

KATALOG ZNANJA

1. IME PREDMETA

POLICIJSKA UPORABA BORILNIH VEŠČIN IN PSIHOLOGIČNA PRIPRAVA 2 (BVP 2)

2. SPLOŠNI CILJI PREDMETA

Splošni cilji predmeta so:

- razvijati zavest o pomenu borilnih veščin,
- razvijati motorične sposobnosti potrebne za uporabo fizične sile in palice,
- razvijati sposobnost povezovanja osnovnih tehnik borilnih veščin v primerih aktivnega upiranja in napada.
- dosegati višjo raven osnovne kondicije in motorike,
- oblikovati harmoničen razvoj osebnosti,
- krepiti samozavest, zaupanje vase in zavest o pomenu vloge športa v družbi,
- spodbujati medsebojno sodelovanje, zdravo tekmovalnost, spoštovanje športnega obnašanja (fair play), strpnost in sprejemanje drugačnosti,
- odgovorno ravnati do narave in okolja ter spoštovanje naravne in kulturne dediščine.

3. PREDMETNO SPECIFIČNE KOMPETENCE PREDMETA

Pri predmetu si študenti poleg generičnih pridobijo naslednje kompetence:

- poznavanje pravne podlage za uporabo fizične sile in palice kot zakonitega prisilnega sredstva,
- zakonito, strokovno in učinkovito uporabljanje fizične sile in palice kot zakonita prisilna sredstva,
- učinkovito obvladovanje upiranja in odvracanja napadov,
- prilagajanje osvojenega znanja lastnim motoričnim sposobnostim in telesnim značilnostim,
- uporabljanje metod za izboljšanje osnovne kondicijske priprave, gibalnih in funkcionalnih sposobnosti,
- izvajanje različnih športnih znanj,
- oblikovanje športnih navad, razvoj stališč in načinov ravnanja pri športni aktivnosti.

4. OPERATIVNI CILJI

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
Študent:	Študent:
<p>Palica kot zakonito prisilno sredstvo</p> <ul style="list-style-type: none"> – pozna postopek uporabe tonfe pri aktivnem upiranju ter napadu. 	<ul style="list-style-type: none"> – uporabi tonfo v primerih aktivnega upiranja ter napada.
<p>Uporaba fizične sile pri obvladovanju aktivnega upiranja in napadu</p> <ul style="list-style-type: none"> – našteje katere so najpogostejše policijske naloge, kjer prihaja do aktivnega upiranja in napadov na policiste, – opiše katere so najpogostejše oblike aktivnih upiranj in napadov na policiste, – prepozna resnost posameznih oblik aktivnih upiranj in napadov, – ilustrira medsebojno varovanje s partnerjem, ko vodita postopek (varnostni trikotnik), – znanje osnovnih tehnik prilagodi lastnim psihomotoričnim lastnostim in izbere v samoobrambi najučinkovitejšo tehniko, glede na način, okoliščine in čas napada se zna odločiti za pravilno obliko samoobrambe, 	<ul style="list-style-type: none"> – razvije zavest o možnosti aktivnega upiranja in napada osebe, s katero ima postopek, zato zavzema v postopku položaj, ki onemogoča takojšen stik, – razvije zavest, da je v določenih policijskih opravilih bolj izpostavljen aktivnim upiranj in napadom, – razvije zavest, da lahko z dobrim vodenjem postopka aktivno upiranje ali napad prepreči oz. se obrani, – razvije zavest o pomembnosti dobrega sodelovanja s partnerjem, s katerim opravlja policijski postopek, – razvije zavest velike nevarnosti ob napadu s palico, ostrim orožjem in zlasti ob grožnji s strelnim orožjem,
<ul style="list-style-type: none"> – pozna metode za izboljšanje osnovne kondicijske priprave in znanje tehnike v izbrani športni panogi, 	<ul style="list-style-type: none"> – izvede različne metode za povečanje in izboljšanje aerobne in anaerobne vzdržljivost, – uporabi in izvede naloge za razvoj moči, hitrosti, gibljivosti, ravnotežja, preciznosti in koordinacije gibanja, – izvede vaje za izboljšanje in odpravljanje napak tehnike posameznega elementa v izbrani športni panogi, – samostojno vodi, izbira in izvede ustrezne ogrevalne, raztezne in krepilne vaje,

<ul style="list-style-type: none"> – načrtuje in izvede individualne programe osnovne kondicijske priprave, specialne vadbe, – pozna posebna načela in oblike načrtovanja športne forme, 	<ul style="list-style-type: none"> – samostojno izbere gibalne naloge za razvoj osnovnih in posebnih gibalnih sposobnosti (moči, gibljivost, hitrost, koordinacija gibanja, ravnotežje, preciznost) in funkcionalnih sposobnosti (aerobna, anaerobna in specialna vzdržljivost), – samostojno vadi in dopolnjuje znanje tehnike v izbrani športni panogi, – samostojno izvede in določi obsega in intenzivnosti vadbe, – samostojno spremlja in vrednoti svoje gibalne in funkcionalne sposobnosti, – izpopolni tehniko in taktiko v različnih športnih igrah,
<ul style="list-style-type: none"> – pozna osnove teorije športnega treniranja, anatomije, fiziologije in osnovna znanja o učinkih športne vadbe na funkcije organskih sistemov, – upošteva tekmovalna in športna pravila, – upošteva vidike tveganja v športu in načela varnosti pri športni aktivnosti, – upošteva preventivno in kurativno vlogo športa kot oblike psihične razbremenitve oz. sprostitve in preventivo v ozaveščanju proti zasvojenosti, – pozna osnove prve pomoči pri športnih poškodbah. 	<ul style="list-style-type: none"> – razume in razvije zavest o delovanju posameznih organov in procesov v organizmu, ki se dogajajo med in po športni aktivnosti, – izvede vaje za zdrav telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti ter kondicijsko pripravo, spremlja kondicijsko pripravljenost in telesno težo, – uporabi tekmovalna in športna pravila, – izvede sojenje, – razvije zavest o pomenu športnih pravil, dogovorov in načela fair playa, – razvije zavest o pomenu ogrevanja in sprostitvenih vajah pred in po vadbi, – razvija zavest o pomenu varnosti pri športni aktivnosti, – doživi sprostitveni vpliv športne vadbe – razvije zavest o razbremenilnih in povezovalnih učinkov športa, – uporabi različne športe v sprostitvene namene, – razvije odnos do redne športne vadbe, – ovrednoti športno poškodbo, izvede ukrepe za zavarovanje ali odpravljanju posledic.

5. OBVEZNOSTI ŠTUDENTOV IN POSEBNOSTI V IZVEDBI

Število kontaktnih ur: **108** (8 ur predavanj, 100 ur vaj).

Število ur samostojnega dela študenta: **12** (študij literature in gradiv, študij primerov in reševanje praktičnih nalog).