

UČNI NAČRT PREDMETA / COURSE SYLLABUS

Predmet: PLANINSTVO
Course title: Mountaineering

Študijski program in stopnja Study programme and level	Študijska smer Study field	Letnik Academic year	Semester Semester
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	1	poletni
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	1	zimski
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	2	poletni
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	2	zimski
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	3	poletni
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	3	zimski
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	4	poletni
Visokošolski strokovni študijski program prve stopnje Predšolska vzgoja	/	4	zimski

Vrsta predmeta / Course type

D - Splošni izbirni predmet

Univerzitetna koda predmeta / University course code:

/

Predavanja Lectures	Seminar Seminar	Vaje Tutorial	Klinične vaje work	Druge oblike študija	Samost. delo Individ. work	ECTS
30	0	0	0	30	60	4

Nosilec predmeta / Lecturer:

izr. prof. dr. Jera Gregorc

Predavanja / Lectures: slovenščina

Jeziki /

Languages:

Vaje / Tutorial: slovenščina

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

1. Zdravstveni status, ki omogoča sodelovanje na vajah in ustrezna oprema.
2. Pogoj za pristop k izpitu so opravljene vaje, samostojno izvedena aktivnost s planinsko vsebino

Prerequisites:

1. The health status, which allows participation in the exercises and the appropriate equipment.
2. The condition for taking an exam are completed work, an independently carried out

s pisno refleksijo.

3. POSEBNOSTI: *Obseg ur (30), naveden pod rubriko "Druge oblike študija", se izvede v obliki terenskega dela.

activity by mountain contents with its written reflection.

3. SPECIFICS: * The volume of hours (30) indicated under the heading "Other forms of study" is carried out in the form of fieldwork.

Vsebina:

1. Osnovne aktivnosti otrok v naravi v vseh letnih časih.
2. Interaktivno specifično delovanje gibanja v naravi (gozdu, gori, planini, snegu ...) na razvoj, fiziološke osnove gibanja in vpliv hoje v gorah na človeka, biomehanske zakonitosti hoje in plezanja.
3. Različne dejavnosti v naravi (izleti, plezanje, turno smučanje, hoja in tek na smučeh, hoja po označeni poti, uporaba, derez, cepina, krpelj pri hoji, bivačenje in bivaki, snežni plazovi, transportna sredstva, vozli, planinska doktrina).
4. Načrtovanje in izvajanje teh dejavnosti ter spremljanje otrokovih dosežkov.
5. Timsko delo (strokovnjaki s področja, študenti,); vrednotenje situacij in procesa - kritična analiza.
6. Priprava, izvedba in analiza izleta (dejavnosti); vsebinski, organizacijski, pedagoški, varnostni vidiki.
7. Osnove prve pomoči in reševanja.
8. Mentor planinskih skupin - usposabljanje mentorjev.
9. Tradicija, razsežnost planinstva in terminološki problemi.
10. Vsebine, oblike, normativi, zakoni, predpisi, področja planinske vzgoje, zagotovljeni, dogovorjeni program (Zlati sonček, Krpan, Ciciban planinec, Mladi planinec, Planinska šola, vezne poti, učne poti).
11. Nevarnosti: subjektivne in objektivne; preventiva in ukrepi pri nesrečah.
12. Oprema: pomen, vrste, uporaba, vzdrževanje.
13. Prehrana, vreme, orientacija (markacije, planinske karte, vodniki; uporaba kompasa, drugi načini orientacije).

Content (Syllabus outline):

1. Basic children outdoor activities in all seasons.
2. Interactive specific functioning of movement in nature (forest, mountain, mountain, snow ...) on the development, physiological basics of movement and the impact of mountaineering to a human, biomechanical principals of walking and climbing.
3. Various outdoor activities (excursions, climbing, backcountry skiing, walking and cross-country skiing, walking on the marked routes, usage of crampons, ice ax, snowshoes walking, bivouac and bivouacs, avalanches, means of transport, knots, mountain doctrine).
4. Planning and implementing various outdoor activities and monitoring children's achievements; - teamwork (experts in the field, students).
5. Evaluation of situations and processes - critical analysis.
6. Preparation, realization and analysis of the of trip (activities); - Contextual, organizational, pedagogical, safety aspects.
7. The basics of first aid and rescue.
8. Mentor of mountain groups - training of trainers.
9. Tradition and dimension of mountaineering and terminological problems.
10. Content, forms, norms, laws, regulations, mountain areas of education, guaranteed and agreed program ("Golden Sun", "Krpan", "Ciciban mountaineer", "Young Mountaineer", "mountain school", "connecting paths", "educational paths").
11. Dangers: subjective and objective; prevention and actions in emergencies.
12. Equipment: meaning, types, usage and maintenance.
13. Food, weather, orientation (markings, hiking maps, guides, usage of a compass, other ways of guidance).

Temeljni literatura in viri / Readings:

1. Ažman, M. in sod. (2001). Mentor planinske skupine. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
2. Burnik, S. (2003) Turno smučanje, plezanje v snegu in ledu. FŠ, Inštitut za šport. Ljubljana.
3. Kristan, S. (1993). V gore ... Izletništvo, pohodništvo, gornišstvo. Radovljica: Didakta.

4. Kristan, S. (1996): IZLETNIŠTVO, POHODNIŠTVO IN GORNIŠTVO z orientiranjem v naravi, Cilji šolske športne vzgoje, koncepcije in strategije športne vzgoje v Sloveniji, Zavod republike Slovenije za šolstvo in šport, Ljubljana.
 5. Krpač, F. (2000). Medpredmetne povezave na razredni stopnji pri planinskih izletih. V: Športna vzgoja za novo tisočletje / 13. strokovni posvet Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 156-161.
 6. Krpač, F., Šček, M. (2002). Planinske nezgode in nesreče osnovnošolcev v Sloveniji. V: Razvojne smernice športne vzgoje: zbornik referatov / 15. strokovni posvet Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, Nova gorica, 7. do 9. november 2000. - Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 196-200.
 7. Peršolja, B. idr. (1998): Mentorji planinskih skupin, Planinska zveza Slovenije, Mladinska komisija, Ljubljana.
 8. Stritar, U. (1998). Z otroki v gore. Družinski izleti. Ljubljana: Sidarta.
 9. Rotovnik, B. in sod. (2005). Planinska šola. Planinska zveza Slovenije, Ljubljana.
- Literatura se sproti dopolnjuje./ Readings will be updating.

Cilji in kompetence:

1. Poznavanje in razumevanje dejavnikov, ki vplivajo na razvoj - splošne značilnosti razvoja kritično vrednoti s specifikho hoje in bivanja v naravi v posameznih razvojnih obdobjih.
2. Spoznavanje, aktivno izvajanje in kritično vrednotenje planiranja - planinskih in drugih izletov.
3. Kritično analiziranje edukativne situacije bivanja v naravi pomembne za otrokov razvoj.
4. Pridobivanje znanj in sposobnost ustvariti čustveno in fizično varno okolje otrokom za spodbudno, aktivno, igrivo celostno učenje; občutljivost (osveščenost) za naravno in družbeno okolje, nacionalno kulturo in dediščino.
5. Sposobnost strokovno argumentiranega (ustnega in pisnega) strokovnega izražanja.
6. Sposobnost timskega dela, ustvarjanje spodbudnega učnega vzdušja, medsebojnih odnosov ter učinkovito razreševanje problemov.
7. Splošna razgledanost, sposobnost komuniciranja s strokovnjaki drugih strokovnih in znanstvenih področij,
8. Poznavanje ustreznih pogojev za varno hojo in bivanje v naravi ter kontraindikacije in poznavanje prve pomoči.

Objectives and competences:

1. Knowing and understanding the factors that influence the development - student critically evaluates the general characteristics of the development to the specifics of walking and living in nature in different developmental periods.
2. Understanding, active implementation and critical evaluation of planning - hiking and other excursions.
3. Critically analysis of educational situation of living in nature, relevant to the child's development
4. Acquiring knowledge and the ability to create emotional and physical safe environment for children stimulating, active and playful holistic learning; sensitivity (awareness) for the natural and social environment, national culture and heritage.
5. Ability of professional argumentation (in oral and written forms) and professional expressions.
6. Acquiring an ability for teamwork, ability to create a stimulating learning environment, gaining a sense of personal relationships and knowing how to effectively solving the problems.
7. The general knowledge, the ability to communicate with experts from other professional and scientific areas.
8. Knowing the appropriate conditions for safe walking and living in nature and contraindications and knowledge of first aid.

Predvideni študijski rezultati:

- Znanje in razumevanje:
1. študent pozna in obvlada različne načine dejavnosti s planinsko vsebino v vseh letnih časih za opredeljeno razvojno obdobje;

Intended learning outcomes:

- Knowledge and understanding:
Students:
1. are familiar with a variety types of activities with mountain content in all year round and for a

2. načrtuje in izvede dejavnost s planinsko vsebino za predšolske otroke in napiše analizo; 3. pozna različne načine spremljanja in vrednotenja otrokovih dosežkov in jih ustrezno uporabi pri načrtovanju dejavnosti. Uporaba: 1. uporabi znanja različnih področij pri analizi konkretnih primerov za argumentiranje svojih stališč in odločitev; 2. suvereno integrira planinske vsebine na druga predmetna področja; 3. pozna in aktivno uporablja prvo pomoč; 4. pridobi usposobljenost za vodenje planinskih skupin. Refleksija: 1. kritično analizira osnove otrokovega gibanja v naravi. Prenosljiva znanja: 1. smiselno izbira in uporablja strokovno literaturo in druge vire, napiše strokovni tekst (pripravi seminarsko nalogo in jo zagovarja).	defined period of development; 2. plan and perform an activity with mountain content for preschoolers and write analysis 3. know different ways of monitoring and evaluation child achievements and use them properly when planning activities Usage: 1. using knowledge of various fields in the analysis of concrete cases for arguing their views and decisions; 2. confidently integrate mountain content on other subject fields; 3. know and actively use first aid; 4. obtain qualification for conducting the mountain group. Reflection: 1. critically analyze the basics of a child's movement in nature. Transferable knowledge: 1. sensible choice and use scientific literature and other sources, write professional text (reflection of the work) (preparation the seminar paper and its defence).
--	---

Metode poučevanja in učenja:

1. Predavanja.
2. Diskusije.
3. Delo v skupinah in na terenu (sodelovalno učenje, izkustveno učenje, pridobivanje reševalnih spretnosti).
4. Samostojno vodenje aktivnosti s planinskimi vsebinami.
5. Samostojni študij literature.
6. Pisna refleksija.
7. Skupinske in individualne konzultacij.
8. Raziskovalno delo.
9. Vaje se izvaja v primerno opremljenem in večjem prostoru (športna dvorana) in v specifičnem okolju (sneg, gozd, gorovje...), zato je potrebno bivanje vsaj 3 dni skupaj na terenu - izven naselij oz. ločeno od fakultete in se del predmeta izvede v strnjeni obliki.

Learning and teaching methods:

1. Lectures.
2. Discussions.
3. Group work and on the field (cooperative learning, experiential learning, the acquisition of survival skills).
4. Self-management activities with hiking content.
5. Self-study of literature.
6. Written reflection.
7. Group and individual consultations.
8. Research work.
9. Works are conducted in an appropriately equipped and a large room (gym) and in a specific environment (snow, forest, mountains ...), so it is necessary to stay at least 3 days together on the field - outside of settlements or. separate from Faculty. Part of the course is carried out in summarized form.

Načini ocenjevanja:

Delež (v %) / Weight (in %)

Assessment:

Pisna refleksija, nastop ter samostojno načrtovana in izvedena aktivnost.	70	Written reflection, performance, independently planned and performed activity.
Izpit.	30	An exam.

--

/

Reference nosilca / Lecturer's references:

izr. prof. dr. Jera Gregorc:

1. MURN, Ana, GREGORC, Jera. Varnost predšolskih otrok pri plezanju v naravnih plezališčih = Safety aspects of pre-school children climbing in natural crags. Šport, ISSN 0353-7455, 2014, letn. 62, št. 1/2, str. 71-75.
2. BRESKVAR, Peter, VIDEMŠEK, Mateja, GREGORC, Jera. Igre z žogo v okviru gibalnega/ športnega programa Mali sonček. Šport, ISSN 0353-7455, 2014, letn. 62, št. 3/4, str. 10-14.
3. VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, MEŠKO, Maja, GREGORC, Jera, VIDEMŠEK, Naja. Analiza poškodb otrok pri gibalnih dejavnostih v vrtcu = Analysis of injuries among children in kindergartens during physical activities. Zdravstveno varstvo, ISSN 0351-0026. [Tiskana izd.], Sept. 2014, letn. 53, št. 3, str. 237-247.
4. MEŠKO, Maja, VIDEMŠEK, Mateja, VIDEMŠEK, Tasja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, GREGORC, Jera. Športna dejavnost, učni uspeh in samopodoba štirinajstletnih učencev in učenk. Šport, ISSN 0353-7455, 2013, letn. 61, št. 3/4, str. 32-38.
5. GREGORC, Jera, ŠTIHEC, Jože, VIDEMŠEK, Mateja, CEMIČ, Alenka, MEŠKO, Maja. The quality of kindergarten care as an important element of the subjective theories. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica, ISSN 1212-1185, 2012, vol. 42, no. 1, str. 17-25.
6. GREGORC, Jera, MEŠKO, Maja, VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože. Human resource factors as an element of the quality implementation of motor activities in kindergartens. Kinesiology, ISSN 1331-1441. [English ed.], 2012, vol. 44, no. 1, str. 73-82.
7. GREGORC, Jera, VIDEMŠEK, Mateja, ŠTIHEC, Jože, KARPLJUK, Damir, TUŠAK, Matej, MEŠKO, Maja. Življenjski slog vzgojiteljev in pomočnikov vzgojiteljev kot element subjektivnih teorij = The lifestyle of pre-school teachers and their assistants as an element of subjective theories. Zdravstveno varstvo, ISSN 0351-0026. [Tiskana izd.], 2012, letn. 51, št. 2, str. 95-104.