Program »ZNANJE ZA USPEH«

Termin izvedbe programa: 26.6. – 30.6.2017

POTEK DNEVA

PONEDELJEK

7.00 ZBOR UDELEŽENCEV

7.15 meritve v LAB IŠ

8.00 ZAJTRK

9.00 – 12.00 DELAVNICE IN PREDAVANJA po programu

12.00 – 13.00 kosilo

13.00 – 15.00 delavnica/predavanja po programu

15.00 – 15.30 popoldanska malica

15.30 – 17.00 delavnica/predavanja po programu + samorefleksija

TOREK – PETEK

7.00 ZBOR UDELEŽENCEV

7.15 JUTRANJA VADBA

- ostalo po istem sistemu vsak dan.

Na programe vabimo **mlade med 14. in 17. letom** starosti, ki so vključeni v trenažne procese ali resneje razmišljajo o športni karieri.

PROGRAM IZVAJAJO:

Dr. Vedran Hadžić

Dr. Matej Tušak

Dr. Samo Rauter

Dr. Saša Cecić Erpić

Dr. Janez Vodičar

Dr. Primož Pori

študentje doktorskega študija na Fakulteti za šport

Organizacija in izvedba bo potekala v obliki interaktivnih predavanj in delavnic.

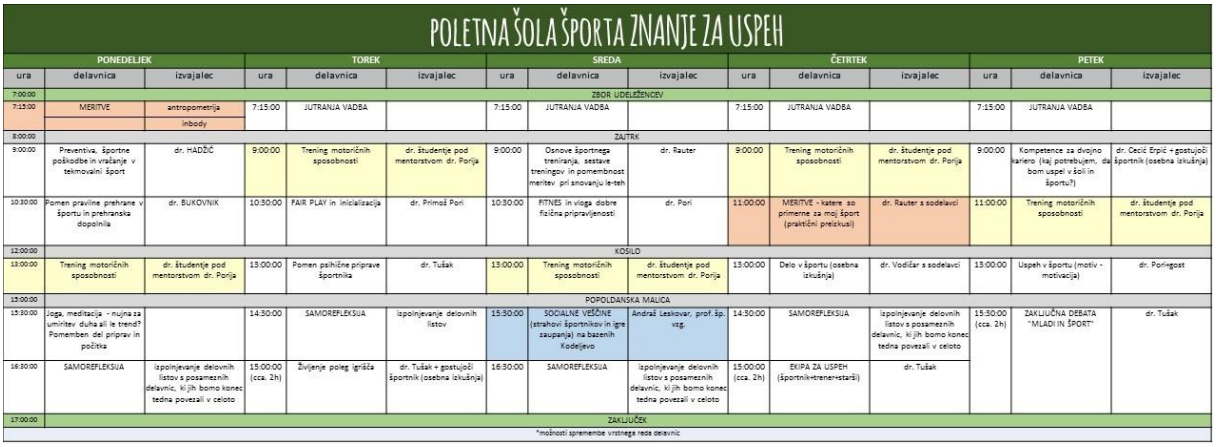
Število prijav je omejeno. Prijave zbiramo do zasedenosti prostih mest.

Prijave zbiramo do **20. junija 2017**.

Na šolo športa se lahko prijavite tudi skupinsko (minimalno 3 prijavljeni) iz istega kluba/društva. Pri skupinski prijavi so UGODNOSTI:

- 10% popust (s plačilom do 15.6.)
- brezplačna prisotnost trenerja (zaposlenega v klubu/društvu) na predavanjih in delavnicah.

Delavnice bodo organizirane in razporejene po sledečem urniku:



POLETNA ŠOLA ŠPORTA ZNANJE ZA USPEH

PONEDELJEK			TOREK			SREDA			ČETRTEK			PETEK		
ura	delavnica	izvajalec	ura	delavnica	izvajalec	ura	delavnica	izvajalec	ura	delavnica	izvajalec	ura	delavnica	izvajalec
7:00:00	ZBOR UDELEŽENCEV													
7:15:00	MERITVE	antropometrija inbody	7:15:00	JUTRANJA VADBA		7:15:00	JUTRANJA VADBA		7:15:00	JUTRANJA VADBA		7:15:00	JUTRANJA VADBA	
8:00:00	ZAJTRK													
9:00:00	Preventiva, športne poškodbe in vračanje v tekmovalni šport	dr. HADŽIĆ	9:00:00	Trening motoričnih sposobnosti	dr. študentje pod mentorstvom dr. Porija	9:00:00	Osnove športnega treniranja, sestave treningov in pomembnost meritev pri snovanju le-teh	dr. Rauter	9:00:00	Trening motoričnih sposobnosti	dr. študentje pod mentorstvom dr. Porija	9:00:00	Kompetence za dvojno kariero (kaj potrebujem, da bom uspel v šoli in športu?)	dr. Cecić Erpič + gostujoči športnik (osebna izkušnja)
10:30:00	Pomen pravilne prehrane v športu in prehranska dopolnila	dr. BUKOVNIK	10:30:00	FAIR PLAY in inicializacija	dr. Primož Pori	10:30:00	FITNES in vloga dobre fizične pripravljenosti	dr. Pori	11:00:00	MERITVE - katere so primerne za moj šport (praktični preizkusi)	dr. Rauter s sodelavci	11:00:00	Trening motoričnih sposobnosti	dr. študentje pod mentorstvom dr. Porija
12:00:00	KOSILO													
13:00:00	Trening motoričnih sposobnosti	dr. študentje pod mentorstvom dr. Porija	13:00:00	Pomen psihične priprave športnika	dr. Tušak	13:00:00	Trening motoričnih sposobnosti	dr. študentje pod mentorstvom dr. Porija	13:00:00	Delo v športu (osebna izkušnja)	dr. Vodičar s sodelavci	13:00:00	Uspeh v športu (motiv - motivacija)	dr. Poriegost
15:00:00	POPOLDANSKA MALICA													
15:30:00	Joga, meditacija - nujna za umiritev duha ali le trend? Pomemben del priprav in počitka		14:30:00	SAMOREFLEKSIJA	izpolnjevanje delovnih listov	15:30:00	SOCIALNE VEŠČINE (strahovi športnikov in igre zavajanja) na bazenih Kodeljevo	Andraž Leskovar, prof. šp. vzg.	14:30:00	SAMOREFLEKSIJA	izpolnjevanje delovnih listov s posameznih delavnic, ki jih bomo konec tedna povezali v celoto	15:30:00 (cca. 2h)	ZAKLJUČNA DEBATA "MLADI IN ŠPORT"	dr. Tušak
16:30:00	SAMOREFLEKSIJA	izpolnjevanje delovnih listov s posameznih delavnic, ki jih bomo konec tedna povezali v celoto	15:00:00 (cca. 2h)	Življenje poleg igrišča	dr. Tušak + gostujoči športnik (osebna izkušnja)	16:30:00	SAMOREFLEKSIJA	izpolnjevanje delovnih listov s posameznih delavnic, ki jih bomo konec tedna povezali v celoto	15:00:00 (cca. 2h)	EKIPA ZA USPEH (športnik+trener+starši)	dr. Tušak			
17:00:00	ZAKLJUČEK													

*možnosti spremembe vrstnega reda delavnic

LASTNA OPREMA IN PRIPOMOČKI, ki jo mora imeti udeleženec na delavnicah:

Prijavljeni morajo imeti poleg športno opremo za v dvorani in za zunaj.

SPREMEMBA PROGRAMA

Pridružujemo si pravico do manjših sprememb programa. O spremembah bomo udeležence obvestili pisno preko e-poštev.

PRIJAVA

Prijavnico izpolnjeno in podpisano pošljite na vadba@fsp.uni-lj.si. V primeru, da otroka ne morete prijaviti preko prijavnice, pokličite na **041 334 421** ali pišite na **vadba@fsp.uni-lj.si**.

CENA

Cena programa je **300,00 EUR**. Vsebuje obisk predavanj in delavnic, ki jih vodijo vrhunski predavatelji Fakultete za šport, 3 obroke, majico in meritve.

Cena vključuje DDV.

PLAČILO

Plačilo je možno izvesti izključno preko položnice, spletnega bančništva, ipd. Plačilo z gotovino ni mogoče.

Plačilo je potrebno izvesti 5 DNI PRED PRIČETKOM PROGRAMA in POTRDILO O PLAČILU ODDATI OB PRIHODU NA PRVI DAN.

POPUST

V kolikor se prijavite skupinsko, vam priznamo 10% popusta.

ODPOVED-VRAČILA

V primeru bolezni ob predložitvi zdravniškega opravičila, pred pričetkom programa.	**90%**

V primeru premajhnega števila prijavljenih bomo denar vrnili.

VARNOST PRI VADBI

Vadeči se obvezuje upoštevati navodila za varno vadbo, ki jih poda vaditelj. Vaditelj sme z vadbe izključiti vadečega, če ta z neupoštevanjem varnostnih navodil ali na drug način ogroža sebe, druge osebe ali stvari.

IZSTOP VADEČEGA IZ PROGRAMA

Prijavljeni lahko preneha z obiskovanjem šole brez obrazložitve, vendar brez povrnitve plačila. Plačilo se vrne v primeru, da prijavljeni predložijo zdravniško opravičilo. V izrednih primerih deviantnega vedenja si Fakulteta za šport pridržuje pravico do izključitve prijavljenega brez povrnitve plačila.

ZDRAVSTVENO STANJE IN ZAVAROVANJE OTROK

Mladi morajo biti obvezno zavarovani preko staršev. Starši morajo NUJNO obvestiti o (primeru) zdravstvenih posebnostih mladih.

VAROVANJE PODATKOV

Fakulteta za šport se zavezuje, da bo osebne podatke pridobljene s prijavnicami vadečih uporabljal izključno za lastne potrebe. Fakulteta za šport promovira svoje dejavnosti na različnih prireditvah ter strokovnih in znanstvenih kongresih. Prijavljeni ali njihovi skrbniki se s prijavo na Šolo športa strinjajo s fotografiranjem in snemanjem izključno v namene promocije Fakultete za šport. Prijavljeni ali njihovi skrbniki dovolijo prisotnost in sodelovanje študentov Fakultete za šport na urah.

KONČNE DOLOČBE

Fakulteta za šport si pridržuje pravice do spremembe ali dopolnitve splošnih pogojev.