

IZBIRNI PREDMET: **ZO ŠPORTNA VZGOJA BSc**

PROGRAMI : PLAVANJE, FITNES, ODBOJKA, VODNA AEROBIKA, JAHANJE, FUTSAL, KOŠARKA

NOSILCA : Pred. Gorazd Janko, Pred. Milan Pavič

Program je ovrednoten s 3 KT. Izvajal se bo preko celega študijskega leta in obsega 60 ur vaj in samostojnega dela. Poleg obiskov na izbrani športni panogi, bo potrebno opraviti preizkus aerobnih sposobnosti («Cooperjev test»), test telesnih sposobnosti in dva pohoda v sredogorje. Vsi programi potekajo celo študijsko leto.

Pogoj za opravljanje izpita je 75%-na prisotnost na vajah (20 obiskov). Na koncu študijskega leta študent opravlja izpit, ki je sestavljen iz:

- preverjanja pridobljenih spretnosti in
- teoretičnega dela.

PLAVANJE: Ponedeljek, 20:00 – 21:00, bazen Tivoli. Pred. Gorazd Janko. Pričetek v ponedeljek 08.10.2018.

FITNES: Sreda, 15:00 – 16:30, športna dvorana Rožna dolina. Pred. Gorazd Janko. Pričetek vadbe v sredo 10.10.2018.

ODBOJKA: Torek, 13:30 – 15:00, športna dvorana Rožna dolina. Pred. Milan Pavič. Pričetek vadbe v torek 09.10.2018.

VODNA AEROBIKA: Ponedeljek, 20:30 – 21:30, bazen Tivoli. Pred. Gorazd Janko. Pričetek vadbe v ponedeljek 08.10.2018.

FUTSAL: Torek, 19:00 – 20:30, dvorana SUAŠ, Zdravstvena pot 10, Ljubljana. Pred. Milan Pavič. Pričetek vadbe v torek 09.10.2018

KOŠARKA: Torek, 19:00 – 20:30, dvorana SUAŠ, Zdravstvena pot 10, Ljubljana. Pred. Milan Pavič. Pričetek vadbe v torek 09.10.2018.

JAHANJE: celo leto po dogovoru s trenerjem g. Žarkom Karižem. Program jahanje je plačljiv. Uvodno predavanje v oktobru (javimo prijavljenim).

Termini pohodov v sredogorje:

- Stol: oktober, 27. 2018
- Nanos: november, 10.2018
- Slavnik: november, 24. 2018
- Krim: april, 20. 2019
- Slivnica: maj, 11. 2019
- Velika planina: junij, 1. 2019

Razpisi za pohode bodo objavljeni en teden pred izletom na spletni strani BF pod »za študente« na strani Katedre za šport in na vaših mail - ih.

Termini Cooperjev test (stadion Slovana, Kodeljevo):

- torek: 16.4.2019
- sreda: 8.5.2019
- četrtek: 16.5.2019
- ponedeljek: 3.6.2019

Ura teka bo objavljena en teden pred izvedbo, predvidoma ob 18:00.

Pred. Gorazd Janko, prof.