

ZUNANJA IZBIRNOST - ŠPORTNA VZGOJA,

red. asist. dr. **Aleš Golja**, prof. šp. vzg.

Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo, Jamova 2, Ljubljana

Tel.: ++386 1 4768573, ales.golja@fgg.uni-lj.si, www.fgg.uni-lj.si

- **Športna vzgoja – 4 KT (60 ur) na I. stopnji bolonjskega študija, - UŠU**
- **Športna vzgoja – 3 KT (45 ur) na II. stopnji bolonjskega študija, – EMŠA, MŠU**
- **Športna vzgoja – 6 KT (90 ur) na II. stopnji bolonjskega študija. – EMŠA, MŠU (priporočeno za aktivne in vrhunske športnike)**

Podrobnosti na uvodnem sestanku in uvodni uri.

- **Program – dvorana:** košarka, nogomet, odbojka, badminton, funkcionalna vadba, aerobika, plavanje, družabni ples.
- **Program – aktivnosti v naravi:** tek kot osnovna vzdržljivostna vadba; priprava na test funkcionalnih sposobnosti; jadranje kot izkustveno učenje v vodnem okolju; smučanje kot kompleksna gibalna aktivnost v zimskih razmerah; kajak in rafting kot vodne aktivnosti z elementi koordinacije in timskega sodelovanja; planinarjenje kot celostna vzdržljivostna in orientacijska dejavnost v naravnem okolju.

Dvoranske aktivnosti so prostorsko omejene; aktivnosti v naravi omogočajo večjo fleksibilnost kombiniranja.

- Aktivnosti potekajo preko celotnega študijskega leta.
- Študent lahko kombinira vse aktivnosti, če so prosta mesta.
- Izvedba poteka na različnih lokacijah (športna dvorana, bazen, zunanji tereni).
- Prijava na semester poteka v eno vadbeno skupino; dodatno kombiniranje je možno, če je prostor, sicer se študent usmeri v aktivnosti v naravi.
- Individualno delo v zimskem izpitnem obdobju: 2 aktivnosti/teden + poročilo.
- Obveznosti: vaje (praktične aktivnosti in test funkcionalnih sposobnosti), pisni izpit.
- Vrhunski športniki: oproščeni vaj, ne pa testov in izpita.
- Predavanja: zimski semester.
- Informacije: e-učilnica, govorilne ure, uvodna ura.