

## PREDMET

### ŠPORTNI PROGRAMI VELNEŠA (ŠPV)

#### SPLOŠNI CILJI

Splošni cilj predmeta so:

- spoznavanje in analiziranje športne aktivnosti na področju velneške dejavnosti ter razumevanje vpliva na zdravstveno staje posameznika.
- razumevanje temeljnih psiholoških in socioloških dejavnikov športa.
- seznanitev z organizacijo in načrtovanjem osebnih športnih programov.
- usposobljenost za animiranje uporabnikov za telesne aktivnosti.
- oblikovanje pozitivnega odnosa do gibanja in zavedanja zdravja kot vrednote.

#### PREDMETNO-SPECIFIČNE KOMPETENCE

V predmetu si študenti poleg generičnih pridobijo naslednje kompetence:

- analizira športne aktivnosti na področju velneške dejavnosti ter razume njihov vpliv na zdravstveno staje posameznika.
- spoznavanje športne aktivnosti velneške dejavnosti.
- načrtovanje in organiziranje osebnih športnih programov.
- spodbujanje vključevanja posameznika v različne športne aktivnosti.
- izvajanje vključevanja športne aktivnosti na področje gospodarstva, zdravstva in velneške dejavnosti.
- organiziranje promocije športnih programov v sodelovanju s športnimi društvi in drugimi športnimi ustanovami.
- izvajanje in organiziranje športnih aktivnosti ob upoštevanju pomena psiholoških in socioloških dejavnikov.
- poznavanje sodobnih tehnoloških pripomočkov in merskega instrumentarija za zbiranje, obdelovanje, vrednotenje in analizo podatkov s področja športnih aktivnosti.
- izvajanje osebnega pristopa in individualizacije vadbe ob poznavanju standardov in normativov za varnost pri telesnih aktivnostih.
- uresničevanje zdravega načina življenja.

#### OPERATIVNI CILJI

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
Študent:	Študent:
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ seznaneni se z različnimi športnimi aktivnostmi in njihovimi posebnostmi na področju velnesa;</li> <li>▪ spozna vplive posameznih športnih aktivnosti na zdravstveno stanje;</li> <li>▪ razume vpliv posamezne športne aktivnosti na</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ načrtuje in organizira športne programe;</li> <li>▪ načrtuje in organizira promocijo športnih programov;</li> <li>▪ svetuje uporabniku glede vključevanja v športne programe velnesa.</li> </ul>

biopsihosocialni razvoj posameznika; <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ opiše različne športne programe v okviru velneške dejavnosti;</li> <li>▪ pojasni načine promoviranja športnih programov velneške dejavnosti;</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ razloži pomen športa kot dejavnika socializacije v družbi;</li> <li>▪ opredeli pomen psiholoških in socioloških dejavnikov pri organizaciji športnih aktivnosti;</li> <li>▪ utemelji pomen telesne aktivnosti v poklicnem, družbenem in zasebnem življenju;</li> <li>▪ razume pomen pedagoških in didaktičnih načel pri izvedbi posameznih športnih aktivnosti;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ svetuje glede vpliva telesne aktivnosti na poklicno, družbeno in zasebno življenje;</li> <li>▪ promovira športne programe v sodelovanju z različnim akterji;</li> <li>▪ skrbi za sprotno izobraževanje kadra;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ opredeli možnosti vključevanja telesne aktivnosti na področje zdravstva in velneške dejavnosti;</li> <li>▪ ovrednoti in primerja pomen vključevanja telesne aktivnosti na področje gospodarstva, zdravstva in velneške dejavnosti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ predlaga načine vključevanja telesne aktivnosti v zdravstveno in velneško dejavnost;</li> <li>▪ izdelava načrt in analizo vključevanja na področje gospodarstva, zdravstva in velneške dejavnosti;</li> <li>▪ izvaja zdrav način življenja;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pozna nekatere pripomočke in programsko opremo za zbiranje, obdelovanje, vrednotenje in analizo podatkov s področja športnih aktivnosti;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ svetuje pri nabavi in izbiri pripomočkov in programske opreme;</li> <li>▪ koordinira nabavo in pripravlja nabor ponudnikov za nakup opreme;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ razume pomen individualizacije vadbe;</li> <li>▪ pozna načela individualnega pristopa;</li> <li>▪ navede predpisane standarde in normative za varnost pri športnih aktivnostih.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ izbira in uporablja primerne metode in način komunikacije za doseganje pozitivnih učinkov pri uporabniku;</li> <li>▪ motivira uporabnika za športne programe;</li> <li>▪ zna svetovati glede varnosti pri izvedbi športnih aktivnostih</li> <li>▪ usmerja uporabnika k posameznim strokovnjakom;</li> </ul>

## OBVEZNOSTI ŠTUDENTOV IN POSEBNOSTI V IZVEDBI

Število kontaktnih ur: 54 (24 ur predavanj, 30 ur vaj)

Število ur samostojnega dela: 46 ur