

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

Predmet: Alpsko smučanje in deskanje na snegu 1A in 1B
Course title: Alpine skiing and snowboarding 1A and 1B

Študijski programi in stopnja	Študijska smer	Letnik	Semestri
Športno treniranje, prva stopnja, univerzitetni	Ni členitve (študijski program)		Zimski
Kineziologija, prva stopnja, univerzitetni	Ni členitve (študijski program)		Zimski

Univerzitetna koda predmeta/University course code: 0080856
Koda učne enote na članici/UL Member course code: 000

Predavanja	Seminar	Vaje	Klinične vaje	Druge oblike študija	Samostojno delo	ECTS
15		30			60	4

Nosilec predmeta/Lecturer: prof. dr. Blaž Lešnik, prof. dr. Milan Žvan

Vrsta predmeta/Course type: strokovni izbirni/selective

Jeziki/Languages:

Predavanja/Lectures:	Slovenščina
Vaje/Tutorial:	Slovenščina

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Predmet se izvaja v mesecih januarju in februarju. Na programih **Kineziologija** in **Športno treniranje** poteka strnjeno, v istem letu (1A+1B; 8 dni). Na programu Športna vzgoja je predmet razdeljen na dva dela; 1A poteka v 2. letniku, 1B pa v 3. letniku.

Drugi pogoji:

- Oprema za alpsko smučanje (smuči za alpsko smučanje, smučarski čevlji, smučarske palice, smučarske rokavice, smučarska čelada s smučarskimi očali ter smučarska oblačila; smučarski komplet – hlače in bunda...),
- snežna deska s kompatibilnimi čevlji.

Prerequisites:

At undergraduate study program the subject is carried out in January or February. At the study programs **Kinesiology** and **Sport coaching** the program is realized together in the same year (1A+B; 8 days).

Other prerequisites:

- Equipment for alpine skiing (alpine skiing, ski boots, ski poles, ski gloves, ski helmet with ski goggles and ski clothes; ski trousers and jacket...),
- snowboard with compatible snowboard boots.

Vsebina:

Teoretični del:

Alpsko smučanje:

- pomen smučarskega športa za narodno identifikacijo Slovencev,
- prvi dokumentirani viri o zametkih smučanja v svetu,
- zgodovinski pregled razvoja alpskih smučarskih tehnik skozi čas,
- Slovenci in glavne prelomnice smučanja skozi čas,
- smučanje in različice v današnjem času,
- značilnosti in izbira opreme za alpsko smučanje,

Content (Syllabus outline):

Theoretical part:

Alpine skiing:

- the importance of skiing for the Slovenian national identification,
- the first documented sources of the skiing in the world,
- historical overview of the development of alpine skiing techniques through time,
- overview of the main points of skiing in Slovenia,
- modern variants of skiing,
- characteristics and choosing of equipment,

- definicija in pomen šole smučanja za napredek v smučarskem znanju,
- prvi koraki na snegu in zagotavljanje najboljših pogojev za učenje osnov alpskega smučanja,
- igre na snegu kot temeljno sredstvo za lažji in kvalitetnejši napredek učencev,
- interakcija učenec-učitelj-starši,
- shema storitev Slovenske šole alpskega smučanja,
- definicija smučarskega zavoja in poznavanje s tem povezanih vsebin,
- pet značilnosti sodobnega alpskega smučanja,
- postopno dvigovanje hitrostne bariere,
- metodika učenja in značilnosti tehnike izvajanja posameznih elementov šole smučanja,
- pedagoško didaktična načela učenja smučanja,
- 10 mednarodnih FIS pravil varnega smučanja,
- smučarska zakonodaja ter dolžnosti in odgovornosti pri vodenju skupin doma in v tujini,
- kodeks etike učiteljev in trenerjev smučanja Slovenije,
- naloge in pooblastila nadzornikov na smučiščih,
- ravnanje v primeru nesreče na smučišču,
- najpogostejši vzroki in preprečevanje smučarskih poškodb,
- vplivi smučanja v goratem svetu na telesno počutje (dehidracija, sončarica, snežna slepota...),
- specifične telesne priprave na alpsko smučanje,
- postopek priprave drsne ploskve smuči za alpsko smučanje,
- prednosti in slabosti individualne ter skupinske vadbe glede na stopnjo znanja tečajnikov,
- shema odprte piramide in izbira vaj glede na individualne izvedbe elementov smučanja,
- učinkovitost vadbe; kroženje z individualnimi nalogami,
- učinkovita uporaba sodobnih didaktičnih pripomočkov v praksi (pravilna izbira in uporaba, postavitve...),
- prednosti smučanja v parih, trojkah in večjih formacijah.

Deskanje na snegu:

- opis značilnosti in izbira opreme za deskanje na snegu,
- shema storitev Slovenske šole deskanja na snegu,
- teoretična predstavitev deskanja na snegu in pomembni vidiki metodike učenja drsenja in prvih zavojev na snežni deski,
- razlike med alpsko tehniko deskanja na snegu in tehniko prostega sloga deskanja na snegu,
- teoretična predstavitev nadaljevalnih storitev Slovenske šole deskanja na snegu,
- specifične opreme za deskanje na snegu glede na njeno namembnost,
- deskanje kot smučarska subkultura.

Praktični del:

Alpsko smučanje:

- pregled smučarske opreme (smuči, nastavitve vezi, smučarskih čevljev, dolžina palic, idr.),

- definition and importance of the ski school for progression in skiing knowledge,
- first steps on the snow and providing the best conditions for learning the basics of alpine skiing,
- the game as a basic method for easier and better progress in alpine skiing,
- interaction between student-teacher-parents,
- the schema of Slovenian Alpine Ski School elements,
- definition of a ski turn and knowledge of related contents,
- five characteristics of modern alpine skiing,
- the push up of the speed barrier,
- the teaching methods and technical characteristics of performing the ski school elements,
- pedagogical and didactic principles of learning to ski,
- 10 international FIS rules for safe skiing,
- law in skiing and the duties and responsibilities of ski instructors at ski resorts in Slovenia and abroad,
- Ethical codex of ski instructors and trainers in Slovenia,
- tasks and duties of ski patrols at ski slopes,
- what to do in the case of accident on the ski slope,
- the most common reasons of ski injuries and prevention,
- possible effects by skiing in the high mountains (dehydration, sunburn, snow blindness...),
- specifics of physical preparation for alpine skiing,
- the process of preparing the sliding surface of the skis for alpine skiing,
- advantages and disadvantages of individual or group training according to the level of skiing knowledge,
- open pyramid system and choice of exercises according to the individual performance,
- efficiency of learning process; circulation with individual tasks,
- effective use of modern didactic accessories in process of learning (proper choose and use, setting...),
- advantages of skiing in pairs, triples and larger groups.

Snowboarding:

- description and choosing of snowboard equipment,
- the schema of Slovenian Snowboard School elements,
- a theoretical presentation of snowboarding and important aspects of the methodology of gliding and basic snowboard turns,
- differences between the Alpine snowboarding freestyle snowboard technique,
- theoretical presentation of the advanced elements of the Slovenian Snowboard School,
- specifics of snowboard equipment according to its purpose,
- snowboard as a ski subculture.

Practical part:

- prilagajanje na opremo: prvi koraki na snegu brez in s smučmi s pomočjo različnih iger na snegu (drsenja...),
- osnovni smučarski položaji na mestu in v drsenju naravnost,

Usvajanje tehnike elementov Slovenske šole smučanja na ustrezno izbranih nakloninah (s posredniškimi in korektivnimi vajami) ter postopnim napredkom v petih značilnostih sodobnega alpskega smučanja:

Manjša naklonina:

- načini zaustavljanja,
- pahljača zavojev (plužni/klinasti položaj smučī),
- pahljača zavojev (paralelni položaj smučī),
- preproste spremembe smeri drsenja (plužni/klinasti/paralelni položaj smučī),
- plužni/klinasti loki s prečenjem po robnikih. ...

Srednja naklonina:

- osnovni zavoj (brez in z vbodom palice),
- osnovno vijuganje.

Večja naklonina:

- terensko vijuganje (vijuganje v ožjem/širšem hodniku).

Metodika in tehnika nadaljevalnih oblik Slovenske šole smučanja z nadgradnjo petih značilnosti sodobnega alpskega smučanja na različnih terenih (s posredniškimi in korektivnimi vajami):

Manjša naklonina:

- enostavnejše koordinacijske oblike smučanja,

Srednja naklonina:

- osnovno vijuganje z dodatnimi nalogami,
- vijuganje v ožjem hodniku z dodatnimi vajami,
- vijuganje v širšem hodniku z dodatnimi vajami,
- spremembe ritma smučanja,
- zahtevnejše koordinacijske oblike smučanja,
- »senčno« smučanje v parih, trojkah in večjih formacijah,
- »zasledovalno« smučanje v parih, trojkah in večjih formacijah.

Večja naklonina:

- terensko vijuganje,
- vaje za ustrezno izvedbo zadnjega dela zavoja (3. odsek) kot izhodišča za začetek-vhod v nov zavoj (1. odsek),
- usklajenost vboda smučarske palice pri večjih hitrostih,
- pomen hitrosti smučanja in vertikalnega gibanja.

Deskanje na snegu:

Manjša naklonina:

- osnovni položaji na snežni deski,
- bočno poševno drsenje v smeri naprej in nazaj,
- metodika in tehnika izvedbe osnovnih zavojev s snežno desko,

Manjša naklonina:

- navezovanje osnovnih zavojev s postopnim prehodom v vodenje zavojev po robnikih.

Srednja naklonina:

- osnovno vijuganje z nadzorovano hitrostjo in poskus prehoda v vodenje zavojev po robnikih.

Alpine skiing:

- ski equipment checking (skis, setting of bindings, ski boots, length of ski poles, etc.),
- first steps on the snow without and with ski equipment though the games in snow (gliding with the skis),
- basic positions of the skis without and through gliding straight,

Learning of technique of elements of Slovenian Ski School on appropriately selected slopes (with intermediary and corrective exercises) with gradual progress in five characteristics of modern Alpine skiing:

Lower inclination:

- the options how to stop,
- turns fan (snowplow/wedge ski position),
- turns fan (parallel ski position),
- simple ski turns form glide direction (snowplow/wedge/parallel ski position),
- snowplow/wedge turns with crossing the slope with the carving technique.

Medium inclination:

- elemental turn (with using the ski pole),
- basic turns.

Higher inclination:

- Cross terrain skiing forms in narrower/wider corridor.

The methodic and technique of advanced forms of the Slovenian Alpine Ski School according to upgrade of five characteristics of modern Alpine skiing on different slopes (with intermediary and corrective exercises):

Lower inclination:

- simple coordination forms of alpine skiing,

Medium inclination:

- basic turns with additional movement tasks,
- turns in a narrow corridor with additional tasks,
- turns in a wider corridor with additional tasks,
- skiing with the rhythm changes,
- more demanding coordination forms of skiing,
- "shadow" skiing in pairs, triples and larger groups of students,
- "track" skiing in pairs, triples and larger formations.

Higher inclination:

- terrain alpine skiing,
- exercises for the proper completing phase of the turn (Phase 3) as a starting point for entering in a new turn (Phase 1),
- coordination of ski pole planting at higher speeds,
- the meaning of speed and vertical movement in skiing.

Snowboarding:

Low inclination:

- basic body positions on the snowboard,
- lateral skidding forward and backward,
- methods and technique of performing the basic snowboard turns,

Low inclination:

- basic snowboarding turns with a gradual to curving turns.

Medium inclination:

Vsak dan del vadbe namenjen individualnemu snemanju in video analizam lastnega napredka	<ul style="list-style-type: none"> • speed controlled basic turns with gradual performance of (carving) turns. <p>Each day a part of the training will be intend for individual recording and video analysis of own progress.</p>
---	--

Temeljna literatura in viri/Readings:

<p>Lešnik B. & M. Žvan (2010). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja (dopolnjena izdaja). Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije</p> <p>Lešnik B. & M. Žvan (2011). A turn to move on – Alpine skiing – Slovenian way, Theory and Methodology of Alpine Skiing. Ljubljana: Ski Association of Slovenia-Ski instructors Association of Slovenia</p> <p>Pišot R. & M. Videmšek (2004). Smučanje je igra. Ljubljana: SZS – Združenje učiteljev in trenerjev smučanja</p> <p>Kuzmin A. & S. Jug (2019). https://www.youtube.com/watch?v=N-BzAnCLiLg</p> <p>Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije, DEMO Team Slovenia - Slovenian ski school basic drills and exercises: https://www.youtube.com/watch?v=PmPZYYJqd0A&t=13s</p> <p>Smučarska zveza Slovenije, ZUTS Slovenije (2014). Deskanje na snegu, delovno gradivo za učitelje deskanja na snegu.</p>

Cilji in kompetence:

<p>Cilji predmeta so:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Študenti bodo znali prikazati kvalitetno in tehnično pravilno demonstracijo začetnih in nadaljevalnih oblik smučanja ter osnov deskanja na snegu, • študenti bodo poznali metodiko učenja začetnih in nadaljevalnih oblik smučanja ter osnov deskanja na snegu, • študenti bodo pridobili temeljna teoretična in praktična znanja za načrtovanje, organizacijo, izvajanje, spremljanje in vrednotenje vadbe alpskega smučanja in osnov deskanja na snegu, • študenti bodo usposobljeni za vodenje in poučevanje alpskega smučanja in osnov deskanja na snegu v okviru šolskih športnih dni in zimovanj v osn., sred. šolah in drugih izobraž. ustanovah. <p>Predmetno specifične kompetence predmeta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Študenti bodo pridobili del kompetenc za pridobitev strokovnega naziva Strokovni delavec 1 (Učitelj alpskega smučanja 1), • študenti bodo poznali in se zavedali nacionalnega pomena smučarskega športa za Slovenijo, • študenti bodo znali izbrati ustrezne pogoje za učenje alpskega smučanja in deskanja na snegu, • študenti bodo sposobni tehnično pravilne demonstracije začetnih in nadaljevalnih oblik smučanja, • študenti bodo sposobni demonstrirati osnovne elemente šole deskanja, • študenti bodo poznali namembnost opreme za alpsko smučanje in opreme za deskanje na snegu, • študenti bodo poznali in razumeli hierarhijo storitev Slovenske šole alpskega smučanja, • študenti bodo poznali in razumeli hierarhijo storitev Slovenske šole deskanja na snegu, • študenti bodo poznali in razumeli metodiko in tehnike alpskega smučanja in deskanja na snegu, • študenti bodo znali smiselno upoštevati pedagoško didaktična načela pri učenju smučanja in deskanja na snegu, 	<p>Objectives and competences:</p> <p>Goals of the subject are:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Students will be able of technically correct demonstration of beginner and advanced forms of skiing and the basic elements of snowboarding, • students will know the methods or learning the beginner and advanced forms of skiing and the basic elements of snowboarding, • students will acquire the basic theoretical and practical knowledge for planning, organizing, managing, monitoring and evaluating the learning process of alpine skiing and basics of snowboarding, • students will be educated for leading and teaching the alpine skiing and basics of snowboarding at outdoor activities in primary and secondary schools and other educational institutions. <p>The subject-specific competences:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Students will acquire a part of the competencies for obtaining the professional title Ski Instructor - 1st Level, • students will be informed about national importance of skiing in Slovenia, • students will be able to choose the right conditions for learning to alpine skiing and snowboarding, • students will be able of technically properly demonstration of beginner and advanced forms of alpine skiing, • students will be able to demonstrate the basic elements of a snowboarding, • students will know the purpose and specifics of alpine ski and snowboard equipment, • students will know and understand the hierarchy of Slovenian Alpine Ski School elements, • students will know and understand the hierarchy of elements of Slovenian Snowboarding School, • students will know the learning methods and techniques of alpine skiing and snowboarding, • students will be able to follow pedagogically and didactic principles by learning to ski and snowboarding,
--	---

<ul style="list-style-type: none"> • študenti bodo poznali in razumeli standarde varnega in kvalitetnega smučanja, • študenti bodo glede na individualno raven smučarskega znanja in sposobnosti znali ustrezno demonstrirati tako začetne, kot tudi zahtevnejše elemente Slovenske šole alpskega smučanja, • študenti bodo glede na individualno raven znanja in sposobnosti znali kvalitetno demonstrirati začetne elemente šole deskanja na snegu, • študenti bodo seznanjeni s smučarsko zakonodajo ter odgovornostjo pri vodenju šolskih skupin na smučiščih doma in v tujini, • študenti bodo poznali najpogostejše vzroke in možnosti preprečevanja smučarskih poškodb, • študenti bodo poznali pozitivne in negativne vplive smučanja v goratem svetu na telesno počutje, • študenti bodo poznali posebnosti sistematične telesne priprave na alpsko smučanje, • študenti bodo seznanjeni s servisom smučī, • študenti bodo poznali prednosti in slabosti individualne ter skupinske vadbe glede na stopnjo znanja tečajnikov, • študenti bodo seznanjeni z različnimi pristopi k učenju ter z izbiro vaj glede na individualne izvedbe elementov smučanja, • študenti bodo razumeli pomen in učinkovitost uporabe didaktičnih pripomočkov v praksi, • študenti bodo razumeli prednosti smučanja v parih, trojkah in večjih formacijah. 	<ul style="list-style-type: none"> • students will know and understand the standards of safe and quality skiing, • students will be (regarding to individual level of skiing knowledge and skills) able to demonstrate all (basic and advanced) elements of the Slovenian Alpine Skiing School, • students will be (regarding to individual level of skiing knowledge and skills) able to demonstrate basic elements of the Slovenian Snowboard School, • students will be informed with skiing law and responsibility by leading the groups of groups on the ski slopes in Slovenia and abroad, • students will know the most common reasons for ski injuries and the best prevention, • students will be informed about positive and negative effects of skiing in the high mountains, • students will be informed about systematic physical preparation for alpine skiing, • students will be informed about ski service, • students will know the main points of individual and group training according to the level of students skiing knowledge, • students will be able to use the different approaches of learning process according to individual performances of the elements of skiing, • students will understand the effects of using the modern didactic accessories in practice, • students will understand the advantages of skiing in pairs, triples and larger groups.
---	---

<p>Predvideni študijski rezultati:</p> <p>Znanje in razumevanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • študenti poznajo standarde znanj storitev šole alpskega smučanja in deskanja na snegu, • študenti znajo in razumejo metodične postopke učenja osnovnih in zahtevnejših elementov alpskega smučanja in deskanja na snegu za potrebe različnih kategorij smučarjev, • študenti znajo načrtovati, organizirati in izvajati pedagoški proces alpskega smučanja in deskanja na snegu (na vseh ravneh športa), • študenti znajo analizirati in vrednotiti pravilno tehniko elementov šole alpskega smučanja in deskanja na snegu, • študenti znajo in so sposobni iskanja virov za pomoč pri izdelavi organizacijske, tehnične, vsebinske priprave na učenje alpskega smučanja in deskanja na snegu, • študenti razumejo pomen in uporabo pojmov in zakonitosti, opredeljenih v učnem načrtu. 	<p>Intended learning outcomes:</p> <p>Knowledge and Understanding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • students know the standards of Alpine ski school elements and snowboarding, • students know and understand the methods how to teach the basic and advanced elements of alpine skiing and snowboarding for different categories of skiers, • students are able to plan, organize and realize the learning process in alpine skiing and snowboarding (at all levels of sport), • they know how to analyze and evaluate the quality of technique of elements of alpine skiing and snowboarding, • they will be able to find new sources of technical support for teaching the alpine skiing and snowboarding, • students understand the meaning and use of the concepts and principles defined in the syllabus
---	---

<p>Metode poučevanja in učenja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoretična predavanja bodo delno izvedena pred (december) začetkom praktičnega dela, delno pa med in po izvedbi vaj na snegu, • praktični del vaj na snegu: demonstracija z razlago; frontalno-skupinsko in individualno s tematskimi 	<p>Learning and teaching methods:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Theoretical lectures will be partially realized before (December), during and after practical work on the snow, • practical part consists the demonstrations with explanations; frontal-group option and individual
---	---

<p>delavnicami, individualno snemanje in analiza lastnega napredka znanja, Realizacija tečajev (januar in februar):</p> <ul style="list-style-type: none"> Smer Kineziologija in Športno treniranje (strnjena izvedba A+B v istem letu): 8 dnevni tečaj alpskega smučanja in deskanja na snegu in praktični izpit (alpsko smučanje in deskanje na snegu). Seminarska naloga analize lastnega napredka znanja smučanja iz realiziranega programa 1A+B. 	<p>work and workshops and individual recording and video analysis of individual progress, Realization of ski courses (January and February):</p> <ul style="list-style-type: none"> Kinesiology and Sports training program (realized together A+B in the same year): 8days course of alpine skiing and snowboarding and practical exam (alpine skiing and snowboarding). Seminar work with an analysis of own progress in skiing knowledge from the realized 1A+B program.
---	---

Načini ocenjevanja:	Delež/Weight	Assessment:
<ul style="list-style-type: none"> Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole alpskega smučanja (ocene 1-10), 	50,00 %	<ul style="list-style-type: none"> Assessing of performance of the lpine ski school elements (grades 1-10),
<ul style="list-style-type: none"> Ocenjevanje praktičnega obvladanja elementov šole deskanja na snegu (ocene 1-10), 	10,00 %	<ul style="list-style-type: none"> assessing of performance of the Snowboarding school elements (grades 1-10),
<ul style="list-style-type: none"> analiza individualnega napredka in izbire vaj za korekcijo pomanjkljivosti v gibanju ter ocena končnega pisnega izdelka (1A in 1B) na podlagi videoposnetkov svojih lastnih izvedb elementov šole smučanja (ocene 1-10), 	15,00 %	<ul style="list-style-type: none"> analysis of individual progress and choose of exercises to correct the movement and the mark of the final seminar work (1A and 1B program) based on videos of their own performances of ski school elements (grades 1-10),
<ul style="list-style-type: none"> pisni izpit z odgovori na teoretična vprašanja (ocene 1-10). 	25,00 %	<ul style="list-style-type: none"> written exam with answers on theoretical questions (grades 1-10).

Reference nosilca/Lecturer's references:

Prof. dr. Milan Žvan

PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan, BELEHAR, Iztok. The path to success: alpine skiing - youngsters. Ljubljana: Mladinska knjiga International, [1983]. 138 str.

PETROVIĆ, Krešimir, ŠMITEK, Janez, ŽVAN, Milan. Pot do uspeha: alpsko smučanje - pionirji. Ljubljana: samozal. K. Petrovič, 1983. 131 str.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž, DOLENC, Maja. Vrednotenje tekmovalne uspešnosti mlajših dečkov in deklic v alpskem smučanju z metodo stopenjske regresijske analize in ekspertnega modeliranja. V: ŠTURM, Jože, et al. Računalniško podprt sistem začetnega izbora in usmerjanja otrok v športne panoge in evalvacija modela uspešnosti v posameznih športnih panogah na podlagi ekspertnega modeliranja. Ljubljana: Fakulteta za šport. 1995, str. 211-295.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation between the length of the ski track and the velocity of top slalom skiers. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica, ISSN 1212-1185, 2007, vol. 37, no. 1, str. 37-44.

DŽELALIJA, Mile, RAUSAVLJEVIĆ, Nikola, ŽVAN, Milan. Influence of body mass on performance in downhill skiing = Vpliv telesne mase smučarja na njegov rezultat pri smuku. Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport, ISSN 1318-2269.

ŽVAN, Milan, DOLENC, Maja. Evaluating the competitive successfulness of female junior alpine skiers. Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica, ISSN 1212-1428, 2002, vol. 38, št. 1, str. 75-81.

KONDRIČ, Miran, SEKULIĆ, Damir, ULJEVIĆ, Ognjen, GABRILO, Goran, ŽVAN, Milan. Sport nutrition and doping in tennis: an analysis of athletes` attitudes and knowledge. Journal of Sports Science and Medicine: ISSN 1303-2968, june 2013, vol. 12, issue 2, str. 290-297.

LEŠNIK, Blaž, SEKULIĆ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan. Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the associations during two competitive seasons. Journal of Human Kinetics, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str. 7-16.

ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, SEKULIĆ, Damir, CUBELA, Mladen, LEŠNIK, Blaž. Gender- and sport-specific associations between religiousness and doping behavior in high-level team sports. Journal of religion and health, ISSN 1573-6571. [Online ed.], 2017, vol. 56, issue 4, str. 1348-1360.

SEKULIĆ, Damir, TAHIRAJ, Enver, ŽVAN, Milan, ZENIĆ, Nataša, ULJEVIĆ, Ognjen, LEŠNIK, Blaž. Doping attitudes and covariates of potential doping behaviour in high-level team-sport athletes: gender specific analysis. Journal of Sports Science and Medicine, ISSN 1303-2968, Dec. 2016, vol. 15, iss. 4, str. 606-615.

Prof. dr. Blaž Lešnik

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Assessing the morphologic, motoric and psychologic status of young boys in alpine skiing based on expert modelling. Ocenjevanje morfološkega, motoričnega in psihološkega statusa mlajših dečkov v alpskem smučanju na podlagi ekspertnega modeliranja. *Kinesiologia Slovenica : scientific journal on sport*, ISSN 1318-2269. [Print ed.], 1998, letn. 4, št. 1, str. 27-35.

ŽVAN, Milan, LEŠNIK, Blaž. Correlation of some variables of explosive power and competitive successfulness of boys in alpine skiing. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2000, vol. 32, no. 1, str. 40-46.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Comparison of centre of mass trajectories in modern giant slalom techniques. *Kinesiology: international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2003, vol. 35, no. 2, str. 191-200.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. The best slalom competitors-kinematic analysis of tracks and velocities. *Kinesiology, international scientific journal of kinesiology and sport*, ISSN 1331-1441, 2007, vol. 39, no. 1, str. 40-48.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. Naše smučine: teorija in metodika alpskega smučanja [univerzitetni učbenik in uradni učni načrt na tečajih usposabljanja za učitelje alpskega 1., 2. in 3. stopnje]. Ljubljana: SZS-ZUTS Slovenije, 2007. 184 str., barve fotogr., tabeli. ISBN 978-961-91052-3-8.

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan. A turn to move on : alpine skiing - Slovenian way: theory and methodology of alpine skiing: a university textbook and official syllabus developed for training courses for levels 1, 2 and 3 ski instructors. Ljubljana: Faculty of Sport, 2010. 209 str. (Univerzitetni, visokošolski ali višješolski učbenik z recenzijo)

LEŠNIK, Blaž, ŽVAN, Milan, LESKOŠEK, Bojan, SUPEJ, Matej. Progressivity of basic elements of the Slovenian national alpine ski school. *Acta Universitatis Carolinae. Kinesiology*, ISSN 1212-1428, 2013, vol. 49, no. 1, str. 77-93,

ZORKO, Martin, NEMEC, Bojan, BABIČ, Jan, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. The waist width of skis influences the kinematics of the knee joint in alpine skiing. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol. 14, iss. 3, str. 606-619.

LEŠNIK, Blaž, GLINŠEK, Vanja, ŽVAN, Milan. Correlation between gymnastics elements knowledge and performance success in younger categories of alpine skiing. *Science of gymnastics journal*, ISSN 2232-2639. 2015, vol. 7, no 2, str. 67-79.

DEMŠAR, Ivan, DUHOVNIK, Jože, LEŠNIK, Blaž, SUPEJ, Matej. Multi-axis prosthetic knee resembles alpine skiing movements of an intact leg. *Journal of Sports Science and Medicine*, ISSN 1303-2968, 2015, vol. 14, iss. 4, str. 841-

LEŠNIK, Blaž, SEKULIČ, Damir, SUPEJ, Matej, ESCO, Michael R., ŽVAN, Milan. Balance, basic anthropometrics and performance in young alpine skiers : longitudinal analysis of the associations during two competitive seasons. *Journal of Human Kinetics*, ISSN 1640-5544, 2017, vol. 57, str. 7-16.