRNJIČ Marko (1992). TEHNIKA, Praktični del, zapis praktičnih vaj. Ljubljana, Fakulteta za šport.</p> <p>POCRNJIČ, M. (2012): Učenje, treniranje in vodenje v nogometu z znanjem Teorije izbire, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>TEHNIKA (DELOVNI LISTI), Praktični del, zapis praktičnih vaj za študente Fakultete za šport, Ljubljana 1992, pripravil Marko POCRNJIČ, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>POCRNJIČ, M. (2017): Teorija in metodika ogrevanja, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>POCRNJIČ, M. (2017): Gibalna vsestranost-koordinacija v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>POCRNJIČ, M. (2017): Kondicijska priprava nogometašev, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>POCRNJIČ, M. (2017): Teorija in metodika taktike v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport.</p> <p>Več avtorjev: TRENER C, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1996,</p> <p>Več avtorjev: TRENER B, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1997,</p> <p>Fußballtraining, strokovna revija v nemškem jeziku, izhaja mesečno, na vpogled v knjižnici FŠ.</p> <p>Trener, strokovna revija v slovenskem jeziku, izhajala v letih 1965 do 1990, na vpogled v knjižnici FŠ.</p> |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|---|
| <p>Nogomet</p> <ul style="list-style-type: none"> Spoznati poučevanje zahtevnejših vsebin nogometa v osnovni in srednji šoli, zunajšolskih dejavnosti in v klubih. Vsebine so primerne za oba spola. Izpopolniti se za organizacijo pouka in treninga s sredstvi osnovne nogometne dejavnosti. | <p>Objectives and competences:</p> <p>Football</p> <ul style="list-style-type: none"> To learn to teach more demanding football content in elementary and secondary school, extra-curricular activities and clubs. The content is suitable for both sexes. To improve the organization of instruction and training with the means of basic football activity. |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|---|--|
| <p>Znanje in razumevanje</p> <p>Nogometna znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati učitelj in trener, ki vadi nogomet z učenci v obšolskih dejavnostih, z igralci in igralkami v vseh starostnih kategorijah v nogometu.</p> <p>Razumevanje zakonitosti usmerjanja učencev, igralcev in igralk v različne igralne vloge, njihovega izbiranja po kakovosti in potrebah moštva, upravljanja vadbenega procesa nogometa, priprave učencev, igralcev in igralk na tekme ter vodenja ekipe na tekmah v vseh starostnih kategorijah.</p> <p>Uporaba:</p> <p>Študenti bodo znali smotno izbirati cilje, vsebine, oblike, metode in sredstva vadbenega procesa za zahtevnejše učence (obšolske dejavnosti), igralce in igralk v vseh starostnih kategorijah v različnih vadbeneh pogojih.</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding</p> <p>Football knowledge, skills and skills that the teacher and coach who practices football with pupils in out-of-school activities must play with players and players in all age categories in football.</p> <p>Understanding the legitimacy of directing students, actors and actors to various role-plays, selecting them according to the quality and needs of the team, managing the training process of football, preparing pupils, players and players for matches, and running the team in matches in all age categories.</p> <p>Application:</p> <p>Students will be able to rationalize the goals, contents, forms, methods and means of the training process for demanding pupils (school activities), players and actors in all age categories in different training conditions.</p> |
|---|--|

| | |
|---|---|
| <p>Znali bodo tudi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • strokovno svetovati mlajšim trenerjem in društvenim menedžerjem, • organizirati delo z vsemi starostnimi kategorijami igralcev in igralk, • jih pravilno usmerjati v ustrezne igralne vloge, izbirati po kakovosti in glede na potrebe moštva, • upravljati vadbeni proces v različnih vadbenih pogojih in pripraviti ekipo na različna tekmovanja in jih uspešno voditi. <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti na področju vadbe nogometa v občolskih dejavnostih in v klubih v vseh kategorijah. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno strokovno izobraževali.</p> <p>Znali bodo tudi kritično ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij strokovne organiziranosti društva, svetovanja, izbiranja igralcev in igralk, upravljanja vadbenega procesa za vse starostne kategorije igralcev in igralk ter reševanja sporov v odnosih med učiteljem, trenerjem, igralci, (starši) in upravo.</p> <p>Prenosljive spretnosti: Osvojena znanja bodo študentom omogočila prenos izbranih strategij strokovnega delovanja v šoli v občolski dejavnosti in v nogometnem društvu ali moštvu na sorodne dejavnosti.</p> | <p>They will also know:</p> <ul style="list-style-type: none"> • provide expert advice to younger trainers and social managers, • organize work with all age categories of players and actors, • direct them to appropriate playing roles, to choose according to quality and according to the needs of the team, • manage the training process in various training conditions and prepare the team for various competitions and manage them successfully. <p>Reflection: Students will be able to critically evaluate the level of achievement of their competence in the field of football practice in out-of-school activities and clubs in all categories. On this basis, they will be additionally trained as needed.</p> <p>They will also be able to critically evaluate the rationality and effectiveness of the strategies used in the professional organization of the society, advising, selecting players and actors, managing the training process for all age categories of players and actors, and solving conflicts in relationships between teachers, coaches, actors, parents and the administration.</p> <p>Transferable skills: The acquired knowledge will enable the students to transfer selected professional strategies at school in the outreach activities and in a football club or team to related activities.</p> |
|---|---|

| | |
|--|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja: predavanja, individualne naloge, laboratorijske vaje, nastopi</p> | <p>Learning and teaching methods: lectures, individual assignments, laboratory exercises, performances</p> |
|--|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|------------------------------------|--------------|--|
| Praktični prikaz nogometne tehnike | 50,00 % | Practical demonstration of football techniques |
| Pisni izpit | 50,00 % | Written exam |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references: Prof. dr. Marko Šibila:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perš, J., M. Bon, S. Kovačič, M. Šibila, B. Dežman (2002). Observation and analysis of large-scale human motion. Hum. mov. sci., July 2002, vol. 21, str. 295-311. SCI, IF = 0.987 • Šibila, M., P. Pori, M. Bon (2003). Basic kinematic differences between two types of jump shot techniques in handball. P: Acta Univ. Palacki. Olomuc., Gymn., vol. 33, no. 1, str. 19-26. ISSN 1213-8312 (P) (mednarodna bibliografska baza SPORTdiscus) • Šibila, M., D. Vuleta, P. Pori (2004). Position-related differences in volume and intensity of large-scale cyclic movements of male players in handball. P: Kinesiology (Zagreb), let. 36, št. 1, str. 58-68, graf. prikazi, tabele. ISSN 1331-1441 (P) (mednarodna bibliografska baza SPORTdiscus) • Pori, P., M. Bon, M., M. Šibila (2005). Jump shot performance in team handball - a kinematic model evaluated on the basis of expert modelling. Kinesiology (Zagreb), let. 37, št. 1, str. 40-47. ISSN 1331-1441 (V) (mednarodna bibliografska baza SPORTdiscus). |
|---|

NOGOMET 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Predmet: | Nogomet 2 |
| Course title: | Football 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098632 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 544 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Goran Vučković

Vrsta predmeta/Course type: izbirni/Entry in the 1st year master's program.

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Vpis v 1. letnik mag. programa.

Prerequisites:

Vsebina:

I. Teorija igre
Zgodovinski razvoj nogometa v svetu in pri nas
Dejavniki uspešnosti pri nogometu
Tehnika – taktika – kondicija
II. Metodika igre
Metode dela
Učna priprava za uro nogometa
Organizacijske oblike
Metodična lestvica pri poučevanju taktike
III. Praktično delo
Vpeljevanje v igro 5:5 (moštvena taktika)
Tehnika z žogo – zahtevnejši elementi: udarci (effe z ZDS, effe s SNDS, volley, z glavo iz skoka); zaustavljanje žoge - princip amortizacije; odvzemanje žoge (podrsavanje);varanje z žogo (z obratom na žogi, z dvojnimi zamahom okoli žoge; s povlekom žoge nazaj in vstran).

Content (Syllabus outline):

Theory of the game
The historical development of football in the world and in our country
Factors of success in football
Technique - tactics – condition preparation
II. Methodology of the game
Methods of work
Teaching preparation for football time
Organizational forms
Methodological scale in teaching tactics
III. Practical work
Starting 5-5 (Team tactics)
Ball technique - more demanding elements: kicks (effe with ZDS, effe with SNDS, volley, with jump head); stopping the ball - the principle of depreciation; throwing the ball (banging); cheating with the ball (with a turn on the ball, with a double

| | |
|--|---|
| <p>Posamična taktika: v obrambi: pokrivanje, odvezanje, izbijanje; v napadu: odkrivanje, podajanje, vodenje, sprejemanje, udarci, varanje. Skupinska taktika: osnovna skupinska taktika: menjava mest, dvojna podaja, povratna podaja, prevzemanje žoge, igralne oblike; specialna skupinska taktika: igralne situacije.</p> | <p>swing around the ball, with the pull of the ball back and forth). Individual tactics: in defense: covering, taking, exiting; in attack: detection, feeding, guiding, receiving, blowing, cheating. Group tactics: basic group tactics: changing cities, double delivery, returning, picking up balls, playing forms; special team tactics: playing situations.</p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <p>ELSNER, Branko (1993 ali 1999). Nogomet-trening mladih (2 knjigi). Ljubljana: Fakulteta za šport. ELSNER, Branko (1997). Nogomet-teorija igre. Ljubljana: Fakulteta za šport. ELSNER, Branko (1984). Metodika dela z nogometaši. Ljubljana: Fakulteta za šport. POCRNJIČ Marko (1992). TEHNIKA, Praktični del, zapis praktičnih vaj. Ljubljana, Fakulteta za šport. POCRNJIČ, M. (2012): Učenje, treniranje in vodenje v nogometu z znanjem Teorije izbire, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. TEHNIKA (DELOVNI LISTI), Praktični del, zapis praktičnih vaj za študente Fakultete za šport, Ljubljana 1992, pripravil Marko POCRNJIČ, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. POCRNJIČ, M. (2017): Teorija in metodika ogrevanja, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. POCRNJIČ, M. (2017): Gibalna vsestranost-koordinacija v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. POCRNJIČ, M. (2017): Kondicijska priprava nogometašev, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. POCRNJIČ, M., ŽELEZNIK, M., GORNIK, A.; (2020): Teorija in metodika taktike v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. Več avtorjev: TRENER C, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1996, Več avtorjev: TRENER B, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1997, Fußballtraining, strokovna revija v nemškem jeziku, izhaja mesečno, na vpogled v knjižnici FŠ.</p> |
|---|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|---|
| <p>Nogomet 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Spoznati poučevanje zahtevnejših vsebin nogometa v osnovni in srednji šoli, zunajšolskih dejavnosti in v klubih. Vsebine so primerne za oba spola. Izpopolniti se za organizacijo pouka in treninga s sredstvi osnovne nogometne dejavnosti. | <p>Football 2</p> <ul style="list-style-type: none"> To learn to teach more demanding football content in elementary and secondary school, extra-curricular activities and clubs. The content is suitable for both sexes. To improve the organization of instruction and training with the means of basic football activity. |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|---|
| <p>Znanje in razumevanje Nogometna znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati učitelj in trener, ki vadi nogomet z učenci v obšolskih dejavnostih, z igralci in igralkami v vseh starostnih kategorijah v nogometu. Razumevanje zakonitosti usmerjanja učencev, igralcev in igralk v različne igralne vloge, njihovega izbiranja po kakovosti in potrebah moštva, upravljanja vadbenega procesa nogometa, priprave učencev, igralcev in igralk na tekme ter vodenja ekipe na tekmah v vseh starostnih kategorijah.</p> <p>Uporaba: Študenti bodo znali smotno izbirati cilje, vsebine, oblike, metode in sredstva vadbenega procesa za zahtevnejše učence (obšolske dejavnosti), igralce in igralk v vseh starostnih kategorijah v različnih vadbeneh pogojih.</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding Football knowledge, skills and skills that the teacher and coach who practices football with pupils in out-of-school activities must play with players and players in all age categories in football. Understanding the legitimacy of directing students, actors and actors to various role-plays, selecting them according to the quality and needs of the team, managing the training process of football, preparing pupils, players and players for matches, and running the team in matches in all age categories.</p> <p>Application: Students will be able to rationalize the goals, contents, forms, methods and means of the training process for demanding pupils (school activities), players and actors in all age categories in different training conditions.</p> |
|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>Znali bodo tudi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • strokovno svetovati mlajšim trenerjem in društvenim menedžerjem, • organizirati delo z vsemi starostnimi kategorijami igralcev in igralk, • jih pravilno usmerjati v ustrezne igralne vloge, izbirati po kakovosti in glede na potrebe moštva, • upravljati vadbeni proces v različnih vadbenih pogojih in pripraviti ekipo na različna tekmovanja in jih uspešno voditi. <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti na področju vadbe nogometa v obšolskih dejavnostih in v klubih v vseh kategorijah. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno strokovno izobraževali.</p> <p>Znali bodo tudi kritično ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij strokovne organiziranosti društva, svetovanja, izbiranja igralcev in igralk, upravljanja vadbenega procesa za vse starostne kategorije igralcev in igralk ter reševanja sporov v odnosih med učiteljem, trenerjem, igralci, (starši) in upravo.</p> <p>Prenosljive spretnosti: Osvojena znanja bodo študentom omogočila prenos izbranih strategij strokovnega delovanja v šoli v obšolski dejavnosti in v nogometnem društvu ali moštvu na sorodne dejavnosti.</p> | <p>They will also know:</p> <ul style="list-style-type: none"> • provide expert advice to younger trainers and social managers, • organize work with all age categories of players and actors, • direct them to appropriate playing roles, to choose according to quality and according to the needs of the team, • manage the training process in various training conditions and prepare the team for various competitions and manage them successfully. <p>Reflection: Students will be able to critically evaluate the level of achievement of their competence in the field of football practice in out-of-school activities and clubs in all categories. On this basis, they will be additionally trained as needed.</p> <p>They will also be able to critically evaluate the rationality and effectiveness of the strategies used in the professional organization of the society, advising, selecting players and actors, managing the training process for all age categories of players and actors, and solving conflicts in relationships between teachers, coaches, actors, parents and the administration.</p> <p>Transferable skills: The acquired knowledge will enable the students to transfer selected professional strategies at school in the outreach activities and in a football club or team to related activities.</p> |
|---|---|

| | |
|--|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja: predavanja, individualne naloge, laboratorijske vaje, nastopi</p> | <p>Learning and teaching methods: lectures, individual assignments, laboratory exercises, performances</p> |
|--|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|------------------------------------|---------------------|--|
| Praktični prikaz nogometne tehnike | 50,00 % | Practical demonstration of football techniques |
| Pisni izpit | 50,00 % | Written exam |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>Prof. dr. Goran Vučković:</p> <ul style="list-style-type: none"> • KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. The attacking process in football : a taxonomy for classifying how teams create goal scoring opportunities using a case study of Crystal Palace FC. <i>Frontiers in psychology</i>, ISSN 1664-1078, Sept. 2019, vol. 10, art. 2202, 8 str., ilustr. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02202/abstract, doi: 10.3389/fpsyg.2019.02202. • KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. Determining unstable game states to aid the identification of perturbations in football. <i>International journal of performance analysis in sport</i>, ISSN 1474-8185, 11 str., tabele, ilustr. https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/24748668.2019.1602439, doi: 10.1080/24748668.2019.1602439. • MILANOVIĆ, Zoran, SPORIŠ, Goran, TRAJKOVIĆ, Nebojša, SEKULIĆ, Damir, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. Does SAQ training improve the speed and flexibility of young soccer players? : a |
|---|

randomized controlled trial. *Human movement science*, ISSN 0167-9457, Dec. 2014, vol. 38, str. 197-208, ilustr. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167945714001626>, doi: 10.1016/j.humov.2014.09.005.

- JONES, Rhys M., COOK, Christian C., KILDUFF, Liam P., MILANOVIĆ, Zoran, JAMES, Nic, SPORIŠ, Goran, FIORENTINI, Bruno, FIORENTINI, Fredi, TURNER, Anthony, VUČKOVIĆ, Goran. Relationship between repeated sprint ability and aerobic capacity in professional soccer players. *The scientific world journal*, ISSN 1537-744X, July 2013, vol. 2013, str. 1-5, tabeli, graf, prikaza. <http://www.hindawi.com/journals/tswj/2013/952350/>, doi: 10.1155/2013/952350.
- HUGHES, Michael David, FULLER, Ozzie, MURRAY, Stafford, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. The efficiency and ergonomics of selected different data entry systems in real-time and lapsed-time computer notation systems. *International journal of computer science in sport*, ISSN 1684-4769, 2012, vol. 11, no. 3, str. 23-36.
- JAMES, Nic, REES, Gethin, GRIFFIN, Elliot, BARTER, Phil, TAYLOR, Joe, HEATH, Luke, VUČKOVIĆ, Goran. Analysing soccer using perturbation attempts. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2012, vol. 7, no. 2 (special issue), str. 413-420, ilustr., tabele. <http://www.jhse.ua.es/jhse/issue/archive>, doi: 10.4100/jhse.2012.72.07.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, HUGHES, Michael David, TAYLOR, Joe, VUČKOVIĆ, Goran. The effect of match status on attacking strategies in the English Championship. V: HUGHES, Michael David (ur.), et al. ["Qualitative and quantitative research in sport science"]. [Szombately]: University of West Hungary, Institute of sport science. 2011, str. 172-177.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, HUGHES, Michael David, TAYLOR, Joe, VUČKOVIĆ, Goran. The use of zone 14 as a strategic attacking area in the English Championship. V: HUGHES, Michael David (ur.), et al. ["Qualitative and quantitative research in sport science"]. [Szombately]: University of West Hungary, Institute of sport science. 2011, str. 205-212.
- KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. The influence of situational variables on attacking process in football. V: Programme abstracts : technology meets practice and science : 8th International workshop and conference of the international society of performance analysis of sport, 11th-13th of September 2019 (Budapest, Hungary). Budapest: ISPAS. 2019, str. 15. <https://ispasbp.com/>.
- JAMES, Nic, REES, Gethin, VUČKOVIĆ, Goran. Performance analysis of football in the blogosphere : measuring the high press. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2017, vol. 12, no. 2 (special issue), str. 532-533. <https://www.jhse.ua.es/issue/view/2017-v12-n2-proc>, doi: 10.14198/jhse.2017.12.Proc2.06.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. Performance analysis of football in the blogosphere : goal scoring. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2017, vol. 12, no. 2 (special issue), str. 534-535. <https://www.jhse.ua.es/issue/view/2017-v12-n2-proc>, doi: 10.14198/jhse.2017.12.Proc2.06.
- KIM, Jongwon, JAMES, Nic, REES, Gethin, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. Assessing the instability of passing and shooting situations in football. V: MILANOVIĆ, Dragan (ur.), ŠARABON, Nejc (ur.). Proceedings : 20th anniversary, 8th International Scientific Conference on Kinesiology, May 10-14, Opatija, Cro. Zagreb: Faculty of Kinesiology, University of Zagreb. 2017, str. 708.

NOGOMET 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Predmet: | Nogomet 3 |
| Course title: | Football 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098646 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 544 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | 15 | | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Goran Vučković

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Vstop v 2. letnik mag. programa.

Prerequisites:

Vsebina:

Nogomet 3

Teme pedagoškega praktikuma:

- Prilagajanje na žogo individualne vaje in vaje v parih
- Prilagajanje na žogo individualne vaje in vaje v parih
- Prilagajanje na žogo elementarne in štafetne igre
- Prilagajanje na žogo elementarne in štafetne igre
- Učenje tehnike effe udarca z zunanjim delom
- Učenje tehnike effe udarca s sprednjim notranjim delom stopala
- Učenje tehnike udarcev s sprednjim notranjim delom stopala diagonalno naprej, vzporedno v cilj in diagonalno nazaj
- Učenje tehnike udarca z glavo (brez odriva!)
- Učenje tehnike udarca z glavo (z odrivom!)
- Učenje tehnike udarca iz zraka (volley)

Content (Syllabus outline):

Football 3

Topics of the pedagogical practicum:

- Adapting to the ball individual exercises and exercises in pairs
- Adapting to the ball individual exercises and exercises in pairs
- Adapting to the ball elementary and relay games
- Adapting to the ball elementary and relay games
- Learning the effe blow technique with the outside
- Learning the effe blow technique with the front foot of the foot
- Learning the impact technique with the front foot of the foot diagonally forwards, parallel to the target and diagonally backwards
- Learning the head-to-head technique (without straps!)
- Learning the head-blow technique (with a trigger!)
- Learning the technique of blow from the air (volley)

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Učenje tehnike zaustavljanja nizke žoge z notranjim delom stopala po principu ovire • Učenje tehnike zaustavljanja nizke žoge z notranjim delom stopala po principu amortizacije • Učenje tehnike zaustavljanja visoke žoge po principu ovire • Učenje tehnike zaustavljanja visoke žoge po principu amortizacije • Učenje tehnike varanja s košenjem • Učenje tehnike varanja z zunanjim delom stopala • Učenje tehnike varanja po lastnem izboru • Učenje tehnike varanja po lastnem izboru • Učenje tehnike odzemanja žoge • Učenje posamične taktike v napadu • Skupinska taktika menjava mest, dvojna podaja, prevzemanje žoge (v dvojicah, v trojicah) • Učenje tehnike teka obrambnega igralca | <ul style="list-style-type: none"> • Learning the technique of stopping a low ball with the inside of the foot according to the barrier principle • Learning the technique of stopping a low ball with the inside of the foot according to the principle of depreciation • Learning the technique of stopping a high ball on the barrier principle • Learning the technique of stopping a high ball on the principle of depreciation • Learning the technique of cheating with mowing • Learning chewing techniques with the outer foot of the foot • Learning the technique of cheating of one's own choice • Learning the technique of cheating of one's own choice • Learning the technique of taking the ball • Learning individual tactics in the attack • Group tactics of city substitution, double betting, ball picking (in doubles, in triples) • Learning the techniques of a defensive player |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • ELSNER, Branko (1993 ali 1999). Nogomet-trening mladih (2 knjigi). Ljubljana: Fakulteta za šport. • ELSNER, Branko (1997). Nogomet-teorija igre. Ljubljana: Fakulteta za šport. • ELSNER, Branko (1984). Metodika dela z nogometaši. Ljubljana: Fakulteta za šport. • POCRNJIČ, M. (2012): Učenje, treniranje in vodenje v nogometu z znanjem Teorije izbire, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. • TEHNIKA (DELOVNI LISTI), Praktični del, zapis praktičnih vaj za študente Fakultete za šport, Ljubljana 1992, pripravil Marko POCRNJIČ, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. • POCRNJIČ, M. (2017): Teorija in metodika ogrevanja, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. • POCRNJIČ, M. (2017): Gibalna vsestranost-koordinacija v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. • POCRNJIČ, M. (2017): Kondicijska priprava nogometašev, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. • POCRNJIČ, M. (2017): Teorija in metodika taktike v nogometu, gradivo objavljeno v e-učilnici Fakultete za šport. Več avtorjev: TRENER C, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1996, • Več avtorjev: TRENER B, Nogometna zveza Slovenije, Ljubljana 1997, • Fußballtraining, strokovna revija v nemškem jeziku, izhaja mesečno, na vpogled v knjižnici FŠ. |
|---|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|---|
| <p>Nogomet 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spoznati različne tehnične, taktične in kondicijske vsebine nogometa. • usposobiti se za pripravo, organizacijo in izvedbo praktične ure športne vzgoje z nogometno vsebino. | <p>Objectives and competences:</p> <p>Football 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Get to know the various technical, tactical and fitness contents of football. • be trained in the preparation, organization and implementation of the practical lesson of sports education with football content. |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|---|---|
| <p>Znanje in razumevanje</p> <p>Nogometna znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati učitelj in trener, ki vadi nogomet z učenci v obšolskih dejavnostih, z igralci in igralkami v vseh starostnih kategorijah v nogometu.</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding</p> <p>Football knowledge, skills and skills that the teacher and coach who practices football with pupils in out-of-school activities must play with players and players in all age categories in football.</p> |
|---|---|

| | |
|---|--|
| <p>Razumevanje zakonitosti usmerjanja učencev, igralcev in igralk v različne igralne vloge, njihovega izbiranja po kakovosti in potrebah moštva, upravljanja vadbenega procesa nogometa, priprave učencev, igralcev in igralk na tekme ter vodenja ekipe na tekmah v vseh starostnih kategorijah.</p> <p>Uporaba: Študenti bodo znali smotrno izbirati cilje, vsebine, oblike, metode in sredstva vadbenega procesa za zahtevnejše učence (obšolske dejavnosti), igralce in igralk v vseh starostnih kategorij v različnih vadbenih pogojih. Znali bodo tudi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • strokovno svetovati mlajšim trenerjem in društvenim menedžerjem, • organizirati delo z vsemi starostnimi kategorijami igralcev in igralk, • jih pravilno usmerjati v ustrezne igralne vloge, izbirati po kakovosti in glede na potrebe moštva, • upravljati vadbeni proces v različnih vadbenih pogojih in pripraviti ekipo na različna tekmovanja in jih uspešno voditi. <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti na področju vadbe nogometa v obšolskih dejavnostih in v klubih v vseh kategorijah. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno strokovno izobraževali. Znali bodo tudi kritično ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij strokovne organiziranosti društva, svetovanja, izbiranja igralcev in igralk, upravljanja vadbenega procesa za vse starostne kategorije igralcev in igralk ter reševanja sporov v odnosih med učiteljem, trenerjem, igralci, (starši) in upravo.</p> <p>Prenosljive spretnosti: Osvojena znanja bodo študentom omogočila prenos izbranih strategij strokovnega delovanja v šoli v obšolski dejavnosti in v nogometnem društvu ali moštvu na sorodne dejavnosti.</p> | <p>Understanding the legitimacy of directing students, actors and actresses to various role-plays, selecting them according to the quality and needs of the team, managing the training process of football, preparing pupils, players and actresses for matches, and running the team in matches in all age categories.</p> <p>Application: Students will be able to rationalize the goals, contents, forms, methods and means of the training process for demanding pupils (school activities), players and actresses in all age categories in different training conditions. They will also know:</p> <ul style="list-style-type: none"> • provide expert advice to younger trainers and social managers, • organize work with all age categories of players and actresses, • direct them to appropriate playing roles, to choose according to quality and according to the needs of the team, • manage the training process in various training conditions and prepare the team for various competitions and manage them successfully. <p>Reflection: Students will be able to critically evaluate the level of achievement of their competence in the field of football practice in out-of-school activities and clubs in all categories. On this basis, they will be additionally trained as needed. They will also be able to critically evaluate the rationality and effectiveness of the strategies used in the professional organization of the society, advising, selecting players and actresses, managing the training process for all age categories of players and actresses, and solving conflicts in relationships between teachers, coaches, actresses, parents and the administration.</p> <p>Transferable skills: The acquired knowledge will enable the students to transfer selected professional strategies at school in the outreach activities and in a football club or team to related activities.</p> |
|---|--|

| | |
|--|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja: individualne naloge, laboratorijske vaje, nastopi</p> | <p>Learning and teaching methods: individual tasks, laboratory exercises, performances</p> |
|--|---|

| | | |
|-----------------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <p>Načini ocenjevanja:</p> | <p>Delež/Weight</p> | <p>Assessment:</p> |
|-----------------------------------|----------------------------|---------------------------|

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references: Prof. dr. Goran Vučković:</p> <ul style="list-style-type: none"> • KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. The attacking process in football : a taxonomy for classifying how teams create goal scoring opportunities using a case study of |
|--|

Crystal Palace FC. *Frontiers in psychology*, ISSN 1664-1078, Sept. 2019, vol. 10, art. 2202, 8 str., ilustr. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02202/abstract>, doi: 10.3389/fpsyg.2019.02202.

- KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. Determining unstable game states to aid the identification of perturbations in football. *International journal of performance analysis in sport*, ISSN 1474-8185, 11 str., tabele, ilustr. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/24748668.2019.1602439>, doi: 10.1080/24748668.2019.1602439.
- MILANOVIĆ, Zoran, SPORIŠ, Goran, TRAJKOVIĆ, Nebojša, SEKULIĆ, Damir, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. Does SAQ training improve the speed and flexibility of young soccer players? : a randomized controlled trial. *Human movement science*, ISSN 0167-9457, Dec. 2014, vol. 38, str. 197-208, ilustr. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167945714001626>, doi: 10.1016/j.humov.2014.09.005.
- JONES, Rhys M., COOK, Christian C., KILDUFF, Liam P., MILANOVIĆ, Zoran, JAMES, Nic, SPORIŠ, Goran, FIORENTINI, Bruno, FIORENTINI, Fredi, TURNER, Anthony, VUČKOVIĆ, Goran. Relationship between repeated sprint ability and aerobic capacity in professional soccer players. *The scientific world journal*, ISSN 1537-744X, July 2013, vol. 2013, str. 1-5, tabeli, graf, prikaza. <http://www.hindawi.com/journals/tswj/2013/952350/>, doi: 10.1155/2013/952350.
- HUGHES, Michael David, FULLER, Ozzie, MURRAY, Stafford, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. The efficiency and ergonomics of selected different data entry systems in real-time and lapsed-time computer notation systems. *International journal of computer science in sport*, ISSN 1684-4769, 2012, vol. 11, no. 3, str. 23-36.
- JAMES, Nic, REES, Gethin, GRIFFIN, Elliot, BARTER, Phil, TAYLOR, Joe, HEATH, Luke, VUČKOVIĆ, Goran. Analysing soccer using perturbation attempts. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2012, vol. 7, no. 2 (special issue), str. 413-420, ilustr., tabele. <http://www.jhse.ua.es/jhse/issue/archive>, doi: 10.4100/jhse.2012.72.07.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, HUGHES, Michael David, TAYLOR, Joe, VUČKOVIĆ, Goran. The effect of match status on attacking strategies in the English Championship. V: HUGHES, Michael David (ur.), et al. ["Qualitative and quantitative research in sport science"]. [Szombately]: University of West Hungary, Institute of sport science. 2011, str. 172-177.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, HUGHES, Michael David, TAYLOR, Joe, VUČKOVIĆ, Goran. The use of zone 14 as a strategic attacking area in the English Championship. V: HUGHES, Michael David (ur.), et al. ["Qualitative and quantitative research in sport science"]. [Szombately]: University of West Hungary, Institute of sport science. 2011, str. 205-212.
- KIM, Jongwon, JAMES, Nic, PARMAR, Nimai, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. The influence of situational variables on attacking process in football. V: Programme abstracts : technology meets practice and science : 8th International workshop and conference of the international society of performance analysis of sport, 11th-13th of September 2019 (Budapest, Hungary). Budapest: ISPAS. 2019, str. 15. <https://ispasbp.com/>.
- JAMES, Nic, REES, Gethin, VUČKOVIĆ, Goran. Performance analysis of football in the blogosphere : measuring the high press. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2017, vol. 12, no. 2 (special issue), str. 532-533. <https://www.jhse.ua.es/issue/view/2017-v12-n2-proc>, doi: 10.14198/jhse.2017.12.Proc2.06.
- REES, Gethin, JAMES, Nic, VUČKOVIĆ, Goran. Performance analysis of football in the blogosphere : goal scoring. *Journal of human sport and exercise*, ISSN 1988-5202, 2017, vol. 12, no. 2 (special issue), str. 534-535. <https://www.jhse.ua.es/issue/view/2017-v12-n2-proc>, doi: 10.14198/jhse.2017.12.Proc2.06.
- KIM, Jongwon, JAMES, Nic, REES, Gethin, ALI, Besim, VUČKOVIĆ, Goran. Assessing the instability of passing and shooting situations in football. V: MILANOVIĆ, Dragan (ur.), ŠARABON, Nejc (ur.). Proceedings : 20th anniversary, 8th International Scientific Conference on Kinesiology, May 10-14, Opatija, Cro. Zagreb: Faculty of Kinesiology, University of Zagreb. 2017, str. 708.

NORDIJSKO SMUČANJE 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Predmet: | Nordijsko smučanje 2 |
| Course title: | Nordic skiing 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098633 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 542 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

| | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| Nosilec predmeta/Lecturer: | Bojan Jošt, Janez Pustovrh |
|-----------------------------------|----------------------------|

| | |
|------------------------------------|---------|
| Vrsta predmeta/Course type: | izbirni |
|------------------------------------|---------|

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|-----------------------|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Pogoj za vključitev v delo je vpis v letnik študija. | |

Vsebina:

- Vsebina predmeta - teorija:*
- Hoja in tek na smučeh v vrtcih (metode poučevanja – sistem Elementa, vadbeni prostor...).
 - Hoja in tek na smučeh v predmetih Šport in Športna vzgoja v osnovnošolskem in srednješolskem izobraževanju - redne ure športne vzgoje, športni dnevi, šole v naravi, zimovanje (organizacijski vidik).
 - Učni načrti predmetov Šport in Športna vzgoja v povezavi z nordijskim smučanjem.
 - Izbor ustrezne opreme.
 - Učne vsebine v vrtcih, osnovnošolskem in srednješolskem izobraževanju (tehnika in metodika elementov klasične in drsalne tehnike smučarskega teka, pohod na tekaških smučeh, elementarne in moštvene igre na tekaških smučeh, organizacija poligonov, organizacija

Content (Syllabus outline):

- Course content – theory:*
- Cross-country skiing in kindergartens (teaching methods - Elementa system, exercising area...).
 - Cross-country skiing in subjects Sport and Sport education in elementary and secondary education - regular classes of sports education, sports days, schools in the nature, wintering (organizational aspect).
 - Curriculum of subjects Sport and Sports Education in connection with Nordic skiing.
 - The selection of appropriate equipment.
 - Learning contents in kindergartens, elementary and secondary education (technique and methodology of the elements of classic and skating technique of cross-country skiing, cross-country skiing hike, elementary and team games on the skis for cross-country skiing, organization of polygons, organization of exercising by

| | |
|--|---|
| <p>vadbe po postajah, štafetni teki, organizacija prirejenih tekmovanj v teku na smučeh, biatlonu in nordijski kombinaciji, nordijsko krpljanje).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rekviziti za organizacijo učnih vsebin. • Družabno-zabavne aktivnosti v okviru zimovanj. • Učna priprava. • Centri COŠD v Sloveniji in ostali smučarski centri. • Šolski poključski maraton. • Šolsko državno prvenstvo v smučarski tekih in biatlonu. <p><i>Vsebinska predmeta – praktično delo:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izbor ustreznih opreme in priprava smučičev za tek na smučeh. • Tehnika in metodika elementov klasične in drsalne tehnike smučarskega teka. • Tehnika in metodika nordijskega krpljanja. • Praktični preizkus streljanja v biatlonu. • Pohod na tekaških smučeh. • Demonstracija učnih vsebin primernih za vrtce ter osnovnošolsko in srednješolsko izobraževanje. | <p>stations, relay running, organization of adapted competitions in cross-country skiing, biathlon and nordic combination, nordic snowshoeing).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Props for organizing learning contents. • Social-fun activities during wintering. • Teaching preparation. • COŠD centers in Slovenia and other ski resorts. • School Poključka marathon. • School national championship in in cross-country skiing and biathlon. <p><i>Course content – practical:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • The selection of appropriate equipment and preparation the skis for cross-country skiing . • Technique and methodology of the elements of classic and skating technique of cross-country skiing. • Technique and methodology of nordic snowshoeing. • Practical test of shooting in biathlon. • Cross-country skiing hike. <p>Demonstration of learning contents suitable for kindergartens and elementary and secondary education.</p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Jošt, B., Pustovrh, J., & Močnik, R. (1996). Nordijsko smučanje v šoli v naravi. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Jošt, B., & Pustovrh, J. (1995). Nordijsko smučanje - osnove teorije in metodike športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Cilji in kompetence:

Cilji predmeta so:
 Študentje bodo usposobljeni za uspešno strokovno delo na področju teka na smučeh v vseh pojavnih oblikah športa – osnovna raven. Kandidati bodo pridobili znanje iz vsebin, ki so opredeljene v učnih načrtih vseh stopenj izobraževanja (redne ure športne vzgoje, športni dnevi, šole v naravi, interesne dejavnosti, nastopi, prireditve, športna tekmovanja).
 Predmetno specifične kompetence:

- Bodo usposobljeni za kakovostno načrtovanje, izvedbo in analizo športno-vzgojnega procesa na področju nordijskih športnih panog v vseh pojavnih oblikah športa (osnovna raven).
- Bodo znali demonstrirati tehnične elemente teka na smučeh in poznali metodiko njihovega poučevanja.
- Bodo znali organizirati in izvesti šolske in zunaj šolske športne programe (redne ure športne vzgoje, športni dnevi, šole v naravi, interesne dejavnosti, nastopi, prireditve, športna tekmovanja) s sredstvi s področja nordijskih športnih panog.

Objectives and competences:

The objectives of the course are:
 Students will be qualified for successful professional work in the field of cross-country skiing in all manifestation forms of sport - basic level. Candidates will gain knowledge of the contents, which are defined in the curriculum of all levels of education (regular classes of sports education, sports days, school excursions, extracurricular activities, performances, events, sports competitions).
 Course specific competences:

- Students will be qualified for quality planning, execution and analysis of sports educational process in the field of nordic sports in all manifestation forms of sport (basic level).
- Students will be able to demonstrate the technical elements of the cross-country skiing and be familiar with the methodology of their teaching.
- Students will be able to organize and implement school sports programmes and extracurricular sports programs (regular classes of sports education, sports days, school excursions, extracurricular activities, performances, events, sports competitions) with funds from the scope of nordic sports.

| | |
|---|---|
| Predvideni študijski rezultati: | Intended learning outcomes: |
| Znanje in razumevanje: Znanja za uspešno načrtovanje, izvedbo in analizo vadbenega procesa s sredstvi nordijskega smučanja v vseh pojavnih oblikah športa (osnovna raven). Razumevanje pojmov, zakonitosti in postopkov definiranih v učnem načrtu. | Knowledge and understanding: Knowledge for successful planning, execution and analysis of the training process by means of nordic skiing in all manifestation forms of sport (basic level). Understanding the concepts, rules and procedures defined in the curriculum. |

| | |
|--|---|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| Predavanja, terenske vaje, individualne naloge | Lectures, field tutorial, individual work |

| | | |
|----------------------------|---------------------|--------------------|
| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
| Pisni izpit | 100,00 % | Written exam |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Jošt, B., & Pustovrh, J. (1995). Nordijsko smučanje - osnove teorije in metodike športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Jošt, B., Pustovrh, J., & Močnik, R. (1996). Nordijsko smučanje v šoli v naravi. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pustovrh, J., & Jošt, B. (1999). Evaluation of potential competition performance of young cross-country skiers based on hierarchical regression analysis and expert modelling. *Kinesiology –International Scientific Journal of Kinesiology and Sport*, 31(2), 37-45.
- Pustovrh, J., Černohorski, B., & Jošt, B. (2006). Monitoring of cross-country skiers by means of an expert model of potential performance. *Coll. antropol.*, 30(4) 837-844.
- Černohorski, B., Pustovrh, J., & Tušak, M. (2006). Impact of psychological dimensions of psychosomatic status on potential competitive performance in cross-country skiing. *Kinesiology*, 38(2), 143-157.

NORDIJSKO SMUČANJE 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Predmet: | Nordijsko smučanje 3 |
| Course title: | Nordic skiing 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098858 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 542 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 15 | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Bojan Jošt, Janez Pustovrh

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|-----------------------|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Pogoj za vključitev v delo je vpis v letnik študija. | |

Vsebina:

- Vsebina predmeta – praktično delo:*
- Izbor ustrezne opreme in priprava smuči za tek na smučeh.
 - Izdelava učne priprave.
 - Poučevanje vsebin nordijskega smučanja primernih za vrtce, osnovnošolsko in srednješolsko izobraževanje: tehnika in metodika elementov klasične in drsalne tehnike smučarskega teka, pohod na tekaških smučeh, elementarne in moštvene igre na tekaških smučeh, organizacija poligonov, organizacija vadbe po postajah, štafetni teki, organizacija prirejenih tekmovanj v teku na smučeh, biatlonu in nordijski kombinaciji, nordijsko krpljanje).
 - Video analiza študentskega poučevanja.
 - Streljanja z biatlonsko puško.
 - Poučevanje otrok na zimovanju (v okviru možnosti).

Content (Syllabus outline):

- Course content – practical:*
- The selection of appropriate equipment and preparation the skis for cross-country skiing .
 - Creating a teaching preparation.
 - Teaching the contents of nordic skiing suitable for kindergartens and elementary and secondary education: technique and methodology of the elements of classic and skating technique of cross-country skiing, cross-country skiing hike, elementary and team games on the skis for cross-country skiing, organization of polygons, organization of exercising by stations, relay running, organization of adapted competitions in cross-country skiing, biathlon and nordic combination, nordic snowshoeing).
- Video analysis of students teaching.
- Shooting with a biathlon rifle.

| | |
|--|--|
| | • Teaching children on wintering (under the option). |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| 1. Jošt, B., Pustovrh, J., & Močnik, R. (1996). Nordijsko smučanje v šoli v naravi. Ljubljana: Fakulteta za šport. |
| 2. Jošt, B., & Pustovrh, J. (1995). Nordijsko smučanje - osnove teorije in metodike športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport. |

Cilji in kompetence:

Cilji predmeta so:
Študentje bodo usposobljeni za uspešno strokovno delo na področju teka na smučeh v vseh pojavnih oblikah športa – osnovna raven. Kandidati bodo pridobili znanje iz vsebin, ki so opredeljene v učnih načrtih vseh stopenj izobraževanja (redne ure športne vzgoje, športni dnevi, šole v naravi, interesne dejavnosti, nastopi, prireditve, športna tekmovanja).

Predmetno specifične kompetence:

- Bodo usposobljeni za kakovostno načrtovanje, izvedbo in analizo športno-vzgojnega procesa na področju nordijskih športnih panog v vseh pojavnih oblikah športa (osnovna raven).
- Bodo znali demonstrirati tehnične elemente teka na smučeh in poznali metodiko njihovega poučevanja.
- Bodo znali organizirati in izvesti šolske in zunaj šolske športne programe (redne ure športne vzgoje, športni dnevi, šole v naravi, interesne dejavnosti, nastopi, prireditve, športna tekmovanja) s sredstvi s področja nordijskih športnih panog.

Objectives and competences:

The objectives of the course are:
Students will be qualified for successful professional work in the field of cross-country skiing in all manifestation forms of sport - basic level. Candidates will gain knowledge of the contents, which are defined in the curriculum of all levels of education (regular classes of sports education, sports days, school excursions, extracurricular activities, performances, events, sports competitions).

Course specific competences:

- Students will be qualified for quality planning, execution and analysis of sports educational process in the field of nordic sports in all manifestation forms of sport (basic level).
- Students will be able to demonstrate the technical elements of the cross-country skiing and be familiar with the methodology of their teaching.
- Students will be able to organize and implement school sports programmes and extracurricular sports programs (regular classes of sports education, sports days, school excursions, extracurricular activities, performances, events, sports competitions) with funds from the scope of nordic sports.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:
Znanja za uspešno načrtovanje, izvedbo in analizo vadbenega procesa s sredstvi nordijskega smučanja v vseh pojavnih oblikah športa.
Razumevanje pojmov, zakonitosti in postopkov definiranih v učnem načrtu.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:
Knowledge for successful planning, execution and analysis of the training process by means of nordic skiing in all manifestation forms of sport.
Understanding the concepts, rules and procedures defined in the curriculum.

Metode poučevanja in učenja:

terenske seminarske vaje

Learning and teaching methods:

field seminar work

Načini ocenjevanja:

Ocena poučevanja

Delež/Weight

100,00 %

Assessment:

assesment of teaching

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Jošt, B., & Pustovrh, J. (1995). Nordijsko smučanje - osnove teorije in metodike športne vzgoje. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Jošt, B., Pustovrh, J., & Močnik, R. (1996). Nordijsko smučanje v šoli v naravi. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pustovrh, J., & Jošt, B. (1999). Evaluation of potential competition performance of young cross-country skiers based on hierarchical regression analysis and expert modelling. *Kinesiology –International Scientific Journal of Kinesiology and Sport*, 31(2), 37-45.
- Pustovrh, J., Černohorski, B., & Jošt, B. (2006). Monitoring of cross-country skiers by means of an expert model of potential performance. *Coll. antropol.*, 30(4) 837-844.
- Černohorski, B., Pustovrh, J., & Tušak, M. (2006). Impact of psychological dimensions of psychosomatic status on potential competitive performance in cross-country skiing. *Kinesiology*, 38(2), 143-157.

ODBOJKA 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|--------------|
| Predmet: | Odbojka 2 |
| Course title: | Volleyball 2 |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098634 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 549 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marko Zadražnik, Tine Sattler

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Vpis v 1. letnik mag. študija.

Prerequisites:

Vsebina:

Odbojka 2

- Oblikovanje učnega načrta, učne ure in vodenje vadbe
- Vsebinski, organizacijski in količinski vidiki priprave posamezne vadbene enote
- Odbojkarske prvine (zgornji ravni servis, skok servis; udarec po polvisoko podani žogi; enoročni ali soročni sprejem udarca v padcu na levi ali desni bok).
- Taktika v K1 in K2 v igri 6 : 6 (taktika serviranja, formacija sprejema servisa s tremi igralci; organizacija napada s polvisoko podano žogo v C4, C3 in C2, sprejem udarca v sistemu krilo za blok in centrom nazaj, zaščita napadalca s sistemom krilo za blok in centrom nazaj),
- Igralni sistem 6 : 0, 4 : 2 in 5 : 1 (osnove).

Content (Syllabus outline):

Volleyball 2

- The content, organisation and quantitative aspects of the preparation of each exercise unit
- Designing a curriculum, lessons and running the exercise.
- Technical skills in volleyball (Serve: float serve and jump serve; Set: handset in jump; Serve reception: underhand in diving; Attack: spike after medium high set; Block: active and passive blocking; Dig: underhand or one hand dive on left and right side)
- Tactic in Side out and Break point phase on game 6 vs. 6 (tactic of serving, formation of Serve reception with 4 or 3 players, organisation for attack in zone 4, zone 3 and zone 2.
- Volleyball game 6:6 (system 6:0, 4:2, 6:2 – basic and 5:1 - basic)

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Organiziranje dela v okviru športnih interesnih dejavnosti osnovnih šol, odbojcarskih šol in odbojcarskih klubih v kategoriji dečkov in deklic • Pripravljanje ekipe na tekmo in vodenje tekme | <ul style="list-style-type: none"> • Working plan for sports activities in elementary school, volleyball school and volleyball clubs for U15 • Team preparation for the game and coaching of volleyball game • Competition for school volleyball teams and volleyball teams U15 in volleyball clubs |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Čopi, J. (1999). Pripravljamo se na pouk športne vzgoje – ODBOJKA. Ljubljana: Zavod republike Slovenije za šolstvo. 2. Čopi, J. (2005). Od začetnika do odbojkarja. Ljubljana: Odbojcarska zveza Slovenije. 3. Janković, V., Sabljak, M. (2004). Elementi tehnike odbojke i metodika. Zagreb. 4. Krevsl, V. (2001). Vzgoja mladih odbojkarjev. Ljubljana: Forma 7. 5. Zadražnik, M. (1991). Odbojka v ŠSD - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (36 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport - Oddelek za permanentno izobraževanje. 6. Zadražnik, M. (1995). Mini odbojka - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (44 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport - Oddelek za permanentno izobraževanje. 7. Zadražnik, M. (2000). Športni program Zlati sonček II – Motorika z žogo - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (18 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport – Center za stalno strokovno spopolnjevanje. 8. Kolenc, E. (2/2017). Pravila odbojcarske igre 2017 – 2020. Pridobljeno s www.odbojka.si/source/DOKUMENTI/2018/Pravila%20odbojka/Pravila%20odbojcarske%20igre%202017-2020_2.pdf, 66 str. 9. Zadražnik, M., Curk, P. (2013). Mini odbojka (druga izdaja). Ljubljana: Fakultete za šport, Inštitut za šport. 10. Zadražnik, M. (2018). 50 odbojcarskih treningov. Interesne dejavnosti v šoli. 2. izdaja. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. 11. Zadražnik, M. (2019). Spodnji servis. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/PHWJv585rTayWjFf3 [film] 12. Zadražnik, M. (2019). Zgornji ravni servis. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ux6rreW5GZyqSiQwB [film] 13. Zadražnik, M. (2019). Zgornji odboj. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX [film] 14. Zadražnik, M. (2019). Spodnji odboj. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX [film] 15. Zadražnik, M. (2019). udarec. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/TcLukWjN9gZuxi7gy [film] 16. Zadražnik, M. (2019). Blok. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/oLSoAeWfNzotCSycX [film] 17. Zadražnik, M. (2019). Sun. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/W4DLdb5m8Wvdm33kN [film] 18. Zadražnik, M. (2019). Skok servis. Pridobljeno s https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX [film] |
|--|

Cilji in kompetence:

| |
|---|
| <p>Odbojka 2- cilji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seznaniti študenta z osnovnimi igralnimi situacijami v odbojki v različnih igralnih sistemih • Seznaniti študenta z nekaterimi zahtevnejšimi tehnikami in jih usposobiti za korekten prikaz le teh. • Seznaniti študenta z didaktičnim in metodičnim pristopom k izdelavi učnega programa v osnovni in srednji šoli. • Spособnost načrtovanja, organizacije in izvedbe treninga v vseh kategorijah dečkov in deklic. |
|---|

Objectives and competences:

| |
|--|
| <p>Volleyball 2 – Objectives:</p> <ul style="list-style-type: none"> • To acquaint students with basic situations in volleyball game • To acquaint students with the most usefull volleball techniques and teaching them for appropriate demonstration of volleyball skills • To acquaint students with methodical approach and methods in learning process of volleyball technique • To acquaint students with methodical approach and methods in learning process of volleyball |
|--|

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Seznanim študenta z učinkovito organizacijo dela v športnih interesnih dejavnostih osnovnih šol oziroma v odbojgarskih šolah oz. klubih v kategoriji dečkov in deklic. <p>Odbojka 2 - predmetnospecifične kompetence: V skladu s kompetencami, ki jih daje program, omogoča študentu, da izvaja in spremlja proces športne vadbe pri redni športni vzgoji v osnovni in srednji šoli.</p> | <p>tactic in Side out and Break point phase in game systems 6 vs. 6</p> <ul style="list-style-type: none"> The ability of planning, organisation and performance of volleyball training for U15 category To acquaint students with technic and tactic which is appropriate for U15 category with different exercises |
|---|--|

| | |
|---|--|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje: Študenti bodo usvojili znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati diplomant, ki vodi proces vadbe v osnovnih in srednjih šolah, v interesnih dejavnostih šol, odbojgarskih šolah in odbojgarskih klubih v kategoriji dečkov in deklic.</p> <p>Uporaba: V procesu učenja pri redni športni vzgoji v osnovni in srednji šoli, v interesnih šolskih dejavnostih, v odbojgarskih šolah in odbojgarskih klubih.</p> <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti pri poučevanju odbojke v omenjeni starostni kategoriji. Pridobljeno znanje bodo lahko nadgradili z dodatnim izobraževanjem v odbojki.</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>The knowledge and understanding: The student s will acquire the knowledge and skills which must be mastered by a volleyball practitioner who leads the exercise process in interest activities in schools, volleyball schools and volleyball clubs in category U15.</p> <p>Use: In the learning process in interest activities in schools, volleyball schools and volleyball clubs in category U15.</p> <p>Reflection: The students will be able to critically evaluate the level of achievement of their competences in teaching volleyball in the category U15. The acquired knowledge will be able to upgrade with additional volleyball education.</p> |
|---|--|

| | |
|---|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Vaje, delo v skupini, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, delavnice, nastopi, hospitacije, pedagoška praksa</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Excercises, group work, individual tasks, collaborative learning / teaching, active (reflexive) teaching, workshops, performances, hospitations, pedagogical practice</p> |
|---|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|---|
| <p>Način (pisni izpit, ustno izpraševanje, naloge, projekt) Raven teoretičnega znanja bo preverjena v pisni obliki. Slušatelji bodo imeli na voljo 45 minut za pripravo odgovorov na pet vprašanj. Vsako vprašanje je vrednoteno z do eno točko. V primeru mejnega znanja je predviden ustni zagovor. Delež teoretičnega izpita: 100 %</p> | 100,00 % | <p>Type (examination, oral, coursework, project): The level of theoretical knowledge will be verified in written form. Students will have 45 min to prepare answers to 5 questions. Each question is valued by maximum 1 point. The oral defense is foreseen in the case of the knowledge which sufficiency is at the border. The proportion of the theoretical exam is 100%.</p> |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>DR. MARKO ZADRAŽNIK:</p> <ul style="list-style-type: none"> ZADRAŽNIK, Marko (1997). Evaluation of potential success of young volleyball players. V: PAVLOVIČ, Mik (ur.). Šport mladih : zbornik : III. mednarodni simpozij : proceedings : III.international symposium, Bled, Slovenia, October 7 - 10, 1997. Ljubljana: Fakulteta za šport: = Faculty of Sport, str. 725 (str. 626-632). |
|---|

- ZADRAŽNIK, Marko (1999). *Assessing competitive and potential successfulness of advanced young volleyball players = Ocenjevanje tekmovalne in potencialne uspešnosti kakovostnih mladih odbojkašev*. Kinesiologia Slovenica, let. 5, št. 1/2, str. 45-50.
- ZADRAŽNIK, Marko (2001). *Preverjanje in ocenjevanje tehnično-taktičnega znanja in kakovosti igranja pri pouku športne vzgoje v tretjem triletju osnovne šole: odbojka*. V: ŠKOF, Branko (ur.), KOVAČ, Marjeta (ur.). *Uvajanje novosti pri šolski športni vzgoji : zbornik referatov*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 614 (str. 241-252).
- ZADRAŽNIK, Marko, MARELIĆ, Nenad, REŠETAR, Tomica (2009). *Differences in rotations between the winning and losing teams at the youth European volleyball championships for girls*. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica, vol. 39, no. 4, str. 33-40.
- ZADRAŽNIK, Marko, DERVIŠEVIĆ, Edvin (2011). *Performance: Level of play related anthropometric differences in volleyball players*. British journal of sports medicine. Online ed., vol. 45, issue 6, str. 542-543. <http://bjsm.bmj.com/content/45/6.toc#AbstractsfromtheFIVBVolleyballMedicineCongressBledSloveni> [a1315January2011](http://bjsm.bmj.com/content/45/6.toc#AbstractsfromtheFIVBVolleyballMedicineCongressBledSloveni), doi: [10.1136/bjsm.2011.084558.27](http://bjsm.bmj.com/content/45/6.toc#AbstractsfromtheFIVBVolleyballMedicineCongressBledSloveni).
- ZADRAŽNIK, Marko, DOUPONA - TOPIČ, Mojca (2013). *Some views of elite sportsmen on cooperation with the media and the media's influence on sports and private lives*. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica. Vol. 43, no. 2, str. 47-54.
- MAJSTOROVIĆ, Nikola, DOPSAJ, Milivoj, GRBIĆ, Vladimir, SAVIĆ, Zoran, VIĆENTIJEVIĆ, Aleksandar, ANIČIĆ, Zdravko, ZADRAŽNIK, Marko, TOSKIĆ, Lazar, NEŠIĆ, Goran. *Isometric strength in volleyball players of different age : a multidimensional model*. *Applied sciences*, ISSN 2076-3417, 2020, vol. 10, iss. 12, art. 4107, str. 1-12,
- DOPSAJ, Milivoj, MAJSTOROVIĆ, Nikola, MILIĆ, Radoje, NEŠIĆ, Goran, RAUTER, Samo, ZADRAŽNIK, Marko. *Multidimensional prediction approach in the assessment of male volleyball players' optimal body composition : the case of two elite European teams = Enfoque de predicción multidimensional en la evaluación de la composición corporal óptima de los jugadores de voleibol masculino : el caso de dos equipos Europeos de élite*. *International journal of morphology*, ISSN 0717-9502, 2021, vol. 39, no. 4, str. 977-983
- ZADRAŽNIK, Marko. *Selected anthropometric characteristics and body composition of female volleyball players in cadet, junior and senior national teams of Slovenia = Nekateri antropometrične značilnosti in sestava telesa pri odbojkaricah v kadetski, mladinski in članski reprezentanci Slovenije*. *Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport*

DR. TINE SATTTLER:

- SATTTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, SPASIĆ, Miodrag, OSMANKAČ, Nedžad, JOÃO, P. V., DERVIŠEVIĆ, Edvin, HADŽIĆ, Vedran. *Isokinetic knee strength qualities as predictors of jumping performance in high-level volleyball athletes : multiple regression approach*. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 2016, no. 1-2, str. 60-69.
- SATTTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, ESCO, Michael R., MAHMUTOVIĆ, Ifet, HADŽIĆ, Vedran. *Analysis of the association between isokinetic knee strength with offensive and defensive jumping capacity in high-level female volleyball athletes*. *Journal of science and medicine in sport*, 2015, iss. 5, str. 613-618.
- SATTTLER, Tine, HADŽIĆ, Vedran, DERVIŠEVIĆ, Edvin, MARKOVIĆ, Goran. *Vertical jump performance of professional male and female volleyball players : effects of playing position and competition level*. *Journal of strength and conditioning research*, 2015, iss. 6, str. 1486-1493.
- SATTTLER, Tine. *Ugotavljanje razlik v nekaterih prvinah igralne uspešnosti med zmagovalci in poraženci v vrhunski moški odbojki*. *Šport*, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 110-114.
- HADŽIĆ, Vedran, SATTTLER, Tine, VESELKO, Matjaž, MARKOVIĆ, Goran, DERVIŠEVIĆ, Edvin. *Strength asymmetry of the shoulders in elite volleyball players*. *Journal of athletic training*, 2014, vol. 49, no. 2, 7 str.
- SATTTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, SPASIĆ, Miodrag, PERIĆ, Mía, KROLO, Ante, ULJEVIĆ, Ognjen, KONDRIĆ, Miran. *Analysis of the association between motor and anthropometric variables with change of direction speed and reactive agility performance*. *Journal of Human Kinetics*, ISSN 1640-5544, 2015, vol. 47, str. 137-145.
- SATTTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, HADŽIĆ, Vedran, ULJEVIĆ, Ognjen, DERVIŠEVIĆ, Edvin. *Vertical jumping tests in volleyball: reliability, validity and playing-position specifics*. *Journal of strength and conditioning research*, 2012, vol. 26, no. 6, str. 1532-1538.
- HADŽIĆ, Vedran, SATTTLER, Tine, MARKOVIĆ, Goran, VESELKO, Matjaž, DERVIŠEVIĆ, Edvin. *The isokinetic strength profile of quadriceps and hamstrings in elite volleyball players*. *Isokinetics and exercise science*, 2010, vol. 18, no. 1, str. 31-37,

- HADŽIĆ, Vedran, SATTLER, Tine, TOPOLE, Eva, JARNOVIĆ, Zoran, BURGER, Helena, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Risk factors for ankle sprain in volleyball players: a preliminary analysis. *Isokinetics and exercise science*, 2009, vol. 17, no. 3, 155-160.
- SATTLER, Tine, DERVIŠEVIĆ, Edvin, HADŽIĆ, Vedran. Značilnosti obremenitev gibal pri odbojki. *Šport*, 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 151-156.
- SATTLER, Tine. Ugotavljanje razlik v nekaterih prvinah igralne uspešnosti med zmagovalci in poraženci v vrhunski moški odbojki. *Šport*, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 110-114.

ODBOJKA 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|--------------|
| Predmet: | Odbojka 3 |
| Course title: | Volleyball 3 |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098859 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 551 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | 15 | | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marko Zadražnik, Tine Sattler

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: **Prerequisites:**

Vpis v mag. študij Športna vzgoja.

Vsebina:

Odbojka 3

- Priprava učne priprave z odbojkarsko vsebino primerno za uporabo v osnovni ali srednji šoli.
- Izvedba vsebin učne priprave iz točke 1 s pomočjo lastne skupine. Možnost vodenja ure v paru ...
- Priprava 12-urnega učnega programa, primerne za osnovno ali srednjo šolo

Content (Syllabus outline):

Volleyball 3

- Preparation of volleyball lesson suitable for the use in the primary and secondary school.
- Practical implementation of the volleyball lesson: participants are students of program volleyball 3.
- Preparation of 12 hour volleyball program suitable for primary and secondary school

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Čopi, J. (1999). Pripravljamo se na pouk športne vzgoje – ODBOJKA. Ljubljana: Zavod republike Slovenije za šolstvo.
2. Čopi, J. (2005). Od začetnika do odbojkarja. Ljubljana: Odbojkarska zveza Slovenije.
3. Janković, V., Sabljak, M. (2004). Elementi tehnike odbojke i metodika. Zagreb.
4. Krevsl, V. (2001). Vzgoja mladih odbojkarjev. Ljubljana: Forma 7.
5. Zadražnik, M. (1991). Odbojka v ŠSD - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (36 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport - Oddelek za permanentno izobraževanje.

6. Zadražnik, M. (1995). Mini odbojka - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (44 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport - Oddelek za permanentno izobraževanje.
7. Zadražnik, M. (2000). Športni program Zlati sonček II – Motorika z žogo - Seminarsko gradivo za učitelje in profesorje športne vzgoje (18 str.). Ljubljana: Fakulteta za šport – Center za stalno strokovno spopolnjevanje.
8. Kolenc, E. (2/2017). Pravila odbojarske igre 2017 – 2020. Pridobljeno s www.odbojka.si/source/DOKUMENTI/2018/Pravila%20odbojka/Pravila%20odbojarske%20igre%202017-2020_2.pdf, 66 str.
9. Zadražnik, M., Curk, P. (2013). Mini odbojka (druga izdaja). Ljubljana: Fakultete za šport, Inštitut za šport.
10. Zadražnik, M. (2018). 50 odbojarskih treningov. Interesne dejavnosti v šoli. 2. izdaja. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
11. Zadražnik, M. (2019). Spodnji servis. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/PHWJv585rTayWjFf3> [film]
12. Zadražnik, M. (2019). Zgornji ravni servis. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ux6rreW5GZyqSiQwB> [film]
13. Zadražnik, M. (2019). Zgornji odboj. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX> [film]
14. Zadražnik, M. (2019). Spodnji odboj. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX> [film]
15. Zadražnik, M. (2019). udarec. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/TcLukWjN9gZuxi7gy> [film]
16. Zadražnik, M. (2019). Blok. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/oLSoAeWfNzotCSycX> [film]
17. Zadražnik, M. (2019). Sun. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/W4DLdb5m8Wvdm33kN> [film]
18. Zadražnik, M. (2019). Skok servis. Pridobljeno s <https://efepusmm.fe.uni-lj.si/asset/ocHjjamrWgBDwvoBX> [film]

Cilji in kompetence:

Odbojka 3 - cilji in vsebine:

- Preveriti študentovo sposobnost oblikovanja in vodenja procesa treniranja v interesnih programih oziroma pri mlajših kategorijah v društvih.
- Preveriti študentovo sposobnost prikaza in odpravljanja napak na uri/treningu
- Preveriti študentovo sposobnost prilagajanja učnih vsebin znanju vadečih in njihovi motivaciji

Odbojka 3 - predmetnospecifične kompetence:

V skladu s kompetencami, ki jih daje program, omogoča študentu, da izvaja in spremlja proces športne vadbe pri redni športni vzgoji v osnovni in srednji šoli.

Objectives and competences:

Volleyball 3 – objectives and contents

- To evaluate the ability of students to plan and lead the training process in primary school and young categories in clubs.
- To evaluate the ability of students to show the demonstration of technical skills and to recognise technical mistakes during training process
- To evaluate the ability of students to adapt the exercises to the level of players and their motivation

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Študenti bodo usvojili znanja, spretnosti in veščine, ki jih mora obvladati diplomanti, ki vodi proces vadbe v interesnih dejavnostih šol, odbojarskih šolah in odbojarskih klubih v kategoriji dečkov in deklic.

Uporaba:

V procesu učenja pri redni športni vzgoji v osnovni in srednji šoli, v interesnih šolskih dejavnosti, v odbojarskih šolah in odbojarskih klubih.

Refleksija:

Intended learning outcomes:

The knowledge and understanding:

The student s will acquire the knowledge and skills which must be mastered by a volleyball practitioner who leads the exercise process in interest activities in schools, volleyball schools and volleyball clubs in category U15.

Use:

In the learning process in interest activities in schools, volleyball schools and volleyball clubs in category U15.

Reflection:

| | |
|--|---|
| Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti pri poučevanju odbojke v omenjeni starostni kategoriji. Pridobljeno znanje bodo lahko nadgradili z dodatnim izobraževanjem v odbojki. | The students will be able to critically evaluate the level of achievement of their competences in teaching volleyball in the category U15. The acquired knowledge will be able to upgrade with additional volleyball education. |
|--|---|

Metode poučevanja in učenja:

Vaje, delo v skupini, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, delavnice, nastopi, hospitacije, nastopi, pedagoška praksa

Learning and teaching methods:

Exercices, group work, individual tasks, collaborative learning / teaching, active (reflexive) teaching, workshops, performances, hospitations, pedagogical practice

Načini ocenjevanja:

. Pravočasno oddana in pozitivno ocenjena učna priprava 2. Pozitivno ocenjeno vodenje skupine na osnovi učne priprave iz tč. 1. 3. Pravočasno oddan in pozitivno ocenjen 12-urni podrobni (vsebinska, količinska in organizacijska priprava) učni načrt in zagovor le tega.

Delež/Weight

Assessment:

The preparation for volleyball lesson need to be positively evaluated. 2. The performance of teaching the group need to be positively evaluated. 3. Preparation of 12 hour volleyball program (content, quantitative and organizational preparation) and its oral defense.

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

DR. MARKO ZADRAŽNIK:

- ZADRAŽNIK, Marko (1997). Evaluation of potential success of young volleyball players. V: PAVLOVIČ, Mik (ur.). Šport mladih : zbornik : III. mednarodni simpozij : proceedings : III.international symposium, Bled, Slovenia, October 7 - 10, 1997. Ljubljana: Fakulteta za šport: = Faculty of Sport, str. 725 (str. 626-632).
- ZADRAŽNIK, Marko (1999). Assessing competitive and potential successfulness of advanced young volleyball players = Ocenjevanje tekmovalne in potencialne uspešnosti kakovostnih mladih odbojkašev. Kinesiologija Slovenica, let. 5, št. 1/2, str. 45-50.
- ZADRAŽNIK, Marko (2001). Preverjanje in ocenjevanje tehnično-taktičnega znanja in kakovosti igranja pri pouku športne vzgoje v tretjem triletju osnovne šole: odbojka. V: ŠKOF, Branko (ur.), KOVAČ, Marjeta (ur.). Uvajanje novosti pri šolski športni vzgoji : zbornik referatov. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 614 (str. 241-252).
- ZADRAŽNIK, Marko, MARELIĆ, Nenad, REŠETAR, Tomica (2009). Differences in rotations between the winning and losing teams at the youth European volleyball championships for girls. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica, vol. 39, no. 4, str. 33-40.
- ZADRAŽNIK, Marko, DERVIŠEVIĆ, Edvin (2011). Performance: Level of play related anthropometric differences in volleyball players. British journal of sports medicine. Online ed., vol. 45, issue 6, str. 542-543. <http://bjsm.bmj.com/content/45/6.toc#AbstractsfromtheFIVBVolleyballMedicineCongressBledSlovenia1315January2011>, doi: 10.1136/bjsm.2011.084558.27.
- ZADRAŽNIK, Marko, DOUPONA - TOPIČ, Mojca (2013). Some views of elite sportsmen on cooperaton with the media and the media's influence on sports and private lives. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica. Vol. 43, no. 2, str. 47-54.

DR. TINE SATTLER:

- SATTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, SPASIĆ, Miodrag, OSMANKAČ, Nedžad, JOÃO, P. V., DERVIŠEVIĆ, Edvin, HADŽIĆ, Vedran. Isokinetic knee strength qualities as predictors of jumping performance in high-level volleyball athletes : multiple regression approach. The Journal of sports medicine and physical fitness, 2016, no. 1-2, str. 60-69.
- SATTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, ESCO, Michael R., MAHMUTOVIĆ, Ifet, HADŽIĆ, Vedran. Priloga 4 Zapisnika 25. seje KŠZ, 6. 12. 2023

Analysis of the association between isokinetic knee strength with offensive and defensive jumping capacity in high-level female volleyball athletes. *Journal of science and medicine in sport*, 2015, iss. 5, str. 613-618.

- SATTLER, Tine, HADŽIĆ, Vedran, DERVIŠEVIĆ, Edvin, MARKOVIĆ, Goran. Vertical jump performance of professional male and female volleyball players : effects of playing position and competition level. *Journal of strength and conditioning research*, 2015, iss. 6, str. 1486-1493.
- SATTLER, Tine. Ugotavljanje razlik v nekaterih prvinah igralne uspešnosti med zmagovalci in poraženci v vrhunski moški odbojki. *Šport*, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 110-114.
- HADŽIĆ, Vedran, SATTLER, Tine, VESELKO, Matjaž, MARKOVIĆ, Goran, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Strength asymmetry of the shoulders in elite volleyball players. *Journal of athletic training*, 2014, vol. 49, no. 2, 7 str.
- SATTLER, Tine, SEKULIĆ, Damir, HADŽIĆ, Vedran, ULJEVIĆ, Ognjen, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Vertical jumping tests in volleyball: reliability, validity and playing-position specifics. *Journal of strength and conditioning research*, 2012, vol. 26, no. 6, str. 1532-1538.
- HADŽIĆ, Vedran, SATTLER, Tine, MARKOVIĆ, Goran, VESELKO, Matjaž, DERVIŠEVIĆ, Edvin. The isokinetic strength profile of quadriceps and hamstrings in elite volleyball players. *Isokinetics and exercise science*, 2010, vol. 18, no. 1, str. 31-37,
- HADŽIĆ, Vedran, SATTLER, Tine, TOPOLE, Eva, JARNOVIČ, Zoran, BURGER, Helena, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Risk factors for ankle sprain in volleyball players: a preliminary analysis. *Isokinetics and exercise science*, 2009, vol. 17, no. 3, 155-160.
- SATTLER, Tine, DERVIŠEVIĆ, Edvin, HADŽIĆ, Vedran. Značilnosti obremenitev gibal pri odbojki. *Šport*, 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 151-156.

ODBOJKA NA MIVKI V VSEH POJAVNIH OBLIKAH

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|--|
| Predmet: | Odbojka na mivki v vseh pojavnih oblikah |
| Course title: | Beachvolley |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|----------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Kinezioterapija (smer) | 2. letnik | 2. semester | izbirni |
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Posebna telesna aktivnost (smer) | 2. letnik | 2. semester | obvezni |
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 2. semester | izbirni |

Univerzitetna koda predmeta/University course code: 0643743

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | 15 | 60 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Tine Sattler

Vrsta predmeta/Course type: Splošni izbirni predmet/General elective subject

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------------------|
| Predavanja/Lectures: | Angleščina, Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Angleščina, Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Ni pogojev

Prerequisites:

There are no conditions

Vsebina:

- Pojavne oblike odbojke na mivki in možnosti vključevanja slehernega posameznika.
- Razvoj odbojke na mivki in smernice za prihodnost.
- Organiziranost panoge doma in v svetu, ter priložnost vključevanja v strukturo panoge.
- Elementarne in uvajalne igre odbojke na mivki, za vse starostne kategorije, kategorije po nivoju znanja in glede na gibalne in druge omejitve.
- Metodični postopek učenja tehnike in uporaba le teh v prilagojeni igri.
- Načrtovanje letnega plana (makro), mezo, mikro cikla in posameznega treninga.
- Vaje primerne za vadbo v različnih starostnih kategorijah, kategorijah po nivoju znanja in glede na gibalne in druge omejitve.

Content (Syllabus outline):

- The different forms of beach volleyball game and how each individual can get involved.
- The development of beach volleyball and future directions.
- The organisation of the beach volleyball in Slovenia and abroad, and the opportunity to integrate into the structure of the branch.
- Elementary and introductory beach volleyball games, for all age categories, categories according to skill level and physical and other limitations.
- Methodological process of learning techniques and applying them in adapted games.
- Planning the annual (macro), meso, micro cycle and individual training.

| | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Taktična uporaba tehničnih prvin v odbojki na mivki, na različnih nivojih znanja. • Ugotavljanje uspešnosti in učinkovitosti igralcev in ekip, na različnih nivojih znanja. • Poškodbe in preprečevanje le teh, ter uporaba preventivnih programov in primere rehabilitacije v odbojki na mivki | <ul style="list-style-type: none"> • Exercises suitable for different age categories, skill level categories, and categories with physical and other limitations. • Tactical application of technical elements in beach volleyball at different skill levels. • Determining the performance and efficiency of players and teams at different skill levels. • Injuries and injury prevention in beach volleyball and the use of prevention programmes with examples of rehabilitation in beach volleyball. |
|---|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • MADEIROS, Alexandre, MARCELINO, Rui, MESQUITA, Isabel. Physical and temporal characteristics of under 19, under 21 and senior male beach volleyball players. <i>Journal of Sport Science and Medicine</i>, 2014, vol.13, no. 3, str.658-665. • NATALI, Simone, FERIOLI, Davide, LA TORRE, Antonio, BONATO, Matteo. Physical and technical demands of elite beach volleyball according to playing position and gender. <i>The Journal of sports medicine and physical fitness</i>, 2019, vol.58, no. 1, str.6-9. • BATISTRA, G. Ricarte, DE ARAUJO, R.Freire, GUERRA, R.Oliveira. Comparison between vertical jumps of high performance athletes on the Brazilian men's beach volleyball team. <i>The Journal of sports medicine and physical fitness</i>, 2008, vol.48, no. 2, str.172-6. • GIATSI, George, PANOUTSAKOPOULOS, Vassilios, KOLLIAS, Iraklis A. Drop jumping on sand is characterized by lower power, higher rate of force development and larger knee joint range of motion. <i>Journal of Functional Morphology and Kinesiology</i>, 2022, vol.7, no.1, str.17. • GIATSI, George, PANOUTSAKOPOULOS, Vassilios, KOLLIAS, Iraklis A. Biomechanical differences of arm swing countermovement jumps on sand and rigid surface performed by elite beach volleyball players. <i>Journal of sport sciences</i>, 2018, vol.36, no.9, str.997-1008. • GIATSI, George, KOLLIAS, Iraklis, PANOUTSAKOPOULOS, Vassilios, PAPAIAKOVOU, George. Biomechanical differences in elite beach-volleyball players in vertical squat jump on rigid and sand surface. <i>Sport biomechanics</i>, 2004, vol.3, no.1, str.145-58. • AHMADI, Mina, NOBARI, Hadi, RAMIREZ-CAMPILLO, Rodrigo, PEREZ-GOMEZ, Jorge, DE ARAUJO RIBEIRO, Alexandre Lima, MARTINEZ-RODRIGUEZ, Alejandro. Effects of plyometric jump training in sand or rigid surface on jump-related biomechanical variables and physical fitness in female volleyball players. <i>International Journal of environmental research and public health</i>, 2021, vol.18, no.24, str.13093. • COHEN, Philip R. Beach feet: a sand-associated thermal injury to the soles of the feet and the plantar aspect of the toes. <i>Journal of Functional Morphology and Kinesiology</i>, 2022, vol.7, no.1, str.17. • BELLINGER, Philip M., NEWANS, Timothy, WHALEN, Mitchell, MINAHAN, Claire. Quantifying the activity profile of female beach volleyball tournament match-play. <i>Journal of sports science and medicine</i>, 2021, vol.20, no.1, str.142-148. • NAKAMURA, Fabio Y., CHAR, Marco, SOUZA, Marcio P., PALERMO, Lucas, CARVALHO, Renan R., NUNES, Renan F. Match analysis and heart rate of top-level female beach volleyball players during international and national competitions. <i>The Journal of Sports medicine and physical fitness</i>, 2020, vol.60, no.2, str.189-197. • BOZZINI, Brittany N., MCFADDEN, Bridget A., SCRUGGS, Steven Keith, ARENT, Shawn M. Evaluation of performance characteristics and internal and external beach volleyball players. <i>Journal of strength and conditioning research</i>, 2021, vol.35, no.6, str.1559-1567. • SATTNER, Tine, HADŽIĆ, Vedran, DERVIŠEVIĆ, Edvin, MARKOVIĆ, Goran. Vertical jump performance of professional male and female volleyball players: effects of playing position and competition level. <i>Journal of strength and conditioning research</i>, 2015, iss. 6, str. 1486-1493. • SATTNER, Tine. Ugotavljanje razlik v nekaterih prvinah igralne uspešnosti med zmagovalci in poraženci v vrhunski moški odbojki. <i>Šport</i>, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 110-114. • SATTNER, Tine, SEKULIĆ, Damir, HADŽIĆ, Vedran, ULJEVIĆ, Ognjen, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Vertical jumping tests in volleyball: reliability, validity and playing-position specifics. <i>Journal of strength and conditioning research</i>, 2012, vol. 26, no. 6, str. 1532-1538 • SATTNER, Tine, DERVIŠEVIĆ, Edvin, HADŽIĆ, Vedran. Značilnosti obremenitev gibal pri odbojki. <i>Šport</i>, 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 151-156. • PERHAJ, Gregor. Kondicijska priprava v odbojki na mivki : diplomsko delo. Ljubljana: 2016. |
|--|

- Štekl, J., Hribar, G.: Odbojka na mivki. Odbojarska zveza Slovenije, Ljubljana, (2006).
- Trioschi, D., Gatelli, D.: Beach volley: evoluzione, tecnica, tattica, allenamento. Calzetti – Mariucci, Ponte San Giovanni, (2003).
- Kiraly, K., Shewman, B.: Beach volleyball, Human Kinetics (1999)
- Federation Internationale de Volleyball: Beach Volleyball Drill-book. Technical and Development Department (2011).
- Burke, T.: Order on the Court: Pro Beach Volleyball a Rally for Respect & Recognition. Olympic Proportions press (2008).
- Couvillon, A.: Sands of Time: The History of Beach Volleyball. Information guides (2002).

Cilji in kompetence:

- Posredovati študentom temeljna teoretična in praktična znanja za razumevanje in izvedbo osnovnih in nadaljevalnih tehničnih prvin (servis, zgornji odboj, spodnji odboj, udarec, blok, padci).
- Poznavanje metodičnih postopkov učenja posameznih prvin in uporaba le teh v prilagojeni igri.
- Prilagoditi vaje posameznim starostnim kategorijam, različnim kategorijam znanja in glede na gibalne in druge omejitve.
- Prepoznati napake in jih znati preprečiti na različnih nivojih znanja.
- Pravilna in varna demonstracija vaj na različnih nivojih znanja.
- Spremljanje uspešnosti in učinkovitosti igralcev in ekip, na različnih nivojih znanja.

Objectives and competences:

- To provide students with the basic theoretical and practical knowledge to understand and perform the basic and advanced technical elements (serve, finger set, bump set, hit, block, dive).
- Knowledge of the methodological procedures for teaching the individual elements and their application in an adapted game,
- Adapt the drills to the different age categories, to the different skill categories and to categories with the motor and other limitations.
- Identify and prevent errors at different skill levels.
- Demonstrate exercises correctly and safely at different skill levels.
- Monitor the performance and efficiency of players and teams, at different skill levels.

Predvideni študijski rezultati:

- Znanje in razumevanje:
- Različnih oblik igre kot enega najbolj razširjenih rekreativnih športov.
 - Osnovnih razumevanj tehnike za začetno delo in usmeritev talentiranih igralcev.
 - Osnovnih razumevanj vodenja vadečih z gibalnimi in drugimi motnjami.
 - Osnovnih razumevanj tehnike in taktike za delo s talentiranimi igralci.
 - Tehnike in taktike na tekmovalnem področju.
 - Uporaba pridobljenih znanj kot sredstvo telesne priprave v drugih športih.
 - Uporaba pridobljenih znanj za preventivno vadbo in kot postrehabilitacijski trening

Intended learning outcomes:

- Knowledge and understanding:
- The different forms of the game as one of the most widespread recreational sports.
 - A basic understanding of technique for the initial work and guidance of talented players.
 - Basic understanding of how to guide players with physical and other disabilities.
 - Basic understanding of technique and tactics for working with talented players.
 - Techniques and tactics in the competitive field.
 - Application of acquired skills as a means of physical preparation in other sports.
 - Application of acquired skills for preventive training and as post-rehabilitation training.

Metode poučevanja in učenja:

Predavanja, seminarji, praktične vaje, demonstracije.

Learning and teaching methods:

Lectures, seminars, practical exercises, demonstrations.

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight

Assessment:

| | | |
|--|---------|---|
| Pisni izpit | 50,00 % | Written exam |
| Praktični izpit – demonstracija ogrevanja in priprave vadečih na glavni del vadbe, demonstracija tehničnih prvin, učinkovitost v igri, sojenje in organizacija turnirja. | 50,00 % | Practical exam - demonstration of warm-up and preparation of trainees for the main part of the training, demonstration of technical elements, efficiency in the game, refereeing and organisation of tournaments. |

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

Tine Sattler:

- Damir, Sekulić, Miodrag, Spasić, Dragan, Mirkov, Mile, Cavar, Tine, Sattler. Gender-specific influences of balance, speed and power on agility performance. Journal of strength and conditioning research, 2013, vol. 27, no. 3: 802-811. Citatov = 12
- Tine, Sattler, Damir, Sekulić, Vedran, Hadzić, Ognjen, Uljević, Edvin, Dervišević. (2012). Vertical jumping tests in volleyball: reliability, validity, and playing-position specifics. Journal of Strength and Conditioning Research, 2012, vol. 26, no. 6: 1532-1538. Citatov = 95
- Tine, Sattler, Damir, Sekulić, Goran Marković. (2015). Vertical jumping performance of professional male and female volleyball players: Effects of playing position and competition level. Journal of Strength and Conditioning Research, 2015, vol. 29, no. 6: 1486-1493. Citatov = 57.

OLIMPIJSTVO IN OLIMPIZEM

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| Predmet: | Olimpijstvo in olimpizem |
| Course title: | Olympic movement and olympic spirit |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Kinezioterapija (smer) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0557549 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 30 | 15 | | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Tomaž Pavlin

Vrsta predmeta/Course type: Splošni izbirni/general selective

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|------------------------------|---|
| Ni predpogojev za vključitev | Prerequisites: No prerequisites for inclusion |
|------------------------------|---|

Vsebina:

Organiziranje in razvoj modernega olimpijstva sta tesno povezana z razvojem modernega športa, ki se je v svetu širil v 20. stoletju ter se družbeno afirmiral tako kot »telesna vzgoja« ali pa sui generis (sama sebi namenjena) dejavnost na osnovi modernih športnih panog in amaterskega statusa ter nato profesionalizacije. Korenine olimpijskih tekmovanj so resda v antiki, vendar pa je renesansa tekmovanj pod imenom olimpijska vezana na moderne družbene procese in zaokrožena v olimpijski listini, temeljni listini olimpijskega gibanja, ki v uvodu vključuje tudi temeljna načela olimpijske ideje ali filozofije z vrednotami izhajajočimi iz načela fair-play, poleg poštenosti tudi prijateljstvo, enakost, solidarnost in spoštovanje. Olimpijsko gibanje vodi Mednarodni olimpijski komite, ki je tudi nosilec olimpijskih

Content (Syllabus outline):

The organization and development of modern Olympics are closely linked to the development of modern sport, which spread throughout the world in the 20th century and was affirmed socially as "physical education" or sui generis (self-intended) activity on the basis of modern sports and amateur sports status, which by time in many sports convert into professionalization. The roots of the Olympics are in antiquity, but the revival of the Olympic Games is tied to modern social processes. It is embodied in the Olympic Charter, the basic charter of the Olympic Movement, which in the introduction includes the basic principles of the Olympic idea or philosophy. The olympic idea is based on the values derived from the principle of fair play, in addition to honesty, friendship, equality, solidarity and respect. The

| | |
|--|--|
| <p>tekmovanj, s specifično organizacijsko strukturo in olimpijsko Akademijo s sedežem v grški Olimpiji. Olimpijstvo se na Slovenskem prične širše afirmirati po prvi svetovni vojni, ko se je pričela širiti tudi udeležba slovenskih športnikov na olimpijskih igrah po posameznih športnih panogah. Olimpijska zgodba je šla skozi podobdobja glede na različni politični obdobji jugoslovanske države in tudi temu primernemu športnemu organiziranju. V luči aktualnega slovenskega olimpijstva in športa je bil pomemben korak osamosvojitve Slovenije. Temu primerno je sledila športna osamosvojitve ter mednarodna vključitev in mednarodno priznanje v letih 1991 in 1992. Koraki v samostojno olimpijsko organiziranje so stekli še pred osamosvojitvijo, po juniju 1991 pa je sledila politika športnega razhoda z jugoslovanskimi zvezami in vključitev v mednarodni šport ter olimpijski in športni nastopi na mednarodnih tekmovanjih.</p> | <p>Olympic movement is lead by International Olympic committee, who is in charge also for the competitions. Olympic movement in Slovenia is starting to become more widely known after the First World War. By time has increased also the number of slovenian olympic participants and the number of sport branches with olympians. The Slovene Olympic story went through two periods and two organizational forms with respect to different political periods of the Yugoslav state with influence on sports organization. In light of the current Slovenian Olympic organisation and activity, Slovenia's independence was an important step. This was followed by sports independence and international inclusion and international recognition in 1991 and 1992. Steps towards independent Olympic organization were made before independence, and after June 1991, the policy of sports break with the Yugoslav federations followed and inclusion into international sport and Olympic movement. Therefor followed the autonomous international sports and olympic performs.</p> |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Coubertin, Pierre de (2000). <i>Olympism: selected writings</i> (ur. N. Mueller). Lausanne: IOC. • Guttman, Allen (1994). <i>Games and Empires</i>. New York: Columbia University Press. • Jajčević, Zdenko (2007). <i>Olimpizam u Hrvatskoj</i>. Zagreb: Libera Editio. • Pavlin, Tomaž (2015). <i>Moderna olimpijska tekmovanja - odmev antičnega atleta?</i> <i>Keria : studia Latina et Graeca</i>, letn. 17, št. 1, str. 83-99. • Pavlin, Tomaž (2012). "Ni pomembno zmagati, pač se dobro boriti ali slovenska olimpijska pot." V: <i>Sabljanje, veččina, tradicija, šport: zbornik ob 100-letnici osvojitve srebrne olimpijske medalje Rudolfa Cvetka</i> (ur. J. Podpečnik, S. Pörš). Ljubljana: Narodni muzej Slovenije, str. 89–101. • Pavlin, Tomaž (2012). <i>Olimpijstvo do leta 1914. V: Sabljanje, veččina, tradicija, šport: zbornik ob 100-letnici osvojitve srebrne olimpijske medalje Rudolfa Cvetka</i> (ur. J. Podpečnik, S. Pörš). Ljubljana: Narodni muzej Slovenije, str. 37-46. • Pavlin, Tomaž (2016). "Športna zgodba, stkana iz dejavnosti tisočev" : osamosvojitve in šport, tranzicija in dileme. V: <i>Četrto stoletja Republike Slovenije - izzivi, dileme, pričakovanja</i> (ur. J. Gašparič, M. Šorn). Ljubljana: Inštitut za novejšo zgodovino, str. 85-95. • Pavlin, Tomaž (2006). »Zanimanje za sport je prodrlo med Slovenci že v široke sloje«. Ljubljana: FŠ. • Stepišnik, Drago (1968): <i>Oris zgodovine telesne kulture na Slovenskem</i>. Ljubljana: DZS. • Šugman, Rajko (1999). <i>Prelomno obdobje slovenskega športa 1988-1994</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport. • Young, David C. (1996): <i>The Modern Olympics</i>. Baltimore and London: The John Hopkins University Press. |
|---|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|---|
| <p>-razumeti pojav in razvoj ter strukturo modernega olimpijstva in športa kot soustvarjalca moderne občne in slovenske družbe</p> <p>-spoznavanje in razumevanje ključnih konceptov, načel in vrednot olimpijskega gibanja</p> <p>-pridobiti znanje in razumeti vlogo olimpijstva v slovenskem etičnem, narodnem in državnem razvoju</p> <p>-spoznati slovenske športnike, njihove olimpijske zgodbe in slovenske športne uspehe/neuspehe ter na osnovi tega znanja razviti kritično misel in pogled na družbeno vlogo modernega olimpijstva ter vzporedno odnos do olimpijsko-športne dediščine</p> | <h3>Objectives and competences:</h3> <p>-to understand the phenomenon and development and the structure of modern Olympic movement as a co-creator of modern global society and Slovenian society as well</p> <p>-to know and understand the basic concepts, attitudes and principles of Olympic movement</p> <p>- to get knowledge and understanding of the role of olympics in Slovenian ethnical and national development</p> <p>-to know the slovenian olympic athletes, their olympic stories and slovenian sport successes/failures and on the bases of the knowledge develop the</p> |
|---|---|

| | |
|--|---|
| | critical thought and view on the societal role of modern olympics and olympism and parallelly to develop the attitude toward olympic and sport heritage |
|--|---|

| | |
|---|--|
| Predvideni študijski rezultati: | Intended learning outcomes: |
| <p>-poznati olimpijsko organizacijsko strukturo, politiko, kandidaturo in organiziranje olimpijskih tekmovanj</p> <p>-poznati in razumeti olimpizem in olimpijsko idejo ter olimpijsko listino kot temeljni akt olimpijskega gibanja</p> <p>-poznati razvoj in strukturo ter delovanje Slovenskega olimpijskega komiteja in Slovenske olimpijske akademije</p> <p>-usposobljenost študenta za objektivno kritično presojo olimpijske organiziranosti in vloge v moderni družbi</p> <p>-s poznavanjem nastanka, razvoja in družbene vloge olimpizma in športa na načelu enakosti po sloju, rasi in spolu imeti kritično humanistično misel o vlogi športa v kontekstu demokracije, globalizacije in profesionalizacije</p> | <p>-to know the organisation of Olympic Movement, policy, bid and organisation of Olympics</p> <p>- to know and understand the olympism as well the olympic idea and Olympic Charter</p> <p>-to know the development, structure and purpose of Slovenian Olympic Committee and Academy</p> <p>-ability for critical mind of modern Olympics, olympic organisation and its role in the modern society</p> <p>-with the knowledge of the emergence, development and social role of olympics and sport on the principle of gender, racial and social equality to develop a critical humanistic thought about the role of sport in the context of democracy, globalization and professionalization</p> |

| | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| -predavanja in seminarsko delo | -lecturing and seminar |

| | | |
|--|---------------------|--|
| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
| pisni izpit (ustni), seminarska naloga pogoj za opravljanje izpita | 100,00 % | exam (oral), positive seminar is demanded to enter to exam |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|--|
| Reference nosilca/Lecturer's references: |
| <ul style="list-style-type: none"> Pavlin, Tomaž (2016). "Športna zgodba, stkana iz dejavnosti tisočev" : osamosvojitve in šport, tranzicija in dileme. V: Četrto stoletje Republike Slovenije - izzivi, dileme, pričakovanja (ur. J. Gašparič, M. Šorn). Ljubljana: Inštitut za novejšo zgodovino, str. 85-95. Pavlin, Tomaž (2015). Moderna olimpijska tekmovanja - odmev antičnega atleta?. Keria : studia Latina et Graeca, 2015, letn. 17, št. 1, str. 83-99. Pavlin, Tomaž (2012). "Ni pomembno zmagati, pač se dobro boriti ali slovenska olimpijska pot." V: Sabljanje, veščina, tradicija, šport: zbornik ob 100-letnici osvojitve srebrne olimpijske medalje Rudolfa Cvetka (ur. J. Podpečnik, S. Pörš). Ljubljana: Narodni muzej Slovenije, str. 89–101. Pavlin, Tomaž (2014). Jugoslovanski Sokol. V: Naša pot : 150 let ustanovitve Južnega Sokola in sokolskega gibanja (ur. T. Pavlin). Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014, str. 101-158. Pavlin, Tomaž (2011). "V pesti sila, v srcu odločnost, v mislih domovina" : telovadba in šport v stari Jugoslaviji. V: 1918-1941 (ur. M. Štepec in drugi). Ljubljana: Muzej novejše zgodovine Slovenije, str. 70-85. Pavlin, Tomaž (2010). "Primorska omladina noče stati ob strani" : Primorci in šport v Ljubljani 1920-1941. V: Migracije in slovenski prostor od antike do danes (ur. P. Štih, B. Balkovec). Ljubljana: Zveza zgodovinskih društev Slovenije, str. 328-345. Pavlin, Tomaž (2005). Zgodbe slovenskega športa. V: Večkulturnost v slovenskem jeziku, literaturi in kulturi (ur. M. Stabej). Ljubljana: Center za slovenščino kot drugi/tuji jezik pri Oddelku za slovenistiko Filozofske fakultete, str. 110-120. |

- Pavlin, Tomaž (2004). "Ženska ... ne potrebuje telovadbe, ostane naj v kuhinji in pri ... domačem ognjišču". V: Ženske skozi zgodovino (ur. A. Žižek). Ljubljana: Zveza zgodovinskih društev Slovenije, str. 125-132.

PEDAGOGIKA, ANDRAGOGIKA IN DIDAKTIKA

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| Predmet: | Pedagogika, andragogika in didaktika |
| Course title: | Pedagogy, andragogy and didactics |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043058 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 537 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 60 | 15 | 15 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Katja Jeznik

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/compulsory

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

Opredelevanje osnovnih pojmov. Šola kot družbena institucija: šola in ideologija, vzgojne dimenzije šolskega programa. Teoretski in praktični problemi moralne vzgoje. Temeljni didaktični koncepti. Strukturni dejavniki pouka. Artikulacija in načrtovanje učnega procesa. Opredelevanje andragogike kot znanosti in njenih temeljnih pojmov. Izobraževanje odraslih kot potreba družbe, institucij in potreba posameznika. Operativni učni načrt za delo in izobraževanje odraslih. Profesionalni razvoj odrasle osebe. Spodbujanje vseživljenjskega izobraževanja in učenja odraslih.

Content (Syllabus outline):

Definition of key concepts. School as a social institution: school and ideology, educational dimensions of the school curriculum. Theoretical and practical problems of moral education. Fundamental didactic concepts. Structural factors of instruction. Articulation and planning of the teaching process. Definition of andragogy as a science and its fundamental concepts. Adult education as a need of society, institutions and the individual. Operational curriculum for adult work and education. Professional development of the adult. Promoting lifelong adult education and learning.

Temeljna literatura in viri/Readings:

- Kroflič, R. (1997 in 1999). Med poslušnostjo in odgovornostjo (Procesno-razvojni model moralne vzgoje). Ljubljana: VIJA. (131 str.)
- Kroflič, R. (2007). Vzgoja za odgovornost onkraj razsvetljenske paradigme: od razvoja odgovornosti k spoštljivemu odnosu in razvoju etične zavesti, Sodobna pedagogika, 58, str. 56–71.

- Kroflič, R. idr. (2009). Ali poklicne in strokovne šole potrebujejo vzgojni koncept? Ljubljana: Center RS za poklicno izobraževanje. (180 str.)
- Peček Čuk, M. in Lesar, I. (2009/2021). Moč vzgoje. Sodobna vprašanja teorije vzgoje. Ljubljana: Tehnična založba Slovenije. (Izbrana poglavja)
- Kroflič, R. (2013). Krepitev odgovornosti v šolski skupnosti med konceptoma državljske in moralne vzgoje. *Sodobna pedagogika*. 64(2), str. 12–31.
- Štirn Janota, P. (2015). Induktivni pristop na poti od prosocialnega k etičnemu ravnanju: študija primera. *Sodobna pedagogika*. 66(1), str. 64–86.
- Jeznik, K. (2015). Oblikovanje identitete otrok in mladostnikov med teorijo in šolskimi praksami. *Vzgoja in izobraževanje: revija za teoretična in praktična vprašanja vzgojno izobraževalnega dela*. 46(4/5), str. 49–56.
- Jeznik, K.; Kroflič, R. in Štirn Janota, P. (2017). O vzgojnih pristopih med permisivnostjo in otrokocentričnostjo. V: *Generaciji navidezne svobode: otroci in starši v sodobni družbi*. Str. 151–177.
- Črnič, A., in Pogačnik, A. (2021). Religija in šola: poučevanje o religiji in njena simbolna prisotnost v javni šoli. *Fakulteta za družbene vede, Založba FDV*. (Poglavje: Simbolna prisotnost religije v slovenski javni šoli, str. 134–142).
- Kroflič, R. (2022). Vzgoja z umetnostjo in prvoosebna umetniška izkušnja kot ključni sestavini sodobne vzgoje in izobraževanja. V *Umetnost v vzgoji v vrtcih in šolah: projekt SKUM* (str. 19–35). Založba Univerze na Primorskem.
- Jeznik, K., in Gregorčič Mrvar, P. (2022). The hidden curriculum from the perspective of school counsellors in Slovenia. *Pedagogika*, 148(4), 5–26. OZIROMA Jeznik, K. in Gregorčič Mrvar, P. (2023). Šolska svetovalna služba v primežu prikritega kurikuluma. *Družboslovne razprave*. 39(103), 63–85.
- Biesta, G. (2022). Vzgoja kot čudovito tveganje. *Krtina*. (Izbrana poglavja: O šibkosti vzgoje Prihajanje na svet, edinstvenost in čudovito tveganje, intervju Filipa Winterja z Gertom Biesto)
- Strmčnik, F. (2001). Didaktika – osrednje teoretične teme. Ljubljana: Filozofska fakulteta. (401 str.)
- Govekar-Okoliš, M. in Ličen, N. (2008). *Poglavja iz andragogike*. Ljubljana: Filozofska fakulteta. (143 str.)
- Ličen, N. (2006). *Uvod v izobraževanje odraslih*. Ljubljana: Filozofska fakulteta. (254 str.)

Cilji in kompetence:

Cilji: seznaniti študente s teoretskimi koncepti in praktičnimi pristopi v pedagogiki, didaktiki in andragogiki.

Kompetence: razumevanje temeljnih teoretskih konceptov, pojmov, zakonitosti, načel, sodobnih metod in oblik v pedagogiki, didaktiki in andragogiki ter njihovo upoštevanje pri praktičnem delu (poznavanje učnega načrtovanja, kurikularnih dokumentov, operativnih načrtov, andragoškega ciklusa in vrst vzgojno izobraževalnega dela z odraslimi, reševanja vzgojno-disciplinskih konfliktov, koordiniranja izobraževalnega dela in vseživljenjskega izobraževanja)

Objectives and competences:

Objectives: to introduce students to theoretical concepts and practical approaches in pedagogy, didactics and andragogy.

Competences: understanding of the basic theoretical concepts, definitions, laws, principles, modern methods and forms in pedagogy, didactics and andragogy and their application in practical work (knowledge of curriculum planning, curriculum documents, operational plans, the andragogical cycle and types of educational work with adults, the resolution of educational-disciplinary conflicts, the coordination of educational work and lifelong learning).

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje

Študent razume pomen temeljnih teoretskih usmeritev za oblikovanje vzgojnega koncepta javne šole in delovanje pedagoških konceptov; zna oblikovati operativni načrt za oblikovanje vzgojne dimenzije pouka pri lastnem predmetu in v okviru ur oddelčne skupnosti; razume temeljne koncepte didaktične teorije; opiše vlogo učitelja in učenca pri pouku; razume pomen aktivne vloge učenca v učnem procesu; pozna in razume značilnosti in pomen ustrezne učne komunikacije in interakcije; pozna dejavnike izbire ustrezne učne vsebine za doseganje ciljev pouka, našteje vrste učnih ciljev in opredeli

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding

The student understands the relevance of the basic theoretical orientations for the formulation of the educational concept of the public school and the functioning of pedagogical concepts; he/she is able to formulate an operational plan for the formulation of the educational dimension of teaching in his/her own subject and in the context of departmental community lessons; he/she understands the basic concepts of didactic theory; describe the role of the teacher and the learner in teaching; understand the importance of the active role of the learner in the learning process; know and understand the

njihove značilnosti in funkcije; razume omejitve na področju operativizacije (predvsem vzgojnih) učnih ciljev; našteje in opiše didaktične etape učnega procesa; pojasni razmerje med preverjanjem in ocenjevanjem znanja; razlikuje med različnimi učnimi oblikami in metodami ter razume njihovo didaktično uporabnost; pozna značilnosti, funkcije in strategije učnega načrtovanja; razume proces nastajanja učnega načrta; pozna in razume zakonitosti andragoških problemov in situacij ter pozna oblike sodelovanja v izobraževalnih institucijah (načrtovanje in oblikovanje različnih projektov...); pozna in razume andragoška načela, sodobne metode, oblike, tehnike za delo/izobraževanje z odraslimi in razume pomen andragoškega dela; pozna postopek oblikovanja izobraževalnega programa za odrasle in vrednotenje izobraževanja; pozna metode za spremljanje, vrednotenje in uravnavanje lastnega profesionalnega razvoja in za vseživljenjsko učenje in izobraževanje.

Uporaba

V ponujenih (pod)zakonskih in kurikularnih dokumentih prepozna ideološke vplive; reši vzgojno-disciplinske konflikte (primer iz pedagoške prakse) na podlagi upoštevanja pravno-administrativnih okvirov in teoretskih (pedagoških, psiholoških, etičnih) načel; ugotovi, katere dejavnosti spodbujajo aktivno vlogo učenca pri pouku; na podlagi učnih ciljev oblikuje predloge učnih vsebin in dejavnosti; iz splošnih učnih ciljev izpelje operativne učne cilje; analizira in ovrednoti didaktično izvedbo opazovane učne ure; oblikuje operativni izobraževalni program za odrasle na podlagi upoštevanja andragoških načel, pogojev dela, andragoških sodobnih metod, oblik, različnih tehnik dela, ustreznih načinov vrednotenja znanja odraslih in vrst andragoškega dela; izdelava načrt lastnega profesionalnega razvoja in izobraževanja ter osnutek za vseživljenjsko učenje in izobraževanje.

Refleksija

Z vidika pridobljenega znanja oceni vzgojno delovanje izbrane šole na nivoju oddelčne in šolske skupnosti; razmišlja, kako ustrezno prenesti teoretična spoznanja v empirično pedagoško-didaktično ravnanje; interpretira konkretna ravnanja, procese in učinke v didaktični praksi z vidika didaktičnih teoretičnih konceptov; na osnovi refleksije svojega ravnanja uvaja ustrezne izboljšave in se tako strokovno razvija; povezujejo teoretična znanja z dejanskim andragoškim delom in potrebami po vzgoji in izobraževanju odraslih na različnih izobraževalnih in drugih institucijah; razvija pozitivna stališča do lastnega dela in dela z odraslimi.

Prenosljive spretnosti

Nauči se kritičnega branja strokovne literature, ustrezno izbira in interpretira podatke relevantnih raziskav ter kritično analizira in se odziva na strokovne ugotovitve in interpretacije svojih kolegov; v majhni skupini uporabi model reševanja konflikta z vidika različnih etičnih kriterijev in konsenzualnega

characteristics and importance of appropriate learning communication and interaction; know the factors for selecting appropriate learning content to achieve the learning objectives, list the types of learning objectives and identify their characteristics and functions; understands the limitations of the operationalisation of (mainly educational) learning objectives; lists and describes the didactic stages of the learning process; explains the relationship between assessment and evaluation; distinguishes between different teaching forms and methods and understands their didactic applicability; knows the characteristics, functions and strategies of curriculum planning; understands the process of curriculum development; knows and understands the regularities of andragogical problems and situations and knows the forms of cooperation in educational institutions (planning and design of different projects, etc.); knows and understands andragogical principles, modern methods, forms, techniques for work/education with adults and understands the importance of andragogical work; knows the process of designing an adult education programme and evaluating education; knows methods for monitoring, evaluating and regulating one's own professional development and for lifelong learning and education.

Application

Identify ideological influences in the (sub)legal and curricular documents offered; resolve educational-disciplinary conflicts (example from pedagogical practice) based on the legal-administrative framework and theoretical (pedagogical, psychological, ethical) principles; identify activities that promote the active role of the learner in the classroom; develop proposals for learning content and activities based on learning objectives; derive operational learning objectives from the general learning objectives; analyse and evaluate the didactic implementation of the lesson observed; design an operational adult education programme based on consideration of andragogical principles, working conditions, andragogical modern methods, forms, different working techniques, appropriate ways of evaluating adult knowledge and types of andragogical work; draw up a plan for his/her own professional development and training and an outline for lifelong learning and education.

Reflection

In the light of the acquired knowledge, assess the educational performance of the selected school at the level of the department and the school community; reflect on how to adequately translate theoretical knowledge into empirical didactic-pedagogical practice; interpret concrete practices, processes and effects in didactic practice in the light of didactic theoretical concepts; make appropriate improvements on the basis of reflection on their own practice and thus develop professionally; relate theoretical

| | |
|--|---|
| <p>iskanja rešitve; ob analizi šolskega in andragoškega primera iz pedagoške prakse se nauči uporabe teoretskega znanja pri reševanju realnega pedagoškega oz. andragoškega problema; gradi lastno konsistentno argumentacijo ter interpretacijo pedagoških in andragoških procesov in dejavnikov; spremlja in vrednoti lasten študijski napredek ter na tej podlagi usmerja svoja študijska prizadevanja in skrbi za nadaljnji lastni profesionalni razvoj; zna kritično upoštevati razlike med otroki, mladostniki in odraslimi pri njihovem vzgojno izobraževalnem delu; zna razvijati pozitiven odnos do odraslih, različnih ciljnih skupin na področju pedagogike in andragogike.</p> | <p>knowledge to actual andragogical work and to the needs of adult education in different educational and other institutions; develop positive attitudes towards their own work and work with adults.</p> <p>Transferable skills</p> <p>Learn to read the literature critically, select and interpret relevant research data appropriately, and critically analyse and respond to the professional findings and interpretations of colleagues; in a small group, apply a model of conflict resolution in the light of different ethical criteria and consensus-building; by analysing a case study from school and teaching practice, learn to apply theoretical knowledge to a real-life pedagogical or pedagogical problem; learn to apply theoretical knowledge to a real-life problem. Theoretical knowledge is applied to theoretical and pedagogical problems; the student builds his/her own consistent argumentation and interpretation of pedagogical and andragogical processes and factors; the student monitors and evaluates his/her own academic progress and, on this basis, directs his/her own academic efforts and takes care of his/her own further professional development; the student is able to critically take into account the differences between children, adolescents, and adults in their educational work; the student is able to develop a positive attitude towards adults, different target groups in the field of pedagogy and andragogy.</p> |
|--|---|

| | |
|--|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Predavanje z diskusijo, delo v majhni skupini (analiza obravnave šolskega konflikta, didaktičnih in andragoških tem), izbirni seminar z nastopom in pisnim izdelkom, po dogovoru možen obisk zunanjih strokovnjakov ali obisk na določeni izobraževalni instituciji, samostojni študij literature in šolske dokumentacije.</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Lecture with discussion, small group work (analysis of school conflict, didactic and andragogical topics), optional seminar with performance and written product, optional visit by external experts or visit to a specific educational institution, independent study of literature and school documentation.</p> |
|--|--|

| | | |
|---|--|---|
| <p>Načini ocenjevanja:</p> <p>Izpit se opravlja v dveh delih (končna ocena je sestavljena iz ocen obeh delov). Posamezni del lahko zajema pisni ali ustni izpit ali ocenjeno seminarsko nalogo</p> | <p>Delež/Weight</p> <p>100,00 %</p> | <p>Assessment:</p> <p>The examination is taken in two parts (the final mark is the sum of the marks of the two parts). Each part may consist of a written or oral examination or a graded seminar paper.</p> |
|---|--|---|

| | |
|---|---|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> <p>5 - 10, pri čemer velja, da je pozitivna ocena od 6 - 10</p> | <p>Grading system:</p> <p>5 - 10, a student passes the exam if he is graded from 6 to 10</p> |
|---|---|

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jeznik, K. (2015). Oblikovanje identitete otrok in mladostnikov med teorijo in šolskimi praksami. Vzgoja in izobraževanje: revija za teoretična in praktična vprašanja vzgojno izobraževalnega dela. Letn. 46, št. 4/5, str. 49-56. Jeznik, K. (2015). Od prepoznanja do pripoznanja identitete otrok in mladostnikov. Sodobna pedagogika. Letn. 66, št. 1, str. 46-62. |
|---|

- Jeznik, K.; Kroflič, R. in Štirn Janota, P. (2017). O vzgojnih pristopih med permisivnostjo in otrokocentričnostjo. V: Generaciji navidezne svobode: otroci in starši v sodobni družbi. Str. 151-177.
- Ermenc, K. S.; Jeznik, K.; Mažgon, J. (2019). Inclusion - a general pedagogical concept. Hamburg: Verlag Dr. Kovač.
- Jeznik, K.; Kroflič, R.; Kuhar, M. (2020). Between retributive and restorative compulsory school teachers' discipline activities. CEPS journal: Center for Educational Policy Studies Journal. Vol. 10, no. 2, str. 101-121.
- Jeznik, K., in Gregorčič Mrvar, P. (2022). The hidden curriculum from the perspective of school counsellors in Slovenia. Pedagogika, 148(4), 5–26. OZIROMA Jeznik, K. in Gregorčič Mrvar, P. (2023). Šolska svetovalna služba v primežu prikritega kurikuluma. Družboslovne razprave. 39(103), 63–85.

PEDAGOŠKI PRAKTIKUM

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-----------------------|
| Predmet: | Pedagoški praktikum |
| Course title: | Pedagogical practicum |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043059 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 538 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | 30 | | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|-----------------------|--|
| Vpis v letnik študija | |
|-----------------------|--|

Vsebina:

Temeljna vsebinska področja:

- zgodovinski razvoj klasičnih vzgojnih konceptov
- zgodovinski razvoj alternativnih vzgojnih konceptov
- dialektičnost vzgoje (spreminjanje konceptov skozi čas)
- odnos med vzgojo in izobraževanjem in družbenimi potrebami
- akcijsko raziskovanje
- pomen raziskovalnega dela za razvoj pedagoške znanosti
- nujnost raziskovanja različnih pedagoških elementov za kvalitetnejše delo v šoli
- osnovni pedagoški principi pedagoškega eksperimenta
- elementi pedagoškega procesa, ki jih lahko vključimo v pedagoški eksperiment

Content (Syllabus outline):

Students are familiarized with education as a component of social being and its complexity and dialectics.

Topics:

- historical development of classical educational concepts
- historical development of alternative educational concepts
- educational dimensions of competitive and recreational sport
- dialectics of education,
- researches in education
- the importance of research work for the development of pedagogical science
- pedagogical experiment
- various pedagogical phenomena in sport

| | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • pomen in možnosti variranja posameznih elementov pedagoškega procesa v sklopu pedagoškega eksperimenta • različni pedagoški pojavi v procesu šolske športne vzgoje • predstavitev metod, postopkov in inštrumentov za preučevanje pedagoških pojavov pri procesu športne vzgoje • projektno učno delo kot sistem/vzgojni model • faze projektnega učnega dela • možnosti uporabe projektnega učnega dela v športni praksi • prednosti/slabosti projektnega učnega dela • razlike med projektnim učnim delom in klasično vodenim procesom | <ul style="list-style-type: none"> • presentation of methods, procedures and instruments for the study of pedagogical phenomena in the process of sports education • the significance and possibilities of different individual elements of the pedagogical process within the pedagogical experiment • »project work« as a system / educational model • history of »project work« • the phases of »project work« • the possibilities of using »project work« in sport practice • the advantages /disadvantages of the »project work« • differences between the »project work« and the classically guided process |
|---|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Brajša, P. (1993). Pedagoška komunikologija. Radovljica: Didakta.
2. Bratanić, M. (1990). Mikropedagogija. Zagreb: Školska knjiga.
3. Hufnagel, E. (2002). Filozofija pedagogike. Zagreb: Impresuim.
4. König, E. (2001). Teorije znanosti o odgoju : uvod u osnove, metode i praktičnu primjenu. Zagreb : Educa
5. Medveš, Z. (2007). Vzgojni koncept med vrednotno matrico in moralno samopodobo. Sodobna pedagogika, 58, str. 6-29, Ljubljana:Filozofska fakulteta.
6. Novak, H. (1990). Projektno učno delo drugačna pot do znanja. Ljubljana: DZS.
7. Pavletič, A. (2007). Vzgojni koncept in sodobnost. Sodobna pedagogika, 58, str. 298-310, Ljubljana:Filozofska fakulteta.
8. Sagadin, J. (1993). Poglavlja iz metodologije pedagoškega raziskovanja. Ljubljana: Zavod republike Slovenije za šolstvo in šport .
9. Širec, V. (2006). Pedagoški eksperiment v športni vzgoji. Maribor: Pedagoška fakulteta
10. Štihec, J. (2002). Vzgojni koncept Marie Montessori. Šport, 1 (2002), str. 16-19, Ljubljana: Fakulteta za šport
11. Devjak, T., Berčnik, S., Plestenjak, M. (2013). Alternativni vzgojni koncepti. Ljubljana: Pedagoška fakulteta

Cilji in kompetence:

Osnovni namen predmeta Pedagoški praktikum je, da študentje spoznajo in si pridobijo znanje o konceptih, modelih, zakonitostih in značilnostih različnih (alternativnih) vzgojnih konceptov, spoznajo vlogo/pomen/uporabnost različnih vzgojnih pristopov in metod v športu. Študent bo seznanjen in usposobljen akcijsko raziskovanje v športu, za načrtno variranje posameznih elementov pedagoškega procesa v okviru pedagoškega eksperimenta v športu. Praktično bo znal uporabljati sodobnejše oblike/koncepte kot npr. projektno učno delo. Znal bo kritično ovrednotiti prednosti in slabosti posameznih vzgojnih konceptov in možnosti uporabe različnih metod/principov dela v različnih situacijah. Zavedal se bo vzgojne funkcije športa v družbi. Znal bo ovrednotiti rezultate in možnosti implementacije rezultatov domačega (tudi lastnega) in tujega akcijskega raziskovanja ter pedagoških eksperimentov v pedagoško/trenersko prakso. Predmetno specifične kompetence:

Objectives and competences:

The basic aim of the course is to share knowledge about concepts, models and characteristics of different (alternative) educational concepts, learn about the role / importance / applicability of different educational approaches and methods in sport. The student will be informed and qualified for action research in sport. They will know how to make planned variations of individual elements of the pedagogical process within the pedagogical experiment in sport. They will practically try alternative forms / concepts such as »project work«. They will be able to critically evaluate the advantages and disadvantages of individual educational concepts and the possibility of using different methods / principles of work in different situations. They will be aware of the educational functions of sport in society, to evaluate the results and possibilities of implementing the results of domestic (including own) and foreign action research and pedagogical experiments in pedagogical / coaching practice.

| | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • zavedanje vzgojne funkcije športa, • pozna, razume in loči različne vzgojne koncepte, • razumevanje vloge in pomena alternativnih vzgojnih konceptov v sodobni družbi, • obvlada akcijsko raziskovanje, • obvlada in zna načrtno varirati posamezne elemente pedagoškega procesa v pedagoškem eksperimentu, • različne vsebine zna posredovati tudi na drugačen način (projektno učno delo), • kritično presoja posamezne vzgojne strategije, • ustvarjalno išče idealne (nove) pristope pri procesu vzgoje skozi različne pojavnne oblike športa. | <p>Subject-specific competences:</p> <ul style="list-style-type: none"> • awareness of the educational function of sport, • knows, understands and distinguishes different educational concepts, understanding the role and importance of alternative educational concepts in modern society, • master the action research, • mastered and able to systematically vary the individual elements of the pedagogical process in the pedagogical experiment, • master »project work« method • a critical assessment of an individual educational strategy, • creatively seeks ideal (new) approaches in the process of education through various forms of sport. |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| |
|--|
| <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • razume temeljne razlike med klasičnimi in alternativni vzgojnimi koncepti. • Razume principe akcijskega raziskovanja • Razume principe pedagoškega eksperimenta. • Razume nujnost raziskovanja za razvoj pedagoških spoznanj. • Razume osnovne principe projektne učnega dela. • Razume vlogo športne vzgoje v vzgojnem procesu otrok in mladine. |
|--|

Intended learning outcomes:

| |
|---|
| <p>Knowledge and understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • understands the fundamental differences between classical and alternative educational concepts. • Understands the principles of action research • Understands the principles of the pedagogical experiment. • Understands the need for research to develop pedagogical knowledge. • Understands the basic principles of »project work«. • Understands the role of sports education in the educational process of children and youth through sport. |
|---|

Metode poučevanja in učenja:

| |
|--|
| <p>predavanja, seminarji, spletni portfolio, spletna baza znanja, komunikacija v živo na daljavo (Skype), pedagoški eksperiment, projektno učno delo</p> |
|--|

Learning and teaching methods:

| |
|---|
| <p>lectures, seminars, online portfolio, online database (sport knowledge base), live communication by Skype, pedagogical experiment, »project work« method</p> |
|---|

Načini ocenjevanja:

| |
|--|
| <p>pisni izpit ali izvedba projektne učnega dela v praksi ali izvedba pedagoškega eksperimenta</p> |
|--|

Delež/Weight

100,00 %

Assessment:

written examination or execution of "project work" in sport or execution of pedagogical experiment in sport

Ocenjevalna lestvica:

| |
|--|
| |
|--|

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Štihec, J. (2002). Vzgojni koncept Marie Montessori. Šport, 1, str. 16-19, Ljubljana: Fakulteta za šport 2. Gregorc, J., Štihec, J., Videmšek, M., Cemič, A., Meško, M. (2012) The quality of kindergarten care as an important element of the subjective theories. <i>Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica</i>, vol. 42, no. 1, str. 17-25 3. Štihec, J., Videmšek, M., Vrbnjak, S. Analysis of conflict resolution in physical education depending on a teacher's gender. <i>Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica</i>, 2011, vol. 41, no. 2, str. 35-43 4. Štihec, J. (2015). <i>Baze znanja v športu</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2015 5. Gregorc, J., Meško, M., Videmšek, M., Štihec, J. (2012). Human resource factors as an element of the quality implementation of motor activities in kindergartens. <i>Kinesiology</i>, vol. 44, no. 1, str. 73-82 |
|---|

6. Vrbnjak, S., Videmšek, M., Štihec, J. (2011). An analysis of conflict management strategies in physical education classes depending on a teacher's age. *Kinesiologia Slovenica*, vol. 17, no. 2, str. 5-13
7. Gregorc, J., Videmšek, M., Štihec, J., Karpljuk, D., Tušak, M., Meško, M. (2012). The lifestyle of pre-school teachers and their assistants as an element of subjective theories. *Zdravstveno varstvo*, letn. 51, št. 2, str. 95-104
8. Makuc, N., Videmšek, M., Štihec, J. (2010). Enrolling 6-8 year old children in alpine skiing courses in Slovenia. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, vol. 40, no. 1, str. 15-22
9. Gregorc, J., Videmšek, M., Štihec, J., Šimunič, B. (2011). Parents' opinions about their own and their children's lifestyle. *Zdravstveno varstvo*, vol. 50, no. 1, str. 55-63
10. Štihec, J., Leskošek, B., Kondrič, M., Videmšek, M. (2006). Sodobna učna tehnologija pri procesu športne vzgoje v Sloveniji. V: 1st International Conference "Contemporary Kinesiology", Split: Faculty of Natural Science, Mathematics and Kinesiology; Sarajevo: Faculty of Sport and Physical Education; Ljubljana: Faculty of Sport, str. 41-48
11. Štihec, Jože (1991). *Analiza eksperimentalnega programa vadbe s poudarkom na osvajanju specifičnih športnih znanj : (doktorska disertacija)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 201 str.
12. Kovač, M., Štihec, J. (1988). *Vpliv eksperimentalnega programa vadbe na razvoj nekaterih morfoloških in motoričnih dimenzij 8. letnih učencev in učenk : (magistrska naloga)*. Ljubljana, Fakulteta za šport, 228 str.

PLAVANJE 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Predmet: | Plavanje 2 |
| Course title: | Swimming 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098635 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 547 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Jernej Kapus

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Vsebina:

- Nadaljevalno učenje plavanja
- Napake pri plavalnih tehnikah na nadaljevalni ravni, podvodnih obratih in šolskemu štartnemu skoku
- Opredelitev učenja plavanja in varnega plavalca - Sodobna doktrina začetnega učenja plavanja
- Plavanje kot gibanje v vodi
- Učenje plavanja z uporabo maske in dihalke
- Učenje plavanja preko preprostih oblik gibanja
- Učenje plavanja v globoki vodi
- Vadba dojenčkov in malčkov v vodi
- Halliwickov program učenja plavanja
- Plavanje invalidov
- Kvantitativno in kvalitativno ocenjevanje ter vrednotenje znanja plavanja
- Rekreativna plavalna vadba
- Zgodovina plavanja v svetu in pri nas

Content (Syllabus outline):

- learning advanced swimming techniques
- mistakes at advanced swimming techniques
- recreational swimming training
- other water programs adopted: to people with special needs, to different learning conditions (shallow or deep water only), ages of swimmers,
- swimming for disabled
- qualitative and quantitative assesment of swimming technique
- swimming training for recreation
- history of swimming

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Kapus, J., Šajber, D., Štirn, I. (2013). Nadaljevalno učenje plavanja. Pridobljeno iz <http://eucenje.fakultetazasport.si/plavanje2.php>
2. Kapus, V., Štrumbelj, B., Kapus, J., Jurak, G., Šajber Pincolič, D., Vute, R., Bednarik, J., Kapus, M., Čermak, V. (2002). Plavanje. Učenje.
3. Kapus, J. (2019). OD RIBE DO DELFINA ali KAKO PLAVATI KOT_____.
4. Stallman, R.K., Moran, K., Quan, L., Langendorfer, S. (2017). From Swimming Skill to Water Competence: Towards a More Inclusive Drowning Prevention Future. *International Journal of Aquatic Research and Education* 10 (2). 1-35.
5. Kapus, J. (2015). Kaj lahko počnemo v vodi?. *Polet* 14 (4), 36-37.
6. Kapus, J., Moravec, T., Lomax, M. (2018). Effects of head position on the duration of breaststroke swimming in preschool swimming beginners. *Kinesiologia Slovenica* 24 (2), 17-27.
7. Moravec, T., Kapus, J. (2017). Ugotavljanje učinkov uporabe maske in dihalke pri začetnem učenju prsnega plavanja. *Šport* 65 (1/2), 139-144.
8. Zupan, L., Kovčan, B., Jazbec, J., Raušl, M., Kapus, J. (2018). Od "pasjega" plavanja do kravla. *Šport* 66 (1/2), 91-95.
9. Martinjak, T., Pečaver, V., Kapus, J., Šajber, D., Plestenjak, G. (2018). Naučimo se plavati. Merila za ocenjevanje znanja plavanja in plavalnih sposobnosti. Pridobljeno iz https://www.sportmladih.net/programi_som/naucimo_se_plavati.
10. Kapus, J. (2018). Naučimo se plavati. Razlaga dopolnjenih meril za ocenjevanje znanja plavanja in plavalnih sposobnosti. Ljubljana: Fakulteta za šport. Dostopno https://www.sportmladih.net/uploads/cms/file/NSP/NSP_prirocnik_oktober_2018.pdf.
11. Stibilj, J. (2016). Ovrednotenje napak pri plavalnih tehnikah. Magistrska naloga. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
12. Kapus, J. (2014). Kakšna naj bo naša rekreativna plavalna vadba. *Polet fit* 4 (25), 33-35.
13. Kapus, J. (2015). Prva koraka k rekreativni plavalni vadbi. *Polet* 14 (10), 42-43.
14. Kapus, J. (2015). Primer rekreativne vadbe za "plovčke". *Polet* 14 (11), 36-38.
15. Kapus, J. (2015). Primer rekreativne vadbe za "parnike". *Polet* 14 (12), 42-44.
16. Kapus, J. (2016). Rekreativna vadba za gliserje. *Polet* 15 (1), 22-25.
17. Kapus, J. (2016). Rekreativna vadba za "torpeda". *Polet* 15 (4), 30-33.
18. Kapus, J. (2015). Brati in plavati! je veljalo že v antiki. *Polet* 14 (2), 22-23.

Cilji in kompetence:

Študentje se bodo izpopolnili v kompetentne, odgovorne in natančne učitelje plavanja s širokim strokovnim znanjem, na katerem bodo lahko gradili primerno avtoriteto.

Objectives and competences:

Students will improve their theoretical and practical knowledge to the level of competent, responsible and precise swimming teacher.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

- Bodo imeli široko in temeljito znanje o načrtovanju in izvedbi programov učenja plavanja.
- Znali bodo kvalitativno in kvantitativno ovrednotiti plavalno znanje in napredek učenca.
- Poznali in razumeli bodo različne metode učenja plavanja, ki se uporabljajo po svetu in pri nas.
- Znali bodo organizirati in izvesti rekreativno plavalno vadbo.

Uporaba:

Pridobljeno znanje bo študentom omogočilo organizirati in voditi tudi kompleksnejše programe učenja plavanja.

Refleksija:

Osvojena znanja bodo študentom omogočala prenos izbranih strategij izbiranja ciljev, vsebin, oblik, metod

Intended learning outcomes:

| | |
|--|--|
| in sredstev ter upravljanja učinkovitega procesa na sorodne učinkovite dejavnosti. | |
|--|--|

| | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| predavanja, vaje | lectures, exercises |

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|--|
| (a) Teoretični izpit je pisen. Ovrednoti se ga s številčnimi ocenami od 5 do 10, pri čemer je ocena 5 negativna, ostale ocene pa pozitivne. | 40,00 % | (a) written exam marked from 6 to 10 (positive marks) or 5 (negative mark) |
| (b) Praktični del izpita je sestavljen iz prikazov štirih plavalnih tehnik na nadaljevalni ravni. Ravni. Prikaze se ovrednoti s številčnimi ocenami od 5 do 10, pri čemer je ocena 5 negativna, ostale ocene pa pozitivne. | 40,00 % | (b) demonstration of swimming techniques at advanced level |
| (c) + oceni pedagoškega nastopa in izpolnjenega delovnega zvezka (glej Plavanje 3) | 20,00 % | (c) |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:

KAPUS, Jernej, MEKJAVIĆ, Igor B., MCDONNELL, Adam, UŠAJ, Anton, VODIČAR, Janez, NAJDENOV, Peter, JAKOVLJEVIĆ, Miroljub, JAKI MEKJAVIĆ, Polona, ŽVAN, Milan, DEBEVEC, Tadej. Cardiorespiratory responses of adults and children during normoxic and hypoxic exercise. *International journal of sports medicine*, ISSN 0172-4622, 2017, vol. 38, no. 8, str. 627-636, tabele, graf. prikazi. <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/s-0043-109376>, doi: 10.1055/s-0043-109376.

KAPUS, Jernej, UŠAJ, Anton, JERANKO, Samo, DAIĆ, Jure. The effects of seasonal training on heart rate and oxygen saturation during face-immersion apnea in elite breath-hold diver : a case report. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, ISSN 1827-1928, jan.-feb. 2016, vol. 56, iss. 1/2, str. 162-170, tabeli, graf. prikazi. <http://www.minervamedica.it/en/journals/sports-med-physical-fitness/article.php?cod=R40Y9999N00A150150>.

KAPUS, Jernej, UŠAJ, Anton, KAPUS, Venceslav, ŠTRUMBELJ, Boro. The difference in respiratory and blood gas values during recovery after exercise with spontaneous versus reduced breathing frequency. *Journal of Sports Science and Medicine : free electronic journal*, ISSN 1303-2968. [Online ed.], sept. 2009, vol. 8, issue 3, str. 452-457, tabele, graf. prikazi. <http://www.jssm.org/vol8/n3/19/v8n3-19text.php>, <http://www.jssm.org/vol8/n3/19/v8n3-19pdf>.

KAPUS, Jernej, KAPUS, Venceslav, ŠTRUMBELJ, Boro, UŠAJ, Anton. Can high intensity workloads be simulated at moderate intensities by reduced breathing frequency?. *Biology of Sport*, ISSN 0860-021X, 2010, vol. 27, no. 3, str. 163-168, ilustr., tabele

KAPUS, Jernej, UŠAJ, Anton, ŠTRUMBELJ, Boro, KAPUS, Venceslav. Can blood gas and acid-base parameters at maximal 200 meters front crawl swimming be different between former competitive and recreational swimmers?. *Journal of Sports Science and Medicine : free electronic journal*, ISSN 1303-2968. [Online ed.], march 2008, vol. 7, issue 1, str. 106-113, ilustr., tabele. <http://www.jssm.org/vol7/n1/16/v7n1-16text.php>

KAPUS, Jernej, UŠAJ, Anton, KAPUS, Venceslav, ŠTRUMBELJ, Boro. Assessment of ventilation during swimming using backward extrapolation of the ventilation recovery curve. *Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2004, let. 36, št. 1, str. 69-74, tabele, graf. prikazi.

KAPUS, Jernej, MORAVEC, Tadeja, LOMAX, Mitch. Effects of head position on the duration of breaststroke swimming in preschool swimming beginners = Vpliv položaja glave med prsnim na plavalno

zmogljivost predšolskih začetnikov. *Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 2018, letn. 24, št. 2, str. 17-27, ilustr. <https://www.kinsi.si/en/current-issue/2018101823305072>.

UŠAJ, Anton, MEKJAVIĆ, Igor B., KAPUS, Jernej, MCDONNELL, Adam, JAKI MEKJAVIĆ, Polona, DEBEVEC, Tadej. Muscle oxygenation during hypoxic exercise in children and adults. *Frontiers in physiology*. 2019, vol. 10, str- 1385-1-1285-12. ISSN 1664-042X. DOI: 10.3389/fphys.2019.01385.

LOMAX, Mitch, KAPUS, Jernej, WEBB, Samuel, UŠAJ, Anton. The effect of inspiratory muscle fatigue on acidbase status and performance during race-paced middle-distance swimming. *Journal of sports sciences*. 2019, vol. 37, iss. 13, str. 1499-1505, ilustr. ISSN 1466-447X. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1574250>, DOI: 10.1080/02640414.2019.1574250.

LOMAX, Mitch, KAPUS, Jernej, BROWN, Peter, FAGHY, M. Impact of weekly swimming training distance on the ergogenicity of inspiratory muscle training in well trained youth swimmers. *Journal of strength and conditioning research*, ISSN 1533-4287, 2018, ilustr. https://journals.lww.com/nsca-jscr/Abstract/publishahead/Impact_of_Weekly_Swimming_Training_Distance_on_The.95637.aspx, doi: 10.1519/JSC.0000000000002375.

PLAVANJE 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Predmet: | Plavanje 3 |
| Course title: | Swimming 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098860 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 996 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | 15 | | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Jernej Kapus

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---------------------------------|-------------------------------------|
| Vloga in delo učitelja plavanja | Teaching skills of swimming teacher |
|---------------------------------|-------------------------------------|

Temeljna literatura in viri/Readings:

- Kapus, V., Štrumbelj, B., Kapus, J., Jurak, G., Šajber Pincolič, D., Vute, R., Bednarik, J., Kapus, M., Čermak, V. (2002). Plavanje. Učenje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Kapus, J. (2018). Od ribe do delfina ali kako plavati kot, Delovni zvezek predmetov Plavanje 2 in Plavanje 3. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kapus, J., Šajber, D., Štirn, I. (2013). Začetno učenje plavanja : učenje osnovnih plavalnih tehnik, nadvodnih obratov in osnovnega skoka na glavo v vodo, Spletna stran s filmskim gradivom o metodiki začetnega učenja plavanja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Dostopno na <http://eucenje.fakultetazasport.si/plavanje1.php>
- Plavanje in plavalne dejavnosti. (2009). Šport 57 (1-2), 1-58.

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

| | |
|---|--|
| Študenti se bodo izpopolnili v delu učitelja. | Students will get the practical experiences with teaching work thus develop teaching skills. |
|---|--|

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:
Študentje bodo znali varno in učinkovito izvesti uro plavanja.

Uporaba:
Pridobljena znanja bodo lahko uporabili pri organizaciji in varni izvedbi programov učenja in vadbe plavanja.

Refleksija:
Znali bodo tudi ovrednotiti uporabljene strategije upravljanja programov učenja in vadbe plavanja.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding
Students will be able carry out swimming lesson safe and effective.

Metode poučevanja in učenja:

vaje v obliki vrstniškega poučevanja

Learning and teaching methods:

practical exercises implemented with teaching practicum

Načini ocenjevanja:**Delež/Weight****Assessment:**

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|--------------|--|
| Učni nastop | 10,00 % | Teaching performance |
| Ocena izpolnjenega delovnega zvezka OD RIBE DO DELFINA ali KAKO PLAVATI KOT_____. Ovrednoti se ga s številčnimi ocenami od 5 do 10, pri čemer je ocena 5 negativna, ostale ocene pa pozitivne. | 10,00 % | Notebook marked from 6 to 10 (positive marks) or 5 (negative mark) |
| + Ocene teoretičnega dela izpita in prikazov plavalnih tehnik na nadaljevalni ravni (glej Plavanje 2) | 80,00 % | |

Ocenjevalna lestvica:**Grading system:**

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Kapus, J. (2018). Od ribe do delfina ali kako plavati kot, Delovni zvezek predmetov Plavanje 2 in Plavanje 3. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kapus, J. (2018). Naučimo se plavati. Razlaga dopolnjenih merit za ocenjevanje znanja plavanja in plavalnih sposobnosti . Ljubljana: Fakulteta za šport. Dostopno https://www.sportmladih.net/uploads/cms/file/NSP/NSP_prirocnik_oktober_2018.pdf.
- Kapus, J., Moravec, T., Lomax, M.(2018). Effects of head position on the duration of breaststroke swimming in preschool swimming beginners. Kinesiologia Slovenica 24 (2), 17-27.
- Kapus, V., Štrumbelj, B., Kapus, J., Jurak, G., Šajber Pincolič, D., Vute, R., Bednarik, J., Kapus, M., Čermak, V. (2002). Plavanje. Učenje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Martinjak, T., Pečaver, V., Kapus, J., Šajber, D., Plestenjak, G. (2018). Naučimo se plavati. Merila za ocenjevanje znanja plavanja in plavalnih sposobnosti . Dostopno https://www.sportmladih.net/programi_som/naucimo_se_plavati.
- Misimi, F. in Kapus, J. (2021). Uporaba plavalnih očal in dihalke pri plavalnih začetnikih, ki nimajo izrazitega strahu pred vodo. Šport, 69(1/2), 151-157.
- Misimi, F. in Kapus, J. (2022). Uporaba plavalnih očal in dihalke pri plavalnih začetnikih z izrazitim strahom pred vodo. Šport (v tisku).
- Misimi, F., Kajtna, T., Misimi, S. in Kapus, J. (2020). Development and validity of the fear of water assessment questionnaire. Frontiers in Psychology, 11, 1-9.
- Moravec, T., Kapus, J. (2017). Ugotavljanje učinkov uporabe maske in dihalke pri začetnem učenju prsnega plavanja. Šport 65 (1/2), 139-144.
- Kapus, J., Šajber, D., Štirn, I. (2013). Začetno učenje plavanja : učenje osnovnih plavalnih tehnik, nadvodnih obratov in osnovnega skoka na glavo v vodo, Spletna stran s filmskim gradivom o metodiki začetnega učenja plavanja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Dostopno na <http://eucenje.fakultetazasport.si/plavanje1.php>

11. Zupan, L., Kovčan, B., Jazbec, J., Raušl, M., Kapus, J. (2018). Od "pasjega" plavanja do kravla. Šport 66 (1/2), 91-95.

PLES 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| Predmet: | Ples 2 |
| Course title: | Dancing 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098636 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 545 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Petra Zaletel

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: **Prerequisites:**

Vpis v 1. letnik mag. programa.

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| Ples 2 in 3 <ul style="list-style-type: none">nadgradnja družabnega plesa- svetovni plesni program za različne starostne stopnjeljudski plesbaletmoderne tekmovalni plesisodobni ples (ustvarjanje z gibom, z ritmom, s soplesalci)organizacijske oblike priprav za začetne, nadaljevalne izpopolnjevalne skupine | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Ramovš, M. (1980). Plesat me pelji, MK, Ljubljana,
Zagorc, M. (2001). Ples družabnost, šport, umetnost, Domus, Ljubljana,
Zagorc, M. (2006). Ples- ustvarjanje z gibom in ritmom, FŠ, Ljubljana,
Zagorc, M. in sod. (2006). Ples v sodobni šoli, FŠ, Ljubljana,
Zagorc, M., Jarc-Šifrar, T. (2003). Model športnikove priprave v plesu, FŠ, Ljubljana,
Zagorc, M., A. Vihtelič, N. Kralj, N. Jeram. (2013). Ples v vrtcu, Zavod RS za šolstvo, Ljubljana

Cilji in kompetence:**Objectives and competences:**

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Študenti poznajo teoretične in praktične tehnične zakonitosti izvajanja osnovnih elementov in povezav posameznih plesnih zvrsti, • Študenti poznajo metodične zakonitosti poučevanja plesa • Študenti poznajo organizacijsko vpetost plesa v prostor športa, kulture in umetnosti • študentje znajo samostojno načrtovati, organizirati, izvesti in oceniti učno uro s plesnimi vsebinami | |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:**Intended learning outcomes:**

| | |
|---|--|
| <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poznavanje in razumevanje različnosti plesnih zvrsti • Sposobnosti izvedbe nadgradnje plesno-gibalnih elementov in njihovo povezovanje v koreografije • metodike poučevanja plesnih vsebin • sposobni pripraviti samostojni plesni nastop (za šolski nivo) | |
|---|--|

Metode poučevanja in učenja:**Learning and teaching methods:**

| | |
|--|--|
| <p>predavanja, seminarji, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog.</p> | |
|--|--|

Načini ocenjevanja:**Delež/Weight****Assessment:**

| | | |
|---|---------|--|
| demonstracija praktičnega znanja, ki je lahko izvedeno kolokvijalno | 60,00 % | |
| teoretični ustni / pisni izpiti | 40,00 % | |

Ocenjevalna lestvica:**Grading system:**

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • ZALETEL, Petra, TUŠAK, Maks, TUŠAK, Matej, ZAGORC, Meta. Analysis of differences in the selfconcept of sport dancers compared to other top-level athletes and non-athletes of both genders = Analiza razlik v samopodobi plesalk in plesalcev športnega plesa ter primerjava z drugimi športniki in nešportniki obeh spolov. <i>Kinesiologia Slovenica (Print)</i>. [Print ed.], 2005, letn. 11, št. 2, str. 89104. ISSN 1318-2269. [COBISS.SI-ID 2642353] • ZALETEL, Petra, VUČKOVIĆ, Goran, JAMES, Nic, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. A timemotion analysis of ballroom dancers using an automatic tracking system = Analiza gibanja plesalk in plesalcev v standardnih plesih z uporabo sledilnega sistema. <i>Kinesiologia Slovenica (Print)</i>. [Print ed.], 2010, vol. 16, no. 3, str. 4656. ISSN 1318-2269. [COBISS.SI-ID 4046001] • ZALETEL, Petra, TUŠAK, Matej, TUŠAK, Maks, ZAGORC, Meta. Pomen medsebojnih odnosov v športnem plesu. <i>Anthropos</i>, letn. 36, št. 1/4, str. 7388. ISSN 0587-5161, 2004, [COBISS.SI-ID 4986910] • ZALETEL, Petra, VUČKOVIĆ, Goran, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. Analiza obremenitve plesnih parov pri izbranih standardnih in latinskoameriških plesih s pomočjo sledilnega sistema SAGIT = Analysis of dance couples` loading during selected ballroom and LatinAmerican dances using the SAGIT tracking system. <i>Šport (Ljublj.)</i>, 2010, let. 58, št. 3/4, str. 8591. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID 3955121] |
|--|

- ZALETEL, Petra, VUČKOVIC, Goran, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. Analiza obremenitve plesnih parov v latinskoameriških plesih s pomočjo sledilnega sistema SAGIT. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 3/4, str. 188192. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4149425](#)]
- ZALETEL, Petra, JARC ŠIFRAR, Tina, ZAGORC, Meta. Razlike v samopodobi plesalcev športnikov, rekreativcev in nešportnikov. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 3/4, str. 6670. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4143793](#)] **(P in V)**
- JARC ŠIFRAR, Tina, RAHLE, Valerija, ZALETEL, Petra, ZAGORC, Meta. Gibalne sposobnosti plesalcev standardnih plesov. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 145150. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057265](#)]
- JARC ŠIFRAR, Tina, ZALETEL, Petra, SOJAR VOGLAR, Bor, ZAGORC, Meta. Vpliv motoričnih in morfoloških spremenljivk na kriterij uspešnosti športnih plesalcev. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 139144. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057009](#)]
- ZALETEL, Petra, ZAGORC, Meta. Osebnostne lastnosti plesalk in plesalcev različnih plesnih zvrsti. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 168174. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057521](#)]
- ZALETEL, Petra, BREKALO, Mate, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja. Analysis of the effects of threemonth long weight loss programme on overweight women. *Acta Kinesiologica*, 2014, vol.8(1), str. 1520. e-ISSN: 1840-3700, p-ISSN: 1840-2976. [COBISS.SI-ID [4537521](#)]
- ZALETEL, Petra. Primerjava nekaterih telesnih in gibalnih dimenzij vrhunskih plesalcev različnih plesnih zvrsti. *Šport (Ljublj.)*, 2014, letn. 62, št. 3/4, str. 118124. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4607665](#)].
- ZALETEL, Petra. Vpliv 45urnega programa predmeta ples na samopodobo in na nekatere telesne dimenzije študentov Fakultete za šport. *Šport (Ljublj.)*, 2014, letn. 62, št. 3/4, str. 141147. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4608433](#)].
- ŠIFRAR, Tina, ZALETEL, Petra. The influence of motor abilities and morphological characteristics on the performance of sport dancers. *Acta Kinesiologica*, 2014, vol.8(2). eISSN: 1840-3700, p-ISSN: 1840-2976.
- REBULA, Gregor, REBULA, Andrej, ZALETEL, Petra, SRDIČ, Velibor, ZAGORC, Meta. Analiza intenziteta opterećenja i potrošnje energije kod plesača rekreativaca = The intensity of the physical load and energy expenditure analysis of participants of recreational dancing. *Sportske nauke i zdravlje*. [Tiskana izd.], dec. 2014, god. 3, br. 3, str. 110120. ISSN 2232-8211. [COBISS.SI-ID [4623537](#)]
- ZAGORC, M., ZALETEL, P., ŠKOFIC-NOVAK, D., TUŠAK, M., GOLJA, A.(1999). *Vsestranska priprava plesalcev*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport: Združenje plesnih vaditeljev, učiteljev in trenerjev ZAGORC, M., JARC ŠIFRAR, T.(2003). *Model športnikove priprave v plesu*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 206 str., ilustr. ISBN 961-6405-35-7. [COBISS.SI-ID [122743808](#)]

PLES 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| Predmet: | Ples 3 |
| Course title: | Dancing 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098861 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 545 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 15 | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Petra Zaletel

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/obvezni

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|-----------------------|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Vpis v 1. letnik mag. programa. | |

| | |
|---|------------------------------------|
| Vsebina: | Content (Syllabus outline): |
| <p>Ples 2 in 3</p> <ul style="list-style-type: none"> nadgradnja družabnega plesa- svetovni plesni program za različne starostne stopnje ljudski ples balet moderne tekmovalni plesi sodobni ples (ustvarjanje z gibom, z ritmom, s soplesalci) organizacijske oblike priprav za začetne, nadaljevalne izpopolnjevalne skupine | |

Temeljna literatura in viri/Readings:

Ramovš, M. (1980). Plesat me pelji, MK, Ljubljana,
 Zagorc, M. (2001). Ples družabnost, šport, umetnost, Domus, Ljubljana,
 Zagorc, M. (2006). Ples- ustvarjanje z gibom in ritmom, FŠ, Ljubljana,
 Zagorc, M. in sod. (2006). Ples v sodobni šoli, FŠ, Ljubljana,
 Zagorc, M., Jarc-Šifrar, T. (2003). Model športnikove priprave v plesu, FŠ, Ljubljana,

Cilji in kompetence:

- Študenti poznajo teoretične in praktične tehnične zakonitosti izvajanja osnovnih elementov in povezav posameznih plesnih zvrsti,
- Študenti poznajo metodične zakonitosti poučevanja plesa
- Študenti poznajo organizacijsko vpetost plesa v prostor športa, kulture in umetnosti
- študentje znajo samostojno načrtovati, organizirati, izvesti in oceniti učno uro s plesnimi vsebinami

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

- Znanje in razumevanje:
- Poznavanje in razumevanje različnosti plesnih zvrsti
 - Sposobnosti izvedbe nadgradnje plesno-gibalnih elementov in njihovo povezovanje v koreografije
 - metodike poučevanja plesnih vsebin
 - sposobni pripraviti samostojni plesni nastop (za šolski nivo)

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

predavanja, seminarji, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog.

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

- ZALETEL, Petra, TUŠAK, Maks, TUŠAK, Matej, ZAGORC, Meta. Analysis of differences in the selfconcept of sport dancers compared to other top-level athletes and non-athletes of both genders = Analiza razlik v samopodobi plesalk in plesalcev športnega plesa ter primerjava z drugimi športniki in nešportniki obeh spolov. *Kinesiologia Slovenica (Print)*. [Print ed.], 2005, letn. 11, št. 2, str. 89104. ISSN 1318-2269. [COBISS.SI-ID [2642353](#)]
- ZALETEL, Petra, VUČKOVIĆ, Goran, JAMES, Nic, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. A timemotion analysis of ballroom dancers using an automatic tracking system = Analiza gibanja plesalk in plesalcev v standardnih plesih z uporabo sledilnega sistema. *Kinesiologia Slovenica (Print)*. [Print ed.], 2010, vol. 16, no. 3, str. 4656. ISSN 1318-2269. [COBISS.SI-ID [4046001](#)]
- ZALETEL, Petra, TUŠAK, Matej, TUŠAK, Maks, ZAGORC, Meta. Pomen medsebojnih odnosov v športnem plesu. *Anthropos*, letn. 36, št. 1/4, str. 7388. ISSN 0587-5161, 2004, [COBISS.SI-ID [4986910](#)]
- ZALETEL, Petra, VUČKOVIĆ, Goran, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. Analiza obremenitve plesnih parov pri izbranih standardnih in latinskoameriških plesih s pomočjo sledilnega sistema SAGIT = Analysis of dance couples` loading during selected ballroom and LatinAmerican dances using the SAGIT tracking system. *Šport (Ljublj.)*, 2010, let. 58, št. 3/4, str. 8591. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [3955121](#)]
- ZALETEL, Petra, VUČKOVIĆ, Goran, REBULA, Andrej, ZAGORC, Meta. Analiza obremenitve plesnih parov v latinskoameriških plesih s pomočjo sledilnega sistema SAGIT. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 3/4, str. 188192. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4149425](#)]

- ZALETEL, Petra, JARC ŠIFRAR, Tina, ZAGORC, Meta. Razlike v samopodobi plesalcev športnikov, rekreativcev in nešportnikov. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 3/4, str. 6670. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4143793](#)] **(P in V)**
- JARC ŠIFRAR, Tina, RAHLE, Valerija, ZALETEL, Petra, ZAGORC, Meta. Gibalne sposobnosti plesalcev standardnih plesov. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 145150. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057265](#)]
- JARC ŠIFRAR, Tina, ZALETEL, Petra, SOJAR VOGLAR, Bor, ZAGORC, Meta. Vpliv motoričnih in morfoloških spremenljivk na kriterij uspešnosti športnih plesalcev. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 139144. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057009](#)]
- ZALETEL, Petra, ZAGORC, Meta. Osebnostne lastnosti plesalk in plesalcev različnih plesnih zvrsti. *Šport (Ljublj.)*, 2011, letn. 59, št. 1/2, str. 168174. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4057521](#)]
- ZALETEL, Petra, BREKALO, Mate, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja. Analysis of the effects of threemonth long weight loss programme on overweight women. *Acta Kinesiologica*, 2014, vol.8(1), str. 1520. e-ISSN: 1840-3700, p-ISSN: 1840-2976. [COBISS.SI-ID [4537521](#)]
- ZALETEL, Petra. Primerjava nekaterih telesnih in gibalnih dimenzij vrhunskih plesalcev različnih plesnih zvrsti. *Šport (Ljublj.)*, 2014, letn. 62, št. 3/4, str. 118124. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4607665](#)].
- ZALETEL, Petra. Vpliv 45urnega programa predmeta ples na samopodobo in na nekatere telesne dimenzije študentov Fakultete za šport. *Šport (Ljublj.)*, 2014, letn. 62, št. 3/4, str. 141147. ISSN 0353-7455. [COBISS.SI-ID [4608433](#)].
- ŠIFRAR, Tina, ZALETEL, Petra. The influence of motor abilities and morphological characteristics on the performance of sport dancers. *Acta Kinesiologica*, 2014, vol.8(2). eISSN: 1840-3700, p-ISSN: 1840-2976.
- REBULA, Gregor, REBULA, Andrej, ZALETEL, Petra, SRDIĆ, Velibor, ZAGORC, Meta. Analiza intenziteta opterećenja i potrošnje energije kod plesača rekreativaca = The intensity of the physical load and energy expenditure analysis of participants of recreational dancing. *Sportske nauke i zdravlje*. [Tiskana izd.], dec. 2014, god. 3, br. 3, str. 110120. ISSN 2232-8211. [COBISS.SI-ID [4623537](#)]
- ZAGORC, M., ZALETEL, P., ŠKOFIC-NOVAK, D., TUŠAK, M., GOLJA, A.(1999). *Vsestranska priprava plesalcev*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport: Združenje plesnih vaditeljev, učiteljev in trenerjev ZAGORC, M., JARC ŠIFRAR, T.(2003). *Model športnikove priprave v plesu*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 206 str., ilustr. ISBN 961-6405-35-7. [COBISS.SI-ID [122743808](#)]

RITMIČNA GIMNASTIKA

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|---------------------|
| Predmet: | Ritmična gimnastika |
| Course title: | Rhythmic gymnastics |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099342 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1094 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Ivan Čuk

Vrsta predmeta/Course type: splošni izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: Ni pogojev

Prerequisites:

Vsebina: **Content (Syllabus outline):**

| | |
|--|--|
| <p>Splošno: Teorija in metodika vadbe RG vseh kategorij v programu RG A1. Minimalni standardi znanj po starostnih kategorijah. Načrtovanje, izvajanje in nadzorovanje vadbenega procesa v športnih interesnih dejavnostih in v športnih društvih RG A1.</p> <p>Tehnika s posameznimi rekviziti Kolebnica, obroč, žoga, kiji, trak – individualno in skupinske sestave.</p> <p>Tekmovanja šolskih ekip v skupinskih sestavah vseh starostnih kategorij</p> | |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. B. Vajngerl, (2000). Priročnik za vaditelje in trenerje RG. Ljubljana: Fakulteta za šport.
2. B. Vajngerl, (2003). Razvoj ritmične gimnastike v Sloveniji. Ljubljana: Fakulteta za šport.
3. B. Vajngerl, A. Košir, (2007). Tretji korak v RG. Ljubljana: Fakulteta za šport.

| |
|---|
| 4. B. Vajngerl, S. Žilavec, (2000). Drugi korak v RG. Ljubljana: Fakulteta za šport. 5. B. Vajngerl, U. Macura, (1999). Prvi korak v ŠRG. Ljubljana: Fakulteta za šport. 6. G. Furjan Mandič, B. Vajngerl, (2008). Ritmična gimnastika. Priročnik. 7. GZS, Sodniški pravilnik za določeno obdobje (RG A1). Ljubljana: Gimnastična zveza Slovenije. 8. J. Wolf-Cvitak, (2004). Ritmika gimnastika. Zagreb. |
|---|

| | |
|--|------------------------------------|
| Cilji in kompetence: Cilji: <ul style="list-style-type: none"> Seznani študenta z učinkovito organizacijo dela v športnih interesnih dejavnostih osnovnih šol oziroma v društvih z ritmično gimnastiko v programu A1. Seznani študenta s tehniko, ki je primerna za vse starostne kategorije. Seznani študenta s teorijo in metodiko vadbe ritmične gimnastike za vse starostne kategorije v programu A1. Kompetence: Usposobljenost za organiziranje dela z vsemi starostnimi kategorijami v športnih interesnih dejavnostih in društvih, za strokovno pravilno in učinkovito prepoznavanje nadarjenih otrok, upravljanje vadbenega procesa, pripravo tekmovalk za tekmovanje A1. | Objectives and competences: |
|--|------------------------------------|

| | |
|---|------------------------------------|
| Predvideni študijski rezultati: Znanje osnovnih prvin RG Uporaba prvin RG pri različnih oblikah vadbe (npr. kondicijska vadba) Prepoznavanje vloge RG pri razvoju estetskega čuta posameznika Osvojena znanja bodo študentom omogočala prenos izbranih strategij izbiranja ciljev, vsebin, oblik, metod in sredstev ter upravljanja učno vzgojnega procesa na sorodne učno vzgojne dejavnosti. | Intended learning outcomes: |
|---|------------------------------------|

| | |
|---|---------------------------------------|
| Metode poučevanja in učenja: Predavanja, vaje, individualne naloge, poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog, hospitacije, nastopi, pedagoška praksa, itd. | Learning and teaching methods: |
|---|---------------------------------------|

| | | |
|----------------------------|---------------------|--------------------|
| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
| | | |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|--|
| Reference nosilca/Lecturer's references: Vajngerl, B. (2006). Razvoj ritmične gimnastike v svetu do leta 1963. Šport. Letnik LIV, šte. 1. str. 48-52. Vajngerl, B. (2006). Razvoj ritmične gimnastike v Sloveniji do leta 1963. Šport. Letnik LIV, šte. 2. str. 44-47. Vajngerl, B. (2007). Pregled ritmične gimnastike v Sloveniji in Jugoslaviji od leta 1963 do 1980. Šport. Letnik LV, šte. 4. str. 45-49. |
|--|

Furjan-Mandić, G. (2000). Klasifikacija elemenata tehnike u ritmičkoj gimnastici. (Doktorska disertacija) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

Furjan-Mandić, G., Vajngerl, B. (2008). Ritmička gimnastika: Priručnik, Radenci.

Lomšek-Macura, U., Vajngerl, B. (1999). Prvi koraki v ritmični gimnastici. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Vajngerl, B. (1993). Športno ritmična gimnastika. Ljubljana: Univerza v Ljubljani: Fakulteta za šport.

Vajngerl, B. (2003). Razvoj ritmične gimnastike v Sloveniji. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Vajngerl, B., Žilavec, S. (2000). Drugi korak v ritmični gimnastici. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Vajngerl, B. (2000). Priročnik za vaditelje in trenerje ritmične gimnastike. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Vajngerl, B. (2002). Vsebinske, organizacijske in kadrovske značilnosti ritmične gimnastike skozi razvoj v Republiki Sloveniji. (doktorska disertacija). Ljubljana. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Vajngerl, B., Košir, A. (2007). Tretji korak v ritmični gimnastici. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Vajngerl, B. (2017). Ravnotežja v ritmični gimnastici. Ljubljana: Založba BP.

Wolf-Cvitak, J. (1993). Odnosi između nekih morfoloških i motoričkih karakteristika i osnovnih elemenata tehnike u ritmičko-sportskoj gimnastici. (Doktorska disertacija). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

Vajngerl, B., Wolf-Cvitak, J. (2000). Motivation structure of the girls involved in sports with a distinct esthetics component. *Kinesiology*, 32, (1), 55-66.

ROKOMET 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Predmet: | Rokomet 2 |
| Course title: | Handball 2 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098638 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 550 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marko Šibila

Vrsta predmeta/Course type: Obvezni/Compulsory

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|---|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Vpis v 1. letnik mag. programa Športna vzgoja. | Enrolment in the 1st year of master's degree programme Physical Education |

Vsebina:

Temeljni vsebinski sklopi:

- **Struktura rokometne igre – faze igre, strukturne situacije in individualni tehnični in taktični elementi.**
- **Model rokometne igre primeren za igralce mlajših starostnih kategorij v šoli in društvih:**
Osnove individualnega in skupinskega protinapada, osnove branjenja s plitko consko obrambo 6:0, osnovni principi napadanja na consko obrambo.
- **Osnove modela igre na posameznih igralnih mestih v napadu (krila, zunanji igralci, krožni napadalci).**
- **Osnove tehnike in taktike rokometnega vratarja.**
- **Osnovne modelne značilnosti rokometnih moštev.**

Content (Syllabus outline):

Basic content blocks:

- The structure of the handball game – game phases, the structural situation and individual technical and tactical elements.
- **Game model suitable for the players in young age groups:** basics of individual and group counter-attack, basics of shallow 6:0 zone defence, basics principles of attack vs. zone defence.
- **Game model on different playing position in attack (wing, backs, pivot).**
- **Basics of goalkeepers technik and tactic.**
- **Basics model characteristics of handball team.**
- **Basics model characteristics on morphological and motoric status.** Knowledge

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Osnovne modelne značilnosti rokometišev na morfološkem in motoričnem področju. Znanje potrebno za oceno perspektivnosti igralcev za ukvarjanje s tekmovalnim in vrhunskim rokometom. • Didaktične in metodične značilnosti dela z igralkami in igralci mlajših starostnih kategorij glede na njihovo razvojno stopnjo. Prilagajanje metod učenja in vadbe, modela igre in pravil igre glede na razvojne značilnosti igralcev in igralcev v posamezni starostni kategoriji. Pomen prehodov med posameznimi kategorijami. Strategije pri igralcih, ki imajo nadpovprečno ali podpovprečno znanje in sposobnosti. • Osnove priprave ekipe na tekmo in vodenje tekme. Določanje začetne postave, menjavanje igralcev, strategije ogrevanja in dvigovanja skupinske morale, uporaba minute odmora. Odnos do igralcev med tekmo in po tekmi. • Tekmovanja šolskih rokometnih ekip in ekip vseh kategorij dečkov in deklic v rokometnih društvih. Pri šolskih tekmovanjih poseben poudarek na malem rokometu. Poznavanje sistema tekmovanja mlajših starostnih kategorij na društveni ravni. • Organizacijski model dela z mlajšimi starostnimi kategorijami v okviru šolskih športnih interesnih dejavnosti in v rokometnem društvu. • Rokometna pravila in aplikacija na tekmah. Sojenje malega rokometu in rokometu po uradnih pravilih na šolski ravni. | <p>needed to assess players' prospects for dealing with competitive and top handball.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didactic and methodical characteristics of working with players of younger age categories according to their developmental level. Adapting learning and exercise methods, game models and game rules according to the development characteristics of players in each age category. The importance of transitions between different categories. Strategies for players who have an above-average or under-average knowledge and skills. • The basics of preparing the team for the match and manage the match. Determining initial team, changing players, warm-up strategies and raising group morale, using a time-out. Relation to players during and after the match. • Competitions of school handball teams and teams of all categories of boys and girls in handball clubs. In school competitions special emphasis is placed on Mini handball. Understanding of the system of competition in younger age categories at the clubs level. • An organizational model of work with younger age categories within school sports interest activities and handball clubs. • Handball rules and their application on matches. Refereeing Mini handball and regular handball on school level. |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. BON, M., ŠIBILA, M., PORI, P.(2000). Uporaba metod računalniškega vida na področju športnih iger. *Šport (Ljublj.)*, 48 (4) pp. 57-62,
2. BON, Marta, PORI, Primož, ŠIBILA, Marko. Mini rokomet kot sredstvo gibalnega razvoja otrok = Mini handball as a way of supporting the motor development of children. V: PIŠOT, Rado (ur.), KROPEJ, Veronika L. (ur.), ZURC, Joca (ur.), VOLMUT, Tadeja (ur.), OBID, Alenka (ur.). *Zbornik izplečkov in prispevkov*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče: = University of Primorska, Science and Research Centre, 2006, str. 38-39.
3. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, ERČULJ, Lucija. Analiza strela iz skoka. Kinematične in biomehanske analize v športu. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 53-64, ilustr.
4. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Analiza tekme glede na faze in podfaze igre. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 21-30, ilustr., graf. prikazi.
5. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Obremenitev rokometišev med tekmo. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 50-61, ilustr.
6. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Uporaba metod računalniškega vida na področju športnih iger. *Šport (Ljublj.)*, 2000, letn. 48, št. 4, str. 57-62, ilustr.
7. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PRIMOŽIČ, Marko. RZS je podpisnica "sporazuma Clouda Rincka": Poenoten sistem izobraževanja in usposabljanja rokometnih trenerjev v Evropi. *Trener rokom.*, 2005, letn. 12, št. 1, str. 16-23, tabele.
8. BON, Marta, ŠIBILA, Marko. SAGIT - Sistem za analizo gibanja rokometiša med tekmo z uporabo metod računalniškega vida. 1. del. *Trener rokom.*, 1999, letn. 6, št. 2, str. 19-28, ilustr.
9. Diplomске naloge študentov FŠ s strokovno in raziskovalno tematiko.
10. GORŠIČ, T.(1982). Rokomet – teorija in metodika. Ljubljana, Rokometna zveza Slovenije.
11. GORŠIČ, T.(1986). Kako igramo rokomet. Celje, RK Aero Celje, 1986.

12. Handball training, Philippka-Verlag, Munster - od 1990 dalje.
13. Koncept dela z igralci mlajših starostnih kategorij - primer nemške rokometne zveze. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 43-54.
14. PAVČIČ, C., ŠIBILA, M. (1991). *Elementarne igre in igre s prirejenimi pravili, primerne za uvajanje začetnikov v rokometno igro*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
15. PORI, Primož, MRAK, Marko, ŠIBILA, Marko. Prikaz specifičnega aerobnega treninga z uporabo tehnično taktičnih elementov rokometne motorike. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-15, priloga, ilustr., tabele.
16. PORI, Primož, ŠIBILA, Marko, BON, Marta. Razlike v nekaterih morfoloških in motoričnih razsežnostih 17 in 18 letnih rokometišev, ki igrajo na različnih igralnih mestih v napadu. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 39-50, ilustr.
17. Pravila rokometne igre s komentarjem. RZS, 2004.
18. Razni avtorji: Trener – rokomet. RZS, Združenje rokometnih trenerjev Slovenije, Ljubljana. od 1994 dalje.
19. ŠIBILA, M. (1997). *Rokomet : Učenje in vadba (1 videokaseta, VHS, PAL, 46 min)*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
20. ŠIBILA, M. (1997). *Rokomet : Učenje in vadba (1 videokaseta, VHS, PAL, 46 min)*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
21. ŠIBILA, M. (2004). *Rokomet : izbrana poglavja (dopolnjena izdaja)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
22. ŠIBILA, M. (2004). *Rokomet : izbrana poglavja (dopolnjena izdaja)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
23. ŠIBILA, M., BON, M. (1998). Fiziološke osnove delovanja mišice pri strelu v rokometu. *Trener rokom.*, 5 (1), pp. 71-83.
24. ŠIBILA, M., BON, M., KUŽELJ, D. (1999). *Mini rokomet v prvih razredih osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
25. ŠIBILA, M., PAVČIČ, C., PRIMOŽIČ, M. (1995). *Cilji šolske športne vzgoje, Rokomet : 17-19 let, 15-17 let, 12-15 let, 9-12 let*, (Projekt Konceptija in strategija športne vzgoje v Sloveniji). Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
26. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, MILIČ, Radoje. Razlike v nekaterih pokazateljih funkcionalnih sposobnosti med žensko in moško člansko rokometno reprezentanco Slovenije. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 49-52.
27. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PORI, Primož, LASAN, Mirjam. Analiza obremenitve rokometišev v fazi napada. *Trener rokom.*, 1998, letn. 5, št. 2, str. 57-72.
28. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PORI, Primož. *Skripta za tečaj rokometnega trenerja - 2. stopnja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, cop. 2006. 274 str., ilustr.
29. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PRIMOŽIČ, Marko. Sistem izobraževanja rokometnih trenerjev v Sloveniji. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 7-32.
30. ŠIBILA, Marko, IVEZIČ, Slavko, MOHORIČ, Uroš. Prikaz in opis nekaterih tipičnih napadalnih akcij slovenske rokometne reprezentance na SP 2005 v Tuniziji. *Trener rokom.*, 2005, letn. 12, št. 1, str. 4-15, ilustr.
31. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo, PORI, Primož. *Vsebinska in metodika poučevanja rokometišev v prvih razredih osnovne šole*. Ljubljana: Rokometna zveza Slovenije, 2003. 1 videokaseta (VHS)(50 min), barve, zvok.
32. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo, PORI, Primož. *Vsebinska in metodika poučevanja rokometišev v drugem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Rokometna zveza Slovenije, 2006. 1 videokaseta (VHS, PAL) (53 min), barve, zvok.
33. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo. Učenje in trening kril v napadu na postavljeno obrambo. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 7-20, ilustr.
34. ŠIBILA, Marko, LASAN, Mirjam. Nekatere morfološke telesne značilnosti rokometišev, ki igrajo na različnih igralnih mestih. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 44-48.
35. ŠIBILA, Marko, TISELJ, Tone. Analiza igre slovenske moške reprezentance na evropskem rokometnem prvenstvu v Sloveniji - EURO 2004. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-12, priloga, ilustr., tabele.
36. ŠIBILA, Marko, TISELJ, Tone. Analiza igre slovenske reprezentance na evropskem rokometnem prvenstvu v Sloveniji-EURO 2004. *Trener rokom.*, 2004, letn. 11, št. 1, str. 17-36, ilustr., tabele.
37. ŠIBILA, Marko. Igra 2 x 3:3 kot metodični korak pri prehodu iz malega rokometišev na rokomet po celotnem igrišču. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 17-21, ilustr.
38. ŠIBILA, Marko. Igra 2 x 3:3 kot metodični korak pri prehodu iz malega rokometišev na rokomet po celotnem igrišču. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 17-21, ilustr.
39. ŠIBILA, Marko. Izpostavljenost poškodb ramenskega sklopa pri rokometu. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 6-9, ilustr.

40. ŠIBILA, Marko. Ogrevanje ali priprava igralcev na rokometni trening ali tekmo. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 15-20, ilustr.
41. ŠIBILA, Marko. Ogrevanje ali priprava igralcev na rokometni trening ali tekmo. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 15-20, ilustr.
42. ŠIBILA, Marko. Organizacijsko-metodične oblike kondicijskega treninga. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 46-49.
43. ŠIBILA, Marko. Pospeševanje igre v povezavi s hitrim izvajanjem začetnega meta. *Trener rokom.*, 2004, letn. 11, št. 2, str. 7-14, ilustr.
44. ŠIBILA, Marko. Prispevek k boljšemu razumevanju meritev nekaterih fizioloških sposobnosti rokometišev. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 33-42.
45. ŠIBILA, Marko. Prispevek k boljšemu razumevanju nekaterih vidikov kondicijskega treninga v rokometu. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 41-
46. ŠIBILA, Marko. Prispevek k poznavanju taktike napadanja na različne conske in kombinirane obrambe v rokometu. *Trener rokom.*, 2007, letn. 14, št. 1, str. 6-16, ilustr.
47. ŠIBILA, Marko. Prispevek k poznavanju taktike napadanja na različne conske in kombinirane obrambe v rokometu. *Trener rokom.*, 2007, letn. 14, št. 1, str. 6-16, ilustr.
48. ŠIBILA, Marko. Projekt dela s slovenskimi moškimi državnimi reprezentancami. Del 1. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 7-14.
49. ŠIBILA, Marko. Razvojne težnje v sodobnem vrhunskem rokometu. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 1, str. 31-37, ilustr.
50. ŠIBILA, Marko. Tekmovalni uspehi slovenskih rokometišev - plod naključja ali sistematičnega in načrtnega dela. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-4.
51. ŠIBILA, Marko. Trening krožnega napadalca. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 1, str. 15-19, ilustr.
52. ŠIBILA, Marko. Vključevanje globinskih skokov v tehnični in taktični trening rokometišev. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 1, str. 17-24, ilustr.
53. ŠIBILA, Marko. Začetni in nadaljni izbor nadarjenih rokometišev na podlagi izbranih morfoloških in motoričnih parametrov. *Trener rokom.*, 1996, letn. 3, št. 2, str. 7-18.
54. Pravila rokometne igre s komentarjem. RZS. 2004.
55. Pravilnik o licenciranju trenerjev, Registracijski pravilnik, Tekmovalne propozicije.

Cilji in kompetence:

Cilji:

- Seznaniti študenta z vsebino in organizacijo dela pri rokometu v okviru šolskih interesnih dejavnosti ter šolskih športnih tekmovanj.
- Seznaniti študenta z vsebino in organizacijo dela v društvenih programih dela z igralci mlajših starostnih kategorij.
- Usposobiti študenta za uspešno iskanje nadarjenih otrok in izbiranje kakovostnih mladih igralcev in igralk.

Predmetno specifične kompetence:

Študenti bodo usposobljeni za organiziranje dela z vsemi starostnimi kategorijami dečkov in deklic v športnih interesnih dejavnostih, pri izbirnem programu športne vzgoje v srednjih šolah in društvenih rokometnih šolah dečkov in deklic, za strokovno pravilno in učinkovito iskanje nadarjenih otrok, upravljanje vadbenega procesa, pripravo ekipe na tekmovanje in vodenje ekip na tekmah.

Objectives and competences:

Objectives:

- To acquaint the student with the content and organization of work in handball in the context of school activities and school sports competitions.
- To acquaint the student with the content and organization of work in club programs of work with players of younger age categories.
- To train a student for a successful search for talented children and selection of quality young players.

Subject-specific competences:

Students will be trained to organize work with all age groups of boys and girls in sport interest activities, in the sport education program in secondary schools and in club handball schools for boys and girls, for the professional correct and effective search for talented children, management of the training process, team preparation at competition and managing teams in matches.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Študentje bodo spoznali in razumeli rokomet kot eno izmed športnih iger primerno za športno vzgojo v šoli in zunaj šolskih dejavnosti. Spoznali bodo

Intended learning outcomes:

Knowledge and Understanding:

Students will learn and understand handball as one of sports games suitable for physical education in school and out of school activities. They will learn the

| | |
|--|--|
| <p>ustrezne didaktične in metodične postopke, primerne za učenje in vadbo rokometu v okviru različnih oblik športne vzgoje. Naučili se bodo dosežati zastavljene cilje, ki so opredeljeni v ustreznih učnih načrtih.</p> <p>Uporaba: Športna vzgoja v šoli in izven šolskih dejavnosti</p> <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti pri poučevanju rokometu. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno izobraževali.</p> <p>Znali bodo tudi ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij upravljanja učno-vzgojnega procesa rokometu pri različnih oblikah športne vzgoje ter strategij reševanja sporov v odnosih med učiteljem, učenci in starši.</p> | <p>appropriate didactic and methodical procedures appropriate for the learning and training of handball in the context of various forms of physical education. They will learn to achieve its set objectives that are defined in the relevant curricula.</p> <p>Application: Sports education at school and in clubs.</p> <p>Reflection: Students will be able to critically evaluate the level of achieving their competence in teaching the handball. On this basis, they will be further educated if necessary.</p> <p>They will also be able to evaluate the rationality and effectiveness of the strategies used in the management of the teaching and learning process of the handball in various forms of sports education and conflict resolution strategies in relations between teachers, pupils, and parents.</p> |
|--|--|

| | |
|--|--|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| <ul style="list-style-type: none"> • predavanja • vaje | <ul style="list-style-type: none"> • Lectures • Practical work - tutorials |

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|--|
| Praktični izpit (ocena ravni znanja izbranih elementov rokometne igre in igranja rokometu s consko obrambo, ocena sojenja) | 50,00 % | Practical exam (assessment of the level of knowledge of selected elements of handball and handball with zone defense, assessment of the refereeing). |
| Teoretični izpit | 50,00 % | Theoretical exam. |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>prof. dr. Marko Šibila:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Več kot 380 enot znanstvenih, pedagoških in strokovnih del s področja rokometu (od leta 1986 naprej). • Asistent pri predmetu Teorija in metodika rokometu (od 1986 do 1997); docent za področje »kineziologija v polistrukturinih acikličnih in kompleksnih športih« (od 1997 do 2006); izredni profesor za področje »znanost o športu – Kineziologija (od 2006 do 2016). • Rokometni trener od 1986 naprej (različni slovenski in vrhunski tuji rokometni klubi in državne reprezentance). • Predsednik in član strokovnega sveta Rokometne zveze Slovenije (RZS). • Član strokovnega sveta Republike Slovenije za šport. • Predsednik Združenja rokometnih trenerjev Slovenije. • Vodja usposabljanja trenerjev različnih stopenj v rokometu. • Vodja in predavatelj na številnih tečajih za različne trenerske nazive v rokometu tako doma kot v tujini. • Predavatelj na številnih seminarjih stalnega strokovnega izpopolnjevanja za vzgojiteljice, razredne učiteljice in profesorje športne vzgoje. • Predavatelj Evropske rokometne zveze (EHF) od leta 1994. |
|--|

ROKOMET 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Predmet: | Rokomet 3 |
| Course title: | Handball 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098862 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 550 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | 15 | | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marko Šibila

Vrsta predmeta/Course type: Obvezni/Compulsory

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

| | |
|--|---|
| Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: | Prerequisites: |
| Vpis v 2. letnik mag. študija Športna vzgoja. | Enrolment in 2nd year of Sport Education Master's degree. |

| | |
|--|--|
| Vsebina: | Content (Syllabus outline): |
| <p>Temeljni vsebinski sklopi (skupaj s predmetom Rokomet 2):</p> <ul style="list-style-type: none"> Struktura rokometne igre – faze igre, strukturne situacije in individualni tehnični in taktični elementi. Model rokometne igre primeren za igralce mlajših starostnih kategorij v šoli in društvih: Osnove individualnega in skupinskega protinapada, osnove branjenja z globoko consko obrambo 3.2:1 in plitko consko obrambo 6:0, osnovni principi napadanja na consko obrambo. Napad z igralcem več ali manj, obramba z igralcem več ali manj. Izvajanje sedemmetrovke. Osnove modela igre na posameznih igralnih mestih v napadu (krila, zunanji igralci, krožni napadalci). | <p>Basic content blocks (together with subject Handball 2):</p> <ul style="list-style-type: none"> The structure of the handball game – game phases, the structural situation, and individual technical and tactical elements. Game model suitable for the players in young age groups: basics of individual and group counter-attack, basics of shallow 6:0 zone defence, basics principles of attack vs. zone defence. Game model on different playing position in attack (wing, backs, pivot). Basics of goalkeepers technik and tactic. Basics model characteristics of handball team. Basics model characteristics on morphological and motoric status. Knowledge |

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Osnove tehnike in taktike rokometnega vratarja. • Osnovne modelne značilnosti rokometnih moštev. • Osnovne modelne značilnosti rokometišev na morfološkem in motoričnem področju. Znanje potrebno za oceno perspektivnosti igralcev za ukvarjanje s tekmovalnim in vrhunskim rokometom. • Didaktične in metodične značilnosti dela z igralkami in igralci mlajših starostnih kategorij glede na njihovo razvojno stopnjo. Prilagajanje metod učenja in vadbe, modela igre in pravil igre glede na razvojne značilnosti igralcev in igralcev v posamezni starostni kategoriji. Pomen prehodov med posameznimi kategorijami. Strategije pri igralcih, ki imajo nadpovprečno ali podpovprečno znanje in sposobnosti. • Osnove priprave ekipe na tekmo in vodenje tekme. Določanje začetne postave, menjavanje igralcev, strategije ogrevanja in dvigovanja skupinske morale, uporaba minute odmora. Odnos do igralcev med tekmo in po tekmi. • Tekmovanja šolskih rokometnih ekip in ekip vseh kategorij dečkov in deklic v rokometnih društvih. Pri šolskih tekmovanjih poseben poudarek na malem rokometu. Poznavanje sistema tekmovanja mlajših starostnih kategorij na društveni ravni. • Organizacijski model dela z mlajšimi starostnimi kategorijami v okviru šolskih športnih interesnih dejavnosti in v rokometnem društvu. • Rokometna pravila in aplikacija na tekmah. Sojenje malega rokometna na regionalni ravni. • Praksa in nastopi (samo za študente, ki bi želeli dobiti naziv Trener 1. stopnje) <p>Študent mora izvesti celoten proces procesa treniranja z izbrano ekipo dečkov ali deklic v eni tekmovalni sezoni (kot pomočnik trenerja ali glavni trener). Pisati mora dnevnik dela, v katerem mora imeti zabeležene vse bistvene informacije o izvedenem procesu treniranja (evidence, okvirni letni načrt, vse vadbene priprave, analizo tekmovalne sezone).</p> | <p>needed to assess players' prospects for dealing with competitive and top handball.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didactic and methodical characteristics of working with players of younger age categories according to their developmental level. Adapting learning and exercise methods, game models and game rules according to the development characteristics of players in each age category. The importance of transitions between different categories. Strategies for players who have an above-average or under-average knowledge and skills. • The basics of preparing the team for the match and manage the match. Determining initial team, changing players, warm-up strategies and raising group morale, using a time-out. Relation to players during and after the match. • Competitions of school handball teams and teams of all categories of boys and girls in handball clubs. In school competitions special emphasis is placed on Mini handball. Understanding of the system of competition in younger age categories at the clubs level. • An organizational model of work with younger age categories within school sports interest activities and handball clubs. • Handball rules and their application on matches. Refereeing Mini handball and regular handball on school level. |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. BON, M., ŠIBILA, M., PORI, P.(2000). Uporaba metod računalniškega vida na področju športnih iger. *Šport (Ljublj.)*, 48 (4) pp. 57-62,
2. BON, Marta, PORI, Primož, ŠIBILA, Marko. Mini rokomet kot sredstvo gibalnega razvoja otrok = Mini handball as a way of supporting the motor development of children. V: PIŠOT, Rado (ur.), KROPEJ, Veronika L. (ur.), ZURC, Joca (ur.), VOLMUT, Tadeja (ur.), OBID, Alenka (ur.). *Zbornik izplečkov in prispevkov*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče: = University of Primorska, Science and Research Centre, 2006, str. 38-39.
3. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, ERCULJ, Lucija. Analiza strela iz skoka. Kinematične in biomehanske analize v športu. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 53-64, ilustr.
4. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Analiza tekme glede na faze in podfaze igre. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 21-30, ilustr., graf. prikazi.

5. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Obremenitev rokometišev med tekmo. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 50-61, ilustr.
6. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PORI, Primož. Uporaba metod računalniškega vida na področju športnih iger. *Šport (Ljublj.)*, 2000, letn. 48, št. 4, str. 57-62, ilustr.
7. BON, Marta, ŠIBILA, Marko, PRIMOŽIČ, Marko. RZS je podpisnica "sporazuma Clouda Rincka": Poenoten sistem izobraževanja in usposabljanja rokometnih trenerjev v Evropi. *Trener rokom.*, 2005, letn. 12, št. 1, str. 16-23, tabele.
8. BON, Marta, ŠIBILA, Marko. SAGIT - Sistem za analizo gibanja rokometiša med tekmo z uporabo metod računalniškega vida. 1. del. *Trener rokom.*, 1999, letn. 6, št. 2, str. 19-28, ilustr.
9. Diplomске naloge študentov FŠ s strokovno in raziskovalno tematiko.
10. GORŠIČ, T.(1982). Rokomet – teorija in metodika. Ljubljana, Rokometna zveza Slovenije.
11. GORŠIČ, T.(1986). Kako igramo rokomet. Celje, RK Aero Celje, 1986.
12. Handball training, Philippka-Verlag, Munster - od 1990 dalje.
13. Koncept dela z igralci mlajših starostnih kategorij - primer nemške rokometne zveze. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 43-54.
14. PAVČIČ, C., ŠIBILA, M. (1991). *Elementarne igre in igre s prirejenimi pravili, primerne za uvajanje začetnikov v rokometno igro*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
15. PORI, Primož, MRAK, Marko, ŠIBILA, Marko. Prikaz specifičnega aerobnega treninga z uporabo tehnično taktičnih elementov rokometne motorike. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-15, priloga, ilustr., tabele.
16. PORI, Primož, ŠIBILA, Marko, BON, Marta. Razlike v nekaterih morfoloških in motoričnih razsežnostih 17 in 18 letnih rokometišev, ki igrajo na različnih igralnih mestih v napadu. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 39-50, ilustr.
17. Pravila rokometne igre s komentarjem. RZS, 2004.
18. Razni avtorji: Trener – rokomet. RZS, Združenje rokometnih trenerjev Slovenije, Ljubljana. od 1994 dalje.
19. ŠIBILA, M. (1997). *Rokomet : Učenje in vadba* (1 videokaseta, VHS, PAL, 46 min). Ljubljana: Fakulteta za šport.
20. ŠIBILA, M. (1997). *Rokomet : Učenje in vadba* (1 videokaseta, VHS, PAL, 46 min). Ljubljana: Fakulteta za šport.
21. ŠIBILA, M. (2004). *Rokomet : izbrana poglavja (dopolnjena izdaja)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
22. ŠIBILA, M. (2004). *Rokomet : izbrana poglavja (dopolnjena izdaja)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
23. ŠIBILA, M., BON, M. (1998). Fiziološke osnove delovanja mišice pri strelu v rokometu. *Trener rokom.*, 5 (1), pp. 71-83.
24. ŠIBILA, M., BON, M., KUŽELJ, D. (1999). *Mini rokomet v prvih razredih osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
25. ŠIBILA, M., PAVČIČ, C., PRIMOŽIČ, M. (1995). *Cilji šolske športne vzgoje, Rokomet : 17-19 let, 15-17 let, 12-15 let, 9-12 let*, (Projekt Konceptcija in strategija športne vzgoje v Sloveniji). Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
26. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, MILIČ, Radoje. Razlike v nekaterih pokazateljih funkcionalnih sposobnosti med žensko in moško člansko rokometno reprezentanco Slovenije. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 49-52.
27. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PORI, Primož, LASAN, Mirjam. Analiza obremenitve rokometišev v fazi napada. *Trener rokom.*, 1998, letn. 5, št. 2, str. 57-72.
28. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PORI, Primož. *Skriptna za tečaj rokometnega trenerja - 2. stopnja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, cop. 2006. 274 str., ilustr.
29. ŠIBILA, Marko, BON, Marta, PRIMOŽIČ, Marko. Sistem izobraževanja rokometnih trenerjev v Sloveniji. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 7-32.
30. ŠIBILA, Marko, IVEZIČ, Slavko, MOHORIČ, Uroš. Prikaz in opis nekaterih tipičnih napadalnih akcij slovenske rokometne reprezentance na SP 2005 v Tuniziji. *Trener rokom.*, 2005, letn. 12, št. 1, str. 4-15, ilustr.
31. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo, PORI, Primož. *Vsebinska in metodika poučevanja rokometiša v prvih razredih osnovne šole*. Ljubljana: Rokometna zveza Slovenije, 2003. 1 videokaseta (VHS)(50 min), barve, zvok.
32. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo, PORI, Primož. *Vsebinska in metodika poučevanja rokometiša v drugem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Rokometna zveza Slovenije, 2006. 1 videokaseta (VHS, PAL) (53 min), barve, zvok.
33. ŠIBILA, Marko, KUZMA, Samo. Učenje in trening kril v napadu na postavljeno obrambo. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 2, str. 7-20, ilustr.

34. ŠIBILA, Marko, LASAN, Mirjam. Nekatere morfološke telesne značilnosti rokometišev, ki igrajo na različnih igralnih mestih. *Trener rokom.*, 1997, letn. 4, št. 2, str. 44-48.
35. ŠIBILA, Marko, TISELJ, Tone. Analiza igre slovenske moške reprezentance na evropskem rokometnem prvenstvu v Sloveniji - EURO 2004. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-12, priloga, ilustr., tabele.
36. ŠIBILA, Marko, TISELJ, Tone. Analiza igre slovenske reprezentance na evropskem rokometnem prvenstvu v Sloveniji-EURO 2004. *Trener rokom.*, 2004, letn. 11, št. 1, str. 17-36, ilustr., tabele.
37. ŠIBILA, Marko. Igra 2 x 3:3 kot metodični korak pri prehodu iz malega rokometna na rokometa po celotnem igrišču. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 17-21, ilustr.
38. ŠIBILA, Marko. Igra 2 x 3:3 kot metodični korak pri prehodu iz malega rokometna na rokometa po celotnem igrišču. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 17-21, ilustr.
39. ŠIBILA, Marko. Izpostavljenost poškodb ramenskega sklopa pri rokometu. *Trener rokom.*, 2006, letn. 13, št. 2, str. 6-9, ilustr.
40. ŠIBILA, Marko. Ogrevanje ali priprava igralcev na rokometni trening ali tekmo. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 15-20, ilustr.
41. ŠIBILA, Marko. Ogrevanje ali priprava igralcev na rokometni trening ali tekmo. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 15-20, ilustr.
42. ŠIBILA, Marko. Organizacijsko-metodične oblike kondicijskega treninga. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 46-49.
43. ŠIBILA, Marko. Pospeševanje igre v povezavi s hitrim izvajanjem začetnega meta. *Trener rokom.*, 2004, letn. 11, št. 2, str. 7-14, ilustr.
44. ŠIBILA, Marko. Prispevek k boljšemu razumevanju meritev nekaterih fizioloških sposobnosti rokometišev. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 2, str. 33-42.
45. ŠIBILA, Marko. Prispevek k boljšemu razumevanju nekaterih vidikov kondicijskega treninga v rokometu. *Trener rokom.*, 2003, letn. 10, št. 1, str. 41-45.
46. ŠIBILA, Marko. Prispevek k poznavanju taktike napadanja na različne conske in kombinirane obrambe v rokometu. *Trener rokom.*, 2007, letn. 14, št. 1, str. 6-16, ilustr.
47. ŠIBILA, Marko. Prispevek k poznavanju taktike napadanja na različne conske in kombinirane obrambe v rokometu. *Trener rokom.*, 2007, letn. 14, št. 1, str. 6-16, ilustr.
48. ŠIBILA, Marko. Projekt dela s slovenskimi moškimi državnimi reprezentancami. Del 1. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 2, str. 7-14.
49. ŠIBILA, Marko. Razvojne težnje v sodobnem vrhunskem rokometu. *Trener rokom.*, 2002, letn. 9, št. 1, str. 31-37, ilustr.
50. ŠIBILA, Marko. Tekmovalni uspehi slovenskih rokometišev - plod naključja ali sistematičnega in načrtnega dela. *Šport (Ljublj.)*, 2004, let. 52, št. 2, str. 3-4.
51. ŠIBILA, Marko. Trening krožnega napadalca. *Trener rokom.*, 2000, letn. 7, št. 1, str. 15-19, ilustr.
52. ŠIBILA, Marko. Vključevanje globinskih skokov v tehnični in tehnično taktični trening rokometišev. *Trener rokom.*, 2001, letn. 8, št. 1, str. 17-24, ilustr.
53. ŠIBILA, Marko. Začetni in nadaljni izbor nadarjenih rokometišev na podlagi izbranih morfoloških in motoričnih parametrov. *Trener rokom.*, 1996, letn. 3, št. 2, str. 7-18.
54. Pravila rokometne igre s komentarjem. RZS. 2004.
55. Pravilnik o licenciranju trenerjev, Registracijski pravilnik, Tekmovalne propozicije.

Cilji in kompetence:

Cilji:

- Seznaniti študenta z vsebino in organizacijo dela pri rokometu v okviru šolskih interesnih dejavnosti ter šolskih športnih tekmovanj.
- Seznaniti študenta z vsebino in organizacijo dela v društvenih programih dela z igralci mlajših starostnih kategorij.
- Usposobiti študenta za uspešno iskanje nadarjenih otrok in izbiranje kakovostnih mladih igralcev in igralk.

Predmetno specifične kompetence:

Študenti bodo usposobljeni za organiziranje dela z vsemi starostnimi kategorijami dečkov in deklic v športnih interesnih dejavnostih, pri izbirnem programu športne vzgoje v srednjih šolah in

Objectives and competences:

Objectives:

- To acquaint the student with the content and organization of work in handball in the context of school activities and school sports competitions.
- To acquaint the student with the content and organization of work in club programs of work with players of younger age categories.
- To train a student for a successful search for talented children and selection of quality young players.

Subject-specific competences:

- Students will be trained to organize work with all age groups of boys and girls in sport interest activities, in the sport education program in secondary schools and in club handball schools for

| | |
|--|---|
| društvenih rokometnih šolah dečkov in deklic, za strokovno pravilno in učinkovito iskanje nadarjenih otrok, upravljanje vadbenega procesa, pripravo ekipe na tekmovanje in vodenje ekip na tekmah. | boys and girls, for the professional correct and effective search for talented children, management of the training process, team preparation at competition and managing teams in matches. |
|--|---|

| | |
|--|--|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje: Študentje bodo spoznali in razumeli rokomet kot eno izmed športnih iger primerno za športno vzgojo v šoli in zunaj šolskih dejavnostih. Spoznali bodo ustrezne didaktične in metodične postopke, primerne za učenje in vadbo rokometu v okviru različnih oblik športne vzgoje. Naučili se bodo dosegati zastavljene cilje, ki so opredeljeni v ustreznih učnih načrtih.</p> <p>Uporaba: Športna vzgoja v šoli in izven šolskih dejavnostih</p> <p>Refleksija: Študenti bodo znali kritično ovrednotiti raven doseganja svojih pristojnosti pri poučevanju rokometu. Na osnovi tega se bodo po potrebi dodatno izobraževali. Znali bodo tudi ovrednotiti smotrnosti in učinkovitosti uporabljenih strategij upravljanja učno-vzgojnega procesa rokometu pri različnih oblikah športne vzgoje ter strategij reševanja sporov v odnosih med učiteljem, učenci in starši.</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding: Students will learn and understand handball as one of sports games suitable for physical education in school and out of school activities. They will learn the appropriate didactic and methodical procedures appropriate for the learning and training of handball in the context of various forms of physical education. They will learn to achieve its set objectives that are defined in the relevant curricula.</p> <p>Application: Sports education at school and in clubs.</p> <p>Reflection: Students will be able to critically evaluate the level of achieving their competence in teaching the handball. On this basis, they will be further educated if necessary. They will also be able to evaluate the rationality and effectiveness of the strategies used in the management of the teaching and learning process of the handball in various forms of sports education and conflict resolution strategies in relations between teachers, pupils, and parents.</p> |
|--|--|

| | |
|---|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Praktična ter metodična znanja in spretnosti bodo posredovana v obliki nastopov in praktične vadbe ter v individualnih konzultacijah s študentih. Vsak nastop bomo analizirali na podlagi posebnega obrazca in ovrednotili (ocena s strani študentov, profesorja in samoocena). Po nastopu bodo študenti izvedli tudi samorefleksijo.</p> <p>Seminarska naloga: vadbena (učna) priprava z določeno vsebino in metodami dela.</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Practical and methodical skills will be forwarded in the form of practical presentation and exercises, as well as in individual consultations with students. Each presentation will be analysed based on a special form and evaluated (assessment by students, professors and self-assessing). After the presentation, students will also perform self-reflexion.</p> <p>Seminar work: preparation for training unit with specific content and methods of work.</p> |
|---|--|

| | | |
|---|----------------------------|---|
| <p>Načini ocenjevanja:</p> <p>Nastop študenta bomo analizirali v diskusiji skupaj z vsemi študenti na osnovi točno določenih postavk (obrazca). Študent bo ocenil svoj nastop (samoocena) na podlagi omenjene diskusije in pripomb sošolcev in profesorja. Končno oceno nastopa poda profesor. Oцени se posebej učna (vadbena priprava) in izpeljava nastopa v razmerju 50:50.</p> | <p>Delež/Weight</p> | <p>Assessment:</p> <p>The student's performance will be analyzed in a discussion with all students based on specific items (forms). The student will assess his / her performance (self-assessment) based on this discussion and the comments of classmates and professors. The professor gives the final assessment. A special training unit preparation (exercise preparation) and an execution of a presentation in a ratio of 50:50 is evaluated</p> |
|---|----------------------------|---|

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:**prof. dr. Marko Šibila:**

- Več kot 380 enot znanstvenih, pedagoških in strokovnih del s področja rokometu (od leta 1986 naprej).
- Asistent pri predmetu Teorija in metodika rokometu (od 1986 do 1997); docent za področje »kineziologija v polistrukturiranih acikličnih in kompleksnih športih« (od 1997 do 2006); izredni profesor za področje »znanost o športu – Kineziologija (od 2006 do 2016).
- Rokometni trener od 1986 naprej (različni slovenski in vrhunski tuji rokometni klubi in državne reprezentance).
- Predsednik in član strokovnega sveta Rokometne zveze Slovenije (RZS).
- Član strokovnega sveta Republike Slovenije za šport.
- Predsednik Združenja rokometnih trenerjev Slovenije.
- Vodja usposabljanja trenerjev različnih stopenj v rokometu.
- Vodja in predavatelj na številnih tečajih za različne trenerske nazive v rokometu tako doma kot v tujini.
- Predavatelj na številnih seminarjih stalnega strokovnega izpopolnjevanja za vzgojiteljice, razredne učiteljice in profesorje športne vzgoje.
- Predavatelj Evropske rokometne zveze (EHF) od leta 1994.

SODOBNI ŠPORTI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| Predmet: | Sodobni športi |
| Course title: | Modern sports |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043089 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1030 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti: **Prerequisites:**

| | |
|---|--|
| Predmet je izbirni, zato pogojev za vključitev v delo ni! | |
|---|--|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| <p>Temeljna vsebinska področja so:</p> <ul style="list-style-type: none">• Temeljne značilnosti posamezne športne panoge• časovne, igralne, psihomotorične, biomehanske in funkcionalne značilnosti posamezne športne panoge in njihov vpliv na otrokov razvoj• specifičnosti in prilagoditve iger pri pouku športne vzgoje• Osnove izbranih športov• tehnični elementi, skupne značilnosti in specifičnosti gibanj pri posameznih športnih panogah• Metodični pristopi, metode učenja in postopki• pristop usmerjen k igri kot temeljni pristop pri učenju posamezne športne panoge• predstavitev temeljnih metodičnih postopkov poučevanja | |
|---|--|

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • analiza tehničnih elementov in gibanj (učnih dosežkov) ter postopki razvoja (korekcije, samokorekcije) • organizacija učenja v skupini s poudarkom na medsebojnem sodelovanju, delu v parih, skupinah in individualnem pristopu učitelja <p>Športne panoge: <i>baseball</i> <i>boomerang</i> <i>curling</i> <i>dvoranski hokej</i> <i>frisbee</i> <i>indiaca</i> <i>kriket</i> <i>lokoštelstvo</i> <i>nordijska boja</i> <i>slackline (gurtanje)</i> <i>softball</i> <i>speedminton</i> <i>teeball</i> <i>ultimate</i> <i>žongliranje</i> <i>dodatno bodo vključene tudi novejšje panoge, ki se šele pojavljajo v slovenskem športnem prostoru.</i></p> | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Za posamezne športne panoge bo literatura določena ob izvedbi programa. Uporablja se literatura s področja osnov učenja in tehnike.

Cilji in kompetence:

Cilji predmeta so:

- Seznanitev s temeljnimi značilnostmi posameznih športnih panog
- Sposobnost izvedbe osnovnih tehničnih elementov posamezne športne panoge
- Poznavanje metodičnih pristopov, metod in postopkov učenja pri posamezni športni panogi

Predmetno specifične kompetence:

- Sposobnost za analizo in načrtovanje športnovzgojnega procesa
- Znanje demonstracije posameznih športnih prvin primernih za športno vzgojo
- Poznavanje didaktike posameznih športov
- Obvladovanje ustreznih diagnostičnih postopkov na strokovnem področju
- Usposobljenost za delo s sodobnimi učnimi tehnologijami pri športni vzgoji

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje: Poznavanje značilnosti posamezne športne panoge, igralnih situacij, obvladanje tehničnih elementov, sposobnost uporabe postopkov učenja in razvoja tehničnega znanja.
 Uporaba: V procesu učenja v šoli, interesni dejavnosti v šoli, šoli v naravi, v rekreaciji, v rehabilitaciji, kot dopolnilni športi

Intended learning outcomes:

| | |
|--|--|
| Refleksija: sposobnost izpopolnjevanja svojih igralnih in trenerskih sposobnosti. Prenos naučenega med sorodnimi športnimi panogami in igrami. | |
|--|--|

Metode poučevanja in učenja:

Learning and teaching methods:

| | |
|--|--|
| Vaje, delo v skupini, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje | |
|--|--|

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight

Assessment:

| | | |
|---|---------|--|
| • Praktična naloga | 40,00 % | |
| • Ocena obvladanja tehničnih elementov v posamezni panogi | 40,00 % | |
| • Ocena učnih in organizacijskih sposobnosti pri učenju in razvoju posameznih tehničnih elementov | 20,00 % | |

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

- Nosilec Katedre za športne igre z loparji na FŠ
- Nosilec predmeta Sportovi sa reketom na Univerzi v Mostarju (BiH)
- Predavatelj na predmetu Sportovi s reketom v Zagrebu in Splitu (CRO)
- Štipendist DAAD in predavatelj na predmetu Rückschlagspiele v Kölnu (GER)
- Vabljeni predavatelj na programih namiznega tenisa v okviru Svetovne namiznoteniške zveze (ITTF) in Evropske namiznoteniške zveze (ETTU)
- Nosilec programa usposabljanja v namiznem tenisu (SLO) in v badmintonu (CRO)
- Avtor strokovnih in znanstvenih člankov
- Avtor 4 didaktičnih DVD-jev s področja namiznega tenisa in enega s področja badmintona
- Avtor dveh univerzitetnih učbenikov
- 14 let kondicijski trener najboljšega slovenskega igralca Bojana Tokiča in svetovalec hrvaške moške članske reprezentance
- Trener I.razreda namiznega tenisa z A licenco
- Vaditelj badmintona
- Vaditelj deskanja na snegu
- Vaditelj curlinga
- Vaditelj kriketa
- Trener speedmintona
- Predsednik Znanstveno-medicinske komisije pri ITTF
- Vodja usposabljanja pri Kriket zvezi Slovenije, Speed badminton zvezi Slovenije, Curling Zvezi Slovenije, Zvezi za baseball in softball Slovenije

1. KONDRIC, Miran, SINDIK, Joško, FURJAN-MANDIĆ, Gordana, SCHIEFLER, Bernd. Participation motivation and student`s physical activity among sport students in three countries. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968. [Online ed.], march 2013, vol. 12, issue 1, str. 10-18, tabele. <http://www.jssm.org/vol12/n1/2/v12n1-2text.php>. [COBISS.SI-ID 4339377]
2. SINDIK, Joško, FURJAN-MANDIĆ, Gordana, SCHIEFLER, Bernd, KONDRIC, Miran. Differences in the structure of motivation for participation in sport activities among sport students in three countries = Razlike v strukturi motivov udeležencev športnih aktivnosti študentov športa v treh državah. *Kinesiologia Slovenica*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 2013, vol. 19, no. 1, str. 14-31, tabele. [COBISS.SI-ID 4370609]
3. ŠEME, Tadej, KONDRIC, Miran. Retrospective analysis of sports injuries among Slovenian badminton players = Retrospektivna analiza športnih poškodb pri igralcih badmintona v Sloveniji. *Kinesiologia Slovenica*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 2013, vol. 19, no. 3, str. 60-67, tabela, graf. prikaza. http://www.kinsi.si/current_issue.php. [COBISS.SI-ID 4471473]
4. KONDRIC, Miran, MATKOVIĆ, Branka R., FURJAN-MANDIĆ, Gordana, HADŽIĆ, Vedran, DERVIŠEVIĆ, Edvin. Injuries in racket sports among Slovenian players = Ozljede kod slovenskih igrača u

sportovima s reketom. *Collegium antropologicum*, ISSN 0350-6134, 2011, vol. 35, no. 2, str. 413-417, tabele, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID [4077745](#)]

5. FURJAN-MANDIĆ, Gordana, JURIŠA, Martina, KONDRIČ, Miran, ŠTIHEC, Jože, VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir. Heart rate and lactate values in step aerobics at different heights of the step-bench. *Acta Universitatis Carolinae. Kinesanthropologica*, ISSN 1212-1428, 2001, vol. 37, no 1, str. 55-63, tabele. [COBISS.SI-ID [1371057](#)]

6. SEKULIĆ, Damir, FURJAN MANDIĆ, Gordana, KONDRIČ, Miran. Influence of step aerobics training programme on chosen dimensions of morphological status in males = Vpliv trenažnega programa step aerobike na nekatere razsežnosti morfološkega statusa moških. *Kinesiologia Slovenica*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 2001, letn. 7, št. 1/2, str. 44-48, ilustr. [COBISS.SI-ID [1317553](#)]

7. KONDRIČ, Miran, MEDVED, Vladimir, BACA, Arnold, KASOVIĆ, Mario, FURJAN-MANDIĆ, Gordana, SLATINŠEK, Uroš. Kinematic analysis of top spin stroke with balls of two different sizes. V: 10th International table tennis sports science congress, Zagreb, May 18th-20th, 2007. KONDRIČ, Miran (ur.), FURJAN-MANDIĆ, Gordana (ur.). *Proceedings book of the 10th Anniversary ITTF Sports Science Congress*. Zagreb: University of Zagreb, Faculty of kinesiology: Croatian table tennis association: International table tennis association, 2007, str. 10-14, ilustr., tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [3127217](#)]

8. KONDRIČ, Miran, HUDETZ, Radivoj, KOŠČAK, Jure, SLATINŠEK, Uroš, CERAR, Katja. Research regarding possibilities of marking the ball in order to make spin visible. V: 10th International table tennis sports science congress, Zagreb, May 18th-20th, 2007. KONDRIČ, Miran (ur.), FURJAN-MANDIĆ, Gordana (ur.). *Proceedings book of the 10th Anniversary ITTF Sports Science Congress*. Zagreb: University of Zagreb, Faculty of kinesiology: Croatian table tennis association: International table tennis association, 2007, str. 120-122, ilustr. [COBISS.SI-ID [3127985](#)]

SPLOŠNI IZBIRNI PREDMET

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|-------------------------|
| Predmet: | Splošni izbirni predmet |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|----------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0100275 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 60 | | 30 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

ŠOLA V NARAVI S PLAVALNIMI DEJAVNOSTMI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|---|
| Predmet: | Šola v naravi s plavalnimi dejavnostmi |
| Course title: | School in nature with swimming activities |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043075 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 555 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 5 | | 40 | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Jernej Kapus

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/obvezni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Opravljeni predmeti Plavanje 1 z osnovami reševanja iz vode, Plavanje 2 in Plavanje 3.

Prerequisites:

Completed the courses Swimming 1 with the basics of water rescue techniques, Swimming 2 and Swimming 3.

Vsebina:

- organizacija in izvedba poletne šole v naravi in športnih dni s plavalnimi dejavnostmi
- nevarnosti v naravnih kopališčih (tokovi, temperatura, veter, plimovanje, razčlenjeno dno, plovila, ostali kopalci, spremenljivo vreme, živali...)
 - izbira in priprava obale in plavališča za varno in učinkovito izvedbo programov plavanja in plavalnih dejavnosti v naravnem kopališču
- elementarne igre v vodi (elementarne igre za prilagajanje na osnovno potapljaško opremo, v manjšem deležu še elementarne igre za prilagajanje na vodo in za učenje plavalnih tehnik)
- načrtovanje in varna izvedba skokov v vodo v naravnih kopališčih

Content (Syllabus outline):

- organization of school in nature and sport days with swimming activities
- dangerous in nature water environment
- selection of appropriate beach and water conditions for swimming programmes
- different swimming programs as important parts of summer school in nature
- basic water games
- water games which are suitable for summer school in nature (water polo, water basketball, water volleyball)
- organization and realization programs of diving
- funny and animation games
- endurance swimming in open water
- rescue techniques in open water
- basic apnea diving

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • vzdržljivostne dejavnosti, ki se izvajajo v vodi (vzdržljivostno plavanje v naravnem okolju in varnost (nevarnost utapljanja), orientacija v vodnem okolju, obseg in intenzivnost pri vadbi vzdržljivostnega plavanja, organizacija vzdržljivostnega plavanja, plavanje razdalj od 300 metrov do 2500 metrov) • zagotavljanje aktivne varnosti in reševanja iz vode v naravnih kopališčih • zagotavljanje aktivne varnosti pri programih, ki se izvajajo v naravnih kopališčih • reševanje iz vode v naravnih kopališčih • osnove potapljanja na dih, ki so v funkciji možne uporabe pri reševanju utaplajočega iz vode (smotri in varnost, osnovna potapljaška oprema, tehnika potopa na dih (priprava opreme, prehod v vodo in vodoravno plavanje na gladini, opazovanje in orientiranje, različni načini potopa, izenačevanje pritiska v ušesih, izenačevanje pritiska v maski, navpični potop v globino do 7 metrov) • primeri nekaterih medpredmetnih povezav v poletni šoli v naravi (spoznavanje življenja ob morju in v njem, vsebine iz biologije, fiziologije, ekologije, geografije, zgodovine, fizike...) • zabavne in animacijske igre, ki jih učitelj lahko uporabi za družabne večere ali v slabem vremenu, ko izvedba običajnega programa šole v naravi ni mogoča | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Kapus, M. (2002). Plavanje, Učenje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
2. Kapus, V., Čuk, I., Bizilj, U., Sattler, T., Kapus, J. (2009). »Ne skači v vodo, če nisi prepričan o njeni globini«. Šport 57 (1/2), 6-8.
3. Kapus, V., Čuk, I., Bizilj, U., Sattler, T. (2009). Tehnika in metodika preprostih (šolskih) skokov v vodo. Šport 57 (1/2), 9-12.
4. Kapus, J., Ušaj, A., Daić, J. in Jeranko, S. (2015). Tekmovalna sezona dveh vrhunskih slovenskih potapljačev. Šport 63(3/4), 95-103.
5. Kolar, S. (2012). Model izvedbe sole v naravi. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
6. Lamprecht, S. (2010). Mala fizika plavanja. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
7. Majerič, M. (2018). Osnove veslanja na deski stoje. Šport 66 (3/4), 217-223.
8. Pistotnik, B. (2002). Potapljanje za vsakogar. Ljubljana: Fakulteta za šport.
9. Pistotnik, B. (2004). Vedno z igro. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
10. Schagatay, E. (2009). Predicting performance in competitive apnea diving. Part 1: static apnoea. Diving and Hyperbaric Medicine 39(2), 88-99.
11. Schagatay, E. (2010). Predicting performance in competitive apnea diving. Part 2: dynamic apnea. Diving and Hyperbaric Medicine 40(1), 11-22.
12. Schagatay, E. (2011). Predicting performance in competitive apnea diving. Part 3: deep diving. Diving and Hyperbaric Medicine 41(4), 216-228.
13. Strelec, I., Kapus, J., Šoukal, S. (2015). Oblikovanje skupine z impro igrami socialnih spretnosti. Igre za zabavne večere, za popestritev ur športa in še za marsikaj... Šport 63 (1/2), 33-41.
14. Štirn, I. (2001). Mali vaterpolo. Kranj: samozaložba.
15. Štirn, I., Kapus, J. (2017). Reševanje iz vode pri sumu poškodbe hrbtenice. Šport 65 (1/2), 56-58.
16. Zapiski iz predavanj in vaj.
17. Svetovni splet. Štirn, I. (2001). Mali vaterpolo
18. Kapus, J. (2004). Vodna košarka. Šport 52 (1), 15-16.

Cilji in kompetence:

Cilj predmeta je usposobiti študente za uspešno (varno!) vzgojno-izobraževalno delo pri programih plavanja in plavalnih dejavnosti znotraj pedagoškega procesa, ki je opredeljen v učnih načrtih vseh stopenj izobraževanja (predvsem športni dnevi, poletna šola v naravi).

Objectives and competences:

The aim of the course is to train students for successful (safe!) pedagogical work in swimming courses and swimming activities within the pedagogical process defined in the curricula of all educational levels (especially sports days, summer school in nature).

Predvideni študijski rezultati:

Študenti bodo:

- znali organizirati in izvesti šolske in zunajšolske športne programe (športni dnevi, letna šola v naravi), ki se izvajajo ob morju.
- poznali vse nujne vidike zagotavljanja aktivne varnosti pri programih plavanja in plavalnih dejavnosti v naravnih kopališčih.
- poznali vpliv vzdržljivostnega plavanja na osebne lastnosti, gibalne in funkcionalne sposobnosti otrok in mladine ter na njihov socialni razvoj. Tako ga bodo razumeli kot sredstvo za ohranjanje zdravega načina življenja in izboljšanje kakovosti življenja.
- znali reševati iz vode v morju in jezeru.
- spoznali reševanje ob sumu poškodbe hrbtenice
- se znali sproščeno potopiti na glavo do globine 7 metrov in pri tem izenačiti pritisk v ušesih ter v maski.
- znali veslati na deski stoje. Poznali in razumeli bodo tudi metodični postopek učenja.
- spoznali načine popestritve družabno zabavnih programov v šolah v naravi, različnih taborih (športnih, spoznavnih, naravoslovnih...) in v ostalih šolskih dejavnosti, ki se organizirajo in izvajajo zunaj šolskih prostorov in izven kraja bivanja.

Uporaba

Pridobljeno znanje bo študentom v pomoč pri organizaciji in varni izvedbi programov plavanja in plavalnih dejavnosti v naravi.

Refleksija

Študentje bodo znali ovrednotiti uporabljene strategije upravljanja programa športnega dne in šole v naravi s plavanjem in plavalnimi dejavnostmi v naravi pouku športne vzgoje.

Prenosljive prednosti

Osvojena znanja bodo študentom omogočala prenos izbranih strategij izbiranja ciljev, vsebin, oblik, metod in sredstev ter upravljanja učno vzgojnega procesa na sorodne učno vzgojne dejavnosti.

Intended learning outcomes:**Knowledge and understanding**

The students will:

- know how to organize and conduct school and extracurricular sports programs (sports days, annual school in nature) that take place at the seaside.
- know all the necessary aspects to ensure active safety in swimming programs and swimming activities in natural pools.
- know the effects of endurance swimming on the personality traits, movement and functional abilities of children and adolescents, as well as on their social development. Understand it as a means of maintaining a healthy lifestyle and improving quality of life.
- know how to rescue the victim from the water in the sea and in the lake.
- learned how to rescue in case of suspected spinal cord injury.
- know how to dive headfirst to a depth of 7 meters while equalizing pressure in the ears and mask.
- know how to stand-up paddle board. They also know and understand the methodical learning process.
- learned how to enrich social entertainment programs in schools in nature, in different camps (sports, cognitive, science...) and in other school activities organized and carried out outside the school grounds and the place of residence.

Metode poučevanja in učenja:

predavanja, vaje

Learning and teaching methods:

Lectures, exercises

Načini ocenjevanja:

Pisni izpit ali učni nastop

Delež/Weight

100,00 %

Assessment:

Writing exam or teaching performance

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

1. Kapus, V., Štrumbelj, B., Kapus, J., Jurak, G., Šajber-Pincolič, D., Bednarik, J., Vute, R., Čermak, V., Kapus, M. (2002). Plavanje, Učenje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
2. Kapus, V., Čuk, I., Bizilj, U., Sattler, T., Kapus, J. (2009). »Ne skači v vodo, če nisi prepričan o njeni globini«. Šport 57 (1/2), 6-8.
3. Kapus, J., Ušaj, A., Daić, J. in Jeranko, S. (2015). Tekmovalna sezona dveh vrhunskih slovenskih potapljačev. Šport 63(3/4), 95-103.
4. Kapus, J., Ušaj, A., Jeranko, S., Daic, J. (2016). The effects of seasonal training on heart rate and oxygen saturation during face-immersion apnea in elite breath-hold diver : a case report. Journal of sports medicine and physical fitness, 56 (1/2), 162-170.
5. Strelec, I., Kapus, J., Šoukal, S. (2015). Oblikovanje skupine z impro igrami socialnih spretnosti. Igre za zabavne večere, za popestritev ur športa in še za marsikaj... Šport 63 (1/2), 33-41.

ŠPORTI 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|----------|
| Predmet: | Športi 2 |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | Celoletni | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099134 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 75 | | 225 | | | 300 | 20 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

ŠPORTI 3 - PRAKTIKUM

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|----------------------|
| Predmet: | Športi 3 - praktikum |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099135 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 45 | | | 45 | 3 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

ŠPORTI 3 - PRAKTIKUM

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|----------------------|
| Predmet: | Športi 3 - praktikum |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0099139 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 105 | | | 105 | 7 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

ŠPORTI 4

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|----------|
| Predmet: | Športi 4 |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|----------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0100276 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 90 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|--|
| Predavanja/Lectures: | |
| Vaje/Tutorial: | |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Prerequisites:

Vsebina:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Content (Syllabus outline):

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Objectives and competences:

Predvideni študijski rezultati:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Intended learning outcomes:

Metode poučevanja in učenja:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Learning and teaching methods:

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|

ŠPORTNA GIMNASTIKA 2

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-----------------------|
| Predmet: | Športna gimnastika 2 |
| Course title: | Artistic gymnastics 2 |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098639 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 548 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | | 15 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Ivan Čuk, Maja Pajek

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|----------------------|-----------------|
| Redno vpisan študent | Regular student |
|----------------------|-----------------|

Prerequisites:

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|---|
| Športna gimnastika 2: Ocenjevanje uspešnosti vadečih pri naslednjih vsebinah z vidika poznavanja gibanja in odkrivanja ter popravljanja napak: Vaje na orodju Akrobatske prvine Skoki z male prožne ponjave Skokih na veliki prožni ponjavi | Artistic Gymnastics Evaluation of pupils succes according to knowledge of requested movement and definition and removing erros from movements in: Apparatus exercises Acrobatic exercises Mini trampoline exercises Trampoline exercises |
|---|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Bolkovič, Kristan (2004). Akrobatika. Fakulteta za šport. Ljubljana
2. Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2006). Teorija in metodika športne gimnastike - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana
3. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak, Šibanc, Pajek (2018). Izrazoslovje pri telovadbi. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
4. Brank (2000). Tehnika in metodika skokov na veliki prožni ponjavi. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.

| |
|---|
| 5. Bricelj, Gorečan, Bolkovič, Čuk (2008). <i>Skoki z male prožne ponjave</i> . Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport. |
| 6. Kovač et al (2000). C-program gimnastike. Gimnastična zveza Slovenije, Ljubljana |
| 7. Schmidt (1991). <i>Motor learning and performance: from principles to practice</i> . Champaign: Human Kinetics Books. |
| 8. Vrščaj (2004). <i>Tehnika metodika zabijanja na koš s pomočjo male prožne ponjave</i> . Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport. |

Cilji in kompetence:

Športna gimnastika 2

- Znanje prikaza posameznih osnovnih športnih prvin, ki so v programu za šole
- Poznavanje didaktike športne gimnastike
- Organizacijske sposobnosti in znanja za izvedbo tekmovanj v gimnastiki po pravilih za šolska športna tekmovanja
- Sposobnost sojenja športne gimnastike po pravilih za šolska športna tekmovanja
- Usposobljenost za preverjanje in ocenjevanje znanja in napredovanja - oblikovanje povratnih informacij (ocena, svetovanje otrokom in staršem) na področju gimnastike
- Prepoznavanje nadarjenih in njihovo usmerjanje.

Objectives and competences:

Artistic Gymnastics 2

- knowledge to demonstrate basic elements included into curriculum for primary and secondary education
- knowledge of didactics of artistic gymnastics
- ability to organize competition according to rules valid for schools
- Ability to evaluate and judge elements and exercises
- ability to evaluate pupils knowledge and their progress, able to give proper feed back to pupils and their parents.
- recognition of gifted pupils.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Znanje teorije in metodike, pomembne za posredovanje gimnastičnih vsebin v šolah in društvih. Razumevanje načel pravil, programa, načina sestavljanja sestav, vrednotenje sestav, način pripravljavanja vadečih za posamezno prvino in sestavo, ter za tekmovanje.

Uporaba:

Uporaba znanja v praksi v šolski športni vzgoji, pri interesnih dejavnostih.

Refleksija:

Samoocenjevanje izvajanja prvin in sestav, spremljanje lastnega napredka, ugotavljanja napak pri izvajanju.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:

Knowledge of theory and methods, important to give gymnastics knowledge in schools and clubs. Understanding of rules, plan and prepare exercises, evaluate exercises, how to prepare pupils to perform element or exercises in lectures or competition.

Usage

To use knowledge in PE clases and after school activities

Reflexion

Selfevaluation of element and exercises, monitoring own development and determining erros within performarnces

Metode poučevanja in učenja:

predavanja, seminarji, individualne naloge, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog, hospitacije, nastopi, pedagoška praksa itd.

Learning and teaching methods:

lectures, seminars, individual assignments, active (reflective) teaching, simulations, role plays, practical, performances, teaching practice, etc..

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight

Assessment:

| | | |
|---|---------|---|
| demonstracija praktičnega znanja | 40,00 % | Demonstration of practical knowledge |
| teoretični ustni /pisni izpiti, | 60,00 % | theoretical - oral / written examinations |
| lahko tudi kreditno ovrednotenje posameznih (preverljivih) študijskih dosežkov; od 6-10 (pozitivno) oz. 5 (negativno) oz. opravi / ni opravi; ob upoštevanju Statuta UL in fakultetnih pravil | | You can also credit evaluation of (verifiable) learning outcomes, from 6 to 10 (positive) or 5 (negative); pass / fail, having regard to the Statute of the Universe and/or Faculty |

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

Prof.dr. Ivan Čuk ima objavljenih 64 znanstvenih člankov, 14 znanstvenih monografij objavljenih doma in v tujini, je bil trener vrhunskim telovadcem (Petkovšek), mednarodni sodnik, športni funkcionar, komentator na TVS, avtor razstave v Narodni Galeriji ob 150 letnici Južnega Sokola.

1. Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2006). Teorija in metodika športne gimnastike - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana
2. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2018). Izrazoslovje pri telovadbi. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Izr. prof. dr. Maja Pajek ima objavljenih 43 znanstvenih člankov, je vabljen predavateljica na znanstvenih kongresih, predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Gimnastične zveze Slovenije od leta 2013 dalje, odgovorna urednica znanstvene revije Science of gymnastics Journal od leta 2009 dalje, članica strokovnega sveta Gimnastične zveze Slovenije, vodja izobraževanja na Gimnastični zvezi Slovenije od leta 2010 dalje, strokovna komentatorka športne gimnastike na ŠPORT TV od leta 2008 dalje, mednarodna sodnica športne gimnastike (1996 – 2006), avtorica različnih tekmovalnih pravilnikov športne gimnastike (C program, A1 program).

1. ČUK, Ivan (avtor, fotograf, ilustrator, urednik, tehnični urednik), ATIKOVIĆ, Almir (avtor, fotograf, ilustrator, urednik, tehnični urednik), BOLKOVIČ, Toni (avtor, urednik, tehnični urednik), NADAREVIĆ, Fadil, BUČAR PAJEK, Maja (avtor, fotograf), JAKŠE, Barbara (avtor, fotograf, ilustrator), BRICELJ, Andraž (avtor, fotograf). *Teorija i metodika sportske gimnastike - vježbe*. Tuzla: [s. n.], 2014. [3], 136 str., ilustr. ISBN 978-9958-862-07-6. [COBISS.SI-ID [21450246](#)]
2. ČUK, Ivan, BOLKOVIČ, Toni, BUČAR PAJEK, Maja, JAKŠE, Barbara, BRICELJ, Andraž. *Športna gimnastika 1 za študente Fakultete za šport*. 1. izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2009. 109 str., ilustr., tabele. ISBN 978-961-6583-78-7. [COBISS.SI-ID [247553024](#)]
3. ČUK, Ivan (avtor, urednik, fotograf, ilustrator), BOLKOVIČ, Toni, BUČAR PAJEK, Maja (avtor, fotograf), JAKŠE, Barbara (avtor, fotograf, ilustrator), BRICELJ, Andraž (avtor, fotograf). *Teorija in metodika športne gimnastike : vaje : (delovni zvezek za študente univerzitetnega študija)*. 1. izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2006. 160 str., ilustr. ISBN 961-6583-15-8. ISBN 978-961-6583-15-2. [COBISS.SI-ID [229932032](#)]
4. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2018). Izrazoslovje pri telovadbi. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
5. BUČAR PAJEK, Maja, VAJNGERL Branka, ČUK, Ivan, ŠIBANC Karmen (2018). Orodna telovadba z ritmično izraznostjo 2 (univerzitetni učbenik z recenzijo). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

ŠPORTNA GIMNASTIKA 3

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Predmet: | Športna gimnastika 3 |
| Course title: | Sports gymnastics 3 |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098863 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 553 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 15 | | | 15 | 1 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Ivan Čuk, Maja Pajek

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|---|--|
| Športna gimnastika 3: Način organizacije predavanj in vaj v osnovni in srednji šoli | Artistic gymnastics 3 How to organize lectures and lessons in artistic gymnastics in primary and secondary school |
|---|--|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

1. Bolkovič, Kristan (2004). Akrobatika. Fakulteta za šport. Ljubljana
2. Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2006). Teorija in metodika športne gimnastike - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana
3. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2002). Izrazoslovje v gimnastiki (Osnovni položaji in gibanja) – 1. del. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
4. Bolkovič, Kristan (2004). Akrobatika. Fakulteta za šport. Ljubljana
5. Brank (2000). Tehnika in metodika skokov na veliki prožni ponjavi. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.
6. Bricelj (2005). Dvojni salto naprej stegnjeno z obratom za 180 okoli vzdolžne osi telesa z male

| | |
|--|--|
| <p>prožne pojave. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> <p>7. Kovač et all (2000). C-program gimnastike. Gimnastična zveza Slovenije, Ljubljana</p> <p>8. Schmidt (1991). Motor learning and performance: from principles to practice. Champaign: Human Kinetics Books.</p> <p>9. Vrščaj (2004). Tehnika metodika zabijanja na koš s pomočjo male prožne pojave. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.</p> | |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Bolkovič, Kristan (2004). Akrobatika. Fakulteta za šport. Ljubljana 2. Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2006). Teorija in metodika športne gimnastike - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana 3. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2002). Izrazoslovje v gimnastiki (Osnovni položaji in gibanja) – 1. del. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport. 4. Bolkovič, Kristan (2004). Akrobatika. Fakulteta za šport. Ljubljana 5. Brank (2000). Tehnika in metodika skokov na veliki prožni ponjavi. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport. 6. Bricelj (2005). Dvojni salto naprej stegnjeno z obratom za 180 okoli vzdolžne osi telesa z male prožne pojave. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport. 7. Kovač et all (2000). C-program gimnastike. Gimnastična zveza Slovenije, Ljubljana 8. Schmidt (1991). Motor learning and performance: from principles to practice. Champaign: Human Kinetics Books. 9. Vrščaj (2004). Tehnika metodika zabijanja na koš s pomočjo male prožne pojave. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport. | |
|---|--|

Cilji in kompetence:

- Znanje prikaza posameznih osnovnih športnih prvin, ki so v programu za osnovne in srednje šole
- Poznavanje didaktike športne gimnastike
- Organizacijske sposobnosti in znanja za izvedbo vadbe pri telovadbi

Objectives and competences:

- knowledge to demonstrate basic elements included into curriculum for primary and secondary education
- knowledge of didactics of artistic gymnastics
- ability to organize PE lessons with gymnastics content

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Znanje teorije in metodike, pomembne za posredovanje gimnastičnih vsebin v šolah in društvih. Razumevanje načel pravil, programa, načina sestavljanja sestav, vrednotenje sestav, način pripravljavanja vadečih za posamezno prvino in sestavo, ter za tekmovanje.

Uporaba:

Uporaba znanja v praksi v šolski športni vzgoji, pri interesnih dejavnostih.

Refleksija:

Samooocenjevanje izvajanja prvin in sestav, spremljanje lastnega napredka, ugotavljanja napak pri izvajanju.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:

Knowledge of theory and methods, important to give gymnastics knowledge in schools and clubs.

Understanding of rules, plan and prepare exercises, evaluate exercises, how to prepare pupils to perform element or exercises in lectures or competition.

Usage

To use knowledge in PE classes and after school activities

Reflexion

Selfevaluation of element and exercises, monitoring own development and determining errors within performances

Metode poučevanja in učenja:

predavanja, vaje, individualne naloge, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog, hospitacije, nastopi, pedagoška praksa itd.

Learning and teaching methods:

lectures, seminars, individual assignments, active (reflective) teaching, simulations, role plays, practical, performances, teaching practice, etc..

Načini ocenjevanja:**Delež/Weight Assessment:**

| | | |
|------------------------------|----------|---|
| Ocena vodenja vadbe pri urah | 100,00 % | Score for organization of gymnastics lesson |
|------------------------------|----------|---|

Ocenjevalna lestvica:**Grading system:**

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

Prof.dr. Ivan Čuk ima objavljenih 64 znanstvenih člankov, 14 znanstvenih monografij objavljenih doma in v tujini, je bil trener vrhunskim telovadcem (Petkovšek), mednarodni sodnik, športni funkcionar, komentator na TVS, avtor razstave v Narodni Galeriji ob 150 letnici Južnega Sokola.

1. Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2006). Teorija in metodika športne gimnastike - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana
2. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2018). Izrazoslovje pri telovadbi. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

ŠPORTNA VZGOJA MLAJŠIH OTROK

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|--|
| Predmet: | Športna vzgoja mlajših otrok |
| Course title: | Physical education of younger children |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043056 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1090 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 45 | 30 | 15 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Mateja Videmšek

Vrsta predmeta/Course type: izbirni/selective

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Diploma 1. stopnje

Prerequisites:

Vsebina:

Predmet zajema teoretične in praktične vsebine, povezane s športno dejavnostjo mlajših otrok.

- Telesni in gibalni razvoj otrok, psihosomatske razvojne značilnosti predšolskih otrok in otrok v prvem triletju osnovne šole.
- Posebnosti gibalnih in funkcionalnih sposobnosti mlajših otrok.
- Smernice za športno dejavnost otrok.
- Načrtovanje in izvajanje različnih organizacijskih oblik športnih dejavnosti za različne starostne skupine otrok na podlagi kurikulumuma za vrtnice in učnega načrta za osnovno šolo.
- Vključevanje otrok s posebnimi potrebami v proces športne vzgoje.
- Načrtovanje športnih dejavnosti za mlajše otroke s poudarkom na medpodročnem povezovanju.
- Vloga igre pri usvajanju osnovnih elementov različnih športnih zvrsti (igre z žogo, atletska

Content (Syllabus outline):

The subject includes theoretical and practical contents related to the sports activities of younger children.

- Physical development of children, psychosomatic developmental characteristics of pre-school children and children in the first three years of elementary school.
- Physical and functional abilities of younger children.
- Guidelines for children's sports activity.
- Planning and implementing various organizational forms of sports activities for different age groups of children based on the curriculum for kindergartens and the curriculum for elementary school.
- Including children with special needs in the process of sports education.
- The role of the game in adopting the basic elements of various sports genres (ball games, athletic alphabet, gymnastic alphabet, rolling, skiing ...).

| | |
|--|--|
| <p>abeceda, gimnastična abeceda, rolanje, smučanje ...).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posebnosti učenja mlajših otrok, didaktična načela. • Gibalni/športni program Mali sonček za otroke od 2. do 6. leta. • Priporočila za športno dejavnost nosečnic, vadba žensk po porodu, vadba mamic z dojenčki, vadba otrok skupaj s starši, družinska športna vadba. • Uporaba sodobne didaktične oziroma športne tehnologije pri športnih dejavnostih mlajših otrok. • Organizacija in izvedba testiranja mlajših otrok (gibalne sposobnosti morfološke značilnosti). • Spremljanje obremenitev pri mlajših otrocih. • Znanstveno-raziskovalno delo na področju motorike in didaktike športne vzgoje mlajših otrok. | <ul style="list-style-type: none"> • Particularities of learning of younger children, didactic principles. • Sports program Little sunshine for children from 2 to 6 years of age. • Recommendations for sports activities of pregnant women, exercise of women after childbirth, exercise of mothers with babies, exercise of children together with parents, family sports training. • The use of modern didactic or sports technology in sports activities of younger children. • Organization and implementation of testing of younger children (morphological characteristics of motor skills). • Scientific and research work. |
|--|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Kurikulum za vrtce (1999). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Urad Republike Slovenije za šolstvo.
2. Otrok v vrtcu – priročnik h kurikulu za vrtce (2001). Maribor: Založba obzorij.
3. Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). Igrajmo se skupaj: program športnih dejavnosti za otroke in starše. Ljubljana: FŠ, Inštitut za šport.
4. Karpljuk, D., Videmšek, M. in Zajc, M. (2003). Možnosti povezovanja športnih in zdravstvenih vsebin v osnovni šoli. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
5. Videmšek, M., Drašler, A. in Pišot, R. (2003). Gibalna igra kot sredstvo za seznanjanje s tujim jezikom v zgodnjem otroškem obdobju. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
6. Pišot, R. in Videmšek, M. (2004). Smučanje je igra. Ljubljana: ZUTS Slovenije.
7. Videmšek, M. in Stančevič, B. (2004). Popestrimo športno vzgojo. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
8. Videmšek, M., Stančevič, B. in Sušnik, N. (2006). En, dva, tri, igray se tudi ti! Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
9. **Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). Šport za najmlajše. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.**
10. Videmšek, M. in Stančevič, B. (2011). Ulovimo prosti čas; gibalne igre na prostem za otroke in starše. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
11. Marjanovič Umek, L. (urednik, avtor), Videmšek, M., Saksida, I., Kranjc, S., Zupančič, T., Lešnik, I., Kralj, B., Krnel, D., Turnšek, N., Japelj Pavešič, B., Sitar, J., Geršak, V., Lenard, V., Zupančič D., A. (2013). Načrtovanje dejavnosti v vrtcu. Maribor: Forum Media.
12. Podlesnik Fetih, A., Videmšek, M., Vrtačnik Bokal, E., Globevnik Velikonja, V. in Karpljuk, D. (2010). Športna dejavnost, prehrana, razvade in psihično počutje nosečnice. Ljubljana: Inštitut za kineziologijo.
13. Marjanovič Umek, L. idr. (2011). Lili in Bine; priročnik za poučevanje in medpredmetno povezovanje v prvem triletju osnovne šole – športna vzgoja.
14. Mlakar, K. K., Videmšek, M., Vrtačnik-Bokal, E., Žgur, L., Ščepanović, D. (2011). *Z gibanjem v zdravo nosečnost*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
15. Videmšek, M., Vrtačnik, Bokal, E., Ščepanović, D., Žgur, L., Videmšek, N., Meško, M., Karpljuk, D., Štihec, J., Hadžić, V. (2015). Priporočila za telesno dejavnost nosečnic = Guidelines for physical activity in pregnant women. *Zdravniški vestnik*, 84 (2), 87-98.
16. Videmšek, M., Stančevič, B., Permanšek, M. (2014). Igrive športne urice. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Cilji in kompetence:

Študenti bodo dobili temeljna teoretična in praktična znanja in spretnosti za načrtovanje, vodenje in evalviranje procesa športne vadbe za mlajše otroke.

Objectives and competences:

Students will receive basic theoretical and practical knowledge and skills for planning, managing and evaluating the exercise process for younger children.

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok ter usposobljenost za razumevanje posebnosti gibalnih in funkcionalnih sposobnosti otrok. • Usposobljenost za inovativno izpopolnjevanje športno-vzgojnega procesa ob upoštevanju pedagoških in didaktičnih načel ter zakonitosti vodenja in upravljanja učno vzgojnega procesa pri mlajših otrocih. • Usposobljenost za načrtovanje in vodenje različnih oblik športne vadbe, ki so varne in koristne za nosečnico in ženske po porodu. • Usposobljenost za načrtovanje in izvajanje športne vadbe dojenčkov in malčkov s starši. • Usposobljenost za načrtovanje in vodenje različnih organizacijskih oblik v predšolskem obdobju v vrtcu, društvu in pri zasebnikih v športu ter v prvem triletju osnovne šole (podaljšano bivanje, športni dan ...). • Usposobljenost za razvijanje otrokove ustvarjalnosti in vključevanje igre in medpodročnih povezav v metodične postopke učenja osnovnih elementov različnih športov. • Usposobljenost za obvladovanje in aplikacijo sodobnih didaktičnih oziroma športnih tehnologij v proces športne vzgoje mlajših otrok. • Usposobljenost za preprečevanje dejavnikov, ki lahko povzročijo poškodbe in nezgode pri otrocih. • Usposobljenost za poznavanje zakonskih in varnostnih predpisov za izvajanje športnih dejavnosti v predšolskem obdobju in prvem triletju osnovne šole. • Usposobljenost za vrednotenje gibalnih sposobnosti in znanja ter prepoznavanje otrok, ki odstopajo od povprečja in njihovo usmerjanje, svetovanje staršem itd. • Usposobljenost in interes za znanstveno-raziskovalno delo na področju športne vzgoje mlajših otrok, povezovanje različnih področij (pedagogike, osnovne motorike, sociologije, psihologije itd.). | <ul style="list-style-type: none"> • Knowledge of the physical development of children and the ability to understand the specific features of children's physical and functional abilities. • Competence for innovative upgrading of the sports and educational process, including pedagogical and didactic principles and the principles of managing the educational process in younger children. • Ability to plan and manage various forms of exercise that are safe and beneficial for pregnant women and women after childbirth. • Ability to plan and perform sports exercises for babies and toddlers with parents. • Ability to plan and manage various organizational forms in the pre-school period in kindergarten, society and private individuals in sport, and in the first three years of elementary school. • Ability to develop children's creativity and integrate games and cross-sectional links into methodical learning processes for the basic elements of different sports. • Ability to master and apply modern didactic or sports technologies in the process of sports education of younger children. • Ability to prevent factors that can cause injuries and accidents in children. • Ability to know the legal and safety regulations for performing sports activities in the pre-school and first three-year of elementary school. • Ability to evaluate motor skills and knowledge and recognize children who deviate from the average and guide them, counseling parents, etc. • Competence and interest in scientific research in the field of sports education of younger children, connecting different fields (pedagogy, sociology, psychology, etc.). |
|---|--|

| | |
|---|--|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poznavanje pomena celostnega razvoja otroka, posebnosti strukture motorike otroka. • Razumevanje in poznavanje temeljnih načrtovalnih strategij in strategij vodenja in evalvacije procesa predšolske športne vzgoje in športne vzgoje v prvem triletju osnovne šole. • Sposobnost vključevanja igre v metodične postopke učenja osnovnih elementov različnih športov pri mlajših otrocih. • Sposobnost izvajanja različnih organizacijskih oblik športne vzgoje mlajših otrok. • Razumevanje in poznavanje temeljnih strategij vodenja varne in koristne športne vadbe za | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Knowledge of the importance of the child's development. • Understanding and knowledge of basic planning strategies and strategies for managing and evaluating the process of pre-school sports education and sports education in the first three years of elementary school. • Ability to integrate games into methodical learning processes for basic elements of different sports in younger children. • Ability to implement various organizational forms of sports education for younger children. • Understanding and knowledge of basic strategies for managing safe and useful exercise for women |
|---|--|

| | |
|--|--|
| <p>ženske v nosečnosti in po porodu, mamice z dojenčki.</p> <ul style="list-style-type: none"> Vključevanje staršev v športno-vzgojni proces. Poznavanje in razumevanje znanstveno-raziskovalnega dela na področju športne vzgoje mlajših otrok, povezovanje različnih področij (pedagogike, osnovne motorike, sociologije, psihologije itd.). | <p>in pregnancy and after childbirth, mothers with infants.</p> <ul style="list-style-type: none"> Including parents in the sports-educational process. Knowledge and understanding of scientific and research work in the field of sports education of younger children, connecting different fields (pedagogy, sociology, psychology, etc.). |
|--|--|

| | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| Predavanje, seminarji, vaje | Lectures, seminars, practice |

| | | |
|----------------------------|---------------------|---------------------|
| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
| Pisni izpit | 70,00 % | Written examination |
| Seminarska naloga | 30,00 % | Seminar work |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

Reference nosilca/Lecturer's references:

Prof. dr. MATEJA VIDEMŠEK, rojena 8. 2. 1964 v Ljubljani.
 Doktorica kinezioloških znanosti (UL, FŠ; 1996), magistrica kinezioloških znanosti (UL, FŠ; 1991), profesorica športne vzgoje (UL, FŠ; 1987), redna profesorica na Fakulteti za šport (2010).

Pedagoško delo:

Predstojnica Katedre za predšolsko športno vzgojo, nosilka predmetov Elementarna športna vzgoja in Osnove športnih dejavnosti na dodiplomskem študiju, predmeta Športna vzgoja mlajših otrok na podiplomskem študiju ter predmeta Specialna športna dejavnost na doktorskem študiju. Vodi seminarje za vzgojiteljice in športne pedagoge v okviru stalnega strokovnega spopolnjevanja in tečaje za usposabljanje strokovnih delavcev za Temeljno športno vzgojo za otroke do 6. leta. Avtorica oz. soavtorica 13 univerzitetnih učbenikov (2 izdana v tujini). 185 študentom je bila mentorica pri izdelavi diplomskega dela na univerzitetnem študiju, 30 študentom na bolonjskem študiju 1. stopnje ter mentorica pri raziskovalni nalogi, ki je prejela fakultetno Prešernovo nagrado. Bila je mentorica 4 podiplomskim študentkam in somentorica 1 podiplomski študentki, ki jim je bilo zaradi posebnih dosežkov dovoljen neposredni prehod z magistrskega na doktorski študij. Bila je mentorica 1 študentu pri izdelavi magistrske naloge in 4 študentom pri izdelavi doktorske disertacije.

Znanstveno delo:

Avtorica ali soavtorica 119 izvirnih znanstvenih člankov, 6 znanstvenih monografij, 55 delov znanstvenih monografij ter 75 znanstvenih prispevkov na mednarodnih konferencah.

Strokovno in organizacijsko delo:

Predstojnica katedre za predšolsko športno vzgojo; pri pripravi kurikula za vrtce je vodila delovno skupino za področje gibanja v okviru področne kurikularne komisije. Je avtorica ali soavtorica 22 strokovnih monografij, 82 strokovnih člankov ter 46 strokovnih prispevkov na domačih in tujih konferencah.

Njena bibliografija obsega 966 enot.

Nagrade in priznanja:

Univerzitetna študentska Prešernova nagrada (UL, 1988)

Najpomembnejša dela:

VIDEMŠEK, Mateja, VRTAČNIK, Eda Bokal, ŠĆEPANOVIĆ, Darija, ŽGUR, Lidija, VIDEMŠEK, Naja, MEŠKO, Maja, KARPLJUK, Damir, ŠTIHEC, Jože, HADŽIĆ, Vedran. Priporočila za telesno dejavnost nosečnic = Guidelines for physical activity in pregnant women. Zdravniški vestnik, 84 (2), 87-98.
 PODLESNIK FETIH, Anja, VIDEMŠEK, Mateja, VRTAČNIK-BOKAL, Eda, GLOBEVNIK VELIKONJA, Vislava, KARPLJUK, Damir, PODLESNIK FETIH, Anja (urednik), VRTAČNIK-BOKAL, Eda (urednik), VIDEMŠEK, Mateja (urednik). *Športna dejavnost, prebrana, razvade in psihično počutje nosečnice*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2010. 114 str.
 VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, MEŠKO, Maja, GREGORC, Jera, VIDEMŠEK, Naja. Analiza poškodb otrok pri gibalnih dejavnostih v vrtcu = Analysis of injuries among children in

kindergartens during physical activities. Zdravstveno varstvo, ISSN 0351-0026. Sept. 2014, letn. 53, št. 3, str. 237-247.

PEČAVER, Anja, PUNGERŠEK, Maja, VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir, ŠTIHEC, Jože, MEŠKO, Maja. Analysis of didactic approaches to teaching young children to swim. The sport journal, ISSN 1543-9518, Feb. 2014. <http://thesportjournal.org/article/analysis-of-didactic-approaches-to-teaching-young-children-to-swim>.

VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, MEŠKO, Maja, MLINAR, Suzana, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja (ur.), ŠTIHEC, Jože (ur.), MEŠKO, Maja (ur.). Poškodbe otrok in mladostnikov pri športni vzgoji in v prostem času. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2010. 78 str.

VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, STARMAN, Anja. Sport activity and eating habits of people who were attending special obesity treatment programme. Coll. Antropol., 2008, vol. 32, no.3, str. 315-321.

VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir. Differences in motor skills among five and a half year old boys and girls. 1.2[poglavje]. V: VIDEMŠEK, Mateja (ur.), ŠTIHEC, Jože (ur.), KARPLJUK, Damir (ur.). Analysis of preschool physical education. Ljubljana: Faculty of Sport, Institute of Kinesiology, 2008, str. 28-45.

VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, MLINAR, Suzana. Intensity of effort of 5.5-year-old children during relay races. 1.3[poglavje]. V: VIDEMŠEK, Mateja (ur.), ŠTIHEC, Jože (ur.), KARPLJUK, Damir (ur.). Analysis of preschool physical education. Ljubljana: Faculty of Sport, Institute of Kinesiology, 2008, str. 46-63.

VIDEMŠEK, Mateja, POSEGA, Tjaša, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir. Opinion of children, parents and coaches on alpine skiing competitions for children. Int. j. phys. educ., 2007, vol. 44, issue 2, str. 74-82.

ŠPORTNA VZGOJA UČENCEV S POSEBNIMI POTREBAMI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|---|
| Predmet: | Športna vzgoja učencev s posebnimi potrebami |
| Course title: | Physical education of pupils with special needs |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043055 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 556 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 45 | 30 | 15 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer:

Vrsta predmeta/Course type:

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------|
| Jeziki/Languages: | Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| | Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|---|
| Zaključena prva stopnja študija Športne vzgoje/ Kineziologije/ Športnega treniranja | First grade of Physical education, /Kinesiology /Sports training |
|--|---|

Vsebina:

- motorični in telesni razvoj otrok s posebnimi potrebami,
- razvojne in psihosomatske značilnosti otrok s posebnimi potrebami,
- socialna integracija oseb s posebnimi potrebami
- gibalne sposobnosti, omejitve in specifičnosti otrok s posebnimi potrebami
- spremljanje obremenitev otrok s posebnimi potrebami,
- Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, Kurikulum za vrtce (področje dejavnosti »Gibanje«) za otroke s posebnimi potrebami,
- kratkoročno in daljnoročno načrtovanje športne vzgoje za različne skupine otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami,

Content (Syllabus outline):

- motor and physical development of children with special needs,
- developmental and psychosomatic characteristics of children with special needs,
- social integration of people with special needs
- motor skills, limitations and specificities of children with special needs
- monitoring the burden on children with special needs,
- Law on the guidance of children with special needs, Curriculum for kindergartens (area of activity "Movement") for children with special needs,
- short-term and long-term planning of sports education for different groups of children and youth with special needs,

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • promocija zdravstvene vzgoje, v vrtcu, osnovni in srednji šoli z načrtovanjem preventivnih programov • vrednotenje znanja in gibalnih sposobnosti otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami, • metode in oblike dela pri osebah s posebnimi potrebami, • Igre specialne olimpijade, MATP, šolska športna tekmovanja otrok s posebnimi potrebami, parolimpijske igre, šport invalidov • socialna integracija populacije s posebnimi potrebami, • didaktična načela športne vzgoje oseb s posebnimi potrebami, • razvijanje ustvarjalnosti v okviru športne vzgoje oseb s posebnimi potrebami, • normativna izhodišča za oblikovanje športne igralnice in zunanega igrišča, improvizirani in standardizirani športni pripomočki in igrala, primarna za osebe s posebnimi potrebami, • varnost pri športni vzgoji oseb s posebnimi potrebami, • vadba otrok s posebnimi potrebami skupaj s starši, aktivno preživljanje prostega časa družine, • raziskovalno delo na področju motorike in didaktike športne vzgoje populacije s posebnimi potrebami. | <ul style="list-style-type: none"> • promotion of health education, kindergarten, elementary and secondary school with the planning of preventive programs • Evaluation of knowledge and physical abilities of children and youth with special needs, • methods and forms of work for people with special needs, • Special Olympics Games, MATP, school sports competitions for children with special needs, parollymps, sports for the disabled • social integration of the population with special needs, • didactic principles of sports education for people with special needs, • developing creativity in the context of sports education for people with special needs, • normative starting points for the design of a sports casino and outdoor playground, improvised and standardized sports accessories and toys, primary for people with special needs, • safety in the sports education of people with special needs, • workout of children with special needs together with parents, active recreation of family time. • research work in the field of motoring and didactics of sports education of the population with special needs. |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

1. Ahčin, B., Bera, I., Čuk, M. Fučka, Z. (1999), *Navodila za delo z gibalno oviranimi učenc.*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
2. Ambrožič, K., Košir, S., Likar, L., Somrak, T., (1999). *Navodila za delo z glubimi in naglušnimi mučenci*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
3. Ambrožič, K., Košir, S., Likar, L., Somrak, T., (1999). *Navodila za delo z učenci z govornimi motnjami*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
4. Bečan, T., Kovačič, V., Zadnikar, I., (1999). *Navodila za delo z dolgotrajno bolnimi učenci*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
5. Berčič, Herman, Tušak, Matej, Karpljuk, Damir. *Šport v funkciji zdravlja odvisnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 1999. 189 str., graf. prikazi, tabele. ISBN 961-6016-64-4. [COBISS.SI-ID 105179648]
6. Berčič, Herman, Tušak, Matej, Karpljuk, Damir, Berčič, Herman (ur.). *Šport, droge in zdravlje odvisnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 232 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-55-1. [COBISS.SI-ID 126888960]
7. DUH, Damijan, HADŽIĆ, Vedran, KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja. Avtizem, komunikacija in telesna dejavnost = Autism, communication and physical activity. *Šport (Ljublj.)*, 2006, letn. 54, št. 2, str. 38-43. [COBISS.SI-ID [2767537](#)]
8. Florjančič, S., Gerbec, I., Kermauner, A., Lotrič, K., (1999). *Navodila za delo s slepimi in slabovidnimi učenci*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
9. Horvat, J., Juhant, M., Kožuh, B., Ravnikar, F., Škoflek, I., (1999). *Navodila za delo z učenci z motnjo v vedenju in osebnosti*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
10. Karpljuk, Damir, Hadžić, Vedran, Gjura Kaloper, Vlasta, Videmšek, Mateja, Dervišević, Edvin, Cecić Erpič, Saša, Hrovat, Andreja, Adamič, Klemen, Rešetar, Vanja, Rožman, Franc. *Sladkorna bolezen, gibanje in šport*. Ljubljana: Zveza društev diabetikov Slovenije, 2004. VII, 124 str., ilustr., preglednice. ISBN 961-91389-0-2. [COBISS.SI-ID 213808128]
11. Karpljuk, Damir. *Vadba za boljše zdravlje*. Krško: Dren, 2001. 51 str., ilustr. [COBISS.SI-ID 1815729]
12. Karpljuk, Damir, Videmšek, Mateja, Zajc, Martina. *Možnosti povezovanja športnih in zdravstvenih vsebin v osnovni šoli*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 109 str., ilustr. ISBN 961-6405-63-2. [COBISS.SI-ID 128122624]

13. Karpljuk, Damir, Hadžić, Vedran (ur.). *Soočanje z osteoporozo*. Krško: Počitniška skupnost, 2005. ISBN 961-238-430-4. [COBISS.SI-ID 219568896]
14. Kavlekar, M., (2000) *Vloga koordinatorja za vzgojo in izobraževanje otrok s posebnimi potrebami*, Sodobna pedagogika št. 7 str. 95.
15. Končar, M., (1999) *Načela vzgoje, izobraževanja in usposabljanja otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
16. Končar, M., (199) *Programi za otroke in mladostnike s posebnimi potrebami*, Strokovni svet RS za splošno izobraževanje, dne 8. 4. 1999.
17. Šuc, Lea, Bukovec, Boris, **Karpljuk**, Damir. The role of inter-professional collaboration in developing inclusive education. *International journal of inclusive education*, ISSN 1360-3116, 2017, vol. 21, no. 9, str. 938-955. <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13603116.2017.1325073>, doi: [10.1080/13603116.2017.1325073](https://doi.org/10.1080/13603116.2017.1325073). [COBISS.SI-ID 5256043], [JCR, SNIP, WoS do 1. 9. 2017: [10.1080/13603116.2017.1325073](https://doi.org/10.1080/13603116.2017.1325073)].
18. Uradni list Republike Slovenije, (2000) *Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami*, leto X. št.54

Cilji in kompetence:

- Poznavanje Zakona o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (določitev Zakona o osnovni šoli, določitev Zakona o vrtcih; populacijo, ki jo zajema: otroke z motnjami v razvoju (v duševnem razvoju, slepi in slabovidni, gluhi in naglušni, z govornimi motnjami, gibalno ovirani, z motnjami vedenja in osebnosti); učenci z učnimi težavami; posebej nadarjeni učenci; otroci z motnjami v duševnem razvoju (govornimi motnjami, gibalno ovirani, ter otroci z motnjami vedenja in osebnosti)
- Poznavanje razlike med kurikuli za običajno šolo in vrtec ter kurikuli za šole in vrtce s prilagojenimi programi
- Poznavanje in razumevanje vloge in pomena pojmov integracije, inkluzije, stigmatizacije, segregacije in diferenciacije v vzgoji in izobraževanju
- Poznavanje urejenosti šolskega sistema za otroke s posebnimi potrebami v SLO
- Usposobljenost za inovativno izpopolnjevanje učno-vzgojnega procesa ob upoštevanju pedagoških in didaktičnih načel ter zakonitosti vodenja in upravljanja učno vzgojnega procesa za otroke s posebnimi potrebami.
- Usposobljenost za praktično vodenje in upravljanje učno-vzgojnega procesa v različnih organizacijskih oblikah za otroke s posebnimi potrebami
- Poznavanje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami, povezanosti področij otrokovega razvoja (telesno, gibalno, spoznavno, čustveno in socialno področje), strukture motorike, specifična gibalnih in fizioloških posebnosti in sposobnosti otrok s posebnimi potrebami,
- Poznavanje problematike specifičnih pristopov, sposobnost za načrtovanje, izvedbo in analizo športnih in gibalnih dejavnosti otrok s posebnimi potrebami, poznavanje trendov deviantnega vedenja, vedenjskih motenj, problematike drog in nezdravega načina življenja.

Objectives and competences:

- Knowledge of the Law on the guidance of children with special needs (the definition of the Primary School Act, the provisions of the Kindergarten Act, the population covered: children with developmental disorders (in mental development, blind and partially sighted, deaf and hard of hearing, speech disorders, obstructed, with disorders of behavior and personality), pupils with learning difficulties, specially gifted pupils, children with intellectual disabilities (speech disorders, mobility impaired, and children with disabilities of behavior and personality)
- Knowledge of the difference between regular school and kindergarten curricula and curricula for schools and kindergartens with adapted programs
- Knowledge and understanding of the role and importance of concepts of integration, inclusion, stigmatization, segregation and differentiation in education
- Knowledge of the school system for children with special needs in SLO
- Competence for innovative upgrading of the educational process, taking into account the pedagogical and didactic principles and the legitimacy of managing and managing the educational process for children with special needs.
- Competence for practical leadership and management of the educational process in different organizational forms for children with special needs
- Knowledge of the physical and physical development of children and adolescents with special needs, the connection of the areas of child's development (physical, physical, cognitive, emotional and social), motor structures, specifics of physical and physiological specificities and abilities of children with special needs,
- Knowledge of the problem of specific approaches, the ability to plan, perform and analyze sports and movement activities of

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Poznavanje šolskih športnih tekmovanj otrok s posebnimi potrebami • Poznavanje vloge dopolnilnega pouka kot razširjenega programa OŠ • Usposobljenost za (so)organizacijo Iger Specialne olimpijade, MATP, načrtovanje, izvedba in vrednotenje invalidskih športnih programov, poznavanje paraolimpijskih programov in športnih dejavnosti oseb s posebnimi potrebami ... • Usposobljenost za varovanje zdravja otrok (zagotavljanje fizičnega varovanja, preventivno metodično delovanje, prepoznavanje individualnih posebnosti otrok, delo s posamezniki s posebnimi potrebami) in preprečevanje vseh dejavnikov, ki bi lahko povzročili poškodbe in nezgode. • Usposobljenost za poznavanje in razumevanje ter odgovorno uporabo ter spoštovanje zakonskih in varnostnih predpisov, ki regulirajo pogoje in način dela pri učnem procesu (izvedbeni standardi in normativi glede prostora, velikosti skupin, itd.) s poudarkom na osebah s posebnimi potrebami. • Usposobljenost za poznavanje in razumevanje problemov ugotavljanja, spremljanja in vrednotenja gibalnih sposobnosti otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah. • Usposobljenost za obvladovanje in aplikacijo sodobnih didaktičnih tehnologij, improviziranih ter sodobnih standardiziranih športnih pripomočkov in igranje v proces športne vzgoje za otroke in mladostnike s posebnimi potrebami • Usposobljenost za usmerjanje in svetovanje drugim pedagoškim delavcem ter staršem na področju dela s populacijo s posebnimi potrebami. • Usposobljenost za aplikacijo vsebin na celotno šolsko vertikalo in vse možne oblike šolanja (javni in zasebni vzgojnoizobraževalni zavode oz. ustanove, vzgoja in izobraževanje v ustanovah z zdravstveno oskrbo) • Usposobljenost in interes za znanstveno-raziskovalno delo na področju populacije s posebnimi potrebami povezovanje različnih področij (pedagogike, didaktike, osnovne motorike, socialnega dela, sociologije, psihologije, medicine itd.). | <ul style="list-style-type: none"> children with special needs, knowledge of the trends of deviant behavior, behavioral disorders, drug issues and unhealthy ways of life. • Knowledge of school sports competitions for children with special needs • Knowing the role of supplementary education as an extended elementary school program • Competence for the (co) organization of the Games of the Special Olympiad, MATP, planning, implementation and evaluation of disabled sports programs, knowledge of the Paralympic programs and sports activities of persons with special needs ... • Ability to protect the health of children (providing physical protection, preventive methodical operation, identifying individual specialties of children, working with individuals with special needs) and preventing all factors that could cause injuries and accidents. • Competence for knowledge and understanding and responsible use and compliance with legal and safety regulations that regulate the conditions and method of work in the learning process (implementation standards and norms regarding space, group size, etc.) with emphasis on persons with special needs. • Ability to know and understand the problems of identifying, monitoring and evaluating the physical abilities of children and adolescents with special needs in kindergartens, primary and secondary schools. • Ability to master and apply modern didactic technologies, improvised and modern standardized sports accessories and play in the process of sports education for children and youth with special needs • Ability to guide and counsel other pedagogic workers and parents in the field of work with a population with special needs. • Ability to apply content to the entire school vertical and all possible forms of education (public and private educational institutions or institutions, education and training in institutions with medical care) • Competence and interest in scientific and research work in the field of population with special needs connecting different fields (pedagogy, didactics, basic motoring, social work, sociology, psychology, medicine, etc.). |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

- Usposobiti kandidate za samostojno načrtovanje in vodenja športne vzgoje ter športnih programov za otroke s posebnimi potrebami.
- Razumeti načine in možnosti, ki so povezani s pristopi k osebam s posebnimi potrebami in s

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:

- To train candidates for independent planning and management of sports education and sports programs for children with special needs.
- Understand the ways and possibilities associated with approaches to people with special needs and with physical or mental health. sporting activity

| | |
|---|---|
| <p>telesno oz. športno aktivnostjo oseb s posebnimi potrebami ter omejitvami in patologijami.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Razumevati problematiko dejavnikov, ki so proizvod vplivov sodobne civilizacije (zdravje, prehrana, bolezni, odvisnosti, stresni dejavniki, športne poškodbe, ...) • Poznavanje predšolskega in šolskega sistema kot celote, pomena celostnega razvoja otroka, posebnosti strukture motorike predšolskega otroka, razumevanje in poznavanje temeljnih načrtovalnih strategij s poudarkom na otrocih in učencih s posebnimi potrebami. • Poznavanje posebnosti otrokovega razvoja, njegovih sposobnosti, značilnosti, lastnosti, poznavanje vidikov medpredmetnih povezav ter uporaba dobljenega znanja za izdelavo delovnih načrtov ter dolgoročnih in kratkoročnih učnih priprav za otroke in mladostnike s posebnimi potrebami. | <p>of persons with special needs and restrictions and pathologies.</p> <ul style="list-style-type: none"> • To understand the problem of factors that are the product of the influences of modern civilization (health, nutrition, diseases, addiction, stress factors, sports injuries, etc.) • Knowing the pre-school and school system as a whole, the importance of the child's overall development, the specificity of the structure of the pre-school child's motoring, understanding and knowledge of basic planning strategies with an emphasis on children and students with special needs. • Knowledge of the special features of the child's development, his abilities, characteristics, characteristics, knowledge of the aspects of cross-curricular connections and the use of the acquired knowledge for the preparation of work plans and long-term and short-term training sessions for children and youth with special needs. |
|---|---|

| | |
|--|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja: predavanja, seminarji, vaje, praktično delo</p> | <p>Learning and teaching methods: lectures, seminars, exercises, practical work</p> |
|--|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|---------------------|--------------|-------------|
| pisni izpit | 70,00 % | |
| Naloge | 20,00 % | |
| praktični izpit | 10,00 % | |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>Prof. dr. Damir Karpljuk je na Fakulteti za šport in diplomiral leta 1994, magistriral leta 1996, doktoriral pa leta 1999. V naziv docent je bil izvoljen leta 2001, v naziv izredni profesor za področje znanost o športu – kineziologija leta 2006, v naziv redni profesor pa 21. 6. 2011.</p> <p>Je namestnik predstojnika Katedre Medicinske vede v športu in prodekan za pedagogiko dejavnost. Njegova bibliografija obsega preko 1000 bibliografskih enot.</p> <p>Znanstveno-raziskovalno delo je usmeril na področje pedagogike in didaktike športa, športne dejavnosti oseb s posebnimi potrebami, predšolske športne vzgoje, kroničnih bolezni in vadbe, vadbe posebnih skupin in borilnih športov. Sodeloval je v raziskovalnih projektih, ki so bili usmerjeni na proučevanje otrok in mladine, kot tudi posameznikov s posebnimi potrebami ter oseb odvisnih od drog. Ima preko 100 izvernih znanstvenih člankov, 4 znanstvene monografije in 2 univerzitetna učbenika z recenzijo. Njegova bibliografija obsega preko 1000 enot.</p> <p>Nagrade in priznanja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Za nadpovprečne študijske rezultate, Nagrada Roka Petroviča, Sklad Roka Petroviča, Fakulteta za šport, Ljubljana, 1994 • Special award of ph.d. Section, Hungarian University of physical education on the 13th International congress on sport sciences, 17. May, 1998, Budapest for article Intensity of Effort of Preschool Children during their Physical Educational Class <p>Najpomembnejša dela</p> <ul style="list-style-type: none"> • KARPLJUK, D. (2001). <i>Vadba za boljše zdravje</i>. Krško: Dren, 51 str., ilustr. COBISS.SI-ID 1815729] • BERČIČ, Herman, TUŠAK, Matej, KARPLJUK, Damir, BERČIČ, Herman (ur.). <i>Šport, droge in zdravje odvisnikov</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 232 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-55-1. [COBISS.SI-ID 126888960] |
|--|

- **KARPLJUK, D., REŠETAR, V., ROŽMAN, F., VIDEMŠEK, M.** (2003). *Spremljanje in vrednotenje programov rekreativne športne vadbe*. Ljubljana: Športna unija Slovenije, seminarji za vaditelje, 34 str. [COBISS.SI-ID [1842353](#)]
- **KARPLJUK, Damir, HADŽIČ, Vedran, GJURA KALOPER, Vlasta, VIDEMŠEK, Mateja, DERVIŠEVIČ, Edvin, CECIĆ ERPIČ, Saša, HROVAT, Andreja, ADAMIČ, Klemen, REŠETAR, Vanja, ROŽMAN, Franc.** *Sladkorna bolezen, gibanje in šport*. Ljubljana: Zveza društev diabetikov Slovenije, 2004. VII, 124 str.
- **KARPLJUK, Damir, GAŠPERŠIČ, Štefka, LAVRENČIČ, Jasna, HADŽIČ, Vedran, ISKRA, Stane, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran** (ur.). *Soočanje z osteoporozo*. Krško, 2005. 76 str.
- **KARPLJUK, Damir, DERVIŠEVIČ, Edvin, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran.** The effects of walking on blood glucose levels in type 2 diabetes. *Acta Univ. Carol., Kinanthropol.*, 2005, vol. 41, no. 1, str. 37-51.
- **KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran, MASLEŠA, Samo, MLINAR, Suzana, KONDRIČ, Miran, ŠTIHEC, Jože, TURK, Petra.** Sport activity of the residential care home by Savinja, residents. V: SMAJLOVIČ, Nusret (ur.). *Zbornik naučnih i stručnih radova*. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 2007, str. 431-435, graf. prikaza. [COBISS.SI-ID [2967729](#)]
- VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, **KARPLJUK, Damir, STARMAN, Anja.** Sport activity and eating habits of people who were attending special obesity treatment programme. *Coll. Antropol.*, 2008, vol. 32, no.3, str. 315-321.
- TURK, Petra, VIDEMŠEK, Mateja, MLINAR, Suzana, **KARPLJUK, Damir.** Sport activities in a residential care home. *Int. j. phys. educ.*, 2008, vol. 45, issue 2, str. 87-97.
- VIDEMŠEK, Mateja, CVETKOVIČ, Jasmina, MLINAR, Suzana, MEŠKO, Maja, ŠTIHEC, Jože, **KARPLJUK, Damir.** Analiza gibalne dejavnosti in zdravstvenih težav oseb po 65. letu starosti v Sloveniji = Analysis of physical activity and health problems of people aged over 65 in Slovenia. *Šport (Ljublj.)*, 2008, let. 56, št. 3/4, str. 38-42.
- **KARPLJUK, Damir, LAVRENČIČ, Jasna.** *Spletna knjižnica telesnih vaj*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije, 2009. 16 str. (PDF), ilustr. http://www.ivz.si/javne_datoteke/datoteke//2090-2089-Spletna_knjizica_telesnih_vaj.pdf. [COBISS.SI-ID [3697585](#)]
- VIDEMŠEK, Mateja, KARPLJUK, Damir, GREGORC, Jera, MEŠKO, Maja. Gibalna/športna dejavnost predšolskih otrok s posebnimi potrebami. *Šport*, ISSN 0353-7455, 2012, letn. 59 [i. e. 60], št. 1/2, str. 183-191, ilustr. [COBISS.SI-ID [9257289](#)]
- **KARPLJUK, Damir, USENIK, Rok, NUZDORFER, Petra** (avtor, fotograf), VIDEMŠEK, Mateja, HADŽIČ, Vedran, FLORJANČIČ, Matjaž, LAVRENČIČ, Jasna, KOVAČIČ, Jožica, SLATNER, Lidija, MEŠKO, Maja. *Športna dejavnost otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami*. 1. natis. Draga: CUDV, 2013. 108 str., ilustr. ISBN 978-961-93538-0-6. [COBISS.SI-ID [268411648](#)]
- ZALETEL, Petra, BREKALO, Mate, **KARPLJUK, Damir, VIDEMŠEK, Mateja.** Analysis of the effects of a three-month long weight loss programme on overweight women. *Acta kinesiológica*, ISSN 1840-2976, jun. 2014, vol. 8, issue 1, str. 15-20, tabela, graf. prikaz. <http://www.actakin.com/PDFS/BR0801/SVEE/04%20CL%2002%20PZ.pdf>, <http://www.actakin.com/TEXT/TxTeku01.html>. [COBISS.SI-ID [4537521](#)]
- PEČNIKAR OBLAK, Viktorija, KARPLJUK, Damir, ŠIMENKO, Jožef. Improving grip strength of G-judokas. V: DOUPONA TOPIČ, Mojca (ur.). *Youth sport : proceedings of the 8th Conference for Youth Sport, Ljubljana, [9-10 December] 2016*. Ljubljana: Faculty of Sport. 2016, str. 109-113, ilustr. <http://www.fsp.uni-lj.si/en/research/events/introduction/2016041214592983/>. [COBISS.SI-ID [5099697](#)]
- ŠUC, Lea, BUKOVEC, Boris, ŽVEGLIČ MIHELIČ, Mojca, **KARPLJUK, Damir.** Primary school teachers' attitudes towards inclusive education in Slovenia : a qualitative exploration. *Revija za univerzalno odličnost : RUO*, ISSN 2232-5204, mar. 2016, letn. 5, št. 1, str. 30-46. http://www.fos.unm.si/media/pdf/RUO/2016-5-1/RUO_039_clanke_Teacher_attitudes_koncni_prejeto_2016_02_25_doc_2.pdf, <http://pefprints.pef.uni-lj.si/id/eprint/3380>. [COBISS.SI-ID [10945609](#)]
- ŠIMENKO, Jožef, **KARPLJUK, Damir, VODIČAR, Janez.** Body symmetries of youth U-14 judokas in under 50kg categories. *Homo sporticus : naučno-stručni časopis iz oblasti sporta i tjelesnog odgoja*, ISSN 1512-8822, Jun. 2017, vol. 19, iss. 1, str. 13-16, tabele. http://www.fasto.unsa.ba/images/news/PDF/Homosporticus/Homosporticus_juni_2017.pdf, <http://www.fasto.unsa.ba/index.php/homosporticus>. [COBISS.SI-ID [5172913](#)]
- ŠUC, Lea, BUKOVEC, Boris, **KARPLJUK, Damir.** The role of inter-professional collaboration in developing inclusive education. *International journal of inclusive education*, ISSN 1360-3116, 2017, vol. 21, no.

9, str. 938-955. <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13603116.2017.1325073>, doi:
[10.1080/13603116.2017.1325073](https://doi.org/10.1080/13603116.2017.1325073). [COBISS.SI-ID 5256043], [JCR, SNIP, WoS do 1. 9. 2017:

ŠPORTNA VZGOJA V SREDNJI ŠOLI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|-------------------------------|
| Predmet: | Športna vzgoja v srednji šoli |
| Course title: | |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|--------|-------------|------------------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | | 1. semester | obvezni, izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0098865 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 30 | 20 | 40 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Marjeta Kovač

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Vpis na mag. študijski program Športna vzgoja.

Prerequisites:

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

Predmet zajema tako teoretično predstavitev razvojne stopnje adolescence, specifičnosti mladih, njihova stališča in motivacijo za športno udejstvovanje. Posebej namenja pozornost izbirnosti kot temeljnemu vodilu dela v srednji šoli, didaktičnim pojavom (npr. medpredmetno povezovanje, individualizacija in različne vrste diferenciacij, inkluzivnost, akcijsko raziskovanje ipd.), vzpostavljanju sodobnih komunikacijskih poti za sodelovanje z mladimi. Teoretična in praktična spoznanja uporabi študent pri lastnem raziskovalnem delu na posamezni šoli ali skupini šol. Rezultate tega pa predstavi v seminarski nalogi.

Temeljne vsebine:

Priprava mladih za vseživljenjsko športno dejavnost
Temeljni namen športne vzgoje v srednji šoli
Adolescent in športna dejavnost v prostem času

| | |
|---|--|
| <p>Pozitivno okolje za športno udejstvovanje Spremembe v rasti in razvoju ter njihov vpliv na telesno in gibalno samopodobo mladostnika Razlike v učnih načrtih gimnazij, srednjetehtniških in poklicnih šol Obvezne izbirne vsebine in interesne dejavnosti – organizacijski vidik Doseganje odličnosti pri pripravi in izpeljavi športnih programov (dober načrt, uporaba sodobnih športnih pripomočkov in tehnologije, individualni pristopi) Analiza značilnosti posameznih poklicnih obremenitev Kompenzacijska vadba Šport kot način življenja Osebni portfolio posameznika (samoevalvacija, redna spremljava telesnega in gibalnega razvoja, refleksija športne aktivnosti) Sodobne komunikacijske poti z mladimi (blog, spletna klepetalnica, intranet) Raziskovalno delo učitelja in dijakov na športnem področju (akcijsko raziskovanje, individualni programi in učinki vadbe ...)</p> | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <p>Himberg, C., Hutchinson, G.E., Rousell, J. M. (2003). Champaign, Il.: Human Kinetics. Melograno, V. J. (2006). Professional and Student Portfolios for Physical Education. Champaign, Il.: Human Kinetics. Kovač, M. (2006). Didaktika športne vzgoje: predavanja 4. letnik. Ljubljana: Fakulteta za šport. Kovač, M. idr. (2007). Šport in življenjski stili slovenskih otrok in mladine. Ljubljana: Fakulteta za šport in Zveza društev športnih pedagogov Slovenije. Blažič, M., Ivanuš Grmek, M., Kramar, M. Strmčnik, F. (2004). Didaktika. Novo mesto: Pedagoška obzorja. Kovač, M., Novak, D. Učni načrt – gimnazija (1998). Ljubljana: Urad za šolstvo. Kovač, M., Novak, D., Sotošek, G., Plesec, M. in Knez M. (2007). Katalog znanja: športna vzgoja: 340 ur: za nove programe srednjega strokovnega izobraževanja (SSI), srednjega poklicno-tehniškega izobraževanja (PTI), pripravljene v skladu z Izhodišči za pripravo izobraževalnih programov nižjega in srednjega poklicnega izobraževanja ter programov srednjega strokovnega izobraževanja. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo: Evropski socialni sklad: Evropska unija.</p> |
|---|

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

| | |
|--|--|
| <p>Študenti dobijo temeljna teoretična in praktična didaktična znanja in spretnosti za inovativno, razvojno delo v srednjih šolah. Spoznajo specifičnosti vodenja športnovzgojnega procesa na različnih vrstah srednjih šol, športno ponudbo v okviru gimnazijskih obveznih izbirnih vsebin in interesnih dejavnosti v tehniških in poklicnih šolah, možnost povezovanja športnih vsebin z drugimi, specifičnimi področji, povezanimi s posameznim poklicem. Naučijo se analizirati značilnosti posameznih poklicnih obremenitev ter izdelati kompenzacijske športne programe. V pouk vključujejo sodobne didaktične pristope, z dijaki pa vzpostavijo komunikacijo tudi prek sodobnih komunikacijskih poti (izdelava bloga, spletna klepetalnica, šolski intranet).</p> | |
|--|--|

Predvideni študijski rezultati:

Intended learning outcomes:

| | |
|--|--|
| <p>Znanje in razumevanje: Znanje izbora ustreznih didaktičnih korakov in pedagoških pristopov glede na vrsto srednješolskega izobraževanja. Razumevanje razvojnih značilnosti adolescentov in zakonitosti vodenja športnovzgojnega procesa. Znanje analize poklicnih obremenitev. Uporaba: Učinkovita uporaba različnih organizacijskih prijemov in individualnih pristopov glede na potrebe posameznikov ali skupin. Uporaba različnih strategij reševanja problemov (organizacijskih, pedagoških).. Uporaba različnih komunikacijskih poti in raziskovalnih pristopov. Refleksija: Prepoznavanje ključnih potreb mladostnikov glede na spol, vrsto izobraževanja, motivacijo za šport. Utemeljevanje uporabe različnih programov vadbe glede na izbran poklic. Kritično ovrednotenje problemov športne dejavnosti mladostnikov in iskanje ustreznih strategij reševanja. Prepoznavanje vloge in pomena razvojno-raziskovalnega dela učitelja. Prenosljive spretnosti: Individualizacija pouka, izbira ustreznih pedagoških strategij reševanja problemov v konfliktnih situacijah, zmožnost uporabe sodobnih informacijsko-komunikacijskih poti. Uporaba raziskovalnih orodij in interpretacija rezultatov.</p> | |
|--|--|

| | |
|---|---------------------------------------|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| Predavanja, vaje, igra vlog, raziskovalni seminar, akcijsko raziskovanje, spletna klepetalnica, blog. | |

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|--------------------|
| (a) Predstavitev raziskovalnega seminarja. | | |
| Kakovost seminarske naloge (30 točk opravih, največje število točk 50) in predstavitev z argumentacijo (30 točk opravih, največje število točk 50) | | |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references: prof. dr. MARJETA KOVAČ Na Fakulteti za šport je diplomirala leta 1980, magistrirala leta 1989, doktorirala pa leta 1999. Je predstojnica Oddelka Športna vzgoja. Njena bibliografija obsega 1087 bibliografskih enot. Njeno znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj in gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, ocenjevanja, vloge športne vzgoje v kurikulumu, delovnih pogojev, zdravstvenih težav in kompetenc učiteljev športne vzgoje. Dvakrat je bila predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je članica uredniških odborov in recenzentka v različnih znanstvenih revijah. Predava na dodiplomskem in doktorskem študiju na Fakulteti za šport in Kinesiološkem fakultetu v Zagrebu.</p> |
|--|

Je prva avtorica vseh veljavnih slovenskih učnih načrtov za športno vzgojo. Kot expert za kurikulum pri Unesco je pomagala pri prenovi šolskega sistema in pripravi učnih načrtov na Kosovu. Napisala je tri univerzitetne učbenike z recenzijo in številne druge priročnike. Vodila je Komisijo za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja, vzpostavila je programe šolskih športnih tekmovanj, plavalnega opismenjevanja, dodatne športne programe za otroke, vsa leta pa sodeluje z Zavodom RS za šolstvo, Zavodom RS za šport Planica, Zvezo društev športnih pedagogov Slovenije, Republiškim izpitnim centrom. Je predstavnica Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov).

Prof. Marjeta Kovač graduated in 1980. In 1989 she finished her master's degree and in 1999 she finished her PhD. She is a head of the Department for Physical Education. Her bibliography contains 1087 bibliographic units. Her scientific research focuses on the field of environmental factors that affect physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, evaluation, the role of physical education in the curriculum, working conditions, health problems and competences of PE teachers. She was the president of the Scientific Council of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). She is a member of editorial boards and reviewer in various scientific journals.

She is the first author of the current Slovenian curriculum for Physical Education. She helped in the renovation and the preparation of the school system curricula in Kosovo. She wrote three university textbooks with revision and a number of other manuals. She led the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education. She instituted programs of school sports competitions, swimming literacy and additional sports programs for children. She is collaborating with the National Educational Institute, Institute for Sport Planica, Federation of Associations of Physical Education teachers and with the National examination Centre. She is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP).

1. ŠTIHEC, Jože, KOVAČ, Marjeta. Vpliv eksperimentalnega programa vadbe na razvoj nekaterih morfoloških in motoričnih dimenzij 8 letnih učencev in učenk = The influence of an experimental programme of physical education on the development of some morphologic and motor dimensions of 8 year old pupils. *Kinesiol. Slov. (Print)*. [Print ed.], 1992, let. 1, št. 1, str. 71-74. [COBISS.SI-ID [72275456](#)]
2. KOVAČ, Marjeta. When social becomes biological: the effect of different physical education curricula on motor and physical development of high-school girls. *Anthropol. noteb.*. [Tiskana izd.], 2006, year 12, no. 2, str. 97-112, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [2887601](#)]
3. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko. Impact of the additional physical education lessons programme on the physical and motor development of 7- to 10-year-old children. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], dec. 2006, vol. 38, no. 2, str. 105-115, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [2913457](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. Morphological characteristics and motor abilities of boys following different secondary-school programmes. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], 2007, vol. 39, no. 1, str. 62-73, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [3084721](#)]
5. KOVAČ, Marjeta, SLOAN, Stephan, STARČ, Gregor. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' view and future perspectives. *Eur. phy. educ. rev.*, oct. 2008, vol. 14, no. 3, str. 299-323, tabeli, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID [3516337](#)]
6. JURAK, Gregor, STREL, Janko, LESKOŠEK, Bojan, KOVAČ, Marjeta. Influence of the enhanced physical education curriculum on children's physical fitness = Utjecaj programa kineziološke intervencije na fizičko kondiciju djece. *Croatian journal of education*. [Tiskana izd.], 2011, vol. 13, no. 4, str. 41-59, 60-70, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [4196017](#)]
7. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Opravičevanje med poukom športne vzgoje v osnovni šoli. *Pedagoš. obz.*, 2011, letn. 26, št. 4, str. 18-31, tabeli. [COBISS.SI-ID [4163761](#)]
8. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Vpliv šolanja v gimnazijskih športnih oddelkih na pogostost in na značilnosti opravičevanja pri športni vzgoji = Frequency and characteristics of excuses given by students attending special sports classes of secondary school to avoid participating in physical education class. *Zdravstveno varstvo*. [Tiskana izd.], 2011, letn. 50, št. 2, str. 95-105, ilustr., tabele. <http://versita.metapress.com/content/b318331805651818/fulltext.pdf>. [COBISS.SI-ID [4036273](#)]
9. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Ali kurikularne spremembe dohajajo spremembe v življenjskih slogih otrok?. *Sodob. pedagog.*, mar. 2009, letn. 60 (126), št. 1, str. 318-333, tabela, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [3591345](#)]
10. KOVAČ, Marjeta. Assessment of gymnastic skills at physical education - the case of backward roll. *Science of gymnastics journal*, ISSN 1855-7171. [Spletna izd.], 2012, vol. 4, no. 3, str. 25-35, ilustr., tabele. http://www.fsp.uni-lj.si/cvus/zaloznistvo/science_of_gymnastics/. [COBISS.SI-ID [4292529](#)]
11. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. Morphological characteristics and motor fitness among girls attending different secondary-school programmes. *International journal of*

morphology, ISSN 0717-9502, 2012, vol. 30, no. 2, str. 411-416, ilustr., tabela.

<http://www.scielo.cl/pdf/ijmorphol/v30n2/art08.pdf>. [COBISS.SI-ID [4288689](#)]

12. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor. Secondary school students and their knowledge about health-related physical fitness and sport. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, ISSN 1848-5189. [Tiskana izd.], 2012, vol. 14, no. 4, str. 855-870, 871-880, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [4320689](#)]
13. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. The prevalence of excess weight and obesity in Slovenian children and adolescents from 1991 to 2011. *Anthropological notebooks*, ISSN 1408-032X. [Tiskana izd.], 2012, year 18, no. 1, str. 91-103, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [4264369](#)]

ŠPORTNIK V EKSTREMNIH OKOLJIH

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------|---------------------------------|
| Predmet: | Športnik v ekstremnih okoljih |
| Course title: | Athlete in extreme environments |
| Članica nosilka/UL | UL FŠ |
| Member: | |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|----------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Kinezioterapija (smer) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |
| Kineziologija, druga stopnja, magistrski | Posebna telesna aktivnost (smer) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0107991 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 25 | 40 | 25 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Tadej Debevec

Vrsta predmeta/Course type: splošni izbirni/general selective

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--------------------------|
| Za pristop k predmetu ni posebnih pogojev. | No special requirements. |
|--|--------------------------|

| Vsebina: | Content (Syllabus outline): |
|--|---|
| Osnove okoljske fiziologije <i>Ključni fiziološki koncepti</i> <i>Terminologija</i> <i>Pogled v zgodovino</i> <i>Interdisciplinarnost</i> | Environmental physiology basics <i>Key physiological concepts</i> <i>Terminology</i> <i>Historical overview</i> <i>Interdisciplinary approach</i> |
| Višinska fiziologija <i>Vplivi velikih nadmorskih višin na človeka/športnika</i> <i>Višinska patofiziologija</i> <i>Klinične populacije na povečani nadmorski višini</i> | Altitude physiology <i>Physiological effects of high altitude</i> <i>Altitude pathophysiology</i> <i>Clinical populations at moderate / high altitudes</i> |
| Višinski trening in tekmovanja na povečani višini <i>Sodobni modeli višinskega treninga</i> <i>Uporaba hiperoksije</i> <i>Implementacija v trenajni proces</i> <i>Strategije ob tekmovanjih na višini</i> | Altitude training and competition <i>Contemporary altitude training models</i> <i>Potential of hyperoxia at altitude</i> <i>Implementation in training programmes</i> <i>Strategies for altitude competition</i> |

| | |
|--|---|
| <p>Vpliv okoljske temperature na športno sposobnost v ekstremnih okoljih <i>Glavni termoregulacijski procesi v mrazu in vročini</i> <i>Interakcije temperaturnih sprememb z ostalimi okoljskimi dejavniki</i> <i>Metode ogrevanja/ohlajanja v mrazu/vročini v ekstremnih okoljih</i></p> <p>Pomen hidracije ekstremnih okoljih <i>Fiziologija ustrezne hidriranosti v različnih okoljih / okoljskih vplivih.</i></p> <p>Vadba v onesnaženih okoljih <i>Onesnaženost zraka in športna sposobnost/zdravje</i> <i>Ocenjevanje kakovosti zraka</i> <i>Metode zmanjševanja vpliva onesnaženosti</i></p> <p>Vadba v hiperbaričnem in vodnem okolju <i>Glavni vplivi povečanega tlaka na športno sposobnost in homeostazo</i> <i>Vpliv temperature vode ob potapljanju</i></p> <p>Breztežnost / neaktivnost <i>Fiziološki vplivi breztežnosti / neaktivnosti</i> <i>Sredstva za zmanjševanje vplivov breztežnosti</i> <i>Vzporednice s sedentarnim načinom življenja</i></p> <p>Biološki ritmi in športna sposobnost <i>Vpliv fizioloških ritmov na športno sposobnost</i> <i>Motnje ritmov kot posledica ekstremnih okolij</i> <i>Pomen počitka in spanja</i></p> | <p>Effects of ambient temperature on sports performance in extreme environments <i>Key thermoregulatory factors in the cold / the heat</i> <i>Interactions between ambient temperature changes and other environmental factors</i> <i>Contemporary warming/cooling methods in extreme environments</i></p> <p>Importance of hydration in extreme environments <i>Physiology of proper hydration under various environmental stressors</i></p> <p>Exercise in polluted environments <i>Air pollution and sports performance/health</i> <i>Air quality assessment</i> <i>Methods to reduce the pollutant effects</i></p> <p>Hyperbaric physiology <i>Key effects of hyperbaria on exercise capacity and physiological homeostasis</i> <i>Effects of water temperature during immersion</i></p> <p>Gravitational physiology <i>Physiological effects of microgravity</i> <i>Exercise and other countermeasures</i> <i>Similarities between microgravity and sedentarism</i></p> <p>Biological rhythms and sports performance <i>Circadian rhythms and performance</i> <i>Rhythms disturbances in extreme environments</i> <i>Importance of sleep and recovery</i></p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

Osnovna literatura / Main textbooks:

- Advanced Environmental Exercise Physiology; Cheung S.S. Human Kinetics, 2010.
- Physiological Bases of Human Performance During Work and Exercise; Editors: Nigel A.S. Taylor N.A.S and Groeller H. Elsevier, 2008.
- Exercise Physiology: Energy, Nutrition, and Human Performance. McArdle W.D., Katch F.I., Katch V.L., Lippincott Williams & Wilkins, 2010

Dodatna literatura / Additional reading/selected papers:

- Debevec T., Pialoux V., Mekjavić I.B., Eiken O., Mury P. & Millet G.P. Moderate exercise blunts oxidative stress induced by normobaric hypoxic confinement. *Medicine & Science in Sports & Exercise.* (2014)
- Debevec T., Pialoux V., Saugy J., Schmitt L., Cejeuela R., Mury P., Ehrström S., Faiss R., Millet, G.P. Prooxidant/antioxidant balance in hypoxia: a cross-over study on normobaric vs. hypobaric "live high-train low". *PLOS ONE.* (2015)
- Debevec T., Pialoux V., Ehrström S., Ribon A., Eiken O., Mekjavić I.B. & Millet G.P. FemHab: The effects of bed rest and hypoxia on oxidative stress in healthy females. *Journal of Applied Physiology.* (2016)

Cilji in kompetence:

Glavni cilj predmeta je študentom predstaviti osnove okoljske športne fiziologije. Predmet v tem pogledu nadgrajuje predmete s področja fiziologije športa, anatomije in medicine športa z namenom izboljšanja razumevanja adaptacije človeškega telesa na vadbo oziroma napor v različnih okoljih. Človeška oz. športna zmogljivost je namreč v veliki meri determinirana prav z različnimi okoljskimi dejavniki. Ob tem je pomembno te dejavnike prepoznati ter razumeti njihov vpliv in potencialno uporabo v

Objectives and competences:

Key objective of this course is to provide prospective students with the opportunity to learn the basic aspects of environmental exercise physiology. This will be achieved by upgrading their understanding of sports physiology, anatomy and sports medicine and thus enable them to efficiently handle the athlete management in various "extreme" environments. This is especially important since environmental factors are known to importantly modulate exercise capacity. In addition, the course aims to equip the

športu. Poleg navedenega je namen predmeta tudi usposobiti študente za uporabo različnih okoljskih vabnih metod (višinski trening, vročinska adaptacija), ki preko različnih fizioloških mehanizmov lahko izboljšajo športno sposobnost in imajo tudi terapevtsko/klinično uporabnost. Nenazadnje je cilj seznanitev študentov z različnimi raziskovalnimi metodami, ki na interdisciplinarnem področju fiziološke adaptacije na okoljske dejavnike omogočajo pridobivanja novih znanj in odkritij. Ključni cilji in pridobljene kompetence so navedene v nadaljevanju.

Cilji

- Nadgraditi znanja pridobljena pri predmetih Fiziologija športa in Anatomija z vidika vplivov okoljskih faktorjev.
- Razumeti fiziološke mehanizme preko katerih različni okoljski dejavniki vplivajo na športno sposobnost in športni rezultat.
- Razumeti vpliv bioloških ritmov na fiziološke procese in športno sposobnost.
- Razumeti integrativne in povezane fiziološke odzive človeka na kombinirane okoljske dejavnike.
- Razumeti pomen ustrezne prehranjenosti in hidracije pri aktivnosti v ekstremnih okoljih.
- Razumeti in znati uporabljati različne metode športne vadbe, ki zmanjšajo negativni vpliv različnih okoljskih dejavnikov.
- Znati implementirati metode okoljske vadbe (višinski trening itd.) v trenažni proces za izboljšanje športnega rezultata.
- Razumeti možnosti in omejitve uporabe okoljskih dejavnikov v terapevtske namene.
- Pridobivati in kritično ovrednotiti strokovno literaturo na področju okoljske športne fiziologije.
- Izluščiti zanimiv raziskovalni problem na področju okoljske fiziologije ter zastaviti in izvesti ustrezen znanstveno-raziskovalni ali aplikativni projekt.
- Pisno in ustno poročati o rezultatih raziskovalnega dela zainteresirani javnosti.

Splošne kompetence

- Razumevanje integrativnega prepletanja fizioloških sistemov v mirovanju in med vadbo.
- Sposobnost iskanja novih in povezanih dejstev ter znanj.
- Sposobnost kritičnega preverjanja ter pridobivanja informacij.
- Zmožnost samostojnega strokovno/raziskovalnega dela na enostavnejših fizioloških problemih.
- Usposobljenost za uporabo empiričnih in teoretičnih raziskovalnih strategij v športu in fiziologiji.

Specifične kompetence

- Poznavanje interaktivnih vplivov različnih okoljskih dejavnikov in človeka.

students with the knowledge necessary to utilize different environmental training methods for performance enhancement (i.e. altitude training, heat acclimation protocols) on the one hand and therapeutic purposes in clinical populations on the other. Finally, the course will enable the students to understand the main research methods employed to investigate contemporary interdisciplinary questions of the field of environmental exercise physiology. Key objectives and competences are outlined below:

Objectives

- To upgrade the understanding of exercise physiology and sports medicine in relation to environmental factors.
- To understand the key physiological mechanism related to environmental factors that influence exercise capacity and subsequent performance.
- To recognise the importance of biological/circadian rhythms on physiological modulations.
- To understand the integrative physiological responses related to combined environmental stressors.
- To recognise the importance of proper nutrition and hydration in extreme environments.
- To understand and know how to utilize different exercise training approaches to reduce the potential negative effects of extreme environments.
- To be able to implement environmental training methods (e.g. altitude training) in the athletes' preparation with the aim of further performance improvement.
- To understand the potential benefits and limitations of various environmental stressors in therapeutic settings.
- To be able to obtain and critically assess scientific literature in the environmental exercise physiology field.
- To be able to elucidate interesting research problems related to environmental physiology and subsequently perform an appropriate research project to address these problems.
- To be able to report the obtained results in the form of public presentations and written scientific papers.

General competences

- Understanding the integrative nature of physiological responses during rest and exercise.
- Ability to utilize experimental and theoretical strategies in exercise physiology.
- Ability to identify and obtain important facts and new knowledge.
- Ability to obtain and critically assess crucial information.
- Ability for independent research work in social and natural sciences.

| | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Zmožnost analize vplivov okolja na vadbeni proces in tekmovalno sposobnost. • Sposobnost implementacije okoljskih faktorjev v vadbeni proces z namenom izboljševanja športne sposobnosti. • Sposobnost priprave in implementacije različnih terapevtskih metod okoljske vadbe za v kliničnih populacijah. • Sposobnost sinteze smiselnih znanstvenih vprašanj in izvedbe raziskovalnega dela na področju okoljske in športne fiziologije. • Zmožnost interdisciplinarnega povezovanja znanj in raziskovalnih metod s področji vezanih na okoljsko fiziologijo (kineziologija, medicina športa, fiziologija napora). | <p>Topic-specific competences</p> <ul style="list-style-type: none"> • Understanding the interactive effects of individual or combined environmental factors • Ability to analyse the effects environmental factors might exert on training and competition capacity. • Ability to implement the environmental stressors in the athletes' training in order to further enhance sport performance. • Ability to recognize and implement various therapeutic environmental strategies in clinical populations. • Ability to synthesize scientific questions and perform research projects in the field of environmental exercise physiology. • Ability to employ interdisciplinary experimental approaches (related to kinesiology, sports medicine and physiology) to answer contemporary environmental exercise physiology issues. |
|---|---|

| | |
|--|--|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Študentje bodo poznali osnovne principe in fiziološke mehanizme, ki vplivajo na adaptacijo posameznika na različne okoljske dejavnike. • Sposobni bodo kritično oceniti potencialne negativne in pozitivne učinke različnih okoljskih dejavnikov na športnika. • Poznali bodo različne metode višinske in vročinske aklimatizacije ter bodo sposobni njihove implementacije v trenažni process. • Razumeli bodo prednosti in omejitve uporabe različnih okoljskih dejavnikov za terapevtske namene. • Sposobni bodo pridobivati in kritično ovrednotiti literaturo na področju okoljske športne fiziologije. • Sposobni bodo načrtovati in izvajati enostavnejše znanstveno/raziskovalne projekte na področju okoljske fiziologije. | <p>Intended learning outcomes:</p> <p>Students will know and understand the basic physiological principles and mechanism governing adaptation of humans to various extreme environments.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Students will be able to critically distinguish potential positive and negative effects of environmental factors on athletes. • Students will understand and know how to utilize different methods of altitude and heat acclimation. • Students will understand the potential and limitations of therapeutic environmental strategies in clinical populations. • Students will be able to critically evaluate the scientific literature covering the field of environmental exercise physiology. • Students will be able to plan and execute basic environmental physiology research projects. |
|--|--|

| | |
|---|---|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Predavanja, seminarji, seminarska naloga, vaje.</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> <p>Lectures, seminars, coursework, tutorial.</p> |
|---|---|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|----------------------------|---------------------|----------------------|
| Seminar z zagovorom | 50,00 % | Seminar presentation |
| Pisni izpit | 50,00 % | Written exam |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>doc. dr. Tadej Debevec:</p> <p>Izbrane publikacije / Selected publications</p> |
|---|

Debevec T. Hypoxia-related hormonal appetite modulation in humans during rest and exercise: Mini review. *Frontiers in Physiology*. (2017) 8(366).

Kapus J., Mekjavić I.B., McDonnell A.C., Ušaj A., Vodičar J., Najdenov P., Jakovljević M., Jaki Mekjavić P., Žvan M. & Debevec T. Cardiorespiratory responses of adults and children during normoxic and hypoxic exercise. *International Journal of Sports Medicine*. (2017) 38(8): 627-636.

Debevec T., Millet G.P. & Pialoux V. Hypoxia-induced oxidative stress modulation with physical activity. *Frontiers in Physiology*. (2017) 8(84).

Debevec T., Simpson E.J., Mekjavić I.B., Eiken O. & Macdonald I.A. Effects of prolonged hypoxia and bed rest on appetite and appetite-related hormones. *Appetite*. (2016) 107: 28-37.

Debevec T., Pialoux V., Ehrström S., Ribon A., Eiken O., Mekjavić I.B. & Millet G.P. FemHab: The effects of bed rest and hypoxia on oxidative stress in healthy females. *Journal of Applied Physiology*. (2016) 120: 930-938.

Debevec T., Pialoux V., Saugy J., Schmitt L., Cejeuela R., Mury P., Ehrström S., Faiss R., Millet, G.P. Prooxidant/antioxidant balance in hypoxia: a cross-over study on normobaric vs. hypobaric "live high-train low". *PLOS ONE*. (2015) e0137957-1-e0137957-14.

Debevec T., Bali T.C., Simpson E.J., Macdonald I.A., Eiken O. & Mekjavić I.B. Separate and combined effects of 21-day bed rest and hypoxic confinement on body composition. *European Journal of Applied Physiology*. (2014) 114(11): 2411-25.

Debevec T., Simpson E.J., Macdonald I.A., Eiken O. & Mekjavić I.B. Exercise training during normobaric hypoxic confinement does not alter hormonal appetite regulation. *PLOS ONE*. (2014) 9(6):e98874.

Debevec T., McDonnell A.C., Macdonald I.A., Eiken O. & Mekjavić I.B. Whole body and regional body composition changes following 10-day hypoxic confinement and unloading/inactivity. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. (2014) 39(3):386-395.

Debevec T., Pialoux V., Mekjavić I.B., Eiken O., Mury P. & Millet G.P. Moderate exercise blunts oxidative stress induced by normobaric hypoxic confinement. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. (2014) 46(1):33-41.

Debevec T. & Mekjavić I.B. Short intermittent hypoxic exposures augment ventilation but do not alter cerebral and muscle oxygenation during hypoxic exercise. *Respir Physiol Neurobiol*. (2012) 118(2): 132-142.

Debevec T., Keramidias M.E., Norman B., Gustafsson T., Eiken O. & Mekjavić I.B. Acute short-term hyperoxia followed by mild hypoxia does not increase EPO production: resolving the "normobaric oxygen paradox". *Eur. J. Appl. Physiol*. (2012) 112(3): 1059-65.

Debevec T., Amon M., Keramidias M.E., Kounalakis S.N., Pišot R. & Mekjavić I.B. Normoxic and hypoxic performance following 4 weeks of normobaric hypoxic training. *Aviat. Space Environ. Med*. (2010). 81(4): 387-393.

TENIS

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--------|
| Predmet: | Tenis |
| Course title: | Tennis |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | izbirni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043091 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1092 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | 30 | | | 30 | 2 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Aleš Filipčič

Vrsta predmeta/Course type: izbirni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Prerequisites:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

| | |
|---|--|
| Tenis 2 <ul style="list-style-type: none">Različne igrice z loparjiUčenje tenisa skozi igro – 10 korakov do igreOsnove teniških udarcev in gibanj (forhend, dvoročni bekend, servis, volej, smeš)Metodični pristopi in metode pri učenju tenisaTemeljne igralne situacije in udarci pri tenisu | |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">Crespo M. (2003). Tennis medicine for tennis coaches. London: International Tennis Federation.Filipčič A, T. Filipčič. (2003). Tenis–učenje. Ljubljana: Fakulteta za šport.Filipčič A. (2000). Tenis–tehnika in taktika. Ljubljana: Fakulteta za šport.Filipčič A. (2001). Tenis–treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport.Filipčič A., Završki S., Čoh, M. (2007). Teniška motorika. Ljubljana: Fakulteta za šport.Schönborn R., H. Kraft, H. Grosser. (2000). Speed training for tennis. Achen: Meyer&Meyer sport. |
|---|

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

| | |
|--|--|
| <p>Cilji: Tenis 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Poznavanje značilnosti mini in midi tenisa, igralnih situacij pri mini in midi tenisu Sposobnost načrtovanja, organizacije, izvedbe in nadzora vadbe tenisa <p>Predmetno specifične kompetence: Tenis 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Obvladanje udarcev in osnov teniške taktike <p>Obvladanje igralnih situacij pri igri posameznikov in dvojic</p> | |
|--|--|

| | |
|---|---|
| <p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje: Znanje udarcev, sposobnost uporabe postopkov učenja in razvoja udarcev.</p> <p>Uporaba: Uporaba pri poučevanju tenisa v šoli, pri interesnih dejavnostih v šoli, društvih</p> <p>Refleksija: Sposobnost izpopolnjevanja svojih igralnih in pedagoških sposobnosti</p> | <p>Intended learning outcomes:</p> |
|---|---|

| | |
|---|--|
| <p>Metode poučevanja in učenja:</p> <p>Vaje, delo v skupini, individualne naloge, sodelovalno učenje / poučevanje, aktivno (refleksivno) poučevanje, delavnice, hospitacije, nastopi, pedagoška praksa</p> | <p>Learning and teaching methods:</p> |
|---|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|--------------------|
| <p>Ustni /pisni izpiti, seminarske naloge, praktična naloga Ocena učnih, organizacijskih in trenerskih sposobnosti pri učenju in razvoju udarcev Ocena igralnih in trenerskih sposobnosti pri individualnem in skupinskem treningu z različnimi cilji (teniški, psihološki, kondicijski, integralni) Pogoji za opravljanje teoretičnega izpita je ustrezna prisotnost na vajah. Ustni ali pisni izpit. Ocenjevalna lestvica: 6-10 (pozitivno) oz. 5 (negativno). Za praktične naloge je ocenjevalna lestvica: opravil, ni opravil.</p> | | |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <p>Ocenjevalna lestvica:</p> | <p>Grading system:</p> |
|-------------------------------------|-------------------------------|

| |
|--|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>FILIPČIČ, Aleš, PISK, Leon, FILIPČIČ, Tjaša. Relationship between the results of selected motor tests and competitive successfulness in tennis for different age categories = Povezanost rezultata odabranih testov motoričkih sposobnosti i natjecateljske uspješnosti mladih tenisačica i tenisača različnih dobnih kategorija. <i>Kinesiology</i>, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2010, vol. 42, issue 2, str. 175-183, tabele. [COBISS.SI-ID 3978161], [JCR, SNIP, WoS do 7. 5. 2016: št. citatov (TC): 2, čistih citatov (CI): 2, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0.67, normirano št. čistih citatov (NC): 7, Scopus do 7. 3. 2016: št. citatov (TC): 1, čistih citatov (CI): 1, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0.33, normirano št. čistih citatov (NC): 1]. Baza: SSCI, IF=0,525.</p> |
|--|

FILIPČIČ, Aleš, LESKOŠEK, Bojan, ŠARABON, Nejc, FILIPČIČ, Tjaša. Secular trends in body dimensions among young tennis players from 1992 to 2008 = Tendencias seculares en las dimensiones corporales entre tenistas jóvenes desde 1992 hasta 2008. *International Journal of Morphology*, ISSN 0717-9367, 2012, vol. 30, no. 4, str. 1558-1568, graf. prikazi. <http://www.scielo.cl/pdf/ijmorphol/v30n4/art47.pdf>. [COBISS.SI-ID 2377939], [JCR, SNIP, WoS do 24. 3. 2014: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0, normirano št. čistih citatov (NC): 0, Scopus do 24. 3. 2014: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0, normirano št. čistih citatov (NC): 0]. Baza: SCI, IF=0,234.

FILIPČIČ, Aleš, PANJAN, Andrej, REID, Machar, CRESPO, Miguel, ŠARABON, Nejc. Tournament structure and success of players based on location in men`s professional tennis. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968. [Online ed.], june 2013, vol. 12, issue 2, str. 354-361, tabele, graf.

prikazi.<http://www.jssm.org/vol12/n2/18/v12n2-18text.php>, <http://www.jssm.org/content.php>.

[COBISS.SI-ID 4358065], [JCR, SNIP, WoS do 4. 12. 2015: št. citatov (TC): 1, čistih citatov (CI): 1, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0.20, normirano št. čistih citatov (NC): 1, Scopus do 4. 12. 2015: št. citatov (TC): 1, čistih citatov (CI): 1, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0.20, normirano št. čistih citatov (NC): 1]. Baza: SCI, IF=0,898.

FILIPČIČ, Aleš, PANJAN, Andrej, ŠARABON, Nejc. Classification of top male tennis players. *International journal of computer science in sport*, ISSN 1684-4769, 2014, vol. 13, no. 1 (part 2, spec. ed.), str. 36-42, ilustr., tabele. [http://www.iacss.org/fileadmin/user_upload/IJCSS_Abstracts/Vol13_2014_Ed1/IJCSS-](http://www.iacss.org/fileadmin/user_upload/IJCSS_Abstracts/Vol13_2014_Ed1/IJCSS-Volume13_2014_Edition1_Abstract_Filipic.pdf)

[Volume13_2014_Edition1_Abstract_Filipic.pdf](http://www.iacss.org/index.php?id=48), <http://www.iacss.org/index.php?id=48>. [COBISS.SI-ID 1536604612], [SNIP, Scopus do 26. 11. 2014: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0, normirano št. čistih citatov (NC): 0]. Baza: SPORT discus.

FILIPČIČ, Aleš, FILIPČIČ, Tjaša, LESKOŠEK, Bojan. Differences in physical fitness among young tennis players in between 1992 and 2008. *Collegium antropologicum*, ISSN 0350-6134, 2015, vol. 39, no. 1, str. 131-143, ilustr., tabele. <http://www.collantropol.hr/antropo/article/view/93/1096>. [COBISS.SI-ID 10547785], [SNIP, Scopus do 25. 2. 2016: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0, normirano št. čistih citatov (NC): 0]. Baza: SPORT discus.

FILIPČIČ, Tjaša, FILIPČIČ, Aleš. Time characteristics in wheelchair tennis played on hard surfaces.

Kinesiology, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2009, vol. 41, no. 1, str. 67-75, tabele, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID 3645617], [JCR, SNIP, WoS do 8. 4. 2016: št. citatov (TC): 4, čistih citatov (CI): 4, čistih citatov na avtorja (CIAu): 2.00, normirano št. čistih citatov (NC): 14, Scopus do 8. 4. 2016: št. citatov (TC): 3, čistih citatov (CI): 3, čistih citatov na avtorja (CIAu): 1.50, normirano št. čistih citatov (NC): 3]. Baza SPORT discus.

KONDRIČ, Miran (urednik), FILIPČIČ, Aleš (urednik). Scientific approach in table tennis and tennis in Slovenia. Toronto: Sport books publisher, cop. 2009. XIII, 239 str., ilustr., tabele, graf. prikazi. ISBN 978-0-920905-99-9. [COBISS.SI-ID 3577777]

PANJAN, Andrej, ŠARABON, Nejc, FILIPČIČ, Aleš. Prediction of the successfulness of tennis players with machine learning methods. *Kinesiology*, ISSN 1331-1441. [English ed.], jun. 2010, vol. 42, iss. 1, str. 98-106, tabela, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 1832147], [JCR, SNIP, WoS do 7. 5. 2016: št. citatov (TC): 3, čistih citatov (CI): 3, čistih citatov na avtorja (CIAu): 1.00, normirano št. čistih citatov (NC): 11, Scopus do 7. 4. 2016: št. citatov (TC): 2, čistih citatov (CI): 2, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0.67, normirano št. čistih citatov (NC): 2]. Baza: SSCI, IF=0,525.

MUNIVRANA, Goran, FILIPČIČ, Aleš, FILIPČIČ, Tjaša. Relationship of speed, agility, neuromuscular power, and selected anthropometrical variables and performance results of male and female junior tennis players. *Collegium antropologicum*, ISSN 0350-6134, 2015, vol. 39, suppl. 1, str. 109-116, tabele.<http://www.collantropol.hr/antropo/article/view/1343/1196>. [COBISS.SI-ID 4716465], [SNIP, Scopus do 25. 2. 2016: št. citatov (TC): 0, čistih citatov (CI): 0, čistih citatov na avtorja (CIAu): 0, normirano št. čistih citatov (NC): 0]. Baza: SPORT discus.

TURNO SMUČANJE

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| Predmet: | Turno smučanje |
| Course title: | Touring ski |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0090491 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 000 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 15 | 15 | 30 | | | 60 | 4 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Blaž Jereb

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/compulsory

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|------------------------------------|---|
| Pogoji za vpis v študijski letnik. | Enrolment criteria for the appropriate study semester |
|------------------------------------|---|

| Vsebina: | Content (Syllabus outline): |
|---|---|
| TURNO SMUČANJE IN HOJA V SNEGU <ul style="list-style-type: none">• zgodovina in oblike turnega smučanja in hoje v snegu,• orientacija v snegu,• elementi metodike dela gibanja v snegu,• načrtovanje, izvedba in analiza akcij v snegu,• osebna oprema,• tehnična oprema,• oprema za povečanje varnosti,• bivakiranje v snegu,• pogoji za turno smučanje in hojo v snegu,• gibanje in tehnika vodenja v snegu,• tehnika in taktika vzpenjanja v različnih vrstah snega,• tehnika in taktika smučanja v različnih vrstah snega,• organizacija in vodenje turne smuke,• nevarnosti v gorah v snegu, | SKI TOURING AND SNOWSHOEING <ul style="list-style-type: none">• history and classification,• orientation,• methodology,• planning, implementation and analysis of activities in snow,• personal equipment,• technical equipment,• safety equipment,• snow bivouac,• conditions,• guidance in the snow,• technique and tactics of climbing in different snow,• technique and tactics of skiing in different snow,• tour organization and leadership,• snow and mountain risks,• preventive measures against snow hazards, |

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • varnostni ukrepi (preventiva, kurativa), • prva pomoč, • reševanje v gorah v snegu. <p>Medpredmetno povezovanje: prva triada (spoznavanje okolja), druga triada (naravoslovje in tehnologija, naravoslovje), tretja triada (biologija, fizika, kemija, tehnika in tehnologija, državljanska vzgoja, etika) in SŠ (biologija, sociologija, psihologija, filozofija, fizika, etika).</p> | <ul style="list-style-type: none"> • first aid, • rescue in the snow mountains. <p>Cross-curricular integration: the first triad (learning about the environment), the second triad (science and technology, natural sciences), the third triad (biology, physics, chemistry, technology and technology, civic education, ethics) and SS (biology, sociology, psychology, philosophy, physics, ethics).</p> |
|---|--|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Bele, J. (2005). Proti vrhovom. Planinska zveza Slovenija, Ljubljana. • Burnik, S. (2003). Turno smučanje, plezanje v ledu in snegu. Fakulteta za šport, Inštitut za šport, Ljubljana. • Črnivec, B., & Terčelj, A. (1997). Skrivnosti nedotaknjenih strmin. Samozaložba, Ljubljana. • Jenčič, I. (1998). Slovenija – turnosmučarski vodnik. Sidarta, Ljubljana. • Kajtna T. idr. (2013). Kako reševati probleme pri dejavnosti v naravi. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana. • Pavšek, M. (2002). Snežni plazovi v Sloveniji. Geografski inštitut Antona Melika ZRC SAZU, Ljubljana. • Rotovnik, B. idr. (2005). Planinska Šola. Planinska zveza Slovenije, Ljubljana. • Rotovnik, B. idr. (2006). Vodniški učbenik. Planinska zveza Slovenije, Ljubljana. Schubert, P. (2004). Nevarnosti v gorah. Planinska zveza Slovenije, Ljubljana. • Šegula P. (1986). Sneg led plazovi. PZS, Ljubljana. • članki iz specializiranih in strokovnih revij. • diplomske naloge s področja gorništv. |
|--|

Cilji in kompetence:

| | |
|--|--|
| <p>Cilji predmeta so:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Študenti bodo dobili temeljna znanja za organizacijo, varno vodenje in poučevanje hoje s krpljami, derezami in smučni po zasneženi pokrajini in igre na snegu. v šolah (osnovna, srednja šola), pri rednem pouku, na športnih dnevih, pri dnevih dejavnosti, v šolah v naravi, izbirnih vsebinah in krožkih. <p>Kompetence so:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bodo razumeli gibanje v snegu kot sredstvo za ohranjanje zdravega načina življenja. • Bodo razumeli gibanje v snegu kot sredstvo za izboljšanje kakovosti življenja. • Bodo poznali vpliv gibanja v snegu na osebne lastnosti. • Bodo poznali vpliv gibanja v snegu na socialni razvoj. • Bodo poznali vpliv gibanja v snegu na gibalne in funkcionalne sposobnosti. • Bodo poznali osnove tehnike in taktike hoje in turnega smučanja v snegu. • Bodo poznali osnove zaščite pred mrazom in termo regulacije pri dejavnostih na snegu, oziroma v zimskem času. • Bodo poznali osnove varnostnih ukrepov za varno gibanje v snegu. • Bodo poznali in razumeli strukturo snega kot osnovnega medija za gibanje v snegu. • Bodo poznali vpliv vremenskih pojavov na strukturo snega, | <h3>Objectives and competences:</h3> <p>Objectives:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Students will receive basic knowledge in organizing, safely guiding and teaching snowshoeing, walking with crampons and skiing in schools (elementary, high school), at regular classes, at sports days, at schools in the nature, and within alternative curricula. <p>Competencies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • To understand the movement in the snow as a part of a healthy lifestyle. • To understand that snow activities can improve the quality of life. • To know the basics of technique and tactics of snowshoeing and snow touring. • To know the basics of protection against environmental hazards in the winter. • To know the preventative measures to keep them out of hazards. • To know and understand the snow mechanics. • To know the impact of the weather on the snow structure. • To know the basics of various rescue techniques. • To understand the ecology and the human impact on the environment. |
|--|--|

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Bodo poznali osnove fizikalnih zakonitosti snega. • Bodo poznali osnove različnih tehnik reševanja izpod plazu. • Bodo razumeli in poznali ekologijo za izvajanje gibanja v snegu. • Bodo razumeli in poznali pokrajino kot naravno okolje za izvajanje gibanja v snegu. | |
|---|--|

| | |
|--|---|
| Predvideni študijski rezultati: | Intended learning outcomes: |
| Znali bodo organizirati in varno izvajati hojo in turno smučanje v gorah in izven urejenih smučišč. Sposobnost prilagajanja različnim (lahko tudi nepredvidljivim) situacijam. | They will be able to organize and safely guide walking and skiing tours in the mountains and out of the ski slopes. Ability to adapt to different (as well as unpredictable) situations. |

| | |
|--|---|
| Metode poučevanja in učenja: | Learning and teaching methods: |
| predavanja, seminar, vaje in individualno delo | Lectures, seminars, field work, individual work |

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|----------------------------|---------------------|---------------------|
| Teoretični izpit | 50,00 % | Theoretical test |
| Praktični izpit | 40,00 % | Practical assesment |
| Seminarska naloga | 10,00 % | Essay |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|---|
| <p>Reference nosilca/Lecturer's references:</p> <p>Izr. prof. dr. BLAŽ JEREB Najpomembnejša dela: JEREB, Blaž, ŠORN, Mitja, BURNIK, Stojan. Frekvenca srca pri začetnikih turnega smučanja. Šport, ISSN 0353-7455, 2005, let. 53, št. 1, str. 13-16. JEREB, Blaž, BURNIK, Stojan, KARPLJUK, Damir. Heart rate responses to uphill walking in 9- to 10-yr old boys and girls = Frekvenca srca 9 in 10-letnih dečkov in deklic pri hoji navkreber. Kinesiol. Slov. (Print). [Print ed.], 2003, letn. 9, št. 1, str. 18-27. BURNIK, Stojan, ČOH, Milan, KARNIČAR, Andrej, JEREB, Blaž. Neki aspekti treninga slovenačkih turni skijaša. V: BJELICA, Duško (ur.). Zbornik radova sa VI Kongresa i VII Međunarodne naučne konferencije Crnogorske sportske akademije, Podgorica, september 2010, str. 6-11. UŠAJ, Anton, JEREB, Blaž, PRITRŽNIK, Robert, DUVILLARD, Serge P. von. The influence of strength-endurance training on the oxygenation of isometrically contracted forearm muscles. Eur. j. appl. physiol. (Print). [Print ed.], 2007, vol. 100, no 6, str. 685-692. DEBEVEC, Tadej, BURNIK, Stojan, JEREB, Blaž. Dynamics of heart rate under step test loadings as an indicator of altitude acclimatisation = Dinamika frekvence srca med step testom kot kazalec aklimatiziranosti na povečano nadmorsko višino. Kinesiol. Slov. (Print). [Print ed.], 2007, letn. 13, št. 1, str. 5-13.</p> |
|---|

UČNA PRAKSA V OSNOVNI ŠOLI - IZBIRNOST

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|--|
| Predmet: | Učna praksa v osnovni šoli - izbirnost |
| Course title: | Practical pedagogical training in primary school - selectivity |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 2. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043074 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 554 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 90 | | | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Gregor Jurak, Marjeta Kovač

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/compulsory

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|--|--|
| Vpis v prvi letnik drugostopenjskega študijskega programa. | Prerequisites: Enrollment in the first year of the master study program. |
|--|--|

Vsebina:

Pedagoška praksa študentov naj bi premostila razkorak med teorijo, ki si jo pridobijo na matični fakulteti, in neposredno šolsko prakso, ustvariti pa je treba takšno razmerje, v katerem sta v interaktivnem odnosu izkustvo (praksa) in premislek o tem izkustvu (teorija). Študenti, bodoči učitelji, ne morejo začeti razvijati svojega lastnega profesionalnega znanja, dokler ne vstopijo v razred. Splošno je znano, da gre pri profesionalnem razvoju študentov za proces, v katerem se študenti ob pridobivanju znanj, izkušenj in odgovornosti pomikajo proti kompleksnejšim vzorcem mišljenja in pridobivanju ustreznih kompetenc. Cilji pedagoške prakse tako vključujejo integracijo pedagoških veščin s posredovanjem znanj, pridobivanje samozavesti, sposobnost navezovanja stikov in spoznavanje učencev, spoznavanje administrativnih dolžnosti učitelja. To je za mnoge

Content (Syllabus outline):

Practical pedagogical training (PPT) of students is supposed to bridge the gap between the theory they acquire at the faculty and the school practice. It is important to create such relationship in which experience (practice) is interactive with reflection on this experience (theory). Students, future teachers, can develop their own professional knowledge when they enter the class. Professional development of students involves a process in which students, in acquiring knowledge, experience and responsibility, move towards more complex patterns of thinking and acquiring appropriate competences. The goals of PPT thus include integration of pedagogical skills through the transfer of knowledge, gaining self-confidence, the ability to get in touch and get to know the students, learn about the administrative duties of the teacher. For many students the

študente tudi čas dramatičnih sprememb v stališčih do poučevanja, saj mnogi prihajajo z vzorci, ki so jih bili deležni v času svojega šolanja.

Pri tem učitelj s fakultete in učitelj-mentor opazujeta študenta in mu svetujeta, kako naj prenese teoretično in praktično znanje, pridobljeno v času študija, v pouk. Ob opazovanju analizirata študentovo poznavanje vsebine predmeta, tehnike poučevanja in psihopedagoške pristope. Ob koncu vsake ure se učitelj-mentor z njim pogovori in ga spodbuja k iskanju različnih rešitev. Pri tem je izjemno pomembno, da je njegovo opazovanje študenta čim bolj natančno, povratne informacije pa spodbudne. Za opazovanje študenta imamo poseben inštrument – protokol spremljave študenta. S tem zasledujemo tako formalne (spodbujanje mentorjev k sistematičnemu, a kritičnemu, selektivnemu opazovanju študentov) kot vsebinske cilje (priprava in ravnanje študenta, uporabo učnih metod in oblik, pripomočkov, odzivanje učencev, dinamika pouka ...).

Tako vsi učitelji-mentorji opazujejo študente po posebnem enotnem protokolu in jih ovrednotijo na merilni lestvici ob začetku ter na koncu študentovega pedagoškega opazovanja. Izdelajo tudi profil napredka študenta. Ocena začetnega stanja pomaga učitelju-mentorju, da se osredotoči pri delu s študentom predvsem na tista področja, kjer je opazil, da ima študent težave. Iz profila napredka študent vidi svoja močna področja in svoje šibke točke, mentor pa mu svetuje, kako naj izboljša določene spretnosti. Ker izdelajo svoj profil tudi študenti, lahko ugotovijo, v kolikšni meri so bili kritični do svojega usposabljanja. S pomočjo analize osebnih profilov študentov ugotavljamo tudi, kje so pomanjkljivosti v pripravi študentov na bodoči poklic.

Temeljna vsebinska področja:

Hospitacije na različnih šolah pod vodstvom učitelja s fakultete. Študenti si ogledajo vsebinsko različne ure na različnih ravneh šolanja (prvo, drugo, tretje vzgojno-izobraževalno obdobje) in na različnih šolah (javne, zasebne, šole s prilagojenim programom), ki jih vodijo učitelji z različnimi pedagoškimi stili.

Uvodni učni nastop pod vodstvom učitelja s fakultete, ki poda študentu navodila za nadaljnje delo.

Opazovanje mentorja.

Skupno poučevanje.

Dinamika pouka.

Samostojne dejavnosti študenta (analiziranje stanja, priprava tematskih priprav, izpeljava posameznih ur, analiziranje ur, pedagoške strategije ravnanja, izdelava didaktičnih gradiv, uporaba didaktičnih pristopov).

Subjektivni in objektivni vidiki varnosti pri izpeljavi pouka.

Prepoznavanje posebnosti posameznih otrok.

Zasebnost otrok.

Kritično ovrednotenje poteka dela in odzivanja učencev.

Vključevanje v druge dejavnosti šole.

induction to teaching is also the time to dramatically change attitudes to teaching, as many come with patterns that they have received during their schooling.

During PPT the teacher-mentor observes the student and advises him how to transfer the theoretical and practical knowledge acquired during the course of studies into the classroom. During the observation, he/she analyses the student's knowledge of subject contents, teaching techniques and psycho-pedagogical approaches. At the end of each lesson he/she advises and encourages student to find different solutions. It is extremely important that his/her observation of the student is as precise as possible and the feedback is encouraging.

For the student's observation, we have a special instrument - the student's follow-up protocol. We thus pursue both formal (encouraging mentors to systematic, but critical, selective observation of students) as well as content goals (preparation and handling of students, use of teaching methods and forms, tools, student response, learning dynamics, etc.).

Thus, all teachers-mentors observe students by a special unified protocol and evaluate them on a measuring scale at the beginning and at the end of the student's PPT. They also create a student's progress profile. The assessment of the starting state helps the teacher-mentor to focus on working with students, especially in those areas where he noticed that the student has problems. From the progress profile, the student sees his/her strong and weak points, and the mentor advises him how to improve certain skills. Because students also create their own profile, they can find out to what extent they have been critical of their training. By analysing personal profiles of students, we also identify where there are deficiencies in the preparation of students for the future profession.

Basic content areas:

Hospitations under the guidance of teacher-educators.

Students observe lessons that vary in content, the developmental levels of pupils (different triennium), the type of school (public, private, school for pupils with special needs), and the pedagogical style of the observed teachers.

Induction to independent teaching in school setting.

The induction is surveilled by a teacher-educator from the faculty in order to provide advice for future work

Observing the mentor' work.

Joint teaching.

The dynamics of instruction.

Individual student activities (analysing the situation, thematic preparations, carrying out individual lessons, analysing lessons, pedagogical strategies, preparation of didactic materials, use of didactic approaches).

| | |
|--|---|
| <p>Spoznavanje šolske dokumentacije. Prepoznavanje avtonomije učitelja. Komunikacija učitelj – učenec, učitelj – starši.</p> | <p>Subjective and objective safety aspects of teaching. Identifying the special features of individual children. Children's privacy. Critical evaluation of the teaching process and response of pupils. Inclusion in other school activities. Getting to know school administration. Recognizing the teacher's autonomy. Communication teacher - student, teacher - parents.</p> |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|---|
| <p>Cvetek, S. (2004). Pedagoška praksa in njen pomen za izobraževanje učiteljev. Čagran, B., Otič, M. (2005). Visokošolski didaktiki in pedagoška praksa. Raziskovalno poročilo. Pedagoška fakulteta, Univerza v Mariboru. (Pridobljeno, 20.9.2007 z http://www.pfmb.uni-mb.si/partnerstvo/partnerstvo.htm). Devjak, T. (2005): Partnerstvo fakultete in vzgojno izobraževalnih zavodov: izobraževanje – praksa – raziskovanje. Str. 105-127. Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Hatton, N., Smith, D. (1995). Reflection in Teacher Education: Towards Definition and Implementation. Sydney: The University of Sydney. Kansanen, P. (1999). Research-Based Teacher Education / Raziskovalno zasnovano izobraževanje učiteljev. Izobraževanje učiteljev za prenovljeno šolo / Teacher Education for Changing School. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani, str. 135-42. Strel, J. et al (2006). Praktično pedagoško usposabljanje študentov Fakultete za šport - navodila za študente Fakultete za šport in učitelje – mentorje. Priročnik. Ljubljana: Fakulteta za šport. (Pridobljeno, 20.9.2007 z http://projekt.sportfolio.si/2006/09/28/prirocnik-za-ppu-2006-07/).</p> |
|---|

Cilji in kompetence:

| | |
|---|--|
| <p>Sodobni trendi na področju izobraževanja učiteljev poudarjajo izjemen pomen praktičnega pedagoškega usposabljanja. Študent lahko v avtentičnih situacijah povezuje teoretične principe, ki jih je spoznal v času študija, s prakso. Tako razvija pedagoški način razmišljanja, ki ne temelji le na občutkih, ampak je podprt z argumenti, ki izhajajo iz raziskovalnih spoznanj in teoretičnih konceptov (Kansanen, 1999). Poleg praktičnih izkušenj uporabe didaktičnih tehnik študent pridobiva samozavest, navaja se na samostojnost v pedagoškem ravnanju ter spozna svoje prednosti in pomanjkljivosti, kar mu lahko pomaga pri oblikovanju v avtonomno učiteljsko osebnost.</p> <p>Na mentorski pedagoški praksi si študenti pod vodstvom mentorjev pridobijo osnovne spretnosti pri poučevanju obveznega programa v osnovni šoli. Naučijo se samostojno načrtovati in voditi pedagoški proces pri rednih urah športne vzgoje, izbirnih predmetih, v podaljšanem bivanju in na športnih dneh. Spoznajo predpisane učne načrte za osnovno šolo in izbirne predmete, letni delovni načrt šole, učiteljevo pripravo na pouk, načrtovanje športnovzgojnega procesa na mezo ravni (tematska priprava), uresničevanje postavljenih ciljev, izbiro vsebin, ustreznih metodičnih postopkov in učnih metod ter oblik, prilagojenih razvojni stopnji otrok, organizacijske prijeme v različnih razredih, načrtovanje obremenitev, vodenje športnovzgojnega</p> | <p>Objectives and competences:</p> <p>Modern trends in the field of teacher education emphasize the exceptional importance of PPT. In authentic situations, a student can integrate the theoretical principles he has learned during the course of studies, with practice. Thus he/she develops a pedagogical way of thinking, which is not only based on feelings, but is supported by arguments derived from research findings and theoretical concepts (Kansanen, 1999). In addition to the practical experience of using didactic techniques, the student gets self-confidence, mentions independence in pedagogical behavior, and realizes his advantages and disadvantages, which can help him/her to become an autonomous teacher.</p> <p>Under the guidance of mentors, students-teachers acquires basic skills in teaching a compulsory program in primary school. They learn to independently plan and lead the pedagogical process during regular classes of PE, elective courses, extended stay and sports days. They get acquainted with the prescribed curricula for primary school and elective subjects Sport, the annual work plan of the school, the teacher's preparation for classes, the design of the thematic preparation, the realization of the set goals, the implementation of content, the appropriate learning procedures and learning methods and forms according to level of physical fitness and knowledge of children, organizational approaches in different classes, load planning, management of educational process,</p> |
|---|--|

| | |
|---|---|
| <p>procesa, spremljanje in vrednotenje dela, vodenje šolske dokumentacije.</p> <p>Pridobijo temeljne spretnosti uporabe učne tehnologije, naučijo se izbrati ustrezne didaktične korake v različnih stopnjah učnega procesa ter pedagoška ravnanja pri različnih učnih situacijah. Znano analizirati svoje delo in na podlagi povratnih informacij načrtovati naslednje korake.</p> | <p>evaluating learning process, keeping school administration.</p> <p>Students acquire basic skills in the use of learning technology, learn to choose the appropriate didactic steps at different stages of the learning process and pedagogical behavior in different learning situations. They can analyze their work and plan the following steps on the basis of feedback.</p> |
|---|---|

Predvideni študijski rezultati:

| |
|---|
| <p><i>Znanje in razumevanje:</i></p> <p>Znanje konkretizacije in operacionalizacije uradnih učnih načrtov.</p> <p>Razumevanje uporabe različnih načrtovalnih in pedagoških strategij v izvedbi pouka.</p> <p>Razumevanje pomena kritičnega ovrednotenja lastnega dela in nujnosti postopnega vpeljevanja v pedagoški proces.</p> <p><i>Uporaba:</i></p> <p>Znanje izdelave tematske priprave.</p> <p>Uporaba znanja in spretnosti, pridobljenih v času študija, pri poučevanju.</p> <p><i>Refleksija:</i></p> <p>Kritično ovrednotenje izpeljave pouka na različnih ravneh šolanja in iskanje različnih možnosti reševanja problemov v skupini.</p> |
|---|

Intended learning outcomes:

| |
|--|
| <p><i>Knowledge and Understanding:</i></p> <p>Knowledge of the operationalization of official curricula.</p> <p>Understanding the use of different planning and pedagogical tactics in the performance of lessons.</p> <p>Understanding the importance of critical evaluation of one's own work and the necessity of gradual introduction into the pedagogical process.</p> <p><i>Application:</i></p> <p>Knowledge of preparing thematic preparation.</p> <p>Application of knowledge and skills acquired during study, in teaching.</p> <p><i>Reflection:</i></p> <p>Critical evaluation of the delivery of lessons at different levels of schooling and the search for different options for solving problems in the group.</p> |
|--|

Metode poučevanja in učenja:

| |
|--|
| <p>Hospitacije, učni nastopi.</p> <p>Individualno delo učitelja in študenta.</p> |
|--|

Learning and teaching methods:

| |
|--|
| |
|--|

Načini ocenjevanja:

| |
|--|
| <p>(a) Pozitivna ocena didaktičnih gradiv.</p> <p>(a) Pozitivna ocena uvodnega učnega nastopa (opr./ ni opr.). (b) Pozitivna ocena didaktičnih gradiv (opr./ni opr.). (c) Pozitivna ocena mentorja (opr./ni opr.).</p> |
|--|

Delež/Weight

| |
|--|
| |
|--|

Assessment:

| |
|--|
| <p>(a) Positive assessment of the introductory learning performance. (b) Positive assessment of didactic materials. (c) Positive evaluation of the mentor.</p> |
|--|

Ocenjevalna lestvica:

| |
|--|
| |
|--|

Grading system:

| |
|--|
| |
|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| <p>prof. dr. MARJETA KOVAČ</p> <p>Na Fakulteti za šport je diplomirala leta 1980, magistrirala leta 1989, doktorirala pa leta 1999. Je predstojnica Oddelka Športna vzgoja. Njena bibliografija obsega 1087 bibliografskih enot.</p> <p>Njeno znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj in gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, ocenjevanja, vloge športne vzgoje v kurikulumu, delovnih pogojev, zdravstvenih težav in kompetenc učiteljev športne vzgoje. Dvakrat je bila predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je članica uredniških odborov in recenzentka v različnih znanstvenih revijah.</p> <p>Predava na dodiplomskem in doktorskem študiju na Fakulteti za šport in Kinesiološkem fakultetu v Zagrebu. Je prva avtorica vseh veljavnih slovenskih učnih načrtov za športno vzgojo. Kot expert za kurikulum pri Unesco je pomagala pri prenovi šolskega sistema in pripravi učnih načrtov na Kosovu. Napisala je tri univerzitetne učbenike z recenzijo in številne druge priročnike. Vodila je Komisijo za preverjanje in</p> |
|--|

ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja, vzpostavila je programe šolskih športnih tekmovanj, plavalnega opismenjevanja, dodatne športne programe za otroke, vsa leta pa sodeluje z Zavodom RS za šolstvo, Zavodom RS za šport Planica, Zvezo društev športnih pedagogov Slovenije, Republiškim izpitnim centrom. Je predstavnica Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov).

Prof. Marjeta Kovač graduated in 1980. In 1989 she finished her master's degree and in 1999 she finished her PhD. She is a head of the Department for Physical Education. Her bibliography contains 1087 bibliographic units. Her scientific research focuses on the field of environmental factors that affect physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, evaluation, the role of physical education in the curriculum, working conditions, health problems and competences of PE teachers. She was the president of the Scientific Council of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). She is a member of editorial boards and reviewer in various scientific journals.

She is the first author of the current Slovenian curriculum for Physical Education. She helped in the renovation and the preparation of the school system curricula in Kosovo. She wrote three university textbooks with revision and a number of other manuals. She led the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education. She instituted programs of school sports competitions, swimming literacy and additional sports programs for children. She is collaborating with the National Educational Institute, Institute for Sport Planica, Federation of Associations of Physical Education teachers and with the National examination Centre. She is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP).

prof. dr. GREGOR JURAK

Na Fakulteti za šport je diplomiral 1996, magistriral leta 1999, doktoriral pa leta 2002. Magistriral je tudi na Ekonomski fakulteti leta 2006. Njegova bibliografija obsega več kot 500 bibliografskih enot.

Njegovo znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj otrok ter gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, delovnih pogojev, zdravstvenih težav, kompetenc učiteljev športne vzgoje in preučevanje nekaterih vidikov managementa v športu. Je prvi avtor nacionalnega programa športa in soavtor več športnih projektov v slovenskem športu. Dvakrat je bil predsednik organizacijskega odbora mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je član uredniških odborov in recenzent v različnih znanstvenih revijah. Bil je predsednik Razširjene predmetne komisije za športno vzgojo na Zavodu za šolstvo RS, član Komisije za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja na Republiškem izpitnem centru, vodja plavalnega opismenjevanja na Zavodu za šport Slovenije, soavtor športnih programov za otroke (npr. Krpan), član različnih posvetovalnih organov Zavoda za šport RS Planica in član Strokovnega sveta za šport. Je predstavnik Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov), prvi avtor novega nacionalnega programa športa in soavtor sedmih univerzitetnih učbenikov z recenzijo in nekaj drugih priročnikov.

Prof. Gregor Jurak graduated at the Faculty of Sports, University of Ljubljana in 1996, finished his master in 1999 and his PhD in 2002. He also finished his master degree in 2006 at the Faculty of Economics, University of Ljubljana. His bibliography includes more than 500 bibliographic units. His scientific research focuses on the field of environmental factors that are affecting physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, working conditions, health problems, competences of PE teachers and study of some aspects of management in sport. He is the author of the National sports program and co-author of several sports projects in the Slovenian sport. He was chairman of the organizing committee of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). He is an editorial board member and reviewer for many scientific journals. He was the president of the Enlarged subject committees for physical education at the Institute for Education in Republic of Slovenia, member of the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education, head of swimming literacy at the Institute for Sport Planica and co-author of sports programs for children (e.g. Krpan). He was also a member of various advisory bodies at the Institute for Sport Planica and the member of the Expert Council for Sport. He is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP), first author of a new National program of sports and co-author of seven university textbooks and some other manuals.

Najpomembnejša dela obeh nosilcev:

The most important work of both:

Znanstveni članki / Scientific articles:

1. ŠTIHEC, Jože, KOVAČ, Marjeta. Vpliv eksperimentalnega programa vadbe na razvoj nekaterih morfoloških in motoričnih dimenzij 8 letnih učencev in učenk = The influence of an experimental

- programme of physical education on the development of some morphologic and motor dimensions of 8 year old pupils. *Kinesiol. Slov. (Print)*. [Print ed.], 1992, let. 1, št. 1, str. 71-74. [COBISS.SI-ID [72275456](#)]
2. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko. Impact of the additional physical education lessons programme on the physical and motor development of 7- to 10-year-old children. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], dec. 2006, vol. 38, no. 2, str. 105-115, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [2913457](#)]
 - 3.
 4. KOVAČ, Marjeta, SLOAN, Stephan, STARČ, Gregor. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' view and future perspectives. *Eur. phy. educ. rev.*, oct. 2008, vol. 14, no. 3, str. 299-323, tabeli, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID [3516337](#)]
 5. JURAK, Gregor, STREL, Janko, LESKOŠEK, Bojan, KOVAČ, Marjeta. Influence of the enhanced physical education curriculum on children's physical fitness = Utjecaj programa kineziološke intervencije na fizičku kondiciju djece. *Croatian journal of education*. [Tiskana izd.], 2011, vol. 13, no. 4, str. 41-59, 60-70, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [4196017](#)]
 6. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Opravičevanje med poukom športne vzgoje v osnovni šoli. *Pedagoš. obz.*, 2011, letn. 26, št. 4, str. 18-31, tabeli. [COBISS.SI-ID [4163761](#)]
 7. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Ali kurikularne spremembe dohajajo spremembe v življenjskih slogih otrok?. *Sodob. pedagog.*, mar. 2009, letn. 60 (126), št. 1, str. 318-333, tabela, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [3591345](#)]
 8. KOVAČ, Marjeta. Assessment of gymnastic skills at physical education - the case of backward roll. *Science of gymnastics journal*, ISSN 1855-7171. [Spletna izd.], 2012, vol. 4, no. 3, str. 25-35, ilustr., tabele. http://www.fsp.uni-lj.si/cvus/zaloznistvo/science_of_gymnastics/. [COBISS.SI-ID [4292529](#)]
 - 9.
 - 10.
 11. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. The prevalence of excess weight and obesity in Slovenian children and adolescents from 1991 to 20 *Anthropological notebooks*, ISSN 1408-032X. [Tiskana izd.], 2012, year 18, no. 1, str. 91-103, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID [4264369](#)]
 12. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Occupational health problems among Slovenian physical education teachers. *Kinesiology*, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2013, vol. 45, no. 1, str. 92-100, tabeli, graf. prikaz. http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=153737. [COBISS.SI-ID [4375729](#)]
 13. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Injuries among Slovenian physical education teachers : a cross-sectional study. *International journal of occupational safety and ergonomics*, ISSN 1080-3548, 2013, vol. 19, no. 1, str. 87-95, ilustr. <http://www.ciop.pl/29782.html>. [COBISS.SI-ID [4348081](#)]
 14. JURAK, Gregor, COOPER, Ashley, LESKOŠEK, Bojan, KOVAČ, Marjeta. Long-term effects of 4-year longitudinal school-based physical activity intervention on the physical fitness of children and youth during 7-year follow-up assessment. *Central european journal of public health*, ISSN 1210-7778, 2013, vol. 21, iss. 4, str. 190-195, ilustr. [COBISS.SI-ID [4465073](#)]
 15. JURAK, Gregor, SORIĆ, Maroje, STARČ, Gregor, KOVAČ, Marjeta, MIŠIGOJ-DURAKOVIĆ, Marjeta, BORER, Katarina, STREL, Janko. School day and weekend patterns of physical activity in urban 11-year-olds : a cross-cultural comparison. *American journal of human biology*, ISSN 1520-6300, March/April 2015, iss. 2, str. 192-200, ilustr. <http://onlinelibrary.wiley.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/doi/10.1002/ajhb.v27.2/issuetoc>, <http://onlinelibrary.wiley.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/doi/10.1002/ajhb.22637/abstract>, doi: 10.1002/ajhb.22637. [COBISS.SI-ID [4570289](#)]
 16. TUL, Miloš, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Perceived importance of Slovenian physical education teachers' professional competencies. *Hacettepe Egitim Dergisi*, ISSN 1300-5340, 2015, vol. 30, issue 1, str. 268-281, tabela. [COBISS.SI-ID [4644017](#)]
 17. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARČ, Gregor. Koncept oblikovanja neobveznega izbirnega predmeta šport v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju šole. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2015, letn. 63, št. 1/2, str. 12-17, ilustr. [COBISS.SI-ID [4703921](#)]
 18. TUL, Miloš, KOVAČ, Marjeta. Profesionalni razvoj učiteljev športne vzgoje. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 11-16. [COBISS.SI-ID [5132209](#)]
 19. MARINŠEK, Miha, KOVAČ, Marjeta. Beliefs of Slovenian early childhood educators regarding the implementation of physical education. *European physical education review*, ISSN 1356-336X, 2018, str. 1-16, doi: 10.1177/1356336X18761538. [COBISS.SI-ID [23738376](#)]

1. JURAK, Gregor, STREL, Janko, KOVAČ, Marjeta, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, BUČAR PAJEK, Maja, FILIPČIČ, Tjaša, KOLAR, Edvard, BEDNARIK, Jakob. *Analiza šolskih športnih dvoran z uporabniškega vidika*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. 229 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-37-9. <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Monografije/Telovadnice.pdf>. [COBISS.SI-ID 273059328]
2. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, STREL, Janko. The importance of research-based evidence for political decisions on physical education. V: HARDMAN, Ken (ur.), GREEN, Ken (ur.). *Contemporary issues in physical education : international perspectives*. Maidenhead [UK]: Meyer & Meyer Sport, 2011, str. 47-68, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 4020145] 2010, let. 58, št. 3/4, str. 16-22, barvna fotogr. [COBISS.SI-ID 3951537]
3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STREL, Janko, STARC, Gregor. *Šport in življenjski slogi slovenskih otrok in mladine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, 2007. [COBISS.SI-ID 3212721]
4. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, STARC, Gregor, JURAK, Gregor. Physical education and education through sport in Slovenia. V: *Physical education and sport education in European Union*, (Dossiers EPS). Paris: Editions Revue EP.S, cop. 2008, str. 389-404, tabela. [COBISS.SI-ID 3338673]
5. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, MAJERIČ, Matej, STARC, Gregor, FILIPČIČ, Tjaša, BEDNARIK, Jakob, KOLENC, Marko, JURAK, Gregor (ur.). *Sports activities of Slovenian children and young people during their summer holidays*. Ljubljana: Faculty of Sport, 2003. 103 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-42-X. [COBISS.SI-ID 124668928]

Učni načrti / Curricula:

1. KOVAČ, Marjeta. *Učni načrt, Program osnovna šola, Šport : neobvezni izbirni predmet*. izd. Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2013. ISBN 978-961-03-0204-9. http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/os/devetletka/program_razsirjeni_Sport_izbirni_neobvezni.pdf. [COBISS.SI-ID 272204288]
2. MARJANOVIČ UMEK, Ljubica, KROFLIČ, Robi, VIDEMŠEK, Mateja, KOVAČ, Marjeta, KRANJČ, Simona, SAKSIDA, Igor, DENAC, Olga, ZUPANČIČ, Tomaž, KRNEL, Dušan, JAPELJ PAVEŠIČ, Barbara, MARJANOVIČ UMEK, Ljubica (ur.). *Otrok v vrtcu : priročnik b Kurikulu za vrtce*. natis. Maribor: Obzorja, 2008, cop. 2001. 193 [5] str., barvne ilustr. in fotogr. ISBN 978-961-230-191-0. [COBISS.SI-ID 60600065]
3. KOVAČ, Marjeta, MARKUN PUHAN, Nives, LORENCI, Breda, NOVAK, Leonida, PLANINŠEC, Jurij, HRASTAR, Iztok, PLETERŠEK, Karmen, MUHA, Vesna. *Učni načrt, Program osnovna šola, Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo, 2011. ISBN 978-961-234-973-8. http://www.mss.gov.si/fileadmin/mss.gov.si/pageuploads/podrocje/os/prenovljeni_UN/UN_sportna_vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID 255949312]
4. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana. *Učni načrt, Izbirni predmet : program osnovnošolskega izobraževanja, Šport : šport za zdranje, izbrani šport, šport za sprostitven*. Ponatis. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2002. 25 str. ISBN 961-234-315-2. [COBISS.SI-ID 4951369]
5. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana, SOTOŠEK, Gorazd, PLESEC, Matjaž, KNEZ, Milan. *Katalog znanja : športna vzgoja : 340 ur : za nove programe srednjega strokovnega izobraževanja (SSI), srednjega poklicno-tehniškega izobraževanja (PTI), pripravljene v skladu z Izhodišči za pripravo izobraževalnih programov nižjega in srednjega poklicnega izobraževanja ter programov srednjega strokovnega izobraževanja*, Ljubljana: MŠZŠ, CPI, SSPSI, 2001.. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo: Evropski socialni sklad: Evropska unija, [2007]. 17 str. http://www.zrss.si/pdf/PPSI_SSI_PTI%20Sportna%20vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID 923516]

Visokošolski učbeniki / University textbooks:

1. JURAK, Gregor, KOLAR, Edvard, KOVAČ, Marjeta, BEDNARIK, Jakob. *Management športnih objektov : od zamisli do uporabe*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2012. 295 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-36-2. [COBISS.SI-ID 264893952]
2. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor. *Izpeljava športne vzgoje : didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. dopolnjena in razširjena izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 201 283 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-30-0. [COBISS.SI-ID 263274240]
3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. *Športnovzgojni karton : diagnostika in ovrednotenje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2011. 83 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-21-8. [COBISS.SI-ID 259671552]
4. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, BUČAR PAJEK, Maja, STARC, Gregor, PAJEK, Jernej, KOVAČ, Marjeta (ur.). *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2004 (i.e. 2005). ISBN 961-6405-89-6. [COBISS.SI-ID 217181184]

UČNA PRAKSA V SREDNJI ŠOLI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|---------------------------------------|--|
| Predmet: | Učna praksa v srednji šoli |
| Course title: | Practical pedagogical training in secondary school |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 2. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043085 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 1002 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| | | | | 90 | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Gregor Jurak, Marjeta Kovač

Vrsta predmeta/Course type: obvezni

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|---|---|
| Vpis v drugi letnik drugostopenjskega študijskega programa. | Prerequisites: Enrollment in the second year of the master study program. |
|---|---|

Vsebina:

| | |
|---|---|
| <p>Pedagoška praksa študentov naj bi premostila razkorak med teorijo, ki si jo pridobijo na matični fakulteti, in neposredno šolsko prakso. V študijskih programih je treba ustvariti takšno razmerje med teorijo in prakso, v katerem sta v interaktivnem odnosu izkustvo (praksa) in premislek o tem izkustvu (teorija). Študenti, bodoči učitelji, ne morejo začeti razvijati svojega lastnega profesionalnega znanja, dokler ne vstopijo v razred. Splošno je znano, da gre pri profesionalnem razvoju študentov za proces, v katerem se študenti ob pridobivanju znanj, izkušenj in odgovornosti pomikajo proti kompleksnejšim vzorcem mišljenja in pridobivanju ustreznih kompetenc. Cilji pedagoške prakse vključujejo integracijo pedagoških veščin s posredovanjem znanj, pridobivanje samozavesti, sposobnost navezovanja</p> | <p>Content (Syllabus outline): Practical pedagogical training (PPT) of students is supposed to bridge the gap between the theory they acquire at the faculty and the school practice. It is important to create such relationship in which experience (practice) is interactive with reflection on this experience (theory). Students, future teachers, can develop their own professional knowledge when they enter the class. Professional development of students involves a process in which students, in acquiring knowledge, experience and responsibility, move towards more complex patterns of thinking and acquiring appropriate competences. The goals of PPT thus include integration of pedagogical skills through the transfer of knowledge, gaining self-confidence, the ability to get in touch and get to know the students, learn about the administrative duties of the teacher. This is also the time for many</p> |
|---|---|

stikov in spoznavanje učencev, spoznavanje administrativnih dolžnosti učitelja.

Pri tem učitelj-mentor opazuje študenta in mu svetuje, kako naj prenese teoretično in praktično znanje, pridobljeno v času študija, v pouk. Ob opazovanju analizira študentovo poznavanje vsebine predmeta, tehnike poučevanja in psihopedagoške pristope, ob koncu vsake ure se z njim pogovori in ga spodbuja k iskanju različnih rešitev. Pri tem je izjemno pomembno, da je njegovo opazovanje študenta čim bolj natančno, povratne informacije pa spodbudne.

Za opazovanje študenta imamo poseben inštrument – protokol spremljave študenta. S tem zasledujemo tako formalne (spodbujanje mentorjev k sistematičnemu, a kritičnemu, selektivnemu opazovanju študentov) kot vsebinske cilje (priprava in ravnanje študenta, uporabo učnih metod in oblik, pripomočkov, odzivanje učencev, dinamika pouka ...).

Tako vsi učitelji-mentorji opazujejo študente po posebnem enotnem protokolu in jih ovrednotijo na merilni lestvici ob začetku ter na koncu študentovega pedagoškega opazovanja ter izdelajo profil napredka študenta. Ocena začetnega stanja pomaga učitelju-mentorju, da se osredotoči pri delu s študentom predvsem na tista področja, kjer je opazil, da ima študent težave. Iz profila napredka študent vidi svoja močna področja in svoje šibke točke, mentor pa mu svetuje, kako naj izboljša določene spretnosti. Ker izdelajo svoj profil tudi študenti, lahko ugotovijo, v kolikšni meri so bili kritični do svojega usposabljanja. S pomočjo analize osebnih profilov študentov ugotovljamo tudi, kje so pomanjkljivosti v pripravi študentov na bodoči poklic.

Temeljna vsebinska področja:

Hospitacije na različnih šolah pod vodstvom učitelja s fakultete. Študenti si ogledajo vsebinsko različne ure na različnih ravneh šolanja (gimnazija, srednje tehniško in srednje poklicno izobraževanje) in na različnih šolah (javne, zasebne, šole s športnimi oddelki), ki jih vodijo učitelji z različnimi pedagoškimi stili.

Opazovanje mentorja.

Skupno poučevanje.

Dinamika pouka, izbirnost kot temeljno vodilo srednješolskih programov.

Analiza poklica bodočega dijaka.

Samostojne dejavnosti študenta (analiziranje stanja, priprava tematskih priprav, izpeljava posameznih ur, analiziranje ur, pedagoške strategije ravnanja, izdelava didaktičnih gradiv, uporaba didaktičnih pristopov)

Subjektivni in objektivni vidiki varnosti pri izpeljavi pouka.

Prepoznavanje posebnosti posameznih dijakov in spoštovanje njihove zasebnosti.

Kritično ovrednotenje poteka dela in odzivanja dijakov.

students to dramatically change attitudes to teaching, as many come with patterns that they have received during their schooling.

During PPT the teacher-mentor observes the student and advises him how to transfer the theoretical and practical knowledge acquired during the course of studies into the classroom. During the observation, he/she analyses the student's knowledge of subject contents, teaching techniques and psycho-pedagogical approaches. At the end of each class he/she advises and encourages student to find different solutions. It is extremely important that his/her observation of the student is as precise as possible and the feedback is encouraging.

For the student's observation, we have a special instrument - the student's follow-up protocol. We thus pursue both formal (encouraging mentors to systematic, but critical, selective observation of students) as well as content goals (preparation and handling of students, use of teaching methods and forms, tools, student response, learning dynamics, etc.).

Thus, all teachers-mentors observe students by a special unified protocol and evaluate them on a measuring scale at the beginning and at the end of the student's PPT. They also create a student's progress profile. The assessment of the starting state helps the teacher-mentor to focus on working with students, especially in those areas where he noticed that the student has problems. From the progress profile, the student sees his/her strong and weak points, and the mentor advises him how to improve certain skills. Because students also create their own profile, they can find out to what extent they have been critical of their training. By analysing personal profiles of students, we also identify where there are deficiencies in the preparation of students for the future profession.

Basic content areas:

Hospitations under the guidance of teacher-educators.

Students observe lessons that vary in content, the type of program (high school, technical school, vocational school), the type of school (public, private, school with sport classes), and the pedagogical style of the observed teachers.

Observing the mentor' work.

Joint teaching.

The dynamics of instruction, choice of contents as the basic guidelines for secondary school programs.

Analysis of the future student's profession.

Individual student activities (analysing the situation, thematic preparations, carrying out individual lessons, analysing lessons, pedagogical strategies, preparation of didactic materials, use of didactic approaches).

Subjective and objective safety aspects of teaching.

Identifying the special features of individual student.

Student's privacy.

| | |
|--|---|
| Vključevanje v druge dejavnosti šole. Spoznavanje šolske dokumentacije. Prepoznavanje avtonomije učitelja. Komunikacija učitelj – dijak, dijak – dijak. | Critical evaluation of the teaching process and response of students. Inclusion in other school activities. Getting to know school administration. Recognizing the teacher's autonomy. Communication teacher - student, teacher - parents |
|--|---|

Temeljna literatura in viri/Readings:

| |
|--|
| <p>Cvetek, S. (2004). Pedagoška praksa in njen pomen za izobraževanje učiteljev.</p> <p>Čagran, B., Otič, M. (2005). Visokošolski didaktiki in pedagoška praksa. Raziskovalno poročilo. Pedagoška fakulteta, Univerza v Mariboru. (Pridobljeno, 20.9.2007 z http://www.pfmb.uni-mb.si/partnerstvo/partnerstvo.htm).</p> <p>Devjak, T. (2005): Partnerstvo fakultete in vzgojno izobraževalnih zavodov: izobraževanje – praksa – raziskovanje. Str. 105-127. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.</p> <p>Hatton, N., Smith, D. (1995). Reflection in Teacher Education: Towards Definition and Implementation. Sydney: The University of Sydney.</p> <p>Kansanen, P. (1999). Research-Based Teacher Education / Raziskovalno zasnovano izobraževanje učiteljev. Izobraževanje učiteljev za prenovljeno šolo / Teacher Education for Changing School. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani, str. 135-42.</p> <p>Strel, J. et al (2006). Praktično pedagoško usposabljanje študentov Fakultete za šport - navodila za študente Fakultete za šport in učitelje – mentorje. Priročnik. Ljubljana: Fakulteta za šport. (Pridobljeno, 20.9.2007 z http://projekt.sportfolio.si/2006/09/28/prirocnik-za-ppu-2006-07/).</p> |
|--|

Cilji in kompetence:

| |
|---|
| <p>Sodobni trendi na področju izobraževanja učiteljev poudarjajo izjemen pomen praktičnega pedagoškega usposabljanja. Študent lahko v avtentičnih situacijah povezuje teoretične principe, ki jih je spoznal v času študija, s prakso. Tako razvija pedagoški način razmišljanja, ki ne temelji le na občutkih, ampak je podprt z argumenti, ki izhajajo iz raziskovalnih spoznanj in teoretičnih konceptov (Kansanen, 1999). Poleg praktičnih izkušenj uporabe didaktičnih tehnik študent pridobiva samozavest, navaja se na samostojnost v pedagoškem ravnanju ter spozna svoje prednosti in pomanjkljivosti, kar mu lahko pomaga pri oblikovanju v avtonomno učiteljsko osebnost.</p> <p>Na mentorski pedagoški praksi si študenti pod vodstvom mentorjev pridobijo predstavo in osnovne spretnosti pri poučevanju v srednji šoli ter pri poteku drugih športnovzgojnih dejavnosti. Ob upoštevanju izbirnosti, ki jo prinašajo učni načrti za srednješolske programe, se naučijo samostojno načrtovati in voditi pedagoški proces pri rednih urah športne vzgoje in na športnih dneh. Spoznajo predpisani učni načrt za določeno srednjo šolo, kjer opravljajo prakso, letni delovni načrt šole, učiteljevo pripravo na pouk, načrtovanje tematskih priprav za športno vzgojo, uresničevanje postavljenih ciljev, izbiro vsebin, ustreznih metodičnih postopkov in učnih metod ter oblik, prilagojenih posebnostim dijakov, organizacijske prijeme, načrtovanje obremenitev, vodenje športnovzgojnega procesa, spremljanje in vrednotenje dela, vodenje šolske dokumentacije. Pridobijo temeljne spretnosti uporabe učne tehnologije, naučijo se izbrati ustrezne didaktične</p> |
|---|

Objectives and competences:

| |
|--|
| <p>Modern trends in the field of teacher education emphasize the exceptional importance of PPT. In authentic situations, a student can integrate the theoretical principles he has learned during the course of studies, with practice. Thus he/she develops a pedagogical way of thinking, which is not only based on feelings, but is supported by arguments derived from research findings and theoretical concepts (Kansanen, 1999). In addition to the practical experience of using didactic techniques, the student gets self-confidence, mentions independence in pedagogical behaviour, and realizes his advantages and disadvantages, which can help him/her to become an autonomous teacher.</p> <p>Under the guidance of mentors, students-teachers acquires basic skills in teaching in secondary school and in other extracurricular PE activities. Taking into account the choice of contents in the curriculum for secondary school programs, they learn to independently plan and lead the pedagogical process during regular classes of PE and sports days. They learn about the prescribed curriculum for a particular secondary school where they practice, the annual work plan of the school, the teacher's preparation for classes, the design of thematic preparations for PE, the realization of the set goals, the choice of content, the appropriate methodological procedures and teaching methods and the forms adapted to the special features of the students, organizational approaches, load planning, running PE, monitoring and evaluating work, keeping school administration. Students acquire basic skills in the use of learning technology, learn to choose the appropriate didactic</p> |
|--|

| | |
|---|---|
| korake v različnih stopnjah učnega procesa ter izbrati ustrezna pedagoška ravnanja pri različnih učnih situacijah. Znajo analizirati svoje delo in na podlagi povratnih informacij načrtovati naslednje korake. | steps at different stages of the learning process and pedagogical behavior in different learning situations. They can analyze their work and plan the following steps on the basis of feedback. |
|---|---|

| | |
|--|--|
| Predvideni študijski rezultati: Znanje in razumevanje: Razumevanje uporabe različnih načrtovalnih in pedagoških strategij v izvedbi pouka. Razumevanje pomena kritičnega ovrednotenja lastnega dela in nujnosti postopnega vpeljevanja v pedagoški proces. Uporaba: Uporaba znanja in spretnosti, pridobljenih v času študija. Upoštevanje načela izbirnosti. Refleksija: Kritično ovrednotenje izpeljave pouka in iskanje različnih motivacijskih prijemov. Kritično ovrednotenje lastnega dela, iskanje svojih močnih in šibkih področij. | Intended learning outcomes: Knowledge and Understanding: Understanding the use of different planning and pedagogical tactics in the management of lessons. Understanding the importance of critical evaluation of one's own work and the necessity of gradual introduction into the pedagogical process. Application: Use of knowledge and skills acquired during the course of studies. Observance of the principle of selectivity. Reflection: Critical evaluation of lesson delivery and searching for different motivational approaches. Critical evaluation of one's own work, searching for its strong and weak areas. |
|--|--|

| | |
|---|--|
| Metode poučevanja in učenja: Individualno delo učitelja in študenta, uporaba komuniciranja prek spletne klepetalnice. | Learning and teaching methods: Individual work of the teacher and student, use of communication via online chat. |
|---|--|

| Načini ocenjevanja: | Delež/Weight | Assessment: |
|--|---------------------|---|
| (a) Pozitivna ocena didaktičnih gradiv. (b) Pozitivna ocena mentorja. | | (a) Positive assessment of didactic materials. (b) Positive evaluation of the mentor. |

| | |
|------------------------------|------------------------|
| Ocenjevalna lestvica: | Grading system: |
| | |

| |
|--|
| Reference nosilca/Lecturer's references: prof. dr. MARJETA KOVAČ Na Fakulteti za šport je diplomirala leta 1980, magistrirala leta 1989, doktorirala pa leta 1999. Je predstojnica Oddelka Športna vzgoja. Njena bibliografija obsega 1087 bibliografskih enot. Njeno znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj in gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, ocenjevanja, vloge športne vzgoje v kurikulumu, delovnih pogojev, zdravstvenih težav in kompetenc učiteljev športne vzgoje. Dvakrat je bila predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je članica uredniških odborov in recenzentka v različnih znanstvenih revijah. Predava na dodiplomskem in doktorskem študiju na Fakulteti za šport in Kinesiološkem fakultetu v Zagrebu. Je prva avtorica vseh veljavnih slovenskih učnih načrtov za športno vzgojo. Kot expert za kurikulum pri Unesco je pomagala pri prenovi šolskega sistema in pripravi učnih načrtov na Kosovu. Napisala je tri univerzitetne učbenike z recenzijo in številne druge priročnike. Vodila je Komisijo za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja, vzpostavila je programe šolskih športnih tekmovanj, plavalnega opismenjevanja, dodatne športne programe za otroke, vsa leta pa sodeluje z Zavodom RS za šolstvo, Zavodom RS za šport Planica, Zvezo društev športnih pedagogov Slovenije, Republiškim izpitnim centrom. Je predstavnica Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov). Prof. Marjeta Kovač graduated in 1980. In 1989 she finished her master's degree and in 1999 she finished her PhD. She is a head of the Department for Physical Education. Her bibliography contains 1087 bibliographic units. Her scientific research focuses on the field of environmental factors that affect physical, motor |
|--|

development and physical skills of children, didactic phenomena, evaluation, role of physical education in the curriculum, working conditions, health problems and competences of PE teachers. She was the president of the Scientific Council of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). She is a member of editorial boards and reviewer in various scientific journals.

She is the first author of the current Slovenian curriculum for Physical Education. She helped in the renovation and the preparation of the school system curricula in Kosovo. She wrote three university textbooks with revision and a number of other manuals. She led the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education. She instituted programs of school sports competitions, swimming literacy and additional sports programs for children. She is collaborating with the National Educational Institute, Institute for Sport Planica, Federation of Associations of Physical Education teachers and with the National examination Centre. She is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP).

prof. dr. GREGOR JURAK

Na Fakulteti za šport je diplomiral 1996, magistriral leta 1999, doktoriral pa leta 2002. Magistriral je tudi na Ekonomski fakulteti leta 2006. Njegova bibliografija obsega več kot 500 bibliografskih enot.

Njegovo znanstveno-raziskovalno delo je usmerjeno na področje okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na telesni in gibalni razvoj otrok ter gibalno kompetentnost otrok, didaktičnih pojavov, delovnih pogojev, zdravstvenih težav, kompetenc učiteljev športne vzgoje in preučevanje nekaterih vidikov managementa v športu. Je prvi avtor nacionalnega programa športa in soavtor več športnih projektov v slovenskem športu. Dvakrat je bil predsednik organizacijskega odbora mednarodnega kongresa Šport mladih (2008, 2010). Je član uredniških odborov in recenzent v različnih znanstvenih revijah. Bil je predsednik Razširjene predmetne komisije za športno vzgojo na Zavodu za šolstvo RS, član Komisije za preverjanje in ocenjevanje znanja ob koncu devetletnega šolanja na Republiškem izpitnem centru, vodja plavalnega opismenjevanja na Zavodu za šport Slovenije, soavtor športnih programov za otroke (npr. Krpan), član različnih posvetovalnih organov Zavoda za šport RS Planica in član Strokovnega sveta za šport. Je predstavnik Slovenije v FIEP (svetovna zveza športnih pedagogov), prvi avtor novega nacionalnega programa športa in soavtor sedmih univerzitetnih učbenikov z recenzijo in nekaj drugih priročnikov.

Prof. Gregor Jurak graduated at the Faculty of Sports, University of Ljubljana in 1996, finished his master in 1999 and his PhD in 2002. He also finished his master degree in 2006 at the Faculty of Economics, University of Ljubljana. His bibliography includes more than 500 bibliographic units. His scientific research focuses on the field of environmental factors that are affecting physical, motor development and physical skills of children, didactic phenomena, working conditions, health problems, competences of PE teachers and study of some aspects of management in sport. He is the author of the National sports program and co-author of several sports projects in the Slovenian sport. He was chairman of the organizing committee of the International Congress of Sport and Youth (2008, 2010). He is an editorial board member and reviewer for many scientific journals. He was the president of the Enlarged subject committees for physical education at the Institute for Education in Republic of Slovenia, member of the Commission for examination and grading knowledge at the end of primary school education, head of swimming literacy at the Institute for Sport Planica and co-author of sports programs for children (e.g. Krpan). He was also a member of various advisory bodies at the Institute for Sport Planica and the member of the Expert Council for Sport. He is the representative for Slovenia in International Federation of Physical Education (FIEP), first author of a new National program of sports and co-author of seven university textbooks and some other manuals.

Najpomembnejša dela obeh nosilcev:

The most important work of both:

Znanstveni članki / Scientific articles:

1. KOVAČ, Marjeta. When social becomes biological: the effect of different physical education curricula on motor and physical development of high-school girls. *Anthropol. noteb.*. [Tiskana izd.], 2006, year 12, no. 2, str. 97-112, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [2887601](#)]
2. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. Morphological characteristics and motor abilities of boys following different secondary-school programmes. *Kinesiology (Zagreb)*. [English ed.], 2007, vol. 39, no. 1, str. 62-73, ilustr., tabele. [COBISS.SI-ID [3084721](#)]
3. KOVAČ, Marjeta, SLOAN, Stephan, STARC, Gregor. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' view and future perspectives. *Eur. phy. educ. rev.*, oct. 2008, vol. 14, no. 3, str. 299-323, tabeli, graf. prikaz. [COBISS.SI-ID [3516337](#)]

4. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Vpliv šolanja v gimnazijskih športnih oddelkih na pogostost in na značilnosti opravičevanja pri športni vzgoji = Frequency and characteristics of excuses given by students attending special sports classes of secondary school to avoid participating in physical education class. *Zdravstveno varstvo*. [Tiskana izd.], 2011, letn. 50, št. 2, str. 95-105, ilustr., tabele. <http://versita.metapress.com/content/b318331805651818/fulltext.pdf>. [COBISS.SI-ID 4036273]
 5. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Ali kurikularne spremembe dohajajo spremembe v življenjskih slogih otrok?. *Sodob. pedagog.*, mar. 2009, letn. 60 (126), št. 1, str. 318-333, tabela, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 3591345]
 6. KOVAČ, Marjeta. Assessment of gymnastic skills at physical education - the case of backward roll. *Science of gymnastics journal*, ISSN 1855-7171. [Spletna izd.], 2012, vol. 4, no. 3, str. 25-35, ilustr., tabele. http://www.fsp.uni-lj.si/cvus/zaloznistvo/science_of_gymnastics/. [COBISS.SI-ID 4292529]
 7. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. Morphological characteristics and motor fitness among girls attending different secondary-school programmes. *International journal of morphology*, ISSN 0717-9502, 2012, vol. 30, no. 2, str. 411-416, ilustr., tabela. <http://www.scielo.cl/pdf/ijmorphol/v30n2/art08.pdf>. [COBISS.SI-ID 4288689]
 8. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor. Secondary school students and their knowledge about health-related physical fitness and sport. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, ISSN 1848-5189. [Tiskana izd.], 2012, vol. 14, no. 4, str. 855-870, 871-880, tabele, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 4320689]
 9. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, LESKOŠEK, Bojan. The prevalence of excess weight and obesity in Slovenian children and adolescents from 1991 to 2011. *Anthropological notebooks*, ISSN 1408-032X. [Tiskana izd.], 2012, year 18, no. 1, str. 91-103, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 4264369]
 10. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Occupational health problems among Slovenian physical education teachers. *Kinesiology*, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2013, vol. 45, no. 1, str. 92-100, tabeli, graf. prikaz. http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=153737. [COBISS.SI-ID 4375729]
 11. KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, HADŽIĆ, Vedran, JURAK, Gregor. Injuries among Slovenian physical education teachers : a cross-sectional study. *International journal of occupational safety and ergonomics*, ISSN 1080-3548, 2013, vol. 19, no. 1, str. 87-95, ilustr. <http://www.ciop.pl/29782.html>. [COBISS.SI-ID 4348081]
 12. TUL, Miloš, LESKOŠEK, Bojan, JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta. Perceived importance of Slovenian physical education teachers` professional competencies. *Hacettepe Egitim Dergisi*, ISSN 1300-5340, 2015, vol. 30, issue 1, str. 268-281, tabela. [COBISS.SI-ID 4644017]
 13. TUL, Miloš, KOVAČ, Marjeta. Profesionalni razvoj učiteljev športne vzgoje. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2017, letn. 65, št. 1/2, str. 11-16. [COBISS.SI-ID 5132209]
- Znanstvene monografije / Scientific monographies:**
1. JURAK, Gregor, STREL, Janko, KOVAČ, Marjeta, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, BUČAR PAJEK, Maja, FILIPČIČ, Tjaša, KOLAR, Edvard, BEDNARIK, Jakob. *Analiza šolskih športnih dvoran z uporabniškega vidika*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2014. 229 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-37-9. <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Monografije/Telovadnice.pdf>. [COBISS.SI-ID 273059328]
 2. STARC, Gregor, STREL, Janko, KOVAČ, Marjeta, LESKOŠEK, Bojan, SORIĆ, Maroje, JURAK, Gregor. Telesni in gibalni razvoj otrok v Sloveniji : šolsko leto 2015/2016. Ljubljana: Laboratorij za diagnostiko telesnega in gibalnega razvoja, Fakulteta za šport, 2016. 113 str., tabele, graf. prikazi. ISBN 978-961-6843-71-3. [COBISS.SI-ID 287676160]
 3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, STREL, Janko. The importance of research-based evidence for political decisions on physical education. V: HARDMAN, Ken (ur.), GREEN, Ken (ur.). *Contemporary issues in physical education : international perspectives*. Maidenhead [UK]: Meyer & Meyer Sport, 2011, str. 47-68, graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 4020145] 2010, let. 58, št. 3/4, str. 16-22, barvna fotogr. [COBISS.SI-ID 3951537]
 4. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STREL, Janko, STARC, Gregor. *Šport in življenjski slogi slovenskih otrok in mladine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, 2007. [COBISS.SI-ID 3212721]
 5. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, STARC, Gregor, JURAK, Gregor. Physical education and education through sport in Slovenia. V: *Physical education and sport education in European Union*, (Dossiers EPS). Paris: Editions Revue EP.S, cop. 2008, str. 389-404, tabela. [COBISS.SI-ID 3338673]
 6. JURAK, Gregor, KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, MAJERIČ, Matej, STARC, Gregor, FILIPČIČ, Tjaša, BEDNARIK, Jakob, KOLENC, Marko, JURAK, Gregor (ur.). *Sports activities of Slovenian children and young people during their summer holidays*. Ljubljana: Faculty of Sport, 2003. 103 str., graf. prikazi. ISBN 961-6405-42-X. [COBISS.SI-ID 124668928]

Učni načrti / Curricula:

1. KOVAČ, Marjeta. *Učni načrt, Program osnovna šola, Šport : neobvezni izbirni predmet*. izd. Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2013. ISBN 978-961-03-0204-9.
http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/os/devetletka/program_razsirjeni/Sport_izbirni_neobvezni.pdf. [COBISS.SI-ID [272204288](#)]
2. MARJANOVIČ UMEK, Ljubica, KROFLIČ, Robi, VIDEMŠEK, Mateja, KOVAČ, Marjeta, KRANJC, Simona, SAKSIDA, Igor, DENAC, Olga, ZUPANČIČ, Tomaž, KRNEL, Dušan, JAPELJ PAVEŠIČ, Barbara, MARJANOVIČ UMEK, Ljubica (ur.). *Otrok v vrtcu : priročnik b Kurikulu za vrtce*. natis. Maribor: Obzorja, 2008, cop. 2001. 193 [5] str., barvne ilustr. in fotogr. ISBN 978-961-230-191-0. [COBISS.SI-ID [60600065](#)]
3. KOVAČ, Marjeta, MARKUN PUHAN, Nives, LORENCI, Breda, NOVAK, Leonida, PLANINŠEC, Jurij, HRASTAR, Iztok, PLETERŠEK, Karmen, MUHA, Vesna. *Učni načrt, Program osnovna šola, Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo, 2011. ISBN 978-961-234-973-8.
http://www.mss.gov.si/fileadmin/mss.gov.si/pageuploads/podrocje/os/prenovljeni_UN/UN_sportna_vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID [255949312](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana. *Učni načrt, Izbirni predmet : program osnovnošolskega izobraževanja, Šport : šport za zdravje, izbrani šport, šport za sprostitev*. Ponatis. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo, 2002. 25 str. ISBN 961-234-315-2. [COBISS.SI-ID [4951369](#)]
5. KOVAČ, Marjeta, NOVAK, Doljana, SOTOŠEK, Gorazd, PLESEC, Matjaž, KNEZ, Milan. *Katalog znanja : športna vzgoja : 340 ur : za nove programe srednjega strokovnega izobraževanja (SSI), srednjega poklicno-tehniškega izobraževanja (PTI), pripravljene v skladu z Izhodišči za pripravo izobraževalnih programov nižjega in srednjega poklicnega izobraževanja ter programov srednjega strokovnega izobraževanja*, Ljubljana: MŠZŠ, CPI, SSPSI, 2001.. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo: Evropski socialni sklad: Evropska unija, [2007]. 17 str.
http://www.zrss.si/pdf/PPSI_SSI_PTI%20Sportna%20vzgoja.pdf. [COBISS.SI-ID [923516](#)]

Visokošolski učbeniki / University textbooks:

1. JURAK, Gregor, KOLAR, Edvard, KOVAČ, Marjeta, BEDNARIK, Jakob. *Management športnih objektov : od zamisli do uporabe*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2012. 295 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-36-2. [COBISS.SI-ID [264893952](#)]
2. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor. *Izpeljava športne vzgoje : didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. dopolnjena in razširjena izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 201 283 str., ilustr. ISBN 978-961-6843-30-0. [COBISS.SI-ID [263274240](#)]
3. KOVAČ, Marjeta, JURAK, Gregor, STARC, Gregor, LESKOŠEK, Bojan, STREL, Janko. *Športnovzgojni karton : diagnostika in ovrednotenje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2011. 83 str., barvne ilustr. ISBN 978-961-6843-21-8. [COBISS.SI-ID [259671552](#)]
4. KOVAČ, Marjeta, STREL, Janko, JURAK, Gregor, BUČAR PAJEK, Maja, STARC, Gregor, PAJEK, Jernej, KOVAČ, Marjeta (ur.). *Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2004 (i.e. 2005). ISBN 961-6405-89-6. [COBISS.SI-ID [217181184](#)]

ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

| | |
|-----------------------------------|------------------------|
| Predmet: | Zdrav življenjski slog |
| Course title: | Healthy lifestyle |
| Članica nosilka/UL Member: | UL FŠ |

| Študijski programi in stopnja | Študijska smer | Letnik | Semestri | Izbirnost |
|---|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| Športna vzgoja, druga stopnja, magistrski | Ni členitve (študijski program) | 1. letnik | 1. semester | obvezni |

| | |
|--|---------|
| Univerzitetna koda predmeta/University course code: | 0043060 |
| Koda učne enote na članici/UL Member course code: | 539 |

| Predavanja /Lectures | Seminar /Seminar | Vaje /Tutorials | Klinične vaje /Clinical tutorials | Druge oblike študija /Other forms of study | Samostojno delo /Individual student work | ECTS |
|-------------------------|---------------------|--------------------|---|---|---|------|
| 60 | | 30 | | | 90 | 6 |

Nosilec predmeta/Lecturer: Primož Pori, Vedran Hadžić

Vrsta predmeta/Course type: obvezni/compulsory

Jeziki/Languages:

| | |
|----------------------|-------------|
| Predavanja/Lectures: | Slovenščina |
| Vaje/Tutorial: | Slovenščina |

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

| | |
|---------------------------------|-----------------------|
| Vpis v 1. letnik mag. programa. | Prerequisites: |
|---------------------------------|-----------------------|

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

MEDICINSKI VIDIKI UKVARJANJA OTROK IN MLADINE S ŠPORTOM

- Razvoj in rast otroka – medicinski vidiki
- Posebnosti fiziološkega odgovora telesa na telesno aktivnost pri otrocih
- Vpliv treninga na rast in razvoj kosti
- Opredelitev »zadostne« količine telesne aktivnosti za otroke
- Dejavniki, ki vplivajo na telesno aktivnost otrok in mladine
- Psihološki vplivi tekmovalnega športa v otroški dobi
- Specifične športne poškodbe pri otrocih in mladostnikih
- Morebitni škodljivi učinki telesne aktivnosti na rast in razvoj otroka
- Bolezni kot neposredna posledica telesne neaktivnosti

- Debelost pri otrocih – intervencijski načrt
- Nepravilna telesna drža pri otrocih in možnosti korekcije
- Blagodejni učinki telesne aktivnosti pri otrocih s kroničnimi boleznimi, kot so astma, diabetes tip 1, cistična fibroza, epilepsija...

PREHRANA, POČITEK, REGENERACIJA, MASAŽA

Osnovni pojmi o prehrani

- Pomen uravnotežene prehrane in sodobne prehranjevalne piramide
- Vpliv prehrane na zdravje posameznika in družbe v celoti
- Strategije promocije zdrave prehrane v družbi
- Motnje prehranjevanja (pretirana ješčnost, debelost, anoreksija, bulimija)
- Razlike med zdravo in športno prehrano

Športna prehrana

- Ogljikovi hidrati, maščobe, beljakovine
- Vitamini in minerali
- Tekočinska bilanca in elektroliti
- Ergogena sredstva
- Prebava in absorbcija živil v prebavilih
- Pravilna časovna umestitev obrokov hrane in pijače
- Inhibitorji normalnega energijskega izkoriščanja hranil
- Dejavniki, ki vplivajo na energijske potrebe (delo, potovanja, visoka nadmorska višina, starost in spol, sestava telesa, šport)

Počitek

- Pomen počitka za regeneracijo
- Oblike »aktivnega« počitka (savna, kopeli, različne oblike naravnega zdravljenja kot sredstva v procesu regeneracije – akupresura, aromaterapija, refleksoterapija)

Masaža

- Zgodovina masaže.
- Različne vrste masaže.
- Učinki masaže na organske sisteme
- Pomen masaže v regeneraciji športnikov
- Materialni pogoji za izvajanje masaže (prostorske zahteve, masažne mize, masažna olja)
- Priprava maserja in masiranca
- Indikacije in kontraindikacije za masažo.
- Osnovni masažni prijemi: gladenje, gnetenje, vtiranje, udarjanje, tresenje, pritiskanje
- Masaža različnih delov telesa (glave in vratu, hrbta, spodnjih in zgornjih okončin)
- Celostna masaža
- Uporaba trigger točk v športni masaži
- Umestitev masaže v trenajžno - tekmovalni proces
- Etična vprašanja, povezana z masažo.

Temeljna literatura in viri/Readings:

- Carpenter, R. A, in Finley, C. E. (2005). Healthy Eating Every Day. Human Kinetics.
- Benardot, D. (2006). Advanced Sports Nutrition. Human Kinetics.

- Bar-Or, O., Rowland. T. W. (2004). Pediatric Exercise Medicine - From Physiologic Principles to Health Care Application. Human kinetics .
- Maffulli, N., Chan, K.M., Macdonald, R., Malina, R.M., Parker, A.W. (2001). Sports medicine for specific ages and abilities. Churchill Livingstone.
- Benjamin, P. J. in Scott P. (2005). Lamp. Understanding Sports Massage. HumanKinetics.

Cilji in kompetence:

Objectives and competences:

Predmet je sestavljen iz dveh ločenih vsebinskih sklopov.

- Namen sklopa **MEDICINSKI VIDIKI UKVARJANJA OTROK IN MLADINE S ŠPORTOM** je seznaniti študente s posebnostmi športne dejavnosti otrok in mladine v povezavi z zdravjem. Gre za zelo občutljivo starostno populacijo, pri kateri lahko napačen pristop v začetku ukvarjanja s športom povzroči določene zdravstvene težave. Prav tako bodo študenti seznanjeni s športnimi poškodbami otrok in posebnostmi otrok s kroničnimi zdravstvenimi stanji, zaradi katerih so večkrat opravičeni športne vzgoje.
- Namen sklopa **PREHRANA, POČITEK, REGENERACIJA IN MASAŽA** je seznaniti diplomante z načini regeneracije po telesni aktivnosti; podrobno je obravnavana prehrana; tako bodo študenti spoznali pojma uravnotežene in zdrave prehrane in razlike med uravnoteženo in športno prehrano ter strategije promoviranja zdrave prehrane v družbi. Predmet predstavlja tudi različne oblike počitka ter fiziološke vplive masaže na telo.

Predvideni študijski rezultati:

Intended learning outcomes:

Znanje in razumevanje:

Razumeti posebnosti otrok in mladine, ki lahko vplivajo na varno in zdravo ukvarjanje s telesno aktivnostjo. Razumeti pomen regeneracije po telesni aktivnosti in vlogo zdrave (in tudi športne) prehrane.

Uporaba:

Uporaba različnih masažnih prijemov in regeneracijskih tehnik.

Refleksija:

Kritični razmislek o zgodnji športni vadbi in primerni podpori regeneracije in športne prehrane v procesu treninga.

Metode poučevanja in učenja:

Learning and teaching methods:

Predavanja v obliki na problemih temelječega učenja.

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight Assessment:

Izpit v pisni obliki. Meja za pozitivno oceno je 60%. Ocene so od 6-10 (pozitivno) oz. 5 (negativno) glede na doseženi odstotek točk. Pogoj za opravljanje izpita je praktični kolokvij. Ocena vaj lahko vpliva na končno oceno pri predmetu.

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Reference nosilca/Lecturer's references:

| |
|--|
| |
|--|