

UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS

Predmet: Športna gimnastika z ritmično izraznostjo 2

Course title: Artistic gymnastics with rhythmic 2

Študijski programi in stopnja

Študijska smer

Letnik

Semestri

Športna vzgoja, prva stopnja, univerzitetni

Ni členitve (študijski program)

3. letnik

Letni

Univerzitetna koda predmeta/University course code:

1214

Predavanja

Seminar

Vaje

Klinične vaje

Druge oblike študija

Samostojno delo

ECTS

15

30

45

3

Nosilec predmeta/Lecturer:

izr. prof. dr. Maja Pajek, prof. dr. Ivan Čuk

Vrsta predmeta/Course type:

obvezni/compulsory

Jeziki/Languages:

Predavanja/Lectures:

Slovenščina

Vaje/Tutorial:

Slovenščina

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

Prerequisites:

Zdrav študent, brez poškodb ali dolgotrajnih bolezni, vpisan v 3. letnik študijskega programa Športna vzgoja, opravil izpit iz predmeta Orodna telovadba z ritmično izraznostjo 1.

Healthy student, without injuries or long term illness, enrolled in the 3rd year of study program Sports education, completed examination from subject Artistic gymnastics with rhythmic 1

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

Ko študentje obvladajo posamezne prvine, je naslednja stopnja povezati te prvine v sestavo, kjer so sposobni predstaviti sestavo s primerno koreografijo in visoko stopnjo lepote izvedbe.

Spoznali in izvedli bodo sestave telovadbe na orodju in pri ritmiki, kjer je potrebna koreografija. Pri ritmiki bodo sestavili sestavo s klobčnico, žogo, obročem in trakom, pri orodni telovadbi pa na parterju in gredi.

After students are able to control single elements, the next step is to combine those elements into composition, where they are able to present exercise with proper choreography and high degree of aesthetic.

Students will meet and perform exercises in gymnastics and rhythmic where choreography is primary content. Within rhythmic they will perform exercise with rope, ball, ring and ribbon).

Ob tem bodo spoznali zakonitosti sestavljanja in poučevanja koreografskih telovadnih, ritmičnih sestav, ter njihovo preprosto ocenjevanje.

Students will meet rules how to compose and teach choreography of gymnastics/rhythmic exercises and their simple evaluation.

Temeljna literatura in viri/Readings:

Čuk, Bolkovič, Bučar-Pajek, Turšič, Bricelj (2013). Športna Gimnastika 1 - vaje. Fakulteta za šport. Ljubljana
Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak, Šibanc, Pajek (2018). Izrazoslovje pri telovadbi. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Novak, Kovač, Čuk (2008). Gimnastična abeceda. Ljubljana:Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Vajngerl. (1993). Športna ritmična gimnastika. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.

C program gimnastike (2000). Ljubljana: Gimnastična zveza Slovenije

Bučar Pajek,, Vajngerl, Čuk, Šibanc (2018). Orodna telovadba z ritmično izraznostjo 2 (univerzitetni učbenik z recenzijo). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Cilji in kompetence:

- Poznavanje didaktike telovadnih in ritmičnih sestav, ki so v učnem načrtu za športno vzgojo
- Načrtovanje, izvedba in kontrola izvedbe telovadno ritmičnih sestav pri športni vzgoji
- Brezhibno znanje demonstracije preprostih telovadnih/ritmičnih sestav z upoštevanjem osnovnih zakonitosti le-teh
- Sposobnosti in znanja za preprosto ocenjevanje sestav.

Objectives and competences:

- Knowing didactics of gymnastics and rhythmic compositions/exercises, which are included into curriculum for P.E.
- Planning, execution and control of gymnastics /rhythmic gymnastics and rhythmic compositions/exercises at P.E. classes
- Excellent demonstration of simple gymnastics/rhythmic compositions/exercises with using basic rules of compositions.
- Abilities and knowledge to simply evaluate gymnastics and rhythmic compositions/exercises.

Predvideni študijski rezultati:

Znanje in razumevanje:

Znanje zakonitosti sestavljanja koreografskih sestav orodne telovadbe in ritmike, njihova lepa izvedba ter sposobnost ocenjevanja teh sestav.

Razumevanje osnovnih pojmov in izrazov, ki so potrebni za opise sestav, razumevanje gibalnega učenja sestav, didaktičnih načel učenja sestav.

Intended learning outcomes:

Knowledge and understanding:

Knowledge of rules how to compose choreography of gymnastics/rhythmic exercises, their execution and ability to evaluate them.

Understanding of basic terminology which are necessary to exercises, exercises motor learning, didactics of gymnastics/rhythmic exercises.

Metode poučevanja in učenja:

Predavanja, vaje, individualne naloge, aktivno (refleksivno) poučevanje, simulacije, igre vlog, hospitacije, nastopi.

Learning and teaching methods:

Lecture, Exercises, individual tasks, active (reflex) teaching, simulation, role plays, attendance at lectures, performances

Načini ocenjevanja:**Delež/Weight Assessment:**

Praktični izpit	50,00 %	Practical exam
Teoretični izpit	50,00 %	Theoretical exam

Reference nosilca/Lecturer's references:

Prof.dr. Ivan Čuk ima objavljenih 64 znanstvenih člankov, 14 znanstvenih monografij objavljenih doma in v tujini, je bil trener vrhunskim telovadcem (Petkovšek), mednarodni sodnik, športni funkcionar, komentator na TVS, avtor razstave v Narodni Galeriji ob 150 letnici Južnega Sokola.

Prof.Ph.D: Ivan Čuk is author of 64 scientific articles and 14 scientific books, published in Slovenia and abroad, he was coach of elite athletes (Petkovšek), international judge, sport manager, TV commentator and author of exhibition in National Gallery on occasion of 150 years of Južni Sokol.

Izr. prof. dr. Maja Pajek ima objavljenih 43 znanstvenih člankov, je vabljen predavateljica na znanstvenih kongresih, predsednica znanstvenega sveta mednarodnega kongresa Gimnastične zveze Slovenije od leta 2013 dalje, odgovorna urednica znanstvene revije Science of gymnastics Journal od leta 2009 dalje, članica strokovnega sveta Gimnastične zveze Slovenije, vodja izobraževanja na Gimnastični zvezi Slovenije od leta 2010 dalje, strokovna komentatorka športne gimnastike na ŠPORT TV od leta 2008 dalje, mednarodna sodnica športne gimnastike (1996 – 2006), avtorica različnih tekmovalnih pravilnikov športne gimnastike (C program, A1 program).

1. ČUK, Ivan (avtor, fotograf, ilustrator, urednik, tehnični urednik), ATIKOVIĆ, Almir (avtor, fotograf, ilustrator, urednik, tehnični urednik), BOLKOVIČ, Toni (avtor, urednik, tehnični urednik), NADAREVIĆ, Fadil, BUČAR PAJEK, Maja (avtor, fotograf), JAKŠE, Barbara (avtor, fotograf, ilustrator), BRICELJ, Andraž (avtor, fotograf). *Teorija i metodika sportske gimnastike - vježbe*. Tuzla: [s. n.], 2014. [3], 136 str., ilustr. ISBN 978-9958-862-07-6. [COBISS.SI-ID [21450246](#)]
2. ČUK, Ivan, BOLKOVIČ, Toni, BUČAR PAJEK, Maja, JAKŠE, Barbara, BRICELJ, Andraž. *Športna gimnastika 1 za študente Fakultete za šport*. 1. izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2009. 109 str., ilustr., tabele. ISBN 978-961-6583-78-7. [COBISS.SI-ID [247553024](#)]
3. ČUK, Ivan (avtor, urednik, fotograf, ilustrator), BOLKOVIČ, Toni, BUČAR PAJEK, Maja (avtor, fotograf), JAKŠE, Barbara (avtor, fotograf, ilustrator), BRICELJ, Andraž (avtor, fotograf). *Teorija in metodika športne gimnastike : vaje : (delovni zvezek za študente univerzitetnega študija)*. 1. izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, 2006. 160 str., ilustr. ISBN 961-6583-15-8. ISBN 978-961-6583-15-2. [COBISS.SI-ID [229932032](#)]
4. Bolkovič, Čuk, Kokole, Kovač, Novak (2018). *Izrazoslovje pri telovadbi*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
5. BUČAR PAJEK, Maja, VAJGERL Branka, ČUK, Ivan, ŠIBANC Karmen (2018). *Orodna telovadba z ritmično izraznostjo 2 (univerzitetni učbenik z recenzijo)*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.