



KONGRES ŠPORTA ZA VSE
Gospodarsko razstavišče, dvorana Povodni mož
6. november 2015

PROGRAM

8:30 registracija udeležencev

DVORANA 1

9:00 – 9.30 Otvoritev kongresa

9.30 **Plenarni del 1**
 moderatorja: dr. Maja Bučar Pajek, Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani
 dr. Iztok Retar, Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem

9.30 – 9.55 Vloga športa za vse v slovenskem prostoru – mag. Janez Sodrznik, Olimpijski komite Slovenije–Združenje športnih zvez

9.55 – 10.20 Resolucija o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015-2025 s poudarkom na gibanju starejših – dr. Marjeta Recek, Ministrstvo za zdravje

10.20 – 10.55 Vloga športne dejavnosti za starejše
 - Teoretični del – dr. Herman Berčič, Sokolska zveza Slovenije
 - Organizacijski del – Janez Matoh, Zveza društev upokojencev Slovenije

10.55 – 11.20 Šport starejših, medicinski vidik – dr. Janez Poles, Bolnišnica Topolšica

11.20 – 11.30 Gimnastične vaje z Aleksandro Arnuš, Fakulteta za šport

11:30 – 12.00 Odmor za kavo

12:00 **Plenarni del 2**
 moderatorja: dr. Maja Bučar Pajek; Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani,
 dr. Iztok Retar Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem

12.00 – 12.25 Aplikativna vrednost raziskav pri vadbi starejših – dr. Vojko Strojnik, Fakulteta za šport

12.25 – 12.55 Prenova preventivnih programov na primarni zdravstveni ravni skozi projekt »Skupaj za zdravje« v povezavi s starejšimi – dr. Jožica Maučec Zakotnik in Tjaša Knific, Nacionalni inštitut za javno zdravje

- 13.00 – 14.00 **Delavnica s primeri dobrih praks**
 moderatorja: dr. Vedran Hadžić, Fakulteta za šport
 dr. Herman Berčič, Sokolska zveza Slovenije
- Skupina testov za ocenjevanje funkcionalne sposobnosti starejših / praktična predstavitev
 - dr. Vedran Hadžić, Fakulteta za šport; dr. Miroљjub Jakovljevič, Zdravstvena fakulteta
- Učinek progama Zdrave vadbe ABC - Ana Radivo, Športna unija Slovenije
- Ekipna olimpijada (Team Olympiad) - Biserka Drinovec, Športna zveze Tržič
- Jutranja telovadba »1000 gibov« - Zdenka Katkič, Društvo Šola Zdravja
- Vodna vadba za starejše - Gašper Malek, Rekreativsko ustvarjalno društvo Eleja
 Gimnastične vaje z Aleksandro Arnuš
- 13.55 – 14.00
- 14:00 – 15:00 Odmor za kosilo / ogled sejma
- 15:00 – 16:00 Razprava in pobude avditorija
 moderatorji: dr. Maja Bučar Pajek, Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani
 dr. Iztok Retar, Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem
 dr. Vedran Hadžić, Fakulteta za šport
 dr. Herman Berčič, Sokolska zveza Slovenije
 Janez Matoh, Zveza društev upokojencev Slovenije
 Leni Fafangel, Športna unija Slovenije
 Mojca Koligar, Športna unija Slovenije
- 16.00 – 16:30 Zaključek kongresa in sklepi – dr. Maja Bučar Pajek, predsednica programskega sveta

GOSPODARSKO RAZSTAVIŠČE, MARMORNA DVORANA

- 16.30 – 17:00 Gibalna točka OKS-ZŠZ: Ekipna olimpijada (Team Olympiad)

DVORANA 2:

ALPIKATIVNI MODUL: FORUM ŠUS – LICENČNI SEMINAR (partner Mestna občina Ljubljana)

moderatorki: Leni Fafangel, Športna unija Slovenije
 Mojca Koligar, Športna unija Slovenije

- 11.00 – 12.30 Metodika vadbe ravnotežja pri starostnikih – dr. Katja Tomažin, Fakulteta za šport
- 12.45 – 13.15 Metodika vzdržljivostne vadbe pri starostnikih – dr. Katja Tomažin, Fakulteta za šport
- 13.30 – 14.15 Vzdržljivostna vadba pri srčno-žilnih obolenjih – dr. Katja Tomažin, Fakulteta za šport
- 14.30 – 16.00 Metodika vadbe za moč pri starostnikih – dr. Petra Prevc, Fakulteta za šport
- 16.15 – 17.00 Vadba za moč pri osteoporozi – dr. Petra Prevc, Fakulteta za šport
- 17.00 – 17.45 Vadba za moč pri bolečinah v križu – dr. Petra Prevc, Fakulteta za šport

POMEMBNO:

Gradiva in prispevki, ki ne bodo objavljeni v tiskani izdaji Zbornika kongresa športa za vse, bodo na voljo na spletni strani OKS-ZŠZ <http://www.olympic.si/sport-za-vse/kongres-sporta-za-vse/gradiva/>.