

Unvierzitetni študijski program: VSE ŠTUDIJSKE SMERI

Predmet: ŠPORTNA VZGOJA

Letnik: 1. in 2. vseh študijskih smeri

1. VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI CILJI

- *VZGOJNI CILJI* - podpira normalen tok razvoja mladega organizma, oblikuje pravilen odnos do športa kot dela športne kulture in pripravlja bodočega intelektualca na življenje in delo.
- *ZDRAVSTVENI CILJI* - utrjuje zdravje in zdrav način življenja, ter higienske navade.
- *TEKMOVALNI CILJI* - krepi človekovo ustvarjalnost, njegovo samopotrjevanje, uveljavljanje in izražanje z motoričnimi sredstvi, izboljšuje človekove funkcionalne in motorične sposobnosti.
- *RAZVEDRILNO-REKREATIVNI CILJI* – navajajo na smotno izrabo prostega časa in krepijo sposobnost za delo.

Osnovni cilj športne vzgoje je skladen razvoj mladega človeka. Še bolj pomembno je to za študente PeF, ki bodo bodoči učitelji mladih in bodo v tem smislu tudi vzgajali.

2. VSEBINA

IZBIRNE ŠPORTNE ZVRSTI: odbojka, košarka, plavanje, tenis, alpsko smučanje, nogomet, namizni tenis, badminton, splošna vadba, aerobika, ples, kolesarstvo, joga, prosto plezanje, drsanje, športne aktivnosti v naravi, atletika, tečaji.

3. POVEZANOST Z DRUGIMI PREDMETI

Športna vzgoja se povezuje z naravoslovnimi, družboslovnim in humanističnimi predmeti.

4. ŠTUDIJSKA LITERATURA

Priporočljiva:

- Tekmovalna pravila iz izbranih športnih panog.
- Literatura o teoriji, tehniki in taktiki izbrane športne panoge.

5. POSEBNOSTI

Kadrovski pogoji:

Habilitiran predavatelj športne vzgoje s specializacijo in opravljenimi strokovnimi nazivi; trener in učitelj alpskega smučanja, učitelj plavanja, vaditelj tenisa, atletski sodnik, vaditelj jadrnanja na deski.

Materialni pogoji:

- Za potrebe športne vzgoje ima PeF 2 veliki telovadnici, 1 malo telovadnico, galerijo za namizni tenis, zunanje teniško igrišče.
- Za izvedbo plavanja je PeF najemnik pokritega bazena Tivoli in bazena na FŠ.
- Alpsko smučanje in deskanje na snegu se odvija na smučarskih terenih.
- Kolesarstvo poteka v bližnji in daljni okolici Ljubljane.
- Športne aktivnosti v naravi potekajo v okolici, ki je za posamezno aktivnost primerna (planine, morje, reke...).

Specifični pogoji:

- Delo poteka poleg v telovadnicah in bazenih tudi na terenu, v sobotah, nedeljah praznikov in počitnicah.
- Študenti imajo možnost uveljavljati kreditni sistem, kar pomeni, da se lahko udeležujejo različnih programov, terminov in uporabljajo različne športne objekte, ki so v organizaciji Univerze v Ljubljani.
- Obvezna je ustrezna oprema, ki je za vsako športno panogo specifična.
- Vadbene skupine študentov so številčno različne (odvisno od športne panoge), vendar število v skupini ne presega 30 študentov.

Avtorji: *pred. Aleš OMAHEN, spec. in*
 Juta OŠLAK-KRANJC, pred. in
 Bojan ŠTURM, pred.