

JADRANJE NA DESKI

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS



Predmet:	Jadranje na deski
Course title:	Windsurfing
Članica nosilka/UL Member:	UL FŠ

Študijski programi in stopnja	Študijska smer	Letnik	Semestri	Izbirnost
Kineziologija, prva stopnja, univerzitetni	Ni členitve (študijski program)		2. semester	izbirni
Športna vzgoja, prva stopnja, univerzitetni	Ni členitve (študijski program)		2. semester	izbirni
Športno treniranje, prva stopnja, univerzitetni	Ni členitve (študijski program)		2. semester	izbirni

Univerzitetna koda predmeta/University course code:	0045117
Koda učne enote na članici/UL Member course code:	685

Predavanja /Lectures	Seminar /Seminar	Vaje /Tutorials	Klinične vaje /Clinical tutorials	Druge oblike študija /Other forms of study	Samostojno delo /Individual student work	ECTS
15		45	0	0	60	4

Nosilec predmeta/Lecturer:	Matej Majerič
-----------------------------------	---------------

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

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

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

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



Teoretični del:

- Organiziranost jadrnanja na deski in informacijski viri
- Zakonske osnove, moralna in pravna odgovornost
- Specifičnosti teorije in metodike jadrnanja na deski
- Prehrana pri jadranju na deski
- Psihologija vodenja tečaja jadrnanja na deski
- Ohranjanje in varstvo narave
- Kraji in območja za jadranje na deski
- Izbira območij in načrtovanje za jadranje na deski
- Vodenje in varnost skupine
- Oprema za jadranje na deski
- Tehnika in taktika jadrnanja na deski individualno in v skupini
- Temeljni didaktični koraki za učenje jadrnanja na deski

Praktični del:

- 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:
 - a) tehnika jadrnanja na deski
 - b) osnovno vzdrževanje in sestavljanje opreme
 - c) ravnanje v različnih okoliščinah, povezanih z jadranjem na deski
 - d) priprava za jadranje na deski

Resources

- Legal basis, moral and legal responsibility
- Specifics of theory and of windsurfing
- Nutrition 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:

- Seminars of selected topics, which will include an appropriate methodological approach.
- Presentation of the seminars.
- Field work:
 - a) technique of windsurfing
 - b) equipment
 - c) how and where to windsurf
 - d) how to prepare for windsurfing

Temeljna literatura in viri/Readings:

- MAJERIČ, Matej. Strast za drsenje: Uvodnik. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 3-4. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- POLAJNAR, Janez, JERMAN, Jure, MAJERIČ, Matej. Osnove značilnosti vetrov za jadralce in kajtarje v Sloveniji in bližnji okolici. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 174-183. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Uporaba spletnih modelskih napovedi za napovedovanje vetra pri jadranju na deski in kajtanju. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 184-191. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Opis in vetrovna statistika najbolj priljubljenih točk za jadranje na deski, kajtanje in foilanje v severnem Jadranu. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 192-216. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Osnove veslanja na deski stoje. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 217-223. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Osnove jadrnanja na deski. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 224-240. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Osnove kajtanja. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 241-272. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- PODLOGAR, Tim, PETERNELJ, Eva. Kondicijska priprava jadralcev, ki visijo. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 273-279. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Analiza intenzivnosti napora pri jadranu na deski na valovih – študija primera. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 280-292. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej, ŽAVBI, Andraž. Analiza metodike poučevanja kajtanja v nekaterih slovenskih šolah. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 293-298. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]



- ŽAVBI, Andraž, MAJERIČ, Matej. Kako varni so pogoji za učenje kajtanja v nekaterih slovenskih šolah. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 299-303. [COBISS.SI-ID 5452209]
- PODLOGAR, Tim. Prehrana jadralcev. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 305-307. [COBISS.SI-ID 5452209]
- KOLBEZEN, Anže, KAMBIČ, Tim, DOLENC, Maja, MAJERIČ, Matej. Vpliv razvoja opreme na učenje in varnost pri kajtanju. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 308-313. [COBISS.SI-ID 5452209]
- VALIČ, Matej, KOLAR, Jure. Jadranje in poškodbe. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 314-317. [COBISS.SI-ID 5452209]

Cilji in kompetence:

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

Objectives and competences:

The basic objective of the program is to train students how to windsurf and SUP and also how to teach windsurfing and SUP.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

- 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.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:

- 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:

Predavanja, seminarji, seminarska naloga, terenske vaje.

Learning and teaching methods:

Lectures, seminars, coursework, field work.

Načini ocenjevanja:

Delež/Weight

Assessment:

Ustno izpraševanje

50,00 %

Oral examination

Praktični prikaz

50,00 %

Practical demonstration

Ocenjevalna lestvica:

Grading system:

Reference nosilca/Lecturer's references:

- MAJERIČ, Matej. Strast za drsenje: Uvodnik. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 3-4. [COBISS.SI-ID 5452209]
- POLAJNAR, Janez, JERMAN, Jure, MAJERIČ, Matej. Osnove značilnosti vetrov za jadralce in kajtarje v Sloveniji in bližnji okolici. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 174-183. [COBISS.SI-ID 5452209]
- MAJERIČ, Matej. Uporaba spletnih modelskih napovedi za napovedovanje vetra pri jadrnanju na deski in kajtanju. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 184-191. [COBISS.SI-ID 5452209]
- MAJERIČ, Matej. Opis in vetrovna statistika najbolj priljubljenih točk za jadrnanje na deski, kajtanje in foilanje v severnem Jadranu. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 192-216. [COBISS.SI-ID 5452209]
- MAJERIČ, Matej. Osnove veslanja na deski stoje. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 217-223. [COBISS.SI-ID 5452209]

- MAJERIČ, Matej. Osnove jadrnanja na deski. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 224-240. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Osnove kajtanja. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 241-272. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej. Analiza intenzivnosti napora pri jadrnanu na deski na valovih – študija primera. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 280-292. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- MAJERIČ, Matej, ŽAVBI, Andraž. Analiza metodike poučevanja kajtanja v nekaterih slovenskih šolah. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 293-298. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- ŽAVBI, Andraž, MAJERIČ, Matej. Kako varni so pogoji za učenje kajtanja v nekaterih slovenskih šolah? *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 299-303. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]
- KOLBEZEN, Anže, KAMBIČ, Tim, DOLENC, Maja, MAJERIČ, Matej. Vpliv razvoja opreme na učenje in varnost pri kajtanju. *Šport : revija za teoretična in praktična vprašanja športa*, ISSN 0353-7455, 2018, letn. 66, št. 3/4, str. 308-313. [COBISS.SI-ID [5452209](#)]

