

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

Predmet: Jadranje na deski
Course title: Windsurfing

Študijski programi in stopnja	Študijska smer	Letnik	Semestri
Kineziologija, prva stopnja, univerzitetni Športna vzgoja, prva stopnja Športno treniranje, prva stopnja	Ni členitve (študijski program)	3. letnik	Letni

Univerzitetna koda predmeta/University course code: 685

Predavanja	Seminar	Vaje	Klinične vaje	Druge oblike študija	Samostojno delo	ECTS
20	20	20			60	4

Nosilec predmeta/Lecturer: doc. dr. Matej Majerič

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 posebnih pogojev.

Prerequisites:

No special requirements.

Vsebina:

Jadranje na deski ima v Sloveniji dolgoletno tradicijo. Možnosti za izvajanje tega športa in njegovih izpeljank so praktično na vseh vodnih površinah. Ena izmed izpeljank imenovano veslanje stoje na deski postaja eden najhitreje razvijajočih se športov širom sveta. Za ta šport so v Sloveniji odlične naravne danosti. Enako velja za jadrnanje na deski.

Osnovni cilj programa je usposobiti študente za vodenje osnovnih tečajev jadrnanja na deski in vodnih tur na deski veslaja stoje. Študentje bodo osvojili znanja, ki jim bodo omogočila samostojno načrtovanje, izvedbo in analizo tečajev obeh športov.

Teoretični del:

- Organiziranost jadrnanja na deski in informacijski viri
- Zakonske osnove, moralna in pravna odgovornost
- Specifičnosti teorije in metodike jadrnanja na deski
- Prehrana pri jadrnanju na deski
- Psihologija vodenja tečaja jadrnanja na deski
- Ohranjanje in varstvo narave
- Kraji in območja za jadrnanje na deski
- Izbira območij in načrtovanje za jadrnanje na deski
- Vodenje in varnost skupine
- Oprema za jadrnanje na deski

Content (Syllabus outline):

Surfing has a long tradition in Slovenia. Options for doing this sport is almost on all water zones. One is especially popular – SUP (Stand up paddle) and is becoming one of the fastest growing sports around the world. For this sport, we have in Slovenia excellent natural conditions. The same is for windsurfing. The basic objective of the program is to train students how to windsurf and SUP and also how to teach windsurfing and SUP.

Theoretical part:

- Organization of windsurfing and Information Resources
- Legal basis, moral and legal responsibility
- Specifics of theory and of windsurfing
- Nutritions and windsurfing
- Psychology and windsurfing
- Conservation and nature protection
- Areas for windsurfing
- How and where to windsurf
- Security
- Equipment for windsurfing
- Technique and tactics of windsurfing
- The basic teaching steps to learn windsurfing

Practice:

<ul style="list-style-type: none"> • Tehnika in taktika jadrnanja na deski individualno in v skupini • Temeljni didaktični koraki za učenje jadrnanja na deski <p>Praktični del:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Izdelava seminarske naloge na izbrano tematiko s področja, jadrnanja na deski, ki bo vsebovala ustrezen metodološki pristop in bo vsebinsko ustrezna. • Predstavitev seminarske naloge na kabinetnih in/ali terenskih vajah. • Terenske vaje: <ol style="list-style-type: none"> a) tehnika jadrnanja na deski b) osnovno vzdrževanje in sestavljanje opreme c) ravnanje v različnih okoliščinah, povezanih z jadrnanjem na deski d) priprava za jadrnanje na deski 	<ul style="list-style-type: none"> • Seminars of selected topics, which will include an appropriate methodological approach. • Presentation of the seminars. • Field work: <ol style="list-style-type: none"> a) technique of windsurfing b) equipment c) how and where do windsurf d) how to prepare for windsurfing
--	---

Temeljna literatura in viri/Readings:

<ul style="list-style-type: none"> • Zupan, M, Gabrovšek, S., Stražišar, G., Kaše, E. (1984). Jadrnanje na deski. Ljubljana: Mladinska knjiga. • Rossmeier, M., Schennach, S. (2006). Tricktionary. The ultimate windsurfing bible – part I. Germany. • Rossmeier, M., Schennach, S. (2006). Tricktionary. The ultimate windsurfing bible – part II. Germany.
--

Cilji in kompetence:

<p>Osnovni cilj programa je usposobiti študente za vodenje osnovnih tečajev jadrnanja na deski in vodnih tur na deski veslajе stoji. Študentje bodo osvojili znanja, ki jim bodo omogočila samostojno načrtovanje, izvedbo in analizo tečajev obeh športov.</p>	<p>Objectives and competences:</p> <p>The basic objective of the program is to train students how to windsurf and SUP and also how to teach windsurfing and SUP.</p>
---	---

Predvideni študijski rezultati:

<p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Študenti so sposobni podajati temeljna znanja o jadrnanju na deski • Sposobni so pripraviti in voditi jadrnalne ture, tečaje in rekreativne dejavnosti • Sposobni so oceniti tehnične in telesne sposobnosti in zmogljivosti udeležencev jadrnalne ture in ustrezno prilagoditi zahtevnost podajanja vsebin. 	<p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Students are able to convey basic knowledge about windsurfing • They can prepare and lead windsurfing courses as recreational activity • They are able to assess the technical and physical abilities and capacities of participants and adjust the complexity of the feed content.
--	---

Metode poučevanja in učenja:

<p>Predavanja, seminarji, seminarska naloga, terenske vaje.</p>	<p>Learning and teaching methods:</p> <p>Lectures, seminars, coursework, field work.</p>
---	---

Načini ocenjevanja:

	Delež/Weight	Assessment:
ustno izpraševanje	50,00 %	Oral examination
praktični prikaz	50,00 %	Practical demonstration

Reference nosilca/Lecturer's references:

<p>MAJERIČ, Matej, ZURC, Joca. Analiza vzorcev vedenj, povezanih z zdravjem : pilotna študija pri študentih Univerze v Ljubljani. <i>Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa</i>, ISSN 0353-7455, 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 203-208, ilustr. [COBISS.SI-ID 4898737]</p> <p>MAJERIČ, Matej. Analiza razvoja in pogostost ukvarjanja s športom pri študentih Univerze v Ljubljani. <i>Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa</i>, ISSN 0353-7455, 2015, letn. 63, št. 3/4, str. 109-112, ilustr. [COBISS.SI-ID 4799921]</p>
--

MAJERIČ, Matej. Analiza priljubljenosti posameznih športov pri študentih Univerze v Ljubljani od 1980 do 2013. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2016, letn. 64, št. 1/2, str. 134-138, ilustr. [COBISS.SI-ID [4895409](#)]

DOLENC, Maja, PORI, Primož, PISTOTNIK, Borut, DOLENEC, Aleš, TOMAŽIN, Katja, ŠTIRN, Igor (avtor, fotograf), MAJERIČ, Matej. *Športna rekreacija*. Ljubljana: Športna unija Slovenije, Fundacija za šport, 2013. 110 str., ilustr. ISBN 978-961-91483-7-2. [COBISS.SI-ID [266078208](#)]

DOLENC, Maja (avtor, fotograf), PORI, Primož, MAJERIČ, Matej. *Moj dnevnik zdravja*. Ljubljana: Športna unija Slovenije, 2015. 80 str., ilustr. ISBN 978-961-91483-9-6. [COBISS.SI-ID [280217856](#)]