



SPLOŠNI POGOJI ZA 6-URNI INTENZIVNI TEČAJ PLAVANJA NA FAKULTETI ZA ŠPORT – JUNIJ 2024

6-urni intenzivni tečaj plavanja je namenjen otrokom starim **od 5. do 9. leta** starosti. Tečaj bo potekal v dneh terminih **od 3. 6. do 11. 6. 2024** in **od 12. 6. do 20. 6. 2024** od 17.00 do 18.00 ure po naslednjem razporedu:

1. TERMIN 2024				2. TERMIN 2024			
PON	TOR	SRE	ČET	PON	TOR	SRE	ČET
3. 6.	4. 6.	5. 6.	6. 6.			12. 6.	13. 6.
10. 6.	11. 6.			17. 6.	18. 6.	19. 6.	20. 6.

V primeru dovolj velikega interesa bomo v 2. terminu razpisali še skupine 18:00 – 19:00 ure.

Visoko usposobljeni strokovni delavci - učitelji plavanja s številnimi izkušnjami in občutkom za delo z otroki bodo poskrbeli, da se bodo vaši otroci dobro počutili v vodnem okolju. Uporabili bomo opremo, ki bo zagotovila, da se bodo otroci dobro in varno počutili na vodi in ob tem tudi uživali.

PRVA URA je uvodna in je namenjena testiranju otrok, razdelitev v homogene skupine glede na plavalno znanje in spoznavanju znotraj skupine.





Učitelji bodo poskrbeli za prilagajanje na vodo:

- upor vode,
- potapljanje glave,
- gledanje pod vodo,
- izdihovanje v vodo,
- plovnost,
- drsenje.

in učenje osnovnih tehnik prsno, kravl in hrbtno:

- učenje položaja telesa,
- učenje udarca,
- učenje zaveslaja,
- učenje gibanja glave z dihanjem v koordinaciji,
- učenje koordinacije tehnik prsno, kravl, hrbtno,
- učenje skokov v vodo (varno skakanje, skok na glavo),
- poudarek na tehniki prsno in kravl.

Cilji:

- spoznavanje zakonitosti vode,
- potapljanje glave,
- gledanje pod vodo,
- izdihovanje v vodo,
- lebdenje na trebuhu,
- lebdenje na hrbtu,
- drsenje na trebuhu z iztegnjenimi rokami,
- učenje gibanja nog,
- učenje gibanja rok,
- učenje koordinacije,
- varen skok, krepitev hrbtnih in prsnih mišičnih skupin.

Globalni cilji: omogočanje in spodbujanje gibalne dejavnosti otrok, zavedanje lastnega telesa in doživljanje ugodja v gibanju, razvijanje gibalnih sposobnosti, osvajanje osnovnih gibalnih struktur, spoznavanje in osvajanje osnovnih prvin različnih športnih zvrsti.

Drugi cilji: sproščeno gibanje v vodi in osvajanje osnovnih elementov plavanja, uvajanje v igre, kjer je potrebno upoštevati pravila ter spoznavanje pomena sodelovanja v skupini, spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov ter osnovnih načel osebne higiene in osnovnih varstvenih ukrepov.



SPREMEMBE PROGRAMA

Pridržujemo si pravico do manjših sprememb programa. O spremembah bomo udeležence obvestili teden dni pred morebitno spremembo programa. V primeru manjšega števila prijavljenih si pridržujemo pravico do prestavitve prijavljenih na drugi termin po dogovoru z vami.

PRIJAVE

Prijave za 6-urni intenzivni tečaj plavanja zbiramo preko prijavnice. Izpolnjeno prijavnico pošljete na mail vadba@fsp.uni-lj.si. Programi so številčno omejeni, zato prijave zbiramo do zasedenosti prostih mest. Prijave na posamezni termin potekajo do enega tedna pred izbranim terminom.

PLAČILO

Plačilo je možno izvesti izključno preko položnice ali spletnega bančništva. Plačilo z gotovino ni možno. Mesto v programu si uporabnik zagotovi s **plačilom predračuna, ki ga dobi preko e-pošte**. V primeru, da predračun ne bo poravnán do zapsanega datuma se bo mesto ponudilo naslednjemu v čakalni vrsti. Račun vam po plačilu pošljemo na naslov, ki ga navedete pri prijavi.

VADNINA

6-URNI INTENZIVNI TEČAJ PLAVANJA: 90,00 €

POPUSTI

10 % popust velja na prijavljenega drugega družinskega člana.
10 % popust velja tudi za vse zaposlene na Univerzi v Ljubljani.
Popusti se med seboj ne seštevajo.

Predračun je potrebno plačati do datuma na predračunu.

ŠPORTNA OPREMA IN PRIPOMOČKI

Na bazenu Fakultete za šport je prepovedano uporabljati kopalne hlače (kratke hlače). Vadeči morajo imeti kopalke. Poleg tega imajo s seboj tudi brisačo. Plavalna kapa je priporočljiva za otroke z daljšimi lasmi, drugače ni obvezna. Za otroke (preoblačenje, sušenje) skrbijo strokovni delavci.

VARNOST PRI VADBI

Vadeči se obvezuje upoštevati navodila za varno vadbo, ki jih poda strokovni delavec. Strokovni delavec sme z vadbe izključiti vadečega, če ta z neupoštevanjem varnostnih navodil ali na drug način ogroža sebe, druge osebe ali stvari.



ODPOVED PROGRAMA

Vadeči lahko preneha z vadbo v Športnem centru Fakultete za šport, vendar **brez povrnitve plačila**. V primeru odpovedi udeležbe zaradi zdravstvenih razlogov je potrebno obvezno posredovati zdravniško opravičilo na mail vadba@fsp.uni-lj.si. Vrednost vračila neizkoriščene vadbine v primeru **zdravniškega opravičila** se bo vrnilo na sledeči način:

Višina vračila zaradi zdravstvenega stanja	Število obiskov
20% plačanega zneska	V primeru do 3 obiskov
10% plačanega zneska	V primeru 4 ali 5 obiskov

V primeru odpovedi zaradi lasnih razlogov vračilo ni mogoče.

V primeru višje sile (npr. poslabšanje epidemiološke situacije in posledično strožjih priporočil pristojnih organov, ipd.) ali v primeru manjšega števila prijavljenih si pridržujemo pravico do odpovedi programa s povrnitvijo plačila ali prestavitve prijavljenih na druge termine po dogovoru z vami.

V izrednih primerih deviantnega vedenja si Športni center Fakultete za šport pridržuje pravico do izključitve vadečega brez povrnitve plačila.

ZDRAVSTVENO STANJE IN ZAVAROVANJE OTROK

Otroci morajo biti obvezno zavarovani preko staršev. Starši morajo strokovne delavce **NUJNO** obvestiti o zdravstvenih posebnostih otroka.

HIGIENSKA PRIPOROČILA

Program bo potekal skladno z navodili Fakultete za šport in Nacionalnega inštituta za javno zdravje, ki so javno dostopni in tudi objavljeni na vseh vidnih mestih Fakultete za šport.

VAROVANJE PODATKOV

Športni center Fakultete za šport se zavezuje, da bo osebne podatke, pridobljene ob prijavi vadečih, uporabljal izključno za lastne potrebe. Športni center Fakultete za šport promovira svoje dejavnosti na različnih prireditvah ter strokovnih in znanstvenih kongresih. Vadeči ali njihovi skrbniki se s prijavo na vadbo Športnega centra Fakultete za šport strinjajo s fotografiranjem in snemanjem izključno v namene promocije Športnega centra Fakultete za šport. Vadeči ali njihovi skrbniki dovolijo prisotnost in sodelovanje študentov Fakultete za šport na urah vadbe, ki opravljajo ure v sklopu pedagoškega procesa, saj na ta način bogatimo program in poskrbimo, da je še bolj strokoven in pester.

KONČNE DOLOČBE

Športni center Fakultete za šport si pridržuje pravice do spremembe ali dopolnitve splošnih pogojev.

Ljubljana, 25. 3 2024