**KINEZIOLOŠKI FAKULTET**

**Izvedbeni plan za akademsku godinu 2022./2023.**

PREDDIPLOMSKI SVEUČILIŠNI STUDIJ KINEZIOLOGIJE

SPLIT, 2022.

**OSNOVNE INFORMACIJE O VISOKOM UČILIŠTU**

****

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Naziv visokog učilišta |  | Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu | | |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Adresa |  | Teslina 6 | | |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Telefon | 021 302 440 | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Fax | 021 385 399 | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | E.mail adresa |  | [dekanat@kifst.hr](mailto:dekanat@kifst.hr) | | |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Web stranica |  | [www.kifst.unist.hr](http://www.kifst.unist.hr/) | | |
|  |  |  |  |  |  |

**OPĆE INFORMACIJE O STUDIJSKOM PROGRAMU**

****

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Naziv studijskoga programa | Preddiplomski sveučilišni studij kineziologije | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | Nositelj studijskoga programa | Kineziološki fakultet | |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | Sunositelj studijskoga programa | - | |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  | |  |  |  | | |
|  | Vrsta studijskoga programa | Stručni studijski program ☐ | | | | | | Sveučilišni studijski program | | ☐ |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | | | | |  |  | | |
|  |  | Preddiplomski ☐ | Diplomski☐ | | |  |  |  | Integrirani ☐ | | |
|  | Razina studijskoga programa |  |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Poslijediplomski | Poslijediplomski | | | | | | Diplomski specijalistički | | |
|  |  |
|  |  | sveučilišni ☐ | specijalistički ☐ | | | | | | ☐ | | |
|  |  |
|  | |  |  | |  | |  |  |  |  |  |
|  | Akademski/stručni naziv koji se | Prvostupnik koneziologije, univ. bacc. cin. | | | | | | |  |  |  |
|  | stječe po završetku studija |  |  |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |

1. **KALENDAR NASTAVE**

****

Studij se izvodi kao redoviti studij na hrvatskom jeziku.

**Nastava**

Nastava na studiju započinje 26. rujna, 2022. godine i traje do 02. lipanja, 2023. godine.

Studijska godina podijeljena je u dva semestra, zimski i ljetni.

Zimski semestar (nastava) traje od 26. rujna, 2022. godine do 20. siječnja, 2023. godine.

Ljetni semestar (nastava) traje od 20. veljače, 2023. godine do 02. lipnja, 2023. godine.

**Ispitni rokovi**

Zimski ispitni rok (jedan termin) traje od 23. siječnja do 17. veljače, 2023. godine.

Ljetni ispitni rok (dva termina) traje od 12. do 23. lipnja, 2023. godine te od 26. lipnja do 07. srpnja, 2023. godine.

Jesenski ispitni rok (jedan termin/ispit pred povjerenstvom) traje od 28. kolovoza do 08. rujna, 2023. godine / 11. do 22. rujan, 2023. godine.

1. **OPIS STUDIJSKOG PROGRAMA**

****

**2.1.** **Opći dio**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Znanstveno/umjetničko područje | Društvene znanosti, polje Kineziologija |
|  |
|  | studijskoga programa |
|  |  |
|  |  |  |
|  | Trajanje studijskoga programa | 3 godine |
|  |  |  |
|  | Minimalni broj ECTS bodova potreban za | 180 ECTS |
|  | završetak studija |
|  |  |
|  |  |  |
|  | Uvjeti upisa na studij i razredbeni | Završeno srednješkolsko obrazovanje i pozitivna ocjena na državnoj maturi  provjera motričkih sposobnosti  potvrda o zdravstvenoj sposobnosti |
|  |
|  |  |
|  | postupak |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |

**2.2. Ishodi učenja studijskoga programa**

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer Kineziterapija**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u kineziterapiji
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi kineziterapijskog tretmana
* primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziterapijskog programa prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa u području kineziterapije

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u kineziterapiji,
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

6. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje,

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer Kondicijska priprema sportaša**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u kondicijskoj pripremi sportaša
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi tretmana kondicijske priprema sportaša
* primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu programa kondicijske priprema sportaša prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa u području kondicijske priprema sportaša

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u kondicijskoj pripremi sportaša
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer Rekreacija**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u kineziološkoj rekreaciji i fitnesu
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi tretmana iz područja kineziološke rekreacije i fitnesa
* primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu programa kineziološke rekreacije i fitnesa prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa u području kineziološke rekreacije i fitnesa

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u kineziološkoj rekreaciji i fitnesu,
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer Atletika**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u atletici
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi kineziološkog tretmana različitih atletskih disciplina
* primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziološkog programa u atletici prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa u različitim atletskim disciplinama

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u atletici,
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer BORILAČKI SPORTOVI – judo, hrvanje ili taekwondo**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u borilačkim sportovima
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi kineziološkog tretmana u borilačkim sportovima primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziološkog programa u borilačkim sportovima prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u borilačkim sportovima,
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer Nogomet**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito s specifičnostima u nogometu
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi kineziološkog tretmana u nogometu
* primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa po sportovima
* planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu sportaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziološkog programa u nogometu prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa u nogometu

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po sportovima
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u nogometu,
* samostalno biti osposobljeni pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer RUKOMET**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito sa specifičnostima u rukometu
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture rukometaša/ica
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti rukometna motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* opisati kineziološke strukture rukometa
* primijeniti metodološke postupke kineziološke analize rukometa
* analizirati antropološka obilježja rukometaša i rukometašica
* pokazati sposobnost planiranja, organiziranja i prezentiranja poduzetničkih aktivnosti primjenom principa projektnog menađmenta
* objasniti kineziološke i antropološke modele u rukometu
* razlikovati taktičke modele u rukometu
* upotrebljavati metode za kinematičku, kinetičku i anatomsku analizu kinezioloških struktura rukometa
* mjeriti antropološke značajke rukometaša i rukometašica
* analizirati odnos rukometa i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u rukometu
* planirati sustave vježbanja u rukometu koji se provode s ciljem transformacije motoričkih i funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu rukometaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziološkog programa u rukometu prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa
* predlagati inovativne planove i programe treninga u rukometu

4. Metodika treninga rukometa 1

* provesti metodske postupke za usvajanje tehničkih elemenata iz rukometa
* odabrati trenažne operatore tehničke pripreme u rukometu
* razlikovati metodske forme i organizacijske oblike treninga u rukometu
* organizirati procese motoričkog učenja u rukometu
* izvoditi metodske vježbe za usvajanje elemenata tehnike rukometa

5. Metodika treninga rukometa 2

* provesti metodske postupke za usvajanje taktičkih elemenata iz rukometa
* odabrati trenažne operatore za pojedine vidove sportske pripreme u rukometu
* izvoditi metodske vježbe za usvajanje elemenata taktike rukometa

6. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike u rukometu
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku rukometaša/ica
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u rukometu,
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

7. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska natjecanja u rukometu putem organizacije studentskih turnira
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja u rukometu,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse u rukometu
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse u rukometu,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje iz područja rukometa

**Preddiplomski studij kineziologije - smjer plesovi**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* Izabrati prikladne plesne operatore za razvoj i usavršavanje potrebnih motoričkih znanja i sposobnosti
* Analizirati i primijeniti prikladne metodičke postupke pri učenju i vježbanju različitih plesnih konstrukcija
* Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika
* Identificirati senzibilne faze razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti važne za pojedine plesne stilove

2. Kineziološka analiza:

* Objasniti principe kineziološke i antropološke analize u plesovima
* Pokazati pravilnu izvedbu kompleksnijih elemenata odabranih plesnih tehnika
* Kategorizirati modele karakteristika vrhunskih plesača u različitim plesnim stilovima
* Kategorizirati različite sposobnosti i osobine različitih dobnih skupina i plesnih stilova
* Kreirati kompleksno motoričko gibanje u formi koreografije

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* objasniti osnovne pojmove (planiranje, programiranje, kontrola, sportska forma, trenažni operatori, periodizacija...) planiranja i programiranja plesačkog treninga
* Izabrati odgovarajuće metode i metodičko-organizacijske oblike rada u trenažnom plesnom procesu
* Napraviti odgovarajuću raspodjelu ekstenziteta i intenziteta opterećenja u trenažnom plesnom procesu
* Planirati razvoj sportske forme u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju
* Modificirati trenažni proces u odnosu na promjene antropološkog statusa, pokazatelje situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnost

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike po plesnim disciplinama
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku u plesu
* razviti svijest o utjecajima plesa na društvo
* Provesti plesne treninge različitih plesnih stilova
* Provesti plesne treninge s različitim dobnim skupinama
* Organizirati odgovarajuća sredstva i lokalitete potrebne za provedbu plesnih aktivnosti
* Kreirati trening plesa sa plesačima različitih dobnih kategorija

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja u plesu
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje,

**Preddiplomski studij kineziologije – smjer ODBOJKA**

1. Poznavanje i razumijevanje:

* definirati osnovna načela rada u kineziologiji općenito sa specifičnostima u odbojci
* definirati osnovne antropološke karakteristike, karakteristike funkcionalnog pokreta i posture čovjeka
* razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja

2. Kineziološka analiza:

* vrjednovati efekte kinezioloških tretmana na temelju povratnih informacija
* primijeniti stečena znanja za identifikaciju inicijalnog stanja, planiranju, programiranju i provedbi kinezioloških tretmana
* kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti i motoričkih sposobnosti
* odabrati odgovarajuće metode i postupke u pripremi kineziološkog tretmana u odbojci te primijeniti specifične osnovne statističke analize i pomagala informacijske tehnologije
* analizirati odnos sporta i društva

3. Planiranje i programiranje kinezioloških tretmana:

* definirati osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u odbojci
* planirati sustave vježbanja koji se provode s ciljem transformacije motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih funkcionalnih sposobnosti
* samostalno planirati, programirati i provesti cjelokupnu sportsku pripremu odbojkaša
* povezati stečena teoretska i praktična znanja za razvoj i izvedbu kineziološkog programa u odbojci prema postavljenim zahtjevima i specifikacijama,
* definirati metodologiju izrade kinezioloških programa

4. Kineziološka praksa:

* objasniti, izvesti i demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike u odbojci
* odabirati i primijenit odgovarajuće kineziološke operatore, pomagala u kineziološkim tretmanima te mjerne instrumente za kineziološku dijagnostiku čovjeka
* demonstrirati i primjenjivati tehnike i metode rada u odbojci,
* samostalno pružati prvu pomoć i provoditi kardiopulmonalnu reanimaciju
* razviti svijest o utjecajima tjelesnog vježbanja na društvo

5. Komplementarne vještine:

* organizirati sportska i rekreativna natjecanja
* učinkovito, samostalno i timsko djelovati te usmeno i pismeno predstavljati rezultata rada,
* učinkovito koristiti razne metoda komuniciranja s društvom u cjelini,
* razviti svijest o zdravstvenim, sigurnosnim i zakonskim pitanjima i odgovornostima kineziološke prakse
* provoditi praksu po principima profesionalne etike, odgovornosti i normama kineziološke prakse,
* prepoznavati potrebe i spremnost za uključenje u cjeloživotno učenje.

**2.3.** **Uvjeti i način studiranja**

Diplomski studij kineziologije izvodi se kroz tri studijske godine. Svaka studijska godina ima dva semestra, odnosno četiri četvrtine. U svakom semestru student u pravilu upisuje 30 ECTS-a, odnosno u jednoj studijskoj godini 60 ECTS-a. Student završava ovaj studij kad sakupi svih 180 ECTS-a i obrani završni rad.

Student u svakom semestru sluša obavezne predmete a na petom i šestom semestru bira predmete usmjerenja. U prva četri semestra studenti slušaju i polažu 30 ECTSa obveznih predmeta. U petom semestru 21 ECTSa obvaznih i 9 ECTSa izbornih predmeta usmjerenja, u šestom semestru 18 ECTSa obaveznih predmeta, 4 ECTS-a završni rad i i 8 ECTSa izbornih predmeta usmjerenja.

Nastava na studijskom programu se u pravilu provodi kroz predavanja (grupa studenata do 150), seminare (grupa studenata do 36), kineziološke vježbe te metodičke vježbe (grupa studenata do 18), laboratorijske vježbe (grupa studenata do 12) za predmete iz područja biomedicinskih zanosti, terenske vježbe (grupa studenata do 12) za predmete nekih sportova (Skijanje, Sportovi na vodi), (grupa studenata do 10).

**2.4. Sustav savjetovanja i vođenja kroz studij**

Studenti svake studijske godine, na početku akademske godine, biraju po dva predstavnika studenata. Fakultetsko vijeće imenuje Voditelja studijske godine iz redova nastavnika i suradnika zaposlenih na Fakultetu. Nadalje studenti su organizirani i imaju Studentski zbor KIFST-a a koji ima pet predstavnika u Fakultetskom vijeću. Podrška im je dostupna preko Studentske službe koja je svaki radni dan otvorena od 8.00 do 14.00 za studentska pitanja. Predstojnici Zavoda kao i Prodekan za nastavu i studente, te svi nastavnici dostupni su studentu u njegovom vođenju i usmjeravanju tijekom studiranja.

**2.5.** **Popis predmeta koje studenti mogu upisati s drugih studija**

Nema

**2.6. Popis predmeta koji se mogu izvoditi na stranom jeziku**

Nema

**2.7. Kriteriji i uvjeti prijenosa ECTS bodova**

Definirano Pravilnikom o studiju i sustavu studiranja.

**2.8.** **Završetak studija**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | *Način završetka studija* |  | Završni rad ☐ |  | |  | Završni ispit | ☐ |
|  |  |
|  |  | Diplomski rad ☐ | ☐ | |  | Diplomski ispit | ☐ |
|  |  |  |  |
|  |  |  |
|  | *Uvjeti za prijavu* |  | Stečena 99 ECTSa, odnosno položeni svi ispiti osim završnog | | | | | |  |  |
|  | *završnoga/diplomskoga rada i/ili* |  | rada. |  |  | |  |  |
|  | *završnoga/diplomskoga ispita* |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  | | | | | |
|  | *Postupak vrjednovanja završnoga/* |  | Pravilnik o prijavi i obrani završnog rada (diplomskog) rada | | | | | |
|  | */diplomskoga ispita te vrjednovanja i* |  |  |  |  | |  |  |
|  | *obrane završnoga/diplomskoga rada* |  |  |  |  | |  |  |

1. **RED PREDAVANJA**

****

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | |
| Godina studija: 1. godina | | | | | | | | |
| Semestar: 1. semestar | | | | | | | | |
| STATUS | KOD | NOSITELJ PREDMETA | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | ECTS |
| P | S | T | V |
| Obvezni | 84533 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | ANATOMIJA | 60 | 0 | 0 | 30 | 7 |
| 117173 | Prof. dr. sc. Damir Sekulić  Doc. dr. sc. Nikola Foretić | OKT 1 | 45 | 0 | 0 | 30 | 6 |
| 115631 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | TEORIJA I METODIKA ODBOJKE | 15 | 15 | 0 | 45 | 6 |
| 115633 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela  Prof. dr. sc. Boris Maleš | TEORIJA I METODIKA ATLETIKE 1 | 15 | 15 | 0 | 30 | 6 |
| 115635 | Prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | POVIJEST SPORTA | 20 | 10 | 0 | 0 | 2 |
| 115637 | Doc. Dr. sc. Boris Milavić | OPĆA PSIHOLOGIJA | 30 | 15 | 0 | 0 | 3 |
| Ukupno obvezni predmeti | | | 155 | 70 | 0 | 120 | 30 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | |
| Godina studija: 1. godina | | | | | | | | |
| Semestar: 2. semestar | | | | | | | | |
| STATUS | KOD | NOSITELJ PREDMETA | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | ECTS |
| P | S | T | V |
| OBVEZNI | 115638 | Izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev | KINEZIOLOŠKA FIZIOLOGIJA 1 | 30 | 15 | 0 | 15 | 4 |
| 117174 | Izv.prof.dr.sc. Dražen Čular  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | SISTEMATSKA KINEZIOLOGIJA 1 | 45 | 15 | 0 | 0 | 4 |
| 119127 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela  Prof. dr. sc. Boris Maleš | TEORIJA I METODIKA ATLETIKE 2 | 15 | 15 | 0 | 45 | 7 |
| 117176 | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | TEORIJA I METODIKA JUDA | 10 | 30 | 0 | 20 | 4 |
| 117177 | Prof. dr. sc. Nenad Rogulj  Izv. prof. dr. sc. Marijana Čavala | TEORIJA I METODIKA RUKOMETA | 15 | 15 | 0 | 45 | 6 |
| 117178 | Doc. dr. sc. Jelena Rodek | OPĆA SOCIOLOGIJA | 30 | 15 | 0 | 0 | 5 |
| Ukupno obvezni predmeti | | | 145 | 95 | 0 | 120 | 30 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | |
| Godina studija: 2. Godina | | | | | | | | |
| Semestar: 3. semestar | | | | | | | | |
| STATUS | KOD |  | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | ECTS |
| P | S | T | V |
| Obvezni | 119116 | Prof. dr. sc. Nataša Zenić-Sekulić | KINEZIOLOŠKA REKREACIJA 1 | 15 | 15 | 15 | 0 | 3 |
| 120993 | Izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev | KINEZIOLOŠKA FIZIOLOGIJA 2 \* | 15 | 15 | 0 | 15 | 3 |
| 119118 | Prof. dr. sc. Sunčica Delaš-Kalinski | TEORIJA I METODIKA SPORTSKE GIMNASTIKE 1 | 15 | 0 | 0 | 60 | 6 |
| 119119 | Prof. dr. sc. Nataša Zenić-Sekulić | TEORIJA I METODIKA PLIVANJA 1 | 15 | 0 | 0 | 30 | 3 |
| 119120 | Prof. dr. sc. Marko Erceg | TEORIJA I METODIKA NOGOMETA | 15 | 15 | 0 | 45 | 5 |
| 64584 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | KINEZITERAPIJA \*\* | 45 | 15 | 0 | 30 | 7 |
| 119124 | Doc. dr.sc. Ana Penjak | ENGLESKI JEZIK 1 | 0 | 45 | 0 | 0 | 3 |
| Ukupno obvezni premeti | | | 120 | 150 | 15 | 135 | 30 |
| \* Predmet se ne može upisati ako nije položena ANATOMIJA i KINEZIOLOŠKA FIZIOLOGIJA 1  \*\*Predmet se ne može upisati ako nije položena ANATOMIJA | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | |
| Godina studija: 2. Godina | | | | | | | | |
| Semestar: 4. semestar | | | | | | | | |
| STATUS | KOD |  | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | ECTS |
| P | S | T | V |
| OBVEZNI | 119128 | Izv. prof. dr. sc. Miodrag Spasić | BIOMEHANIKA | 15 | 30 | 0 | 30 | 5 |
| 119129 | Izv. prof. dr. sc. Goran Gabrilo | KINEZIOLOŠKA REKREACIJA 2 | 15 | 0 | 30 | 0 | 4 |
| 119130 | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | TEORIJA I METODIKA RITMIČKE GIMNASTIKE | 15 | 15 | 0 | 45 | 5 |
| 119131 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | TEORIJA I METODIKA KOŠARKE | 15 | 15 | 0 | 45 | 6 |
| 119132 | Izv. prof. dr. sc. Goran Gabrilo | TEORIJA I METODIKA PLIVANJA 2 | 15 | 0 | 0 | 30 | 4 |
| 119133 | Prof. dr. sc. Sunčica Delaš-Kalinski | TEORIJA I METODIKA SPORTSKE GIMNASTIKE 2 | 10 | 0 | 0 | 50 | 6 |
| Ukupno obvezni predmeti | | | 85 | 95 | 30 | 165 | 30 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | | |
| Godina studija: 3. Godina | | | | | | | | | |
| Semestar: 5. semestar | | | | | | | | | |
| STATUS | KOD |  | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | | ECTS |
| P | S | T | V | |
| Obvezni | 136314 | Izv. prof. dr. Alen Miletić | TEORIJA I METODIKA PLESOVA | 15 | 30 | 0 | 45 | | 6 |
| 119135 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | TEORIJA I METODIKA TRENINGA | 30 | 30 | 0 | 0 | | 5 |
| 64607 | Doc. dr. sc. Ana Alajbeg | PEDAGOGIJA | 30 | 30 | 0 | 0 | | 5 |
| 119137 | Doc. dr. sc. Šime Veršić | TEORIJA I METODIKA SPORTOVA NA VODI 1 | 15 | 15 | 30 | 0 | | 5 |
|  | Ukupno obvezni predmeti | | | 120 | 90 | 30 | | 30 | 21 |
| IZBORNO USMJERENJE | | | | | | | | | |
| SPORT  (odabrani) |  | Voditelji i nositelji predmeta usmjerenja:  Prof.dr.sc. Zoran Grgantov ODBOJKA; Prof. dr. sc. Saša Krstulović BORILAČKI SPORTOVI; Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević SPORTOVI NA VODI; Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević, VATERPOLO; Prof. dr. sc. Marko Erceg NOGOMET; Izv. prof. dr.sc. Goran Gabrilo PLIVANJE; Prof. dr. sc. Nenad Rogulj, Izv. prof. dr. sc. Marijana Čavala RUKOMET; Prof. dr. sc. Boris Maleš, Prof. dr. sc. Frane Žuvela ATLETIKA; Prof. dr. sc. Mario Jeličić, KOŠARKA | KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA *U ODABRANOM SPORTU* | 60 | 0 | 0 | | 45 | 6 |
| METODIKA TRENINGA 1 U *ODABRANOM SPORTU* | 30 | 0 | 0 | 15 | | 3 |
| REKREACIJA I FITNES | 64632 | Voditelj usmjerenja:  Prof. dr. sc. Nataša Zenić Sekulić | KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST FITNES I ZDRAVLJE  (nositelj predmeta: doc.dr.sc. Mia Perić) | 60 | 40 | 0 | | 50 | 9 |
| KONDICIJSKA PRIPREMA  SPORTAŠA | 134283 | Voditelj i nositelj predmeta  usmjerenja:  Izv. prof. dr.sc. Mario Tomljanović | METODIKA KONDICIJSKOG TRENINGA SPORTAŠA\* | 30 | 0 | 0 | | 20 | 3 |
| 134285 | DIJAGNOSTIKA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA\* | 30 | 0 | 0 | 20 | | 3 |
| 134286 | PREVENCIJA I KINEZITERAPIJA U KOND. PRIP. SPORTAŠA | 30 | 0 | 0 | 20 | | 3 |
| KINEZITERAPIJA | 134287 | Voditelj i nositelj predmeta  usmjerenja: Prof. dr. sc. Jelena Paušić | KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA U KINEZITERAPIJI\* | 60 | 0 | 0 | | 90 | 9 |
| Ukupno predmeti izbornog usmjerenja | | | | 150 | | | | | 9 |
| \*za upis usmjerenja kondicijska priprema sportaša potrebno je predmete OKT 1 i Kineziološka fiziologija 1 položiti sa najnižom ocjenom 4. | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| POPIS PREDMETA | | | | | | | | |
| Godina studija: 3. Godina | | | | | | | | |
| Semestar: 6. semestar | | | | | | | | |
| STATUS | KOD |  | PREDMET | SATI U SEMESTRU | | | | ECTS |
| P | S | T | V |
| Obvezni | 64635 | Prof. dr. sc. Tonći Bavčević | OPĆA KINEZIOLOŠKA METODIKA | 30 | 15 | 15 | 0 | 6 |
| 119136 | Izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev | SPORTSKA MEDICINA | 15 | 15 | 0 | 15 | 3 |
| 61703 | Izv. prof. dr. sc. Igor Jelaska | KVANTITATIVNE METODE 1 | 30 | 0 | 0 | 15 | 5 |
| 119134 | Prof. dr. sc. Damir Sekulić,  Doc. dr. sc. Šime Veršić | OKT 2 | 30 | 0 | 0 | 30 | 5 |
|  |  | ZAVRŠNI RAD | 0 | 15 | 0 | 0 | 4 |
|  | Ukupno obvezni | | | 75 | 60 | 15 | 45 | 22 |
| IZBORNO USMJERENJE | | | | | | | | |
| SPORT (odabrani) |  | Voditelji i nositelji predmeta usmjerenja:  Prof.dr.sc. Zoran Grgantov ODBOJKA; Prof.dr.sc. Saša Krstulović BORILAČKI SPORTOVI; Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević, SPORTOVI NA VODI; Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević, VATERPOLO; Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg NOGOMET; Izv. prof. dr.sc. Goran Gabrilo PLIVANJE; Prof. dr. sc. Nenad Rogulj, Izv. prof. dr. sc. Marijana Čavala, RUKOMET; Prof. dr. sc. Boris Maleš, Prof. dr. sc. Frane Žuvela ATLETIKA; Prof. dr. sc. Mario Jeličić, KOŠARKA | Programiranje i kontrola treninga *u odabranom sportu* | 60 | 0 | 0 | 30 | 5 |
|  | Metodika treninga 2 u *odabranom sportu* | 30 | 0 | 0 | 30 | 3 |
| REKREACIJA I FITNES | 134326 | Voditelj usmjerenja:  Prof. dr.sc. Nataša Zenić Sekulić | Individualni programi u rekreaciji i fitnesu | 45 | 0 | 0 | 30 | 4 |
| 134328 | Grupni programi u rekreaciji i fitnesu | 45 | 0 | 0 | 30 | 4 |
| KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA | 134329 | Voditelj i nositelj predmeta  usmjerenja:  Izv. prof. dr. sc. Mario Tomljanović | Planiranje i programiranje kondicijsk5e pripreme sportaša | 30 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 134331 | integrativna kondicijska priprema | 60 | 0 | 0 | 60 | 4 |
| KINEZITERA  PIJA | 134332 | Voditelj i nositelj predmeta  usmjerenja:  Prof. dr. sc. Jelena Paušić | programiranje i kontrola kineziterapijskih tretmana | 30 | 0 | 0 | 45 | 4 |
| 134334 | metodika kineziterapije | 30 | 0 | 0 | 45 | 4 |
|  | Ukupno predmeti izbornog usmjerenja | | | 150 | | | | 8 |
|  | | | | | | | | |

**4. IZVEDBENI PLANOVI PREDMETA**

****

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **FUNKCIONALNA ANATOMIJA** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | KFBFA | | | Godina studija | | | | 1 | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof.dr.sc. Ljerka Ostojić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 7 | | | | |
| Suradnici | Dr. med. Nikola Ključević,  Dr. med. Marijana Geets Kesić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | 0 | | 30 | 0 |
| Status predmeta | Obvezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj ovog kolegija jeste usvajanje znanja o normalnoj građi čovjekova tijela, odnosa između površinskih oblika i dubljih struktura, kao i međusobnoga odnosa tih struktura kao okvira u kojemu se odvijaju životni procesi. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | Osposobiti studenta za razumijevanje normalne morfologije čovjeka, poznavanje funkionalne anatomije sustava za pokretanje ( kosti, zglobovi, mišići) gdje je osnovna zadaća razumijevanje i analiza pokreta svakoga djela tijela. | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Uvod u anatomiju, anatomsko nazivlje i terminologija, ravnine i osi u tijelu, temeljni pokreti, uvod u osteologiju i sindesmologiju | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Columna vertebralis, costae, sternum, kosti i zglobovi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Cingulum membri superioris, humerus, kosti i zglobovi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Antebrachium, manus, kosti i zglobovi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Cingulum membri inferioris et femoris, kosti i zglobovi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Cruris et pedis, kosti i zglobovi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Myologia – uvod, musculi dorsi, musculi pectorales, musculi abdominis | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Musculi omeris, musculi extremitatis superioris | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Musculi pelvis, musculi extremitatis inferioris | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Cranium, Systema nervosum centrale, nervi craniales | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Organa sensuum, Medulla spinalis, Nervi spinales | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Angiologia, cor, sustav maloga i velikog optoka krvi | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Systema respiratoria, endokrini sustav, integumentum commune | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Systema digestoria, hepar, pancreas, portalni krvotok | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić | | Systema urogenitale, cavitas abdominalis et pelvis | 4 | Prof. dr. sc. Ljerka Ostojić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sati vježbe | Broj sati | Nastavu izvodi | | Anatomska nomenklatura, uvod u osteologiju i sindesmologiju Columna vertebralis, costae, sternum, kosti i zglobovi | 3 | Dr. med. Nikola Ključević | | Cingulum membri superioris, humerus, kosti i zglobovi Antebrachium, manus, kosti i zglobovi | 3 | Dr. med. Nikola Ključević | | Cingulum membri inferioris et femoris, kosti i zglobovi Cruris et pedis, kosti i zglobovi | 3 | Dr. med. Nikola Ključević | | Mišići glave, vrata i trupa | 3 | Dr. med. Nikola Ključević | | Mišići ramenog obruča i ruke | 3 | Dr. med. Nikola Ključević | | Mišići zdjeličnog obruča i noge | 3 | Dr. med. Marijana Geets Kesić | | Preparati srca | 3 | Dr. med. Marijana Geets Kesić | | Topografska anatomija toraksa | 3 | Dr. med. Marijana Geets Kesić | | Topografska anatomija abdomena i pelvisa | 3 | Dr. med. Marijana Geets Kesić | | Cranium, Preparati mozga, Preparati osjetnih organa | 3 | Dr. med. Marijana Geets Kesić | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  seminari i radionice  x vježbe  ☐*on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐      (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | | 0 | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | | 0 | Sportsko ponašanje | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0 | Ostalo | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 0 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | | 0 |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Polaže se test (multiple choice), 60%, potom usmeni dio ispita  Tijekom nastave studrnti polažu dva parcijalna ispita. Prvi je nakon predavanja i vježbi iz lokomotornoga sustava (kosti, zglobovi, mišići), a drugi nakon preostalog dijela gradiva (prag prolaza je 60%). Na ovaj način neposredno nakon završene nastave studenti mogu polagati i usmeni ispit (bonitet, položiti ispit prije službenoga roka). Tijekom vježbi studenti mogu dobiti dodatne bodove (10%) aktivnim dudjelovanjem na vježbama. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Ostojić LJ i sur., Anatomija čovjeka, (2018)., Sveučilište u Mostaru | | | | | | |  | |  | | |
| Keros P., Pećina M., Ivančić-Košuta: Temelji anatomije čovjeka, Naprijed, Zagreb, 1999. | | | | | | |  | |  | | |
| Platzer W.: Sustav organa za pokretanje, Organi, CNS, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | Netter, Atlas anatomje čovjeka - DVD | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Anketa | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 117173 | | | Godina studija | | | | 1. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Damir Sekulić  Doc.dr.sc. Nikola Foretić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Vladimir Pavlinović, mag.cin | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 30 |  | | 45 |  |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za klasifikaciju i provođenje kinezioloških sustava za transformaciju antropoloških obilježja | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Ishodi učenja - student će moći ….** | **Aktivnosti učenja i poučavanja** | **Opterećenje studenta (dio od ukupnog ECTS)** | **Način praćenja i provjera ishoda učenja** | | grupirati, imenovati i identificirati kineziološke transformacije postupke ovisno o primjeni u transformacijama antropometrijskih osobina | predavanja, seminari, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | grupirati, imenovati i identificirati kineziološke transformacije postupke ovisno o primjeni u transformacijama motoričkih sposobnosti | predavanja, seminari, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | grupirati, imenovati i identificirati kineziološke transformacije postupke ovisno o primjeni u transformacijama funkcionalnih sposobnosti | predavanja, seminari, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | prepoznati i razložiti razlikovati modele za utvrđivanje volumena opterećenja | predavanja, seminari, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | razjasniti i razlikovati konvencionalne i nekonvencionalne kineziološke sadržaje | predavanja, seminari, samostalni rad | 1 | pismeno/usmeno | | razlikovati, identificirati, imenovati i usporediti biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja | predavanja, seminari, samostalni rad | 1 | pismeno/usmeno | | prikazati biotička motorička znanja i odabrana opća kineziološka motorička znanja | vježbe | 1 | pohađanje nastave | | provesti trenažne programe uz upotrebu biotičkih motoričkih znanja i odabranih općih kinezioloških motoričkih znanja | vježbe | 1 | sudjelovanje u nastavi | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | 1. | Uvodno predavanje; Formalni model kinezioloških transformacijskih postupaka | Damir Sekulić | | 2. | Značajke transformacijskih operatora | Damir Sekulić | | 3. | Biotička motorička znanja, radno manipulativna motorička znanja, opća motorička znanja | Damir Sekulić | | 4. | Metode rada u OKT-u | Damir Sekulić | | 5. | Struktura i kineziološke transformacije morfoloških osobina | Damir Sekulić | | 6. | Struktura i kineziološke transformacije funkcionalnih sposobnosti | Damir Sekulić | | 7. | Struktura motoričkih sposobnosti (hijerarhijski model); Kineziološke transformacije motoričkih sposobnosti | Damir Sekulić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | 1. | Kontinuirana metoda rada u razvoju funkcionalnih sposobnosti | Nikola Foretić | | 2. | Diskontinuirana metoda rada u razvoju funkcionalnih sposobnosti | Nikola Foretić | | 3. | Intervalna metoda rada u razvoju funkcionalnih sposobnosti | Nikola Foretić | | 4. | Biotička motorička znanja za savladavanje prostora; Biotička motorička znanja za savladavanje prepreka | Nikola Foretić | | 5. | Biotička motorička znanja za savladavanje otpora; vježbe snage | Nikola Foretić | | 6. | Metode rada u OKT-u; Metodički organizacijski oblici rada u OKT-u | Nikola Foretić | | 7. | Poligoni | Nikola Foretić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  ☐ seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje nastave, polaganje praktičnog dijela ispita, polaganje teoretskog dijela ispita | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 2 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ispit se sastoji od a) teoretskog dijela; b) praktičnog dijela – normi  Praktični dio sastoji se od normi kojima se procjenjuje vaša razina nekih motoričkih sposobnosti i aerobne izdržljivosti. Student treba položiti SVE norme s minimalno potrebnim rezultatom. Rezultat na normama NE UTJEČE na konačnu ocjenu iz predmeta. Norme se polažu kroz dva predroka i na ispitnim rokovima.  Teoretski dio polaže se:  a) kroz POLOŽENA tri kolokvija, ili  b) cijelo gradivo kroz jedan teoretski ispit  Svaki kolokvij obrađuje jednu trećinu gradiva predmeta.  Konačna ocjena na predmetu:   * dovoljan (2): 70-80% bodova na pismenom ispitu * dobar (3): 90-100% bodova * vrlo dobar (4): 90-100% bodova na pismenom ispitu i usmeni ispit * odličan (5): 90-100% bodova na pismenom ispitu i usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Sekulić, D., D. Metikoš (2007) Uvod u transformacijske postupke u kineziologiji: Udžbenici Sveučilišta u Splitu, Fakultet PMZK Split | | | | | | | 10 | | [www.sportska-knjiga.hr](http://www.sportska-knjiga.hr) | | |
| Sekulić, D (2009) Osnovne kineziološke transformacije 1, priručnik za studente Kineziološki fakultet Split | | | | | | | - | | Internet stranica predmeta | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Sekulić, D., N. Rausavljević, N. Zenić (2003) Changes in motor and morphological measures of young women induced by the hi-lo and step aerobic dance programmes. Kinesiology, 34(1) 48-58. * Milanovic Z, Sporis G, Trajkovic N, Sekulic D, James N, Vuckovic G (2014) Does SAQ training improve the speed and flexibility of young soccer players? A randomized controlled trial. *Human Movement Science.* 38: 198-208 * Uljevic O, Spasic M, Sekulic D (2013) Sport-specific motor fitness tests in water polo; reliability, validity and playing position differences. *Journal of Sports Science and Medicine,* 12(4) 646-654. * Cavar M, Corluka M, Cerkez I, Culjak Z, Sekulic D (2013) Are Various Forms of Locomotion-Speed Diverse or Unique Performance Quality? *Journal of Human Kinetics*, 33 (3) 53-61. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Anketa | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | [www.kifst.hr/okt](http://www.kifst.hr/okt) | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA ODBOJKE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 130852 | | | Godina studija | | | | 1. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 ECTS | | | | |
| Suradnici | | Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić  Roko Goreta, mag.cin | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 15 | 15 | | 45 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Stjecanje temeljnih teorijskih, metodičkih i tehničko taktičkih kompetencija iz odbojke.  Primjena stečenih kompetencija u poučavanju sadržaja iz odbojke koji su predviđeni nastavnim planom i programom za osnovne i srednje škole | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Nakon odslušanih predavanja, praktičnih seminara i vježbi studenti će moći   * Navesti najvažnije događaje iz povijesti odbojke u svijetu i u Hrvatskoj * Objasniti osnovna pravila odbojke * Pravilno demonstrirati osnovne tehnike u odbojci * Primijeniti osnovne taktičke principe mini odbojke i odbojke tijekom igre * Primijeniti osnovne stilove poučavanja odbojkaških tehnika * Primijeniti osnovne principe poučavanja odbojkaških tehnika (prepoznavanje pogrešaka u izvedbi, davanje povratnih informacija, odabir odgovarajućih vježbi za usavršavanje izvedbe i ispravljanje pogrešaka u izvedbi) * Osmisliti nove vježbe za poučavanje osnovnih tehnika u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Kineziološka i antropološka analiza odbojke. Specifičnosti odbojke u odnosu na druge sportske igre. Prikaz dijela utakmice ženske i muške odbojke. | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Povijest odbojke u svijetu i u Hrvatskoj | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Pravila odbojke | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Osnove tehnike u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Osnove metodike u odbojci. | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Osnove planiranja i programiranja treninga u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Osnovni sustavi igre u napadu i obrani u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov | | Kolokvij - teorija | 1 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. Odbojkaški stavovi - zauzimanje stava, kretanje u raznim pravcima i zaustavljanje. Mini odbojka 1:1 s hvatanjem i bacanjem lopte iznad čela i u visini pojasa 2. Vršno i podlaktično odbijanje ispred, iznad i iza glave. Mini odbojka 1:1 s jednim odskokom lopte | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Vršno i podlaktično odbijanje nakon kretanja u raznim pravcima. Donji (školski) servis. Mini odbojka 1:1 i 2:2 s prvim, drugim i trećim odbijanjem preko mreže 2. Prijem donjeg (školskog servisa). Smečiranje s jednim korakom zaleta fiksirane i podbačene lopte | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Obrana smečiranih lopti u tijelo (podlaktičnim i vršnim odbijanjem i mini odbojka 3:3 2. Smečiranje iz 3 koraka zaleta fiksirane i podbačene lopte | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | Poluupijač, povaljka s vršnim i podlaktičnim odbijanjem. | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Mini odbojka 4:4, 2. Lelujavi i tenis servis. Prijem lelujavog i tenis servisa. | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Rolanje. 2. Sustav igre 6:6 u napadu sa zvjezdastim prijemom servisa. | 1 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Skok servis i prijem skok servisa. 2. Individualni blok u mjestu. Sustavi igre 0:3:3 i 1:2:3 u obrani 3. Spajanje dvojnog bloka na krajevima mreže dokorakom, prekorakom i trčećim korakom Sustav igre 6:3 (jednostavni i složeni) u napadu | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Prijem servisa s 4 i s 3 igrača 2. Sustav igre 2:1:3 u obrani | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof.. dr. sc. Mirjana Milić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. Odbojkaški stavovi - zauzimanje stava, kretanje u raznim pravcima i zaustavljanje. Mini odbojka 1:1 sa hvatanjem i bacanjem lopte iznad čela i u visini pojasa 2. Vršno i podlaktično odbijanje ispred, iznad i iza glave. Mini odbojka 1:1 s jednim odskokom lopte | 6 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Vršno i podlaktično odbijanje nakon kretanja u raznim pravcima. Donji (školski) servis. Mini odbojka 1:1 i 2:2 s prvim, drugim i trećim odbijanjem preko mreže 2. Prijem donjeg (školskog servisa). Smečiranje s jednim korakom zaleta fiksirane i podbačene lopte | 8 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Obrana smečiranih lopti u tijelo (podlaktičnim i vršnim odbijanjem i mini odbojka 3:3 2. Smečiranje iz 3 koraka zaleta fiksirane i podbačene lopte | 6 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić. | | Kolokvij: 1. Vršno dodavanje ispred glave 2. Vršno dodavanje preko glave 3. Podlaktično dodavanje 4. Poluupijač 5. Povaljka s vršnim odbijanjem 6. Povaljka s podlaktičnim odbijanjem 7. Donji (školski) servis | 3 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Smečiranje 2. Prizemljenja 3. Servis i prijem servisa 4. Igra 6:6 s naglaskom na kompleks 1 (prijem servisa, dizanje i smeč u napadu) | 6 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Vršno i podlaktično odbijanje 2. Smečiranje dignute lopte 3. Servisi i prijem servisa 4. Blokiranje u mjestu i nakon kretanja 5. Igra 6:6 s naglaskom na igru u kompleksu 2 (servis, blok, obrana polja, dizanje i smeč u kontranapadu) | 8 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 1. Vršno i podlaktično odbijanje 2. Prizemljenja 3. Smečiranje dignute lopte 4. Igra 6:6 s naglaskom na igru u kompleksu 1 i 2 | 6 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | Kolokvij: 1. Lelujavi servis 2. Tenis servis 3. Skok servis 4. Dizanje za smeč 5. Smeč | 2 | Prof. dr. sc. .Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  x multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Redovitost i zalaganje na nastavi | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0,5 | Metodika | | | | 1 | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | |  |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Na praktičnom dijelu ispita studenti demonstriraju 14 odbojkaških tehnika podijeljenih u 2 kolokvija  Na 1. kolokviju koji se održava tijekom 4 tjedna nastave polaže se 7 tehnika:   1. Vršno odbijanje prema naprijed 2. Podlaktično odbijanje prema naprijed 3. Vršno odbijanje prema natrag 4. Donji (školski) servis 5. Poluupijač 6. Povaljka s vršnim odbijanjem 7. Povaljka s podlaktičnim odbijanjem   Na 2. Kolokviju koji se održava tijekom 8 tjedna nastave studenti demonstriraju preostalih 7 tehnika:   1. Lelujavi servis 2. Tenis servis 3. Skok servis s rotacijom 4. Rolanje 5. Klizeći upijač 6. Dizanje za smeč 7. Smeč   Svaka odbojkaška tehnika ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5. Studentima koji polože sve elemente tehnike izračunava se prosječna ocjena odbojkaške tehnike.  Uspješno položena tehnika svih 14 odbojkaških elemenata preduvjet je za izlazak na praktični ispit iz metodike. Osim toga, uvjet za praktično polaganje metodike je i video uradak u kojem se razrađuje zadani stil poučavanja i odbojkaška tehnika u malim grupama.  Prilikom polaganja ispita iz metodike studenti pred grupom kolega imaju zadatak provesti metodski postupak podučavanja jednog odbojkaškog elementa koristeći zadani stil podučavanja. Metodski postupak se procjenjuje ocjenom od 1 do 5.  Kvaliteta primjene tehnike i taktike u igri ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem kontinuiranog praćenja izvedbe studenata na praktičnim seminarima i vježbama.  Redovitost i zalaganje na nastavi ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem evidencije dolazaka na nastavu i temeljem kontinuiranog praćenja angažmana studenata za vrijeme nastave.  Teorijski ispit iz odbojke sastoji se od 5 pitanja, po jedno iz sljedećih poglavlja:   1. Povijest odbojke 2. Pravila odbojke 3. Tehnika odbojkaških elemenata 4. Dugoročna priprema odbojkaša u različitim područjima antropološkog statusa 5. Sustavi odbojkaške igre u napadu i obrani   Odgovor na svako pitanje može se ocijeniti s 0. ¼ , ½, ¾ ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 2,5 boda – ocjena 1  2,5 i 2,75 bodova – ocjena 2  3 boda – ocjena 2/3  3,25 i 3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija teorija i metodika odbojke izračunava se na sljedeći način:  (odbojkaška tehnika x 1,5) + (metodika x 1) + (primjena tehnike i taktike u igri x 1) + (teorija x 1) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 5 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Janković, V., & Marelić, N. (2003). *Odbojka za sve*. Zagreb: Autorska Naklada | | | | | | | 1 | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., & Krstulović, S. (2005): *Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga*. B. Maleš, Đ. Miletić, (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 3 | |  | | |
| Nastavni materijali u obliku power-point prezentacija | | | | | | |  | | loomen | | |
| Dopunska literatura | | **Grgantov, Z., & Milić, M**.(2019). Metodika u odbojci (radna verzija)  **Milić, M.,** **Grgantov, Z.,** & Stipkov, M. (2016). Metric characteristics of the modified step-hop test for assessing specific agility in young female volleyball players. *Sport Science*, *9*(2), 104-108  **Milić,** M., **Grgantov, Z.,** Chamari, K., Ardigò, L. P., Bianco, A., & Padulo, J. (2017). Anthropometric and physical characteristics allow differentiation of young female volleyball players according to playing position and level of expertise. *Biology of sport*, *34*(1), 19.  **Grgantov, Z.,** Padulo, J., **Milic, M.,** Ardigò, L. P., Erceg, M., & Cular, D. (2017). Intra-positional and inter-positional differences in somatotype components and proportions of particular somatotype categories in youth volleyball players. *Annals of Applied Sport Science*, *5*(2), 37-49.  **Grgantov, Z.,** Padulo, J., **Milic, M.,** Ardigò, L. P., Erceg, M., & Cular, D. (2017). Intra-positional and inter-positional differences in somatotype components and proportions of particular somatotype categories in youth volleyball players. *Annals of Applied Sport Science*, *5*(2), 37-49  Šimac, M., **Grgantov, Z**., & **Milić, M.** (2017). Situational efficacy of top croatian senior beach volleyball players. *Acta Kinesiologica*, *11*(2), 35-39.  Đolo, K., **Grgantov, Z.,** & **Milić, M.** (2019). Absolute and relative reliability of tests assessing kinesthetic differentiation ability in youth female volleyball players. *Acta kinesiologica*, *13*(2), 44-49  Turki, O., Dhahbi, W., Padulo, J., Khalifa, R., Ridène, S., Alamri, K., **Milic, M.,** Gueid, S., & Chamari, K. (2019). Warm-Up With Dynamic Stretching: Positive Effects on Match-Measured Change of Direction Performance in Young Elite Volleyball Players. *International journal of sports physiology and performance*, *15*(4), 528-533.  Stanović, N., **Milić, M.,** & **Grgantov, Z.** (2020). Competitive state anxiety and self-esteem in youth female volleyball players of different player roles and competitive efficacy. *Acta Kinesiologica, 14*(1), 64-66.  Janković, V., & Sabljak, M. (2004). *Elementi tehnike odbojke i metodika, 1. dio - osnovna škola za mlađe dobne kategorije*. Zagreb: Autorska naklada.  Janković, V., & Marelić, N. (1995). *Odbojka.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu  Radna skripta: Metodika u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (pismeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA ATLETIKE 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 115633 | | | Godina studija | | | | 1. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof..dr.sc. Boris Maleš  Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 15 | 15 | | 30 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta da demonstrira pravilne tehnike u atletskih disciplinama hodanja i trčanja, primjenu metodskih postupaka za otklanjanje pogrešaka u izvedbi tehnika hodanja i trčanja, razumijevanje parametara uspjeha u disciplinama hodanja i trčanja, svladavanje određenih motoričkih dostignuća u disciplinama hodanja i trčanja | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | prikazati pravilnu izvedbu tehnika i motoričkih dostignuća u atletskim disciplinama hodanja i trčanja  definirati uzroke pogrešaka u izvedbi određenih tehnika u disciplinama hodanja i trčanja  odabrati metodske postupke za uklanjanje uočenih pogrešaka  definirati antropološka obilježja atletičara u disciplinama hodanja i trčanja  navesti osnovna pravila u disciplinama hodanja i trčanja  objasniti osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u disciplinama hodanja i trčanja  interpretirati parametre uspjeha u disciplinama hodanja i trčanja  prikazati određenu razinu motoričkih dostignuća u atletskim disciplinama hodanja i trčanja | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Analiza tehnike trčanja, atletske discipline trčanja i karakteristike suvremene tehnike trčanja. Sportsko hodanje – definicija, tehnika, pravila i zakonitosti sportskog hodanja (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Povijest atletike – atletske disciplini hodanja i trčanja. Sprint – definicija brzine karakteristike sprinterskog trčanja, tehničke i energetske komponente sprinta (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Srednje i duge pruge – osnovne trenažnog procesa, definicija izdržljivosti i osnovni cilj treninga srednjih i dugih pruga. Antropološka obilježja atletičara (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Opis, definicija i metodika startnih pozicija u atletici – niski, visoki i leteći start. Plan i program rada atletskih škola, organizacija kros natjecanja (3 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Pravila atletskih hodanja i trčanja. Trčanje preko prepona i zapreka. Štafetno trčanja – olimpijske discipline, podjela prema načinu izvođenja (3 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u atletici. Selekcija i orijentacija u atletici (3 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Nastavu izvodi | | Metodika treninga kondicijske pripreme kod atletičara (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Antropološka obilježja atletičara (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Planiranje i programiranje treninga u atletici (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Kineziološka analiza atletskih disciplina (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metodika treninga kondicijske pripreme kod atletičara (3 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Antropološka obilježja atletičara (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš | | Planiranje i programiranje treninga u atletici (2 sata) | Prof.dr.sc Boris Maleš |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja elemenata škole trčanja – sportsko hodanje (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje elemenata škole trčanja – sportsko hodanje (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja elemenata škole trčanja – niski i visoki skip, grabeći korak i skokovi s noge na nogu (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje elemenata škole trčanja – niski i visoki skip, grabeći korak i skokovi s noge na nogu (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metodički organizacijski oblici rada prilikom usvajanja elemenata škole trčanja (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Trenažni operatori i pomagala za usvajanje različitih znanja elemenata škole trčanja (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja tehnike trčanja – sprint, srednje i duge pruge (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje niskog i visokog starta (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje trčanja preko prepona (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja trčanja preko prepona (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Trenažni operatori i pomagala za usvajanje znanja trčanja preko prepona (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje štafetnog trčanja (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | Trenažni operatori i pomagala za usvajanje znanja trčanja preko prepona (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela  Prof.dr.sc Boris Maleš | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjenama na predmetu Teorija i metodika Atletike I određuje se temeljem ostvarenog uspjeha iz:   * **teorijskog kolokvija-** nosi 30% od konačne ocjene   (jedan kolokvija; iz nastavnih tema s predavanja)   * **seminari –** nosi 20% od konačne ocjene * **praktičnog kolokvija/znanja-** nosi 30% od konačne ocjene   (dva kolokvija; demonstracija deset specifičnih atletskih znanja)   * **praktičnog kolokvija/norme -** nosi 20% od konačne ocjene   (dvije norme; motoričke sposobnosti – 100m i funkcionalne sposobnosti – 1500/800m)  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokvij/ znanja**  Održati će se u četvrtom i zadnjem tjednu nastave. Studenti demonstriraju znanje sportskog hodanja, elemenata škole trčanja (niski i visoki skip, grabeći korak, skokovi s noge na nogu), tehniku trčanja, znanje niskog i visokog starta, znanje pretrčavanja preko prepona i štafetnog trčanja.  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokvij/ norme**  Održati će se u zadnja dva tjedna nastave. Studenti polažu dvije norme, studenti trčanje na 1500 m i 100m, dok studentice svladavaju normu trčanja na 800m i 100m.  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena2 (dovoljan)za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena3 (dobar)za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena4 (vrlo dobar)za ostvarenih75% do 89%; * ocjena5 (odličan)za ostvarenih 90% do 100% . | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., & Krstulović, S. (2005). Antropološki sklopovi sportaša modeli selekcije i modeli treninga. Sveučilišni udžbenik Izdavač: Fakultet PMZ i OP Sveučilišta u Splitu. | | | | | | |  | |  | | |
| Međunarodna pravila za atletska natjecanja (2001). Savez hrvatskih atletskih sudaca. Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Šnajder, V. (1997). Na mjesta, pozor? hodanje i trčanje u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. | | | | | | |  | |  | | |
| Travin, J.G. & Suslov, F.P. (1989). Laka Atletika . Moskva: Fizkultura i sport. | | | | | | |  | |  | | |
| USATF. (2000). The USA track and field coaching manual. Champaign, IL:Human Kinetics. | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Katić R., Maleš, B., & Miletić, Đ. (2002). Effect of 6-Month Athletic Training on Motor Abilities in Seven-Year-Old Schoolgirls. Collegium Antropologicum. 26 (2), 533-538.  Krstulović, S., Maleš, B., Žuvela, F., Erceg, M., & Miletić, Đ. (2010). Judo-soccer-track and field differential effects on some anthropological characteristics in seven year old boys. Kinesiology: international journal of fundamental and applied kinesiology. 42, 56-64.  Maleš, B., Žuvela, F.,& Jakeljić, I. (2006). Utjecaj nekih motoričkih sposobnosti na rezultat u sprintu. Školski vjesnik. 55 ( 1-2), 157-165.  Maleš, B., Žuvela, F., & Ravančić, D. (2007). Utjecaj dodatnog atletskog vježbanja na motoričke sposobnosti sedmogodišnjih djevojčica. II. međunarodni simpozium nove tehnologije u sportu : zbornik naučnih i stručnih radova. Smajlović, Nusret (ur.). Sarajevo: Univerzitet u Sarajevu, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 113-116.  Šnajder, V. & Milanović, D. (1991). Atletika hodanja i trčanja. Fakultet za fizičku kulturu. Zagreb.  Šnajder, V. (1994): Atletika u športskoj školi. Zagrebački atletski savez Zagreb.  Šnajder, V. (1995): Od starta do cilja. Tehnika i metodika atletskih disciplina hodanja i trčanja. Školske novine. Zagreb .  Šnajder, V., Milanović, D., & Hofman, E. (1996). Analiza efikasnosti različitih načina izvođenja starta kod djece mlađe dobi. Kineziologija. 28(1), 25-28. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | http://www.kifst.unist.hr/atletika/ | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **Povijest sporta** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBPS | | | Godina studija | | | | 1. Godina preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Hrvoje Karninčić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 2 | | | | |
| Suradnici | | Doc.dr.sc. Ana Penjak | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 15 | 15 | | 0 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Upoznati studenta sa načinom na koji je povijesni razvoj oblikovao sport kakav danas imamo. Upoznati studenta sa razvojem misli o tjelesnom vježbanju te sa razvojem struke – edukacije u tjelesnom vježbanju. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Opisati tjelesnog vježbanje od prahistorije do srednjeg vijeka  Opisati razvoj gimnastičkih sustava u svijetu  Analizirati pojavu modernog sporta  Opisati moderni olimpijski pokret i fenomen Olimpijskih igara  Opisati i analizirati najvažnije događaje vezane za razvoj sporta i tjelesnog odgoja u Hrvatskoj  Upotrijebiti relevantne izvore prilikom rješavanja pojedinih pitanja iz povijesti sporta  Kritički se osvrnuti na negativne pojave vezane uz sport kroz povijest. | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Povijest sporta – uvodno predavanje | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 2. | Prvobitna zajednica, Asirija, Egipat, kretsko-mikenska kultura | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 3. | Grčka, Olimpijada i Rim. | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 4. | Srednji vijek | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 5. | Pojava modernog sporta | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 6. | Moderni olimpijski pokret | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | 7. | Tjelesni odgoj i sport u Hrvatskoj | 3 | Prof. dr. sc. Karninčić H. | | Tjedan | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Uvod u izradu seminara, podjela tema seminara | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 2. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 3. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 4. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 5. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 6. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 2 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | 7. | Izlaganje seminara i rasprava na temu | 3 | Prof. dr. sc. Karninčić H., doc.dr.sc. Ana Penjak | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | × samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  mentorski rad  ☐ (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje nastave, izrada i izlaganje seminara | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0.5 | Istraživanje | | | 0 | Praktični rad | | | | 0 | |
| Eksperimentalni rad | 0 | Referat | | | 0 | 0 | | | | 0 | |
| Esej | 0 | Seminarski rad | | | 1 | 0 | | | | 0 | |
| Kolokviji | 0 | Usmeni ispit | | | 0 | 0 | | | | 0 | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | | 0 | 0 | | | | 0 | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Seminarski rad  Među predloženim temama studenti samostalno odabiru jednu. Seminari se ocjenjuju prema sljedećem kriteriju: kvalitetno obrađena zadana tema 50% ocjene,  PPT prezentacija 25% ocjene i usmeno izlaganje 25% ocjene.  Pismeni ispit  Studenti koji su dobili pozitivnu ocjenu iz seminara imaju pravo pisati pismeni ispit. Pismeni ispit sastoji se od 10 pitanja.  Ocjena 5 = 10 točnih odgovora, ocjena 4 = 9 i 8 točnih odgovora, ocjena 3 = 7 i 6 točnih odgovora, ocjena 2 = 5 točnih odgovora i ocjena 1 < 5 točnih odgovora  Usmeni ispit  Studenti koji žele veću ocjenu od prosječne ocjene koju tvore seminar i pismeni ispit mogu odgovarati usmeno. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Jajčević, Z. (2010). Povijest tjelesnog vježbanja i športa. Zagreb: Kineziološki fakultet i Društveno veleučilište u Zagrebu. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Jajčević, Z. (2007). Olimpizam u Hrvatskoj. Zagreb: Libera Editio. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Jajčević, Z. (2008). Antičke olimpijske igre i moderni olimpijski pokret do 1917. godine. Zagreb: Libera Editio | | | | | | | 1 | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Enciklopedija fizičke kulture, (1977), Leksikografski zavod  Enciklopedija Hrvatske povijesti i kulture (1980), Školska knjiga  Radan, Ž. (1970), Franjo Bučar i početak gimnastičkog i sportskog pokreta u Hrvatskoj Zagreb: Sveučilište u Zagrebu Visoka škola za fizičku kulturu. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pohađanje nastave, seminarski rad, pismeni ispit, usmeni ispit (po potrebi), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | Loomen stranica predmeta: nema  Web stranica predmeta: https://sites.google.com/site/kifstpovijestsporta/ | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV**  **PREDMETA** | **OPĆA PSIHOLOGIJA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 115637 | | | Godina studija | | | | 1. godina | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | doc.dr.sc. Boris Milavić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | T | V |
| 30 | 15 | | 0 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Stjecanje temeljnih teorijskih znanja iz opće psihologije. Osposobiti studenta za analiziranje, proučavanje i vrjednovanje spoznaja opće psihologije, te za integriranje sastavnica psiholoških obilježja i psihičkog doživljavanja s pojavama u primjenjenoj kineziologiji. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema. | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Ishodi učenja –**  **student će moći ….** | **Aktivnosti učenja i poučavanja** | **Opterećenje studenta (dio od ukupnog ECTS)** | **Način praćenja i provjera ishoda učenja** | | razlikovati različite pojmove, taksonomizacije i klasifikacije opće psihologije | predavanja | 1,5 | kolokvij,  pohađanje nastave, usmeni ispit | | uopćavati definicije, teorije i klasifikacije u psihologiji | predavanja,  seminari | 0,5 | kolokvij | | integrirati usvojene spoznaje iz psihologije s pojavama iz kineziologije | predavanja,  seminari | 0,5 | kolokvij, sudjelovanje u nastavi | | povezati odabranu sastavnicu psihičkog doživljavanja s pojavama iz kineziologije | seminari | 0,25 | seminarski rad | | kreirati i prezentirati odabranu temu iz područja kineziološke psihologije | seminari | 0,25 | prezentacija | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | 1. | Uvod u psihologiju | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 2. | Biološke osnove psihičkih procesa | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 3. | Osjeti | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 4. | Percepcija | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 5. | Pamćenje | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 6. | Zaboravljanje | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 7. | Učenje | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 8. | Mišljenje | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 9. | Inteligencija | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 10. | Emocije | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 11. | Osnove razvojne psihologije | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 12. | Psihologija ličnosti – teorije | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 13. | Osnove dokimologije | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 14. | Osnove kineziološke psihologije - ličnost i sport | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 15. | Osnove kineziološke psihologije - pažnja u sportu | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 16. | Osnove kineziološke psihologije - anksioznost i pobuđenost | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 17. | Osnove kineziološke psihologije - stres i upravljanje stresom (somatske i kognitivne tehnike) | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 18. | Osnove kineziološke psihologije - motivacija i samopouzdanje u sportu | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 19. | Osnove kineziološke psihologije – zajedništvo |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat seminara | Nastavu izvodi | | 1. | Uvod u seminare | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 2. | Testiranje intelektualnih sposobnosti – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 3. | Ličnost i sport – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 4. | Pažnja u sportu – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 5. | Anksioznost i razina aktivacije u sportu - seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 6. | Prilagođavanje pobuđenosti u sportu – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 7. | Kognitivno-bihejvioralne intervencije u sportu – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 8. | Uzročne atribucije u sportu – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 9. | Motivacija i samopouzdanje u sportu – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 10. | Socijalna psihologija sporta – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | 11. | Psihologija sporta i vježbanja – seminari | doc.dr.sc. Boris Milavić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  X seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | X samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Redovitost pohađanja predavanja i seminara, te sudjelovanje u nastavi.  Napisati i prezentirati seminarski rad. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Prezentacija seminarskog rada | | | | 0,5 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * kolokvija - tri kolokvija iz nastavnih tema s predavanja nose ukupno 75 % konačne ocjene (svaki po 25 % od konačne ocjene) * seminarski rad i prezentacija seminarskog rada - nose 20 % od konačne ocjene * usmenog ispita - nosi 5 % od konačne ocjene   Kolokviji  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  Seminarski rad i prezentacija seminarskog rada  Održati će se u tijekom izvođenja nastave. Svaki student će napraviti seminarsku radnju i potom je prezentirati drugim studentima. Student je uspješno položio seminarski rad kao zbroj vrijednosti seminarske radnje i kvalitete izvedene prezentacije seminarske radnje.  U slučaju da student ne položi seminarski rad (ne izvrši obveze pisanja i prezentacije seminarske radnje) unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  Usmeni ispit  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (pismeni kolokviji te napisan i prezentiran seminarski rad).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% . | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Petz, B. (2003). *Uvod u psihologiju*. Naklada Slap. Jastrebarsko. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Andrilović, V. i Čudina, M. (1994). *Osnove opće i razvojne psihologije: psihologija odgoja i obrazovanja II*. IV. dopunjeno izdanje. Školska knjiga. Zagreb. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Rathus, A. S. (2000). *Temelji psihologije*. Naklada Slap. Jastrebarsko. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Petz, B. (2005). *Psihologijski rječnik.* Naklada Slap. Jastrebarsko. | | | | | | | 1 | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | - Zarevski, P. (1994). *Psihologija pamćenja i učenja*. Naklada Slap. Jastrebarsko.  - Vidović Vizek, V., M. Rijavec, V. Vlahović Štetić, D. Miljković. (2003). *Psihologija obrazovanja*. Zagreb: IEP-VERN.  - Berk, L. (2006). *Psihologija cjeloživotnog razvoja.* Jastrebarsko: Naklada Slap.  - Vasta, R., M.M. Haith, S.A. Miller. (1998). *Dječja psihologija: Moderna znanost.* Naklada Slap. Jastrebarsko.  - Cox, R.H. (2005). *Psihologija sporta.* Naklada Slap. Jastrebarsko.  - Cramer D., B. Jackschath. (2001). *Psihologija nogometa.* Naklada Slap. Jastrebarsko.  - Grgin, T. (1997). *Edukacijska psihologija*. Naklada Slap. Jastrebarsko. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | evidencija pohađanja nastave; ocjenjivanje pismenih kolokvija; seminarski rad i prezentacija seminarskog rada; studentska evaluacija nastave i nastavnika. | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | Kineziološka fiziologija 1 | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 115638 | | | Godina studija | | | | 1. godina prediplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin.  dr. sc. Ivica Stipić, dr. med.  Dragana Olujić, predavač | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | predavanja | seminari | | vježbe | ukupno |
| 30 | 15 | | 15 | 60 |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | razumijevanje osnovnih fizioloških procesa u ljudskom organizmu, po organskim sustavima, te njihove međusobne povezanosti | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Odslušan kolegij - Anatomija (poželjno – položen kolegij Anatomija) | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Ishodi učenja - student će moći ….** | **Aktivnosti učenja i poučavanja** | **Opterećenje studenta (dio od ukupnog ECTS)** | **Način praćenja i provjera ishoda učenja** | | pojasniti osnovne mehanizme održavanja homeostaze | predavanja, seminari, vježbe | 1 | pismeno / usmeno | | prepoznati osnovne principe djelovanja organizma od molekularne, preko stanične razine, pa sve do složenih organskih sustava | predavanja, seminari, vježbe | 1 | pismeno / usmeno | | analizirati međusobnu usklađenost i suradnju organskih sustava | predavanja, seminari, vježbe | 1 | pismeno / usmeno | | praktično mjeriti i tumačiti osnovne fiziološke parametre | vježbe | 1 | pismeno / usmeno | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Metabolizam i energetski kapaciteti | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 2. | Građa mišića - kontrakcija poprečnoprugastog i glatkog mišića | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 3. | Srce kao crpka | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 4. | Cirkulacija | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 5. | Živčana, humoralna i bubrežna regulacija cirkulacije i arterijskog tlaka | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 6. | Regulacija srčanog minutnog volumena i venskog priljeva | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 7. | Odjeljci tjelesnih tekućina i edem | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 8. | Regulacija statusa tjelesnih tekućina | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 9. | Fiziologija bubrega | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 10. | Regulacija acidobazne ravnoteže | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 11. | Disanje - plućna ventilacija, plućna cirkulacija | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 12. | Fizikalna načela izmjene i prijenosa plinova | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 13. | Živčani sustav - opća načela, osjetni receptori – osjetila | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 14. | Motoričke funkcije kralježničke moždine i nadzor moždane kore; osjetila | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 15. | Regulacija tjelesne temperature | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Uvod u fiziologiju - fiziologija stanice, homeostaza | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 2. | Membranski i akcijski potencijal | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 3. | Metabolizam i promet tvari | 1 | Dragana Olujić, dipl. ing. | | 4. | Električna aktivnost srca | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 5. | Cirkulacijski šok i njegovo liječenje | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 6. | Krvne stanice, hemostaza, transfuzija, presađivanje organa | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 7. | Imunološki sustav | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 8. | Fiziologija probavnog sustava 1 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 9. | Fiziologija probavnog sustava 2 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 10. | Endokrinologija 1 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 11. | Endokrinologija 2 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 12. | Autonomni živčani sustav, cerebralni protok | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 13. | Spolni hormoni | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 14. | Reprodukcija | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 15. | Trudnoća, laktacija i fiziologija fetusa | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Mišićna funkcija 1 | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 2. | Mišićna funkcija 2 | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 3. | Srčana frekvencija – načini mjerenja; mjerenje u mirovanju, naporu i oporavku | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 4. | Arterijski tlak – mjerenje u mirovanju, naporu, oporavku | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 5. | EKG | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 6. | Regulacija acidobaznog statusa - utjecaj intenzivne fizičke aktivnosti na acidobazni status | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 7. | mjerenje fizioloških parametara u kineziologiji (mišići, srčanožilni sustav, metabolizam) | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 8. | mjerenje stanja hidriranosti organizma | 1 | dr. sc. Damir Zubac | | 9. | Kolokvij 1 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | 10. | Respiracijski parametri i metode njihova mjerenja | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 11. | mjerenje energetske vrijednosti prehrambenih namirnica 1 | 1 | Dragana Olujić, dipl. ing. | | 12. | mjerenje energetske vrijednosti prehrambenih namirnica 2 | 1 | Dragana Olujić, dipl. ing. | | 13. | krvne grupe | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 14. | alergološka testiranja | 1 | dr. sc. Ivica Stipić, dr. med. asistent | | 15. | Kolokvij 2 | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0.25 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0.25 | Usmeni ispit | | | 3.0 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja, seminara i vježbi održava se unutar satnice nastave prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar nastave biti će mu omogućeno polaganje istoga nakon odslušane cijele nastave ovog predmeta (odnosno, polagat će gradivo oba kolokvija u tom ispitu). Raspored kolokvija/ispita će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin). Kriteriji prolaza na pismenom dijelu ispita je broj točnih odgovora iznad 50%.  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (kolokviji ili pismeni dio ispita). Na usmenom dijelu ispita student dobiva nekoliko pitanja iz ispitnog gradiva.  Temeljem uspijeha na usmenom dijelu ispita odredit će se konačna ocjena. | | | | | | | | | | | |
| bvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Guyton, A., Hall, J. (2006.), 11. izdanje ili novija izdanja: Medicinska fiziologija, Medicinska naklada, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| materijali s nastave | | | | | | |  | |  | | |
|
|
|
|
|
|
| Dopunska literatura | | [Wilmore](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=Jack%20Wilmore), [Costill](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=David%20Costill), [Kenney](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=W.%20Larry%20Kenney). Physiology of Sport and Exercise, 4th Edition, Human Kinetics 2008. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * aktivnost na nastavi * pohađanje nastave * usmeni ispit * vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata putem studentske ankete | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | SISTEMATSKA KINEZIOLOGIJA 1 | | | | | | | | | | | |
| **Kod** |  | | | Godina studija | | | | I | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Izv. prof. dr. sc. Dražen Čular  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | Izv. prof. dr. sc. Marjana Čavala | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | T | KV |
| 45 | 15 | | 0 | 0 |
| Status predmeta | obvezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Stjecanje kompetencija složenosti kineziološke znanosti, identifikacije razloga promjena antropoloških obilježja pod utjecajem različitih kinezioloških programa, odabir mjernih instrumenta u kineziologiji, primjena temeljnih znanja i vještina kod pisanja i prezentiranja znanstveno-istraživačkog rada u kineziologiji | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | definirati interdisciplinarnost i samosvojnost kineziološke znanosti  analizirati opće zakonitosti razvoja antropoloških obilježja  upotrijebiti zakonitosti upravljanja procesom vježbanja  identificirati razloge promjena antropoloških obilježja pod utjecajem odgovarajućih programa vježbanja  osmisliti i izvršiti izbor mjernih instrumenata (testova) za procjenu pojedinih faktora antropološkog statusa (morfološkog, motoričkog, kognitivnog, konativnog i sociološkog)  napraviti i prezentirati projekt znanstveno-istraživačkog rada | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Nastavni sat predavanja:** | **sati** | **Nastavu izvodi:** | | Pojam i definicija kineziološke znanosti;  Razvoj i struktura kineziološke znanosti; | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Odnos kineziologije i drugih znanosti;  Utjecaj fizikalnih, bioloških, psiholoških i socioloških zakona na učinak u tjelesnom vježbanju;  Vrijednosti tjelesnog vježbanja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Antropološki smisao kineziologije;  Kibernetički smisao kineziologije | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Pojam procesa, mogućnosti i sustavi znanstvenog utemeljenja procesa vježbanja  Prognostičke i dijagnostičke operacije;  Upravljanje procesom vježbanja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Pojam i faze upravljanog procesa; kineziološki dinamički sustavi;  Elementi i načini funkcioniranja kinezioloških sustava;  Pojam i definiciju cilja procesa vježbanja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Definiranje predmeta istraživanja kineziologije; Metodološke osnove istraživanja u kineziologiji; Definiranje metodoloških principa | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Metode istraživanja u kineziologiji;  Teme znanstveno-istraživačkog rada | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | 1.KOLOKVIJ | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Procesi selekcije i orijentacije u kineziologiji; Definiranje pojma stanja subjekta;  Kibernetičko funkcioniranje sustava čovjek | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Endogeni i egzogeni faktori ograničenja;  Genetski i negenetski dijelovi varijabiliteta ljudskih osobina i sposobnosti | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Zakonitosti krivulja razvoja osobina i sposobnosti; Povezanost između motoričke i intelektualne domene i karakteristika ličnosti;  Povezanost između koordinacije i kognitivnih sposobnosti | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Principi izbora i distribucije sadržaja rada;  Principi izbora i distribucije volumena opterećenja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Informatička i energetska komponenta volumena rada;  Izbor modaliteta i metoda rada;  Sustav kontrole stupnja usvojenosti motoričkih znanja, osobina i sposobnosti i zdravlja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  Doc. dr. sc. Mirjana Milić | | Prirodne zakonitosti vježbanja;  Kretanje kao faktor filogenetskog i ontogenetskog razvoja | 3 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  Doc. dr. sc. Mirjana Milić | | 2.KOLOKVIJ | 3 | Izv. prof. dr. sc. Dražen Čular  Doc. dr. sc. Mirjana Milić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Nastavni sat seminara:** | **sati** | **Nastavu izvodi:** | | Izbor teme znanstveno-istraživačkog rada (seminarskog rada) | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Definiranje problema istraživanja, prikupljanje i analiza relevantnih istraživanja vezanih za temu rada | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Analiza prikupljenih relevantnih istraživanja vezanih za temu rada i definiranje dobivenih informacija-spoznaja do danas | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Pisanje projekta predloženog istraživanja; Definiranje cilja i postavljanje hipoteza | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Definiranje populacije i uzoraka ispitanika | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Izvršiti izbor mjernih instrumenata (testova) za procjenu pojedinih faktora antropološkog statusa (morfološkog, motoričkog, kognitivnog, konativnog i sociološkog) | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Temeljito opisati eksperiment (način prikupljanja informacija, primijenjeni kineziološki tretman i izbor metoda za obradu dobivenih informacija) | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Unos podataka u računalo-formiranje matrice podataka | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Izračunavanje osnovnih parametara varijabli i interpretacija | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Analize razlika, relacija i struktura | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Rasprava rezultata istraživanja | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Korištenje on baza podataka | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | Etička načela znanstveno istraživačkih radova | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | APA standard navođenja literature | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | 3.KOLOKVIJ-SEMINARSKI RAD (1 sat) | 1 | Izv.prof.dr.sc.Dražen Čular  izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić  Izv. prof. Marjana Čavala | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Sudjelovanje u nastavi, seminarima, kolokvijima i ispitima | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | | 0 | Praktični rad | | | | 0 | |
| Eksperimentalni rad | 0 | Referat | | | 0 | Nacrt istraživanja | | | | 1 | |
| Esej | 0 | Seminarski rad | | | 1 | Prezentacija | | | | 0,5 | |
| Kolokviji | 2 | Usmeni ispit | | |  | Ostalo | | | | 0 | |
| Pismeni ispit | 0,4 | Projekt | | | 0 | Ostalo | | | | 0 | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Sistematska kineziologija 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **Kolokvija (**Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice nakon prvog i drugog turnusa predavanja, ukupno 2 kolokvija). * **Seminarskog rada** * **Nacrta Istraživanja** * **Prezentacije** * **Redovitost i zalaganje na nastavi**     U slučaju da student ne položi 1 ili 2 kolokvij unutar predavanja bit će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni dio ispita** moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (pismeni kolokviji).  **Konačna ocjena** iz kolegija sistematska kineziologija 2 izračunava se na sljedeći način:  (2 kolokvija x 1) + (prezentacija x 0,5) + (seminarski rad x 1) + (nacrt istraživanja x 1) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 5 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Postavljeni materijali na Moodle sučelju predmeta  Online udžbenici na Moodle sučelju predmeta | | | | | | | 0 | | Moodle sučelje predmeta | | |
| Bonacin, D., Katić, R., Zagorac, N. (2001). Model kineziološke edukacije: znanstveno-istraživački projekti u kineziologiji. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu. | | | | | | | 5 | | 20 | | |
| **Čular, Dražen**, Šamija, Krešimir, Sporiš, Goran, *Kako pripremiti, napisati i objaviti znanstveni rad u kineziologiji i sportu,* / Čular, Dražen; Šamija Krešimir, Sporiš, Goran; Ana Kezić, (Ur.). Split, Sveučilište u Splitu Kineziološki fakultet, 2017. (Sveučilišni udžbenik na hrvatskom jeziku – digitalno izdanje) | | | | | | |  | | Moodle sučelje predmeta | | |
| Jurko D., **Čular D**, Sporiš G., Badrić M*.,Osnove Kineziologije,* Saša Krstulović, Alen Miletić, (ur.), Sportska knjiga, Zagreb, 2015. *(Sveučilišni udžbenik na hrv. Jeziku-digitalno izdanje)* | | | | | | |  | | Moodle sučelje predmeta | | |
| Dopunska literatura | Online baze znanstvenih radova, popis linkova na Moodle sučelju predmeta | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Pohađanje nastave, aktivnost na nastavi, seminarski rad, nacrt istraživanja,prezentacija, kolokvij, ispit, samovrednovanje predmeta i nastavnika tijekom kolegija, unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA ATLETIKE 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 117175 | | | Godina studija | | | | 1. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof..dr.sc. Boris Maleš  Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | Marko Mastelić, mag.cin. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 15 | 15 | | 45 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za demonstriranje pravilne tehnike u bacačkim i skakačkim atletskim disciplinama, primjenu metodskih postupaka za otklanjanje pogrešaka u izvedbi tehnika bacanja i skokova, razumijevanje parametara uspjeha u disciplinama bacanja i skokova, svladavanje određenih motoričkih dostignuća u bacačkim i skakačkim disciplinama | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | pokazati pravilnu izvedbu tehnika u atletskim disciplinama bacanja i skokova  definirati uzroke pogrešaka u izvedbi određenih tehnika u disciplinama bacanja i skokova  odabrati metodske postupke za uklanjanje uočenih pogrešaka  definirati antropološka obilježja atletičara bacača i skakača  navesti osnovna pravila u disciplinama bacanja i skokova  objasniti osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u disciplinama bacanja i skokova  interpretirati parametre uspjeha u disciplinama bacanja i skokova  prikazati određenu razinu motoričkih dostignuća u disciplinama bacanja i skokova | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Povijest atletike – atletske discipline bacanja i skokova (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Analiza tehnike bacanja koplja - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja. Analiza tehnike bacanja diska - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Analiza tehnike bacanja kugle - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja. Analiza tehnike bacanja kladiva - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Analiza tehnike skoka u dalj - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja. Analiza tehnike skoka u vis - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Analiza tehnike skoka s motkom i troskoka - metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje specifičnog atletskog znanja. Selekcija i orijentacija u atletskim skakačkim disciplinama (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Pravila atletskih bacačkih disciplina Selekcija i orijentacija u atletskim bacačkim disciplinama (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Nastavu izvodi | | Metodika treninga kondicijske pripreme kod atletičara (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Antropološka obilježja atletičara (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Planiranje i programiranje treninga u atletici (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Kineziološka analiza atletskih disciplina (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Metodika treninga kondicijske pripreme kod atletičara (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Antropološka obilježja atletičara (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Planiranje i programiranje treninga u atletici (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja bacanja kugle (3 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje znanja bacanja kugle (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja bacanja diska (3 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje znanja bacanja diska (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja bacanja koplja (3 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje znanja bacanja koplja (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja bacanja kladiva (2 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja skoka u dalj (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje znanja skoka u dalj (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja troskoka i skoka s motkom (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja skoka u vis (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Metode, postupci i trenažni operatori za usvajanje znanja skoka u vis (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja skoka u dalj (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja znanja skoka u vis (2 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja tehnika atletskih bacačkih disciplina (3 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja tehnika atletskih bacačkih disciplina (3 sata) | Marko Mastelić, mag.cin. | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja tehnika atletskih skakačkih disciplina (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | Proces motoričkog učenja i usavršavanja tehnika atletskih skakačkih disciplina (3 sata) | Prof.dr.sc. Frane Žuvela | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika atletika II određuje se temeljem ostvarenog uspjeha iz:   * **teorijskog kolokvija -** nosi 30% od konačne ocjene   (dva kolokvija; oba iz nastavnih tema s predavanja)   * **seminari –** nosi 20% od konačne ocjene * **praktičnog kolokvija/znanja -** nosi 30% od konačne ocjene   (četiri kolokvija; demonstracija specifičnih atletskih znanja – bacanje diska, kugle i koplja, te znanje skoka u dalj i skoka u vis)   * **praktičnog kolokvija/norme -** nosi 20% od konačne ocjene   (jedna norme – kroz višeboj; studenti demonstriraju dostignuća kroz tri bacačke discipline (bacanje kugle, koplja diska) i dvije skakačke discipline (skok u vis i skok u dalj).  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Praktični kolokvij/ znanja**  Održati će se u trećem, petom, šestom i sedmom tjednu nastave. Studenti demonstriraju specifična atletska bacačka znanje (bacanje diska, kugle i koplja), te znanje skoka u dalj i skoka u vis.  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Praktični kolokvij/ norme**  Održati će se u trećem, petom, šestom i sedmom tjednu nastave. Studenti demonstriraju dostignuća u atletskim bacačkim disciplinama (bacanje diska, kugle i koplja) i atletskim skakačkim disciplinama (skok u dalj i skok u vis).  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., & Krstulović, S. (2005). Antropološki sklopovi sportaša modeli selekcije i modeli treninga. Sveučilišni udžbenik Izdavač: Fakultet PMZ i OP Sveučilišta u Splitu. | | | | | | |  | |  | | |
| Međunarodna pravila za atletska natjecanja (2001). Savez hrvatskih atletskih sudaca. Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Bondarčuk A. P., K. L. Buchancov, S. V. Voznjak, O. Z. Dimitrusenko, V. A. Zaporožov, J. S. Krasnov, J. V. Lusis, L. D. Milašin (1994). Atletska bacanja. Zagrebački atletski savez, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Čoh, M. (1992). Atletika. Ljubljana: Fakulteta za šport. | | | | | | |  | |  | | |
| Čoh, M. (2001). Biomehanika atletike. Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani. | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Glize D., & Laurent, M. (1997). Controlling locomotion during the acceleration phase in sprinting and long jumping. Journal of sports sciences, 15:181-189.  Katić R., Maleš, B., & Miletić, Đ. (2002). Effect of 6-Month Athletic Training on Motor Abilities in Seven-Year-Old Schoolgirls. Collegium Antropologicum. 26 (2), 533-538.  Komi, V. P., & Mero, A. (1985). Biomehanical Analysis of Olimpic Javelin Throwers. Human Kinetics, 2, 44-55.  Ling C. T. (1989). Psychological states and self-adjustment methods of elite high jumpers. New studies in athletics, 4(4), 59-70.  Maleš, B., Žuvela, F., & Kuna, D. (2009). Intergration of throwing ability into morfphological-motor system of seven-year-old athletic school attendants. Kinesiologia slovenica. 15 ( 1) 17-23.  Otte, B. (1999). Fitt's and Posner's three-stage model of motor skill acquisition as applied to high jump coaching. Track coach. 147, 4703-4704.  Perttunen J., Kyrolainen, H., Komi, P. V., & Heinonen, A. (2000). Biomechanical loading in the triple jump. Journal of sports sciences, 18, 363-370.  Reid P. (1989). Plyometrics and the High Jump. New studies in athletics, 19 4(1):67-74.  Rod W. Fry, A. R. Morton & D. Keast (1991). Overtraining in athletes. Sports medicine, 2(1):32-65.  Young W., Wilson, G., & Byrne, C. (1999). Relationship between strength qualities and performance in standing and run-up vertical jumps. The journal of sports medicine. 39(4), 285-293.  Žuvela, F., Maleš, B., & Čerkez, I. (2009). The influence of different learning models on the acquisition of specific athletic throwing skills. Facta Universitatis. Series: physical Education and Sport. 7 (2), 197-205. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | http://www.kifst.unist.hr/atletika/ | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA JUDA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 117176 | | | Godina studija | | | | 1. preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Saša Krstulović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Goran Kuvačić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 10 | 20 | | 30 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći temeljna teorijska znanja i praktične vještine iz judo sporta, te osposobiti studente za primjenu stečenih znanja i vještina u praksi | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Objasniti osnovne principe i načela juda * Opisati svrhu izvođenja pojedinih judo tehnika * Analizirati specifične metodičke postupke u judu * Demonstrirati pravilnu izvedbu pojedinih judo tehnika * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi judo tehnika * Analizirati uz kritički osvrt i primijeniti metodičke postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka pri izvedbi judo tehnika * Objasniti pravila judo natjecanja | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Povijest juda i pravila judo borbe (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Kineziološka i antropološka analiza judo sporta (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Opće i specifične metode učenja i vježbanja tehnike juda (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Tehničko-taktička, tjelesna, psihološka i teoretska priprema judaša (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | KOLOKVIJ – teorija (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Nastavu izvodi | | Tehnike padova (ushiro ukemi, yoko ukemi, mae ukemi, zempo kaiten ukemi) (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Tehnike zahvata držanja (kesa gatame, kami shiho gatame, yoko shiho gatame, tate shiho gatame) (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Tehnike dolazaka i oslobađanja iz zahvata držanja (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Tehnike gušenja (hadaka jime, okuri eri jime, koshi jime) (2 sata) | Prof. dr. sc. Saša Krstulović | | Tehnike gušenja (Nami juji jime, gyaku juji jime, kata juji jime, sankaku jime) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike poluga (Kannuki gatame, juji gatame, waki gatame) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike poluga (Ude gatame, ude garami) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (nožne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (Bočne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (Ručne i požrtvovne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Tehnike padova (ushiro ukemi, yoko ukemi, mae ukemi, zempo kaiten ukemi) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike zahvata držanja (kesa gatame, kami shiho gatame, yoko shiho gatame, tate shiho gatame) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike dolazaka i oslobađanja iz zahvata držanja (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Kolokvij zahvati držanja (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike gušenja (hadaka jime, okuri eri jime, koshi jime) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike gušenja (Nami juji jime, gyaku juji jime, kata juji jime, sankaku jime) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike poluga (Kannuki gatame, juji gatame, waki gatame) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike poluga (Ude gatame, ude garami) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Kolokvij tehnike poluga i gušenja (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (nožne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (Bočne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (Ručne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Tehnike bacanja (Požrtvovne tehnike bacanja) (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Kolokvij tehnike bacanja (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Natjecanje u sumo borbama (2 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0.5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Studenti demonstriraju 43 judo tehnike podijeljene u 4 cjeline (kolokvija).  Prva cjelina su zahvati držanja (ulasci i oslobađanja), druga cjelina su tehnike poluga i gušenja, treća cjelina se odnosi na tehnike padova, dok je četvrta cjelina judo bacanja.  Svaka tehnika ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5. Studentima koji polože sve elemente tehnike izračunava se prosječna ocjena judo tehnike.  Teorijski (pismeni) ispit sastoji se od 5 pitanja, po jedno iz sljedećih poglavlja:  Povijest juda  Pravila juda  Strukturna analiza tehnika juda  Principi i načela juda  Antropološka analiza juda  Odgovor na svako pitanje može se ocjeniti s 0, 1/4, 1/2, 3/4 ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 3 boda – ocjena 1  3 boda – ocjena 2  3,25 bodova – ocjena 2/3  3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija teorija i metodika juda izračunava se na sljedeći način:  (judo tehnika x 2) + (teorija x 1) / 2 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Krstulović, S. (2010). Judo - teorija i metodika. Abel internacional, Split. | | | | | | | 3 | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., Krstulović, S. (2005): Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga. Maleš, Boris; Miletić, Đurđica (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 3 | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (pismeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA RUKOMETA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBTMR | | | Godina studija | | | | 1 | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Izv.prof.dr.sc. Marijana Čavala | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 15 | 15 | | 45 | 0 |
| Status predmeta | | Obvezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20 | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za izvođenje edukacijskih i trenažnih postupaka u rukometu. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | primijeniti pravila rukometa  opisati elemente tehnike i taktike rukometa  provesti metodski postupak usvajanja elemenata tehnike i taktike rukometa  pokazati sposobnosti individualnog i timskog rada  objasniti pravilnu izvedbu elemenata tehnike i taktike rukometa  prepoznati pogreške izvedbe elemenata tehnike i taktike rukometa  izvoditi elemente tehnike rukometa  prikazati elemente taktike rukometa | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Povijest rukometne igre; pravila rukometne igre; Mini rukomet; Rukomet na pijesku (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Utjecaj rukometa na antropološka obilježja rukometaša i specifičnosti metodike rada s rukometašima; Tehnika i metodika osnovnih elemenata igre bez lopte (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Tehnika i metodika specifičnih elemenata igre bez lopte u obrani i vratara; Tehnika i metodika primanja lopte (hvatanje, zaustavljanje) (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Tehnika i metodika kretanja igrača koracima i vođenjem; Tehnika i metodika bacanja lopte (dodavanje, ostavljanje, šutiranje) (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Tehnika i metodika varki s loptom; Elementi i metodika individualne taktike igre u napadu (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Elementi i metodika individualne taktike igre u obrani; Elementi i metodika grupne taktike igre u napadu (zabadanje, križanje, povratno dodavanje, blokade); Elementi i metodika grupne taktike igre u obrani (kontaktna obrambena aktivnost, skupni blok, preuzimanje) (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Elementi i metodika kolektivne taktike igre u napadu (sustavi igre, principi igre); Elementi i metodika kolektivne taktike igre u obrani (individualne, zonske i kombinirane obrane) (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Pismeni kolokvij (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Nastavu izvodi | | Analiza pravila rukometne igre (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnike i metodike osnovnih elemenata igre bez lopte (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnika i metodike specifičnih elemenata igre bez lopte u obrani i vratara (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnike i metodike primanja lopte (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnike i metodike kretanja igrača koracima i vođenjem (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnika i metodike bacanja lopte (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza tehnike i metodike varki s loptom (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata i metodike individualne taktike igre u napadu (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata i metodike individualne taktike igre u obrani (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata i metodike grupne taktike igre u napadu (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata i metodike grupne taktike igre u obrani (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata kolektivne taktike igre u napadu (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza metodike kolektivne taktike igre u napadu (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza elemenata kolektivne taktike igre u obrani (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Analiza metodike kolektivne taktike igre u obrani (1 sat) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Analiza pravila rukometne igre; Rukomet na pijesku Mini rukomet (5 sata) | Izv.prof.dr.sc. Marijana Čavala | | Uvježbavanje osnovnih elemenata tehnike igre bez lopte; (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike specifičnih elemenata igre bez lopte u obrani (2 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike specifičnih elemenata igre vratara (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike primanja lopte (hvatanje, zaustavljanje) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike kretanja igrača koracima i vođenjem (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike bacanja lopte (dodavanje, ostavljanje, šutiranje) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje tehnike varki s loptom (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje individualne taktike igre u napadu (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje individualne taktike igre u obrani (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje grupne taktike igre u napadu (zabadanje, križanje, povratno dodavanje, blokade) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje grupne taktike igre u obrani (kontaktna obrambena aktivnost, skupni blok, preuzimanje) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje kolektivne taktike igre u napadu (sustavi igre, principi igre) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Uvježbavanje kolektivne taktike igre u obrani (individualne, zonske i kombinirane obrane) (3 sata) | Prof.dr.sc. Nenad Rogulj | | Kolokvij (3 sata) |  | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1,9 | Istraživanje | | | 0 | Praktični rad | | | | 2,3 | |
| Eksperimentalni rad | 0 | Referat | | | 0 | Ostalo | | | | 0 | |
| Esej | 0 | Seminarski rad | | | 0 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 1,3 | Usmeni ispit | | | 0 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | | 0 |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **Situacijsko-motorički testovi** (kolokvij) * **Motorička znanja** (elementi tehnike) * **Teorijska znanja** (povijest, pravila, tehnika, taktika i metodika rukometne igre)   **Kolokviji**  Kolokviji iz situacijsko-motoričkih testova, te kolokviji iz motoričkih znanja održavat će se permanentno tijekom nastave, po završetku pojedinih dijelova praktične nastave, unutar nastavne satnice, a prema utvrđenom rasporedu. Kolokvij iz pravila rukometne igre održat će se nakon završetka dijela teorijske nastave unutar satnice nastave.  U slučaju da student ne položi kolokvije u zadanim terminima, biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a prije ispitnog termina.  **Pismeni dio ispita**  Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (situacijsko-motorički testovi i praktični dio). Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * Situacijsko-motorički testovi 10% * Praktični dio ispita 50% * Pismeni teorijski dio ispita 40% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Rogulj, N. (2021). Teorija i metodika rukometa. Kineziološki fakultet, Sveučilište u Splitu. | | | | | | | 5 | | 20 | | |
| Međunarodna pravila igre (rukomet) (2001) Hrvatski rukometni savez, Zagreb. | | | | | | | 5 | | 20 | | |
| Rogulj, N., V. Srhoj (1998). Rukomet (skripta). Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Split. | | | | | | | 5 | | 20 | | |
| Tomljanović, V., Z. Malić (1982). Rukomet - teorija i praksa. Sportska tribina, Zagreb. | | | | | | | 5 | | 20 | | |
| Rogulj, N., N. Foretić (2007). Škola rukometa. Grifon, Split. | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Foretić, N., N. Rogulj (2006). Primjena igara u rukometnom treningu. Grifon, Split. * Rogulj, N. (2000).Tehnika, taktika i trening vratara u rukometu. Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Split. * Rogulj, N., V. Srhoj (2001). Neke mogućnosti primjene rukometa u školi. Zbornik radova Društva športskih pedagoga Splita, Split, str. 1-13. * Rogulj, N.. (2003). Učinkovitost taktičkih modela u rukometu (Disertacija), Kinezološki fakultet u Zagrebu, Zagreb. * Srhoj, V., M. Marinović, N. Rogulj (2002).  Position specific morphological characteristics of top-level male handball players. Collegium Antropologicum 26 (1):219-227. * Zvonarek, N., D. Vuleta, Ž. Hraski (1997). Kinematička analiza dviju različitih tehnika izvođenja skok šuta u rukometu. Zbornik radova 1. međunarodne znanstvene konferencije «Kineziologija – sadašnjost i budućnost», Dubrovnik, 25.-28. rujna, str. 180-182. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | Loomen stranica predmeta: wwww.kifst.hr/rukomet | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **OPĆA SOCIOLOGIJA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 1. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 30 | 15 | |  |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 16,7% svi seminarski oblici nastave | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Objašnjenje temeljnih pojmova sociologije uz interpretaciju istih unutar socioloških paradigmi. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  | | --- | | Definirati i interpretirati temeljne pojmove sociologije  Analizirati i interpretirati različite sociološke paradigme  Opisati i interpretirati različite sociološke teorije  Objasniti temeljne elemente strukture društva | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Nastanak i razvoj sociologije (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Posebne sociološke metode (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Temeljne sociološke paradigme (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Subkulture i kontrakulture (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Devijantnost (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Obitelj (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Klasa, stratifikacija i nejednakost (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Socijalizacija (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Kultura i društvo (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Sociologija tijela – zdravlje, bolest i starenje (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Religija (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Društvena interakcija i svakodnevni život (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Siromaštvo, socijalna pomoć i društvena isključenost (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Metode istraživanja u sociologiji (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Kolokvij | Izv. prof.dr. Jelena Rodek |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Nastavu izvodi | | Sociologija - razvoj i područja proučavanja (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Devijantnost (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Društvena interakcja i svakodnevni život (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Posebne sociološke metode (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Kultura i društvo (2 sata) | Izv.prof.dr. Jelena Rodek | | Subkulture i kontrakulture (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Sociologija tijela – zdravlje, bolest i starenje (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | | Klasa, stratifikacija i nejednakost (2 sata) | Izv. prof.dr. Jelena Rodek | |  |  | |  |  |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.00 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak – Analiza posture | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.00 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1.00 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Opća sociologija određuje se na temelju ostvarenih bodova iz:  **kolokvija** kojinosi ukupno 100% konačne ocjene ILI  **pismenog ispita** koji nosi 100% od konačne ocjene | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Giddens, A. (2007). Sociologija, Zagreb, Globus | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  seminarski rad  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA REKREACIJA 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBKR1 | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Nataša Zenić Sekulić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Dr.sc. Barbara Gilić  Vladimir Pavlinović, mag.cin | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 15 | 15 | | 15 (terenske vježbe) |  |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za prepoznavanje potrebe primjene i razvoja programa kineziološke rekreacije u različitim dobnim skupinama. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Prepoznavati i razlikovati ciljeve kineziološke rekreacije * Prepoznavati i razlikovati zadatke kineziološke rekreacije * Prepoznavati i razlikovati različite načine i oblike financiranja u KR * Analizirati programe obzirom na njihove značajke * Analizirati programe obzirom na zahtjeve tržišta * Analizirati odnose između KR i različitih društvenih djelatnosti * Praktično poznavati programe koji se provode u mjestu stanovanja * Praktično poznavati oblike izvođenja programa izvan mjesta stanovanja | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Društvena i socijalna uvjetovanost kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Odnosi između kineziološke rekreacije i različitih društvenih djelatnosti (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Programi kineziološke rekreacije (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Ciljevi i zadaci kineziološke rekreacije, kolokvij (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Trendovi u kineziološkoj rekreaciji (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Mogućnosti financiranja u kineziološkoj rekreaciji (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Prilagođavanje kinezioloških rekreacijskih programa zahtjevima tržišta i društvenim potrebama, kolokvij (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Nastavu izvodi | | Društvena i socijalna uvjetovanost kineziološke rekreacije – odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić, dr.sc. Barbara Gilić | | Odnosi između kineziološke rekreacije i različitih društvenih djelatnosti - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić, dr.sc. Barbara Gilić | | Programi kineziološke rekreacije - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Ciljevi i zadaci kineziološke rekreacije - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu(2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Trendovi u kineziološkoj rekreaciji - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Mogućnosti financiranja u kineziološkoj rekreaciji - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Prilagođavanje kinezioloških rekreacijskih programa zahtjevima tržišta i društvenim potrebama - odabrani znanstveni radovi i rasprava na temu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Individualni programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Grupni programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić, Vladimir Pavlinović | | Zimski programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić, Vladimir Pavlinović | | Ljetni programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić, | | Preventivni programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Transformacijski programi kineziološke rekreacije (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Kompenzatorni programi kineziološke rekreacije (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  X seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje nastave, polaganje praktičnog dijela ispita, polaganje teoretskog dijela ispita | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Uvjet za izlazak na ispit iz predmeta su odrađene vježbe i izlaganje seminara iz predmeta. Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz pismenog ispita i usmenog ispita (koji nije obavezan)  Ukupan broj bodova na pismenom ispitu je 12 bodova:   * ocjena dovoljan – 6 i 7 bodova * ocjena dobar – 8 i 9 bodova * ocjena vrlo dobar – 10 i 11 bodova * ocjena odličan – 12 bodova i usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Zenić Sekulić N. (2015) Elementi kineziološke rekreacije, Kineziološka rekreacija, slobodno vrijeme i društveni utjecaj, sveučilišni udžbenik.  Zenić Sekulić N. (2009) Kineziološka rekreacija – priručnik za studente, Kineziološki fakultet Split | | | | | | |  | | Internet stranica predmeta | | |
| Zenić, N., N. Rausavljević, H. Berčić (2006) Leisure Time Physical Activities – the anthropological benefits and health-risks. Kinesiologia Slovenica 12(1) 75-84. | | | | | | |  | | Internet stranica predmeta | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Zenić, N., A. Kovačević, M. Krespi (2010) Afiniteti i razlozi za tjelesno vježbanje studentske populacije. U: V. Findak (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Hrvatske, Poreč, 71-78 * Kvesić, M., N. Zenić, M. Krespi (2010) Zdravstveni status, stres i tjelesna aktivnost – analiza međuzavisnosti u uzorku ravnatelja osnovnih škola RH. U: V. Findak (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Hrvatske, Poreč, 85-90 | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA FIZIOLOGIJA 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 120993 | | | Godina studija | | | | 2. godina prediplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin.  Dragana Olujić, mag. nutr.  Pavle Jovović, dr. med. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 15 | 15 | | 15 |  |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | definiranje i analiziranje odgovora pojedinih organskih sustava na akutno i kronično fizičko opterećenje, te poznavanje i provođenje fizioloških dijagnostičkih i mjernih metoda s ciljem utvrđivanja funkcionalnih sposobnosti | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Položen usmeni ispit iz Anatomije i Kineziološke fiziologije 1 | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  | | --- | | - definirati fiziološke promjene trenutnog odgovora na tjelovježbu iii fizički rad; | | - analizirati promjene uslijed dugotrajnog izlaganja tjelovježbi ili fizičkom radu; | | - opisati mehanizme prilagodbe organizma na različite uvjete vezano za intenzitet rada; | | - definirati utjecaj atmosferskih uvjeta na fiziološke procese (temperatura okoliša, hipo i hiperbarični uvjeti, sastav zraka i udio plinova); | | - analizirati korisne i štetne učinke ponavljanih fizičkih opterećenja; | | - definirati simptome sindroma pretreniranosti, pravovremeno reagirati, odnosno prevenirati nastanak istog; | | - poznavanje dijagnostičkih postupaka procjene i određivanja funkcionalnih kapaciteta  integrirati usvojena znanja te primijeniti ih u klasičnim laboratorijskim i terenskim fiziološkim pokusima | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Metabolizam i energetska potrošnja tijekom mišićnog rada; Metabolička prilagodba na trening | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Uloga mišića u pokretu i živčano-mišićni odgovor na trening | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Kardiovaskularni odgovor na fizičko opterećenje | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Regulacija respiratornog sustava pri fizičkom opterećenju | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Prilagodba kardiorespiracijskog sustava na programirani trening | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Fiziološke promjene u sindromu pretreniranosti | 3 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Termoregulacija u fizičkom naporu | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) |  | Nastavu izvodi | | Funkcionalna dijagnostika | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Humoralni odgovor na fizičko opterećenje | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Spolne razlike u odgovoru na fizičko opterećenje | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Metabolička prilagodba na trening | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Fiziološke promjene uslijed prestanka treniranja | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Rast i razvoj djece kroz sport | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Starenje i sport | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Medicina ronjenja - ronjenje na dah - apnea / hiperbarična medicina, SCUBA | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Hipobarična medicina; mikrogravitacija | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Integracijski seminar | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) |  | Nastavu izvodi | | Testovi oporavka (Lorenzov test; Harvard test; Letunov) | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | izračunavanje predviđenih vrijednosti kardiovaskularnih i metaboličkih parametara (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | Astrandov test | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | energetska učinkovitost ljudskog kretanja (Cw) (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | Termoregulacija i hidracija (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | Tekućine i elektroliti - pojam i uloga u organizmu (rehidratacijski napitci, program rehidratacije) | 4 | Dragana Olujić, mag. nutr. | | Spiroergometrija | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | procjena anaerobnog kapaciteta (EPOC) (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | procjena anaerobnog kapaciteta (Wingate test) (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | MLSS (Maximal lactate steady state determination)  (e-učenje) | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | Ronilačka oprema i barokomora | 1 | Pavle Jovović, dr. med. | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ✓ predavanja  ✓ seminari i radionice  ✓ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ✓ laboratorij  mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Redovito pohađanje i nazočnost na svim oblicima nastave; aktivno sudjelovanje u nastavi; prethodno pripremanje za nastavu, osobito vježbe (obavezno) | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0.5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | laboratorij | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 2.0 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Redovito će se voditi evidencija pohađanja nastave i aktivnog sudjelovanja u seminarima, osobito vježbama. Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni ispiti.  Ukupna ocjena na kolegiju definirat će se temeljem uspjeha na usmenom dijelu ispita te aktivnosti na seminarima i vježbama. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| [Wilmore](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=Jack%20Wilmore), [Costill](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=David%20Costill), [Kenney](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=W.%20Larry%20Kenney). Physiology of Sport and Exercise, 4th Edition, Human Kinetics 2008. | | | | | | |  | |  | | |
| Guyton, A., Hall, J. (2006.), 11. izdanje: Medicinska fiziologija, Medicinska naklada, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| materijali s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Heimer, Matković (2004.): Sportska fiziologija, Priručnik za sportke trenere, Zagreb | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * aktivnost na nastavi * pohađanje nastave * usmeni ispit * vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata putem studentske ankete | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA SPORTSKE GIMNASTIKE 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 119133 | | | Godina studija | | | | 2. godina preddiplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | **P** | **S** | | **KV** | **T** |
| 10 | 0 | | 50 | 0 |
| Status predmeta | | OBVEZNI | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Po završetku kolegija student će moći provesti poučavanje, analiziranje i korigiranje izvedbi složenijih elemenata iz sportske gimnastike te primijeniti bazične i kondicijske gimnastičke sadržaje u različitim kineziološkim područjima. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * objasniti i primijeniti bazične tehničke i kondicijske sadržaje iz sportske gimnastike u različitim kineziološkim područjima * objasniti proces selekcije za sportsku gimnastiku * objasniti i pravilno demonstrirati izvedbu tehnike, metodike, asistencije i načina ispravljanja pogrešaka složenijih elemenata gimnastičkog višeboja * kreirati gimnastičke sastave (vježbe) primjenjujući jednostavnije i složenije elemente sportske gimnastike | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | R.B. | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | 1 | Motoričko učenje u sportskoj gimnastici (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 2 | Sportska gimnastika – bazični sport (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 3 | Selekcija u sportskoj gimnastici (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 4 | Planiranje, programiranje i primjena kondicijskih sadržaja u sportskoj gimnastici (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 5 | Primjena poligona u sportskoj gimnastici (1P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 6 | Primjena sadržaja sportske gimnastike u različitim kineziološkim područjima (1P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | R.B. | Nastavni sat vježbi (4V) | Nastavu izvodi | | 1 | Tlo (ž): tehnika, metodika i asistencija stoja na rukama  Preskok (ž): tehnika, metodika i asistencija zgrčke i raznoške preko konja  Dvovisinske ruče (ž): tehnika i metodika naskoka premahom, okret za 180° iz upora stražnjeg do upora prednjeg, prehvat u mješoviti hvat i okret za 180° na višoj pritci, uzmah jednonožni na višu pritku----------  Karike (ž): okreti u predljuljaju za 180°  Preskok (m): tehnika, metodika i asistencija zgrčke i raznoške po dužini konja  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija stoja na rukama  Preča (m): tehnika, metodika i asistencija zgibom njih, naupora usklopno na visoku preču  Ruče (m): tehnika, metodika i asistencija koluta naprijed, saskok prednoška s okretom za 180° | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 2 | Tlo (ž): tehnika, metodika i asistencija stoja na rukama kolut naprijed, kolut natrag kroz stoj na rukama  Greda (ž): vježba 1: naskok u upor čučeći s odnoženjem, okret za 90° oko uporišne noge, križni korak prema naprijed, jednonožni sijed na pete, zamah zanožni do upora ležećeg, saskok strance prednožno zanožni  Dvovisinske ruče (ž): tehnika, metodika i asistencija podmetnog saskoka iz upora prednjeg na nižoj pritci  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija stoja na rukama, stoja na rukama koluta naprijed, koluta natrag kroz stoj na rukama  Karike (m): tehnika, metodika i asistencija naupora prednjihom; ponavljanje svlaka i saskoka raznoške  Preča (m): tehnika, metodika i asistencija kovrtljaja natrag iz upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg  Ruče (m): tehnika, metodika i asistencija stoja na ramenima i koluta naprijed pruženo  Konj s hvataljkama (m): vježba 1: premah odnožno desnom nogom naprijed/ natrag, premah odbočno naprijed u lijevu stranu, premah odnožno desnom nogom naprijed/natrag, saskok odbočka u desnu stranu | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 3 | Tlo (ž): više povezanih premeta strance iz bočnog i čeonog početnog položaja  Karike (ž): zgib u predljuljaju, odnjih u zaljuljaju; saskok u zaljuljaju  Preskok (ž): zgrčka sa zanoženjem, raznoška sa zanoženjem  Dvovisinske ruče (ž): tehnika, metodika i asistencija kovrtljaja natrag iz upora prednjeg  Greda (ž): naskok u upor raznožni; mačji skok, škare skoka, kolut natrag do jednonožnog kleka, saskok zanoška iz jednonožnog kleka  Tlo (m): više povezanih premeta strance iz bočnog i čeonog početnog položaja  Preskok (m): tehnika, metodika i asistencija premeta strance s okretom za 180°  Ruče (m): tehnika, metodika i asistencija njiha u potporu i upora zanjihom iz podmetnog njiha | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 4 | Tlo (ž): tehnika i metodika premeta strance na jednu ruku  Dvovisinske ruče (ž): vježba 2: sunožni uzmah na nižu pritku; kovrtljaj natrag iz upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg  Greda (ž): tehnika, metodika i asistencija koluta naprijed  Preskok (ž): zanoška odrazom s mini trampolina  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija premeta strance na jednu ruku, premet strance iz zaleta; rondat  Konj s hvataljkama (m): vježba 2: premah odnožno desnom nogom naprijed, premah odnožno lijevom nogom naprijed, premah odbočno u desnu stranu natrag, premah odnožno lijevom nogom naprijed, premah odnožno desnom nogom naprijed, premah odbočno u lijevu stranu natrag, saskok zanoška u desnu stranu  Konj s hvataljkama (m): vježba 3: premah odnožno desnom nogom naprijed/natrag, premaha odnožno u lijevom nogom naprijed; tehnika, metodika i asistencija otvorenih škara u desno  Karike (m): tehnika, metodika i asistencija iskreta naprijed zanjihom iz podmetnog njiha  Ruče (m): tehnika, metodika i asistencija naupora usklopno iz njiha u potporu do sijeda raznožnog | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 5 | Priprema za kolokvij 1  Kolokvij 1 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 6 | Greda (ž): naskok u upor čučeći na početku grede, valcer korak i okret, kolut naprijed do sijeda raznožnog, zamah zanožni do upora čučećeg, saskok jelenji  Preskok (ž): premet naprijed na povišenje  Karike (m): ljuljanje, okreti u predljuljaju za 180°, zgib u predljuljaju odnjih u zaljuljaju (2x), zgib u zaljuljaju odnjih u predljuljaju (2x), saskok u zaljuljaju  Preskok (m): tehnika, metodika i asistencija premeta naprijed | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 7 | Tlo (ž): tehnika i metodika premeta strance iz zaleta; rondata  Dvovisinske ruče (ž): tehnika, metodika i asistencija saskoka zanoške  Greda (ž): naskok u upor čučeći na početku grede, daleko visoki skokovi, sunožni okret za 90⁰ , šase strance s okretom, saskok zgrčni naprijed  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija premet strance iz zaleta; rondat  Ruče (m): tehnika, metodika i asistencija njiha u potporu i koluta natrag kroz stoj na ramenima iz potpora  Karike (m): naupor usklopno  Konj s hvataljkama (m): vježba 3: premah odnožno desnom nogom naprijed/natrag, premaha odnožno u lijevom nogom naprijed; tehnika, metodika i asistencija otvorenih škara u desno  Preča (m): tehnika, metodika i asistencija naupora usklopno | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 8 | Tlo (ž): premet naprijed jednonožnim i sunožnim doskokom  Tlo (m): premet naprijed sunožnim doskokom  Preskok (m): premet naprijed na povišenje  Konj s hvataljkama (m): tehnika i metodika zatvorenih škara u lijevo, premah odnožno desnom nogom natrag i saskok prednoška u lijevo  Preča (m): tehnika, metodika i asistencija jašućeg kovrtljaja naprijed | Izv.prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Ivana Kvasina, vanjski suradnik | | 9 | Greda (ž): vježba 4: naskok u upor čučeći na početku grede, križni korak prema naprijed, okret za 360°, saskok prednožno raznožni  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija sklopke s glave  Priprema za kolokvij 2 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 10 | Priprema za kolokvij 2  Kolokvij 2 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 11 | Greda (ž): saskok rondat  Tlo (m): tehnika, metodika i asistencija premeta natrag uz asistenciju; tehnika i metodika salta naprijed na povišenje  Konj s hvataljkama (m): vježba 4: tehnika i metodika naskokom kola prednožnog u desno i kola odnožnog lijevom nogom, premah odnožno lijevom nogom naprijed/natrag i saskoka zanoške | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 12 | Priprema za kolokvij  Kolokvij 3 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 13 | Kolokvij 4 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  ☐ seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost studenta na svim oblicima nastave.  Aktivno sudjelovanje na kineziološkim vježbama podrazumijeva demonstriranje, ponavljanje i asistiranje gimnastičkih vještina. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,75 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 2,25 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | | 1,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Procjenjivanje, vrednovanje i ocjenjivanje stečenih kompetencija iz kolegija sportske gimnastike 2 obuhvaća praktični dio ispita, izvedbu završnih vježbi i teorijski dio ispita.  **PRAKTIČNI DIO ISPITA**  Procjenjivanje, vrednovanje i ocjenjivanje stečenih, programom propisanih, vještina  provodi se kroz studentsku izvedbu istih.  70% student/studentica mora izvesti samostalno, a do 30% (programom propisanih vještina) ima pravo izvesti uz asistenciju.  Kvaliteta izvedbe propisanih gimnastičkih vještina procjenjuje se na Likertovoj skali (ocjenama od 1 do 5), pridržavajući se sljedećih kriterija:   |  |  | | --- | --- | | **OCJENA** | **OPIS IZVOĐENJA ZNANJA** | | **5** | Odličan–student/studentica samostalno, bez tehničkih i estetskih pogrešaka izvodi vještinu | | **4** | Vrlo dobar – student/studentica samostalno, s manjim tehničkim ili estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **3** | Dobar – student/studentica samostalno, sa srednjim tehničkim i estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **2** | Dovoljan – student/studentica samostalno, s velikim tehničkim i estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **1** | Nedovoljan – student/studentica nije u stanju izvesti vještinu |   Kvaliteta stečenih vještina provodi se kroz 4 kolokvija, unutar satnice vježbi, a prema utvrđenom rasporedu i gradivu obrađenom do dana održavanja kolokvija.  **Kolokvij 1** održava se u 6 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO (M/Ž): Stoj na rukama, Stoj na rukama + kolut naprijed, Stoj na rukama iz vage, Stoj na rukama iz premeta strance, Više povezanih premeta strance iz bočnog početnog položaja, Više povezanih premeta strance iz čeonog početnog položaja, Premet strance na jednu (istoimenu) ruku, Premet strance na jednu (raznoimenu) ruku * PRESKOK (M): premet strance s okretom za 90° * PRESKOK (Ž): raznoška preko konja, zgrčke preko konja, raznoška sa zanoženjem, zgrčka sa zanoženjem * DVOVISINSKE RUČE (Ž)/ PREČA (M): uzmah jednonožni na nižu pritku, kovrtljaj natrag iz upora prednjeg, premah odnožni iz upora prednjeg do upora jašućeg, podmetni okret iz visa stojećeg na višoj pritci, premah odnožni iz njiha, okret za 180° do upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg na nižoj pritci * GREDA (Ž): naskok u upor čučeći s odnoženjem, 2 škare skoka, jednonožni okret za 180° (istoimeni), 2 puta vaga iz poskoka, jednonožni sije dna pete, zamah zanožni do upora ležećeg, saskok strance prednožno-zanožni; naskok u upor raznožni, 1 mačji skok, 1 škare skok, kolut natrag do jednonožniog kleka, usprav kroz klek, jednonožni (raznoimeni) okret za 180°, saskok prednoška jednonožnim odrazom * KARIKE (Ž): ljuljanje, okreti u predljuljaju za 180°, zgib u predljuljaju i odnjih u zaljuljaju, saskok u zaljuljaju * KARIKE (M): iskret naprijed zanjihom iz podmetnog njiha, naupor prednjihom, svlak, saskok raznoška; ljuljanje, okreti u predljuljaju (2x), zgib u predljuljaju odnjih u zaljuljaju (2x), zgib u zaljuljaju odnjih u predljuljaju (2x), saskok zaljuljajem * RUČE (M): naupor sklopkom iz visa stojećeg, prednos-izdržaj stoj ana ramenima, kolut naprijed pruženo, upor sklopkom, saskok prednoška s okretom za 180° * PREČA: uzvlak, kovrtljaj natrag iz upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg * KONJ S HVATALJKAMA (M): premah odnožno desnom nogom naprijed, premah odnožno desnom nogom natrag, premah odbočno u lijevo, premah odnožno lijevom nogom natrag, saskok odbočka u desnu stranu; premah odnoožno desnom nogom naprijed, premah odnožno lijevom nogom naprijed, premah odbočno u desno natrag, premah odnožno lijevom nogom naprijed, premah odnožno desnom nogom naprijed, premah odbočno u lijevo ntrag, premah odnožno desnom nogom naprijed, premah odnožno desnom nogom natrag, saskok zanoška u lijevo.   **Kolokvij 2** održava se u 10 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO (M): kolut natrag kroz stoj na rukama, sklopka s glave, Više povezanih premeta strance iz bočnog početnog položaja, Više povezanih premeta strance iz čeonog početnog položaja * TLO (Ž): premet strance iz zaleta, rondat * PRESKOK (M): raznoška po dužini konja, zgrčka po dužini konja * PRESKOK (Ž): premet naprijed na naslagane strunjače * DVOVISINSKE RUČE (Ž): sunožni uzmah na nižu pritku, kovrtljaj natrag iz upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg na nižoj pritci * GREDA (Ž): naskok u upor na početku grede, 2 daleko-visoka skoka, sunožni okret za 90°, šase strance s okretom, saskok zgrčni naprijed; naskok u upor čučeći na početku grede, kolut naprijed do sijeda raznožnog, zamah zanožni do upora čučećeg, saskok jelenji * RUČE (M): naskokom u potpor, kolut natrag kroz stoj na ramenima, upor zanjihom podmetnim njihom, zanjihom okret za 180° do sijeda raznožnog, saskok zanoška s okretom za 180° * KONJ S HVATALJKAMA (M): premah odnožno desnom nogom naprijed/natrag, premah odnožno lijevom nogom naprijed, škare otvorene u desno, premah odbočno desnom nogom natrag, premah odnožno lijevom nogom naprijed, škare otvorene u lijevu stranu, premah odnožno desnom nogom natrag, saskok prednoška u lijevo   **Kolokvij 3** održava se u 12 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO (M): premet naprijed sunožnim doskokom, premet natrag uz asistenciju, salto naprijed zgrčeno na povišenje * TLO (Ž): kolut natrag kroz stoj na rukama, premet naprijed sunožnim doskokom, premet naprijed jednonožnim doskokom * PRESKOK (M): premet naprijed odrazom s mini trampolina * DVOVISINSKE RUČE (Ž): naskok premah odbočno s prehvatom na višu pritku, prehvat u mješoviti hvat i okret za 180° na višoj pritci, jednonožni uzmah na višu pritku, saskok zanoška * GREDA (Ž): naskok u upor čučeći na početku grede, križni korak prema naprijed, okret za 360°, saskok prednožno-raznožni; saskok premet strance sunožnim doskokom (rondat) * PRESKOK (M): zanoška * KARIKE (M): naupor usklopno, spad podmetno, iskretom natrag saskok * PREČA (M): zgibom njih, naupor usklopno iz njiha, premah odnožno naprijed do upora jašućeg, kovrtljaj naprijed iz upora jašućeg, premah odnožno natrag do upora prednjeg, podmetni saskok iz upora prednjeg * KONJ S HVATALJKAMA (M): naskokom kolo prednožno desnom nogom, kolo odnožno lijevom nogom, premah odnožno lijevom nogom naprijed/natrag, saskok zanoška   **Kolokvij** **4** održava se u zadnjem (13) tjednu nastave, a studentu/studentici je omogućeno polaganje vještina ili ispravljanje ocjena iz prethodnih kolokvija.  U slučaju da student kroz kolokvije ne položi sve programom propisane vještine iste može polagati unutar ispitnih termina kolegija (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina).  **ZAVRŠNE VJEŽBE:**  Nakon polaganja cjelokupnog praktičnog dijela ispita (u sklopu manjih vježbi definiranih programom ili pojedinačno) student/studentica po vlastitom odabiru na 2 sprave muškog odnosno ženskog gimnastičkog višeboja (izuzev na preskoku) od vještina iz programa kolegija *Teorija i metodika sportske gimnastike 2* samostalno kreira te izvodi *završne vježbe.*  **TEORIJSKI DIO ISPITA:**  Usvojenost teorijskih, programom propisanih znanja provjerava se usmenim putem u ispitnom roku. Ovaj dio ispita ima 5 nasumce odabaranih 5 pitanja (4 pitanja iz tehnike, metodike i asistencije bazičnih i jednostavnijih gimnastičkih vještina, 1 pitanje iz teorijskih predavanja).  Konačna ocjena iz kolegija *Teorija i metodika sportske gimnastike 2* je prosječna ocjena koja proizlazi iz ukupne ocjene praktičnog dijela ispita, prosječne ocjene iz završnih vježbi i teoretskog dijela ispita. | | | | | |  | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Delaš Kalinski, S. (2012). *Sportska gimnastika.* Split: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu. (Interna skripta). | | | | | | |  | | Moodle | | |
| <https://sites.google.com/site/sportskagimnastika/> | | | | | | |  | | x | | |
| Dopunska literatura | | 1. Bolkovič, T., & Kristan, S. (1998). *Akrobatika*. Ljubljana: Fakultet za šport. 2. Bruggeman, G.P. (1993). *Biomehanics in Gimnastics*. Koln: Deutcshe Športhochschule. 3. Čaklec, I.,**Hraski, Ž.** (1990). Validacija nekih testova situacione motoričke efikasnosti gimnastičara. Proceedings of I. International Symposium "Sport of the Young", pp. 613-616. Ljubljana: Fakulteta za šport. 4. Čuk, I., & Karacsony, I. (2004). *VAULT: Methods, Ideas, Curiosities, History.* Ljubljana: ŠTD Sangvinčki. 5. Karacsony, I., & Čuk, I. (1996). *POMMEL HORSE EXERCISES: Methods, Ideas, Curiosities, History.* Ljubljana: Faculty of Sport, University of Ljubljana and Hungarian Gymnastics Federation. 6. Čuk, I., & Karacsony, I. (2004). *RINGS - Methods, Ideas, Curiosities, History*.Ljubljana: Tiskarna Ljubljana. 7. Karacsony, I., & Čuk, I. (2005.). *Floor Execises - Methods, Ideas, Curiosities, History*. Ljubljana: ŠTD Sangvinčki. 8. Hamza, I., & Karacsony, I. (2000). *TORNA 1x1*. Budapest. 9. Hmjelovjec, I. (1999). *Sportska gimnastika*. Sarajevo: Fakultet za sport. 10. Hraski, Ž. (1995): Fizička priprema gimnastičara. Fitness u vrhunskom športu.Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 11. Hraski, Ž. (1992). *Osnovni sadržaji i metode rada u muškoj športskoj gimnastici*. Zagreb:Hrvatski gimnastički savez, Zagreb. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * aktivna nazočnost studenata na svim oblicima nastave * dolazak na konzultacije * kontinuirana provjera usvojenosti složenijih gimnastičkih vještina kroz 4 kolokvija * izrada samostalnih zadataka (završnih vježbi) * teorijski dio ispita * eksterno vrednovanje nastavne kvalitetne kroz “Upitnik za studentsko vrednovanje nastavnog rada” | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <http://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=126#section-0> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIVPREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA PLIVANJA 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.ds.sc. Nataša Zenić Sekulić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 15 | - | | 30 | - |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Poznavanje teoretskih osnova plivanja, te kvalitetno provođenje programa plivanja tehnikama kraul, leđno i prsno | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Poznavati osnovne biomehaničke principe plivanja * Poznavati kinematičke, kinetičke i hidrodinamičke principe plivanja kraul, leđnom i prsnom tehnikom * Analizirati izvedbu plivačkih tehnika kraul, leđno i prsno * Demonstrirati pravilnu izvedbu kraul, leđne i prsne tehnike * Identificirati pogreške u izvedbi plivačkih tehnika kraul, leđno i prsno * Poznavati metodičke postupke za otklanjanje pogrešaka kod kraul, leđne i prsne tehnike * Osmisliti inovativne metodičke postupke u plivanju | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Osnove plivanja:  Osnovne osobine tekućina, specifičnost boravka u tekućem fluidu (sila teže, uzgon, položaj tijela, otpori, plovnost,ravnoteža propulzivne sile) sile uzgona u statičkom i dinamičkom režimu,inercija, sile reakcije… (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Biomehanički principi plivanja (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Kinematička, kinetička i hidrodinamička analiza plivanja (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Biomehanička, strukturalna,kinematička, kinetička i hidrodinamička analiza plivanja kraul tehnikom sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Metodički postupci u podučavanju kraul tehnike sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Biomehanička, strukturalna,kinematička, kinetička i hidrodinamička analiza plivanja leđne tehnikom sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Metodički postupci u podučavanju leđne tehnike sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Biomehanička, strukturalna,kinematička, kinetička i hidrodinamička analiza plivanja prsne tehnikom sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Metodički postupci u podučavanju prsne tehnike sa startom i okretom (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Planiranje i programiranje plivačkog treninga u okviru tjelesnog odgoja,rekreativnog plivanja,te početnih i konačnih stanja rehabilitacijskog procesa. (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | **KOLOKVIJ (pismeni test)** |  |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Dijagnostički postupci: utvrđivanje plivačkih sposobnost (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe primijenjene kineziologije - Osnove boravka u vodi: disanje, plutanje, klizanje (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju kraul tehnike – rad nogu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju kraul tehnike – rad ruku (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju kraul tehnike – kompletna tehnika (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju kraul tehnike – start i okret (3 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leđne tehnike – rad nogu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leđne tehnike – rad ruku (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leđne tehnike – kompletna tehnika (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leđne tehnike – start i okret (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju prsne tehnike – rad nogu (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju prsne tehnike – rad ruku (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju prsne tehnike – kompletna tehnika (2 sata) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju prsne tehnike – start i okret (1 sat) | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | *Praktični kolokvij – ispit : utvrđivanje plivačkih sposobnosti (2 sata)* | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | | *Praktični kolokvij – ispit : demonstracija plivačkih znanja (1 sat)* | Prof.dr.sc.Nataša Zenić Sekulić | |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika plivanja 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija pisani test**   nose ukupno 70 bodova (30% konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita plivačke sposobnosti**   nosi 100 bodova (25 bodova ulazne plivačke sposobnosti)(40% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita demonstracija plivačkog znanja**   nosi 80 bodova (30% od konačne ocjene)   * **usmenog ispita(izbor zamjene za pisani test)**   **Kolokviji pisani test**  Kolokvij s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena kolokvija /ispita na način:   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 40 od 70 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 41 do 50 od 70 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 51 do 60 od 70 bodova; * ocjena5 (odličan) za ostvarenih 61 do 70 od 70 bodova.   U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se unutar satnice predavanja / vježbi. Svaki student vrši dvije provjere 5 plivačkih sposobnosti (leđno 50m, prsno 100m, slobodno 200m, slobodno 50m i slobodno 25m), na početku nastavnog procesa (maksimalno 25 bodova), te na kraju (maksimalno 75 bodova). Također, student je dužan demonstrirati plivačka znanja iz sljedećih tehnika: kraul, leđno i prsno (maksimalno 45 bodova). Na kraju, student je dužan demonstrirati odgovarajuće startove (maksimalan broj bodova 15) i okrete (maksimalan broj bodova 20).  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Završna ocjena**  Završna ocjena se dobiva prema sljedećem načinu bodovanja   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 111 do 145 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 146 do 185 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 186 do 225 bodova; * ocjena5 (odličan) za ostvarenih 226 do 250 bodova.   **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra i to kao izbor zamjene za pismeni test uz uvjet da je prethodno minimalno 2 puta pisao pismeni test i da su prethodno položena oba praktična dijela ispita (plivačke sposobnosti i plivačka znanja). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Šiljeg, K. (2018): Plivanje. Hrvatski Plivački Savez, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| Volčanšek, B.(1996): Športsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| Guzman, R. (2010). Plivanje - 128 vježbi, Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. | | | | | | |  | |  | | |
| Newsome, P., Young, A. (2012) Swim smooth. | | | | | | |  | |  | | |
| PPT Prezentacije s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Fina - pravila plivanja (2002) Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb * Grčić-Zubčević, N., Marinović, V. (2009) 300 igara za djecu predškolske dobi. Udžbenici Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb. * Maglisho, E. (2003) Swimming fastest. Human Kinetics * Salo, D., Riewald S. (2008) Complete Conditioning for Swimming. Human Kinetics. * Gabrilo, G., Perić, M., Stipić, M. (2011) Pulmonary Function in Pubertal Synchronized Swimmers: 1-year Follow-up Results and Its Relation to Competitive Achievement. [*Medical Problems of Performing Artists*](http://www.sciandmed.com/mppa/)*:*[*Volume 26*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011)[*Number 1*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011#issue1191)*: Page 39* * Gabrilo, G., Orlović, A., Miličić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? Acta Kinesiologica 11 (2017) Issue 2; 90-92. * Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., Sekulić, D. (2012) General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players. *Journal of Human Kinetics, volume 32/2012, 157-165* * Potdevin F, Bril B, Sidney M, Pelayo P. (2006) Stroke frequency and arm coordination in front crawl swimming. *International Journal of Sports Medicine*, 2006; 27(3): 193-198. * Sekulic D, Zenic N, Zubcevic NG. (2007) Non linear anthropometric predictors in swimming. *Collegium Antropologicum*, 31(3): 803-809. * Consilman, J. E. (1968): The science of swiming, Prentice-Hall, inc., New Jersey * Voda,naša prijateljica. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2001. 396 str., ilustr., tabele. ISBN 961-6016-83-0. [COBISS-ID 109910784] * <http://www.hrvatski-plivacki-savez.hr/> * <http://www.fina.org/> * <http://www.usaswimming.org/> * <http://www.swimsmooth.com/> | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * Pohađanje nastave * Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata * Kolokviji * Pismeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA NOGOMETA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | 119120 | | | Godina studija | | | | 2. | | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof. dr. sc. Marko Erceg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | | |
| Suradnici | Dr. sc. Ante Rađa  Izv. prof. dr. sc. Goran Gabrilo  Josip Andabak, mag.cin. asist. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | | S | V | | T |
| 15 | | 15 | 45 | | - |
| Status predmeta | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Naučiti studente temeljna teorijska znanja i praktične vještine iz nogometa, te osposobiti studente za samostalnu primjenu stečenih znanja i vještina u praksi (primjena elementarne tehnike i taktike nogometa) | | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Nema | | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Nabrojati najvažnije događaje iz povijesti nogometa * Definirati osnovne principe i načela nogometa * Objasniti svrhu izvođenja pojedinih nogometnih tehnika * Demonstrirati pravilnu izvedbu pojedinih nogometnih tehnika * Analizirati specifične metodičke postupke u nogometu * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi nogometnih tehnika * Generirati i predložiti metodičke postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka pri izvedbi nogometnih tehnika * Obrazložiti pravila nogometnog natjecanja * Usvojiti stavove o važnosti izvršavanja postavljenih zadataka kroz nogometnu igru | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Povijest nogometa u svijetu i Hrvatskoj | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | Pravila nogometne igre | 2 | Doc. dr. sc. Goran Gabrilo | | Analiza nogometne igre | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | Utjecaj nogometa na antropološka obilježja | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | Razvoj sustava nogometne igre; KOLOKVIJ - teorija | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | Metode učenja i vježbanja tehnike i taktike nogometa | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | Tehničko-taktička, tjelesna i teoretska pripema | 2 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg | | KOLOKVIJ – teorija | 1 | Izv. prof. dr. sc. Marko Erceg |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | Metodika obuke žongliranja hrptom u mjestu i žongliranja natkoljenicom u mjestu | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke žongliranja hrptom i natkoljenicom (kombinacija) i metodika obuke žongliranja glavom | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke žongliranja u kretanju i kombinacije žongliranja hrptom, natkoljenicom i glavom | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke primanje unutrašnjom stranom stoala i prijenosa unutrašnjom stranom stopala | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke primanja vanjskom stranom stopala i prijenosa vanjskom stranom stopala | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke primanja iz zraka amortizacijom hrptom i primanje lopti natkoljenicom | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke primanja lopti prsima i primanja lopti glavom | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke primanja od podloge unutrašnjom stranom stopala i primanja od podloge vanjskom stranom stopala | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke oduzimanja lopte | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke vođenja sredinom hrpta stopala, vođenje unutrašnjim dijelom hrpta, vođenja vanjskim dijelom hrpta i kombinacije različitih vrsta vođenja | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | etodika obuke driblinga unutrašnjom i vanjskom stranom stopala, driblinga "bicikl" i ostalih driblinga | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke bacanja auta i udarca sredinom hrpta stopala | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke udarca unutarnjim i vanjskim dijelom stopala | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke udarca unutrašnjom stranom stopala i volej udaraca | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred | | Metodika obuke udaraca glavom | 1 | Dr. sc. Ante Rađa, pred |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | Žongliranje hrptom u mjestu; Žongliranje natkoljenicom u mjestu | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist.  Josip Andabak, asist. | | Kombinacija žongliranja hrptom i natkoljenicom; Žongliranje glavom; | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Žongliranje u kretanju; Kombinacija žongliranja hrptom, natkoljenicom i glavom | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Primanje unutrašnjom stranom stopala; Prijenos unutrašnjom stranom stopala | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Primanje vanjskom stranom stopala; Prijenos vanjskom stranom stopala | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Primanje iz zraka amortizacijom hrptom; Primanje lopti natkoljenicom | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Primanje lopti prsima; Primanje lopti glavom (Praktični kolokvij) | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Primanje od podloge unutrašnjom stranom stopala; Primanje od podloge vanjskom stranom stopala | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Oduzimanja lopte | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Vođenje sredinom hrpta stopala; Vođenje unutrašnjim dijelom hrpta; Vođenje vanjskim dijelom hrpta; Kombinacije različitih vrsta vođenja | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Dribling unutrašnjom i vanjskom stranom stopala; Dribling "bicikl"; Ostali driblinzi (Praktični kolokvij) | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Bacanje auta; Udarac sredinom hrpta stopala | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Udarac unutarnjim i vanjskim dijelom stopala | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Udarac unutrašnjom stranom stopala; Volej udarci; Udarci glavom | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, Josip Andabak, asist. | | Praktični kolokvij-ispit | 3 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | ☒ predavanja  ☒ seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | | ☒ samostalni zadaci  ☒ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☒ društveno korisno učenje(DKU) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 0.5 | Istraživanje | |  | | Praktični rad (DKU) | | | | | 1.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | |  | | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | 0.5 | | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | 0.5 | | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | |  | | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika Nogometa određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (kolokvij iz nastavnih tema s predavanja) nosi ukupno 10% konačne ocjene   * **praktičnog kolokvija/ispita**   (tri iz nastavnih tema s vježbi) nose ukupno 60% od konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene. Dva kolokvija (40% ocjene) mogu se položiti i kroz praktični rad, također iz nastavnih tema vježbi, koji se temelji na primjeni metode društveno korisnog učenja.   * **praktičnog seminara**   (praktični seminar iz nastavnih tema) nosi ukupno 10% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja bit će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokviji/ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktične kolokvije/ispit unutar predavanja bit će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin). Praktični rad s elementima društveno korisnog učenja, metode učenja/podučavanja kroz iskustvo u kojem studenti stječu i primjenjuju akademska znanja i vještine kroz bavljenje potrebama zajednice, ekvivalent je dvama praktičnim kolokvijima.    **Usmeni**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Dujmović, P. (2000). Škola nogometa. Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | |  | |  | | |
| Pravila nogometne igre (2011). Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | Pavičić, I. (2001). Tehnika vratara, elementi tehnike nogometaša i metodika. Vlastita naklada, Zagreb.  Garland, J. (2003). Youth Soccer Drills. Human Kinetics.  Bompa, O. T. (2000). Cjelokupni trening za mlade pobjednike. HKS i UKTH, Zagreb.  Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. ZNS, Zagreb.  Stacey, K., Rice, D.L. & Langer, G. (2006). Akademski service-learning (priručnik za nastavnike). Udruga za građansko obrazovanje i društveni razvoj – DIM. | | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje  Vanjska evaluacija primjene metode društveno korisnog učenja u sklopu predmeta. | | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZITERAPIJA** | | | | | | | | | | | |
| **ISVU Kod** | KFBKT | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 7 | | | | |
| Suradnici | Petra Rajković Vuletić mag.cin., asistent | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 45 | 15 | | 30 |  |
| Status predmeta |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Osposobiti studenta da prepozna karakteristike pravilne posture kao i znakove nepravilnih postura ljudskog tijela. Naučiti studenta analizirati posturu tijela i odabrati adekvatne kineziterapijske vježbe za određene otklone od pravilne posture. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Položen predmet Anatomija. | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | |  | | --- | | * definirati pravilnu posturu čovjeka u stajanju | | * analizirati posturu tijela u anteriornom, sagitalnom i posterironom pregledu | | * analizirati status stopala | | * definirati kineziterapijske vježbe za određene otklone od pravilne posture | | * definirati odrednice planiranja i programiranja kineziterapijskog programa | | * demonstrirati pravilno izvođenje kineziterapijskih vježbi | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | Analiza posture | 9 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Uvod u planiranje i programiranje u kineziterapiji | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Vježbe mobilnosti | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Vježbe istezanja | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Vježbe regionalnog obrasca disanja i stabilnosti | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Vježbe za ravnotežu | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Vježbe za mišićnu izvedbu (jakost, izdržljivost, snaga) | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Pravilan motorički razvoj i posturalna stabilnost djeteta | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Kineziterapija kralježnice (gornji i donji ukriženi sindrom) | 6 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Kineziterapija gornjih udova | 3 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Kineziterapija donjih udova (kuk, koljeno, gležanj,stopalo) | 6 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | Klinička kineziologija i anatomija – rameni obruč i zglob | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Klinička kineziologija i anatomija – zglob lakta i ručni zglob | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Klinička kineziologija i anatomija – kralježnica i respiratorni sustav | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Klinička kineziologija i anatomija – zdjelični pojas i kuk | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Klinička kineziologija i anatomija – koljeno , gležanj i stopalo | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić | | Analiza posture – obrada fotografija i plantografa | 2 | Prof. dr. sc. Jelena Paušić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | Vježbe mobilnosti | 4 | Petra Rajković Vuletić | | Vježbe istezanja | 2 | Petra Rajković Vuletić | | Vježbe regionalnog obrasca disanja i stabilnosti | 4 | Petra Rajković Vuletić | | Analiza posture i stopala – mjerenja | 4 | Petra Rajković Vuletić | | DNS vježbe pravilnih obrazaca kretanja | 6 | Petra Rajković Vuletić | | Vježbe za ravnotežu | 2 | Petra Rajković Vuletić | | Vježbe za mišićnu izvedbu (jakost, izdržljivost, snaga) | 2 | Petra Rajković Vuletić | | Kineziterapija kralježnice (gornji i donji ukriženi sindrom) | 2 | Petra Rajković Vuletić | | Kineziterapija gornjih udova | 2 | Petra Rajković Vuletić | | Kineziterapija donjih udova (kuk, koljeno, gležanj,stopalo) | 2 | Petra Rajković Vuletić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 1.5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak – Analiza posture | | | | 1 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | | 1.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Kineziterapija određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   kolokvija (tri kolokvija; dva iz nastavnih tema s predavanja i 1 iz nastavnih tema iz seminara) nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   napisana Posturalna analiza s primjerima vježbi nosi 10% od konačne ocjene   praktično usmeni dio ispita nosi 30% od konačne ocjene  **Kolokviji:**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokvij s nastavnim temama iz seminara održati će se prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će gradivo iz svih održanih seminara. Biti će posebno najavljen na predavanjima.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktično - usmeni dio ispita**  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi – 3 kolokvija.  Svaki student mora napraviti Posturalna analizu jednog čovjeka u obliku seminarskog rada. Utvrditi njegove posturalne nedostatke. Ispuniti obrazac Analize posture te u njemu navesti ključne segmente tijela, zglobove, kojima bi trebalo procijeniti ROM i mišiće kojima bi trebalo procijeniti MMT. Opisati načine i tehnike kojima bi to odradili. Ponuditi 5 vježbi različitih tipova kojima bi tretirali kritične segmente. Na praktično usmenom ispitu, treba izvesti navedene testove i vježbe te detaljno analizirati dvije vježbe po odabiru profesora.  Predložak seminarskog rada biti će postavljen na Loomen stranici predmeta. Ispunjeni predložak student je dužan predati do 20. siječnja 2016. godine. Ako student ne preda seminar do utvrđenog datuma neće moći prikupiti 1 ECTS koliko nosi predan pisani zadatak prema tome neće dobiti potpis za tekuću akademsku godinu.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovno upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 55% do 63%;   ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 64% do 74%;   ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%;   ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% . | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Paušić, J. (2020). Priručnik Analiza posture , ver2., Kineziološki fakultet, Split | | | | | | | e | | Moodle | | |
| Paušić, J. (2013). Priručnik Terapijsko vježbanje | | | | | | | e | | Moodle | | |
| Materijali na Moodle stranici predmeta  <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=119#section-0> | | | | | | | e | | Moodle | | |
| Dopunska literatura | Kendell, F., Kendell McCreary, E., Geise Provance, P., McIntyre Rodgers, M., Romani, W.A. (2005). MUSCLES TESTING AN FUNCTION WITH POSTURE AND PAIN. Lippincott Williams & Wilkins.  Lippert L. S., Duesterhaus Minor M. A. (2007). Clinical Kinesiology and Anatomy. FA Davis, Philadelphia, USA.  Lippert L. S., Duesterhaus Minor M. A. (2007). Laboratory manual for Clinical Kinesiology and Anatomy. FA Davis, Philadelphia, USA. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | kolokviji  usmeni ispit  pisana zadaća  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **BIOMEHANIKA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBBM | | | Godina studija | | | 2 | | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | izv.prof.dr.sc. Miodrag Spasić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | 5 | | | | | |
| Suradnici | | izv.prof.dr.sc. Josip Musić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | P | | | S | V | T |
| 15 | | | 30 | 30 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | |  | | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za prepoznavanje biomehaničkih problema s naglaskom na sport, te primjenjivanje fizikalnih zakona i različitih metodoloških pristupa u svrhu rješavanja istih. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | - pravilno interpretirati temeljne fizikalne pojmove  - pravilno interpretirati temeljne biomehaničke pojmove  - opisati i interpretirati različite fizikalne teorije i zakone  - osmisliti i primijeniti različite metodološke pristupe prilikom rješavanja jednostavnih zadataka iz područja fizike  - osmisliti i primijeniti različite metodološke pristupe prilikom rješavanja jednostavnih zadataka iz područja biomehanike  - provesti i interpretirati jednostavne istraživačke zadatke iz područja fizike  - provesti i interpretirati jednostavne istraživačke zadatke iz područja biomehanike | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Uvodno (O fizici, O Biomehanici, Izvorišta biomehanike). | 1 | Miodrag Spasić | | 2. | Kinematika (Referentni sustavi, Gibanja u više dimenzija). | 1 | Miodrag Spasić | | 3. | Rotacijska gibanja (Kinematika rotacija i veza s linearnim gibanjem). | 1 | Miodrag Spasić | | 4. | Newtonovi zakoni gibanja. | 1 | Miodrag Spasić | | 5. | Primjeri sila (sila teže, sila pritiska podloge, sila trenja, sila napetosti). | 1 | Miodrag Spasić | | 6. | Primjeri sila (sila uzgona, sila otpora, aerodinamička sila). | 1 | Miodrag Spasić | | 7. | Primjeri sila (magnusova sila, elastična sila). | 1 | Miodrag Spasić | | 8. | Sustavi čestica. | 1 | Miodrag Spasić | | 9. | Rotacijska gibanja. | 1 | Miodrag Spasić | | 10. | Ravnoteža. | 1 | Miodrag Spasić | | 11. | Kinetička energija. Rad. Potencijalna energija. | 1 | Miodrag Spasić | | 12. | Očuvanje mehaničke energije. | 1 | Miodrag Spasić | | 13. | Snaga. | 1 | Miodrag Spasić | | 14. | Biomehanička mjerenja. | 1 | Miodrag Spasić | | 15. | Vizualizacije | 1 | Miodrag Spasić |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Uvodno (O fizici, O Biomehanici, Izvorišta biomehanike). | 1 | Miodrag Spasić | | 2. | Kinematika (Referentni sustavi, Gibanja u više dimenzija). | 1 | Miodrag Spasić | | 3. | Rotacijska gibanja (Kinematika rotacija i veza s linearnim gibanjem). | 1 | Miodrag Spasić | | 4. | Newtonovi zakoni gibanja. | 1 | Miodrag Spasić | | 5. | Primjeri sila (sila teže, sila pritiska podloge, sila trenja, sila napetosti). | 1 | Miodrag Spasić | | 6. | Primjeri sila (sila uzgona, sila otpora, aerodinamička sila). | 1 | Miodrag Spasić | | 7. | Primjeri sila (magnusova sila, elastična sila). | 1 | Miodrag Spasić | | 8. | Sustavi čestica. | 1 | Miodrag Spasić | | 9. | Rotacijska gibanja. | 1 | Miodrag Spasić | | 10. | Ravnoteža. | 1 | Miodrag Spasić | | 11. | Kinetička energija. Rad. Potencijalna energija. | 1 | Miodrag Spasić | | 12. | Očuvanje mehaničke energije. | 1 | Miodrag Spasić | | 13. | Snaga. | 1 | Miodrag Spasić | | 14. | Biomehanička mjerenja. | 1 | Miodrag Spasić | | 15. | Vizualizacije | 1 | Miodrag Spasić |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Uvodno (O fizici, O Biomehanici, Izvorišta biomehanike). | 1 | Josip Musić | | 2. | Kinematika (Referentni sustavi, Gibanja u više dimenzija). | 1 | Josip Musić | | 3. | Rotacijska gibanja (Kinematika rotacija i veza s linearnim gibanjem). | 1 | Josip Musić | | 4. | Newtonovi zakoni gibanja. | 1 | Josip Musić | | 5. | Primjeri sila (sila teže, sila pritiska podloge, sila trenja, sila napetosti). | 1 | Josip Musić | | 6. | Primjeri sila (sila uzgona, sila otpora, aerodinamička sila). | 1 | Josip Musić | | 7. | Primjeri sila (magnusova sila, elastična sila). | 1 | Josip Musić | | 8. | Sustavi čestica. | 1 | Josip Musić | | 9. | Rotacijska gibanja. | 1 | Josip Musić | | 10. | Ravnoteža. | 1 | Josip Musić | | 11. | Kinetička energija. Rad. Potencijalna energija. | 1 | Josip Musić | | 12. | Očuvanje mehaničke energije. | 1 | Josip Musić | | 13. | Snaga. | 1 | Josip Musić | | 14. | Biomehanička mjerenja. | 1 | Josip Musić | | 15. | Vizualizacije | 1 | Josip Musić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  X seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | | Praktični rad | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | | (Ostalo upisati) | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1 | | (Ostalo upisati) | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 2 | | (Ostalo upisati) | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | | (Ostalo upisati) | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Kontinuirana provjera  Tijekom predavanja i vježbi studentima se postavljaju odabrani primjeri u sportu za koje se traži primjena usvojenih znanja i vještina. Kontinuirana provjera podrazumijeva praćenje zalaganja studenta tijekom nastavnog procesa, njegovo sudjelovanje u raspravama, odgovorima na postavljena pitanja i kulturu ponašanja.  Pisani ispit (kolokvij)  Pisani ispit s pitanjima, na osnovi nastavnih tema, održat će se nakon svih predavanja (eventualno i nakon prvog dijela predavanja) i ima za svrhu omogućiti studentima koji redovito uče da polože predmet prije ispitnih rokova. Student nema obavezu pristupiti kolokviju. Studenti koji su ponovo upisali predmet nemaju pravo pristupa kolokviju. Ako student ima više od 50% točnih odgovora na svakom od kolokvija profesor će predložiti finalnu ocjenu za predmet koju student može prihvatiti ili odbiti. Na predloženu ocjenu mogu utjecati i rezultati kontunuiranih provjera.  Usmeni ispit  Usmeni dio ispita odnosi se na pitanja vezana uz sadržaje koji su obrađivani tijekom semestra kroz predavanja, seminare i vježbe. Rezultati kolokvija ne uzimaju se u obzir za postignutu ocjenu na usmenom ispitu. Na usmenom ispitu studentu se postavlja 5 pitanja a konačna ocjena odrediti će se na način uzimajući u obzir da je jedan točan odgovor = 1 bod.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena usmenog ispita na način:  - ocjena 2 (dovoljan) za točno odgovoreno na 2 pitanja (ostvareno 2 boda);  - ocjena 3 (dobar) za točno odgovoreno na 3 pitanja (ostvareno 3 boda);  - ocjena 4 (vrlo dobar) za točno odgovoreno na 4 pitanja (ostvareno 4 boda);  - ocjena 5 (izvrstan) za točno odgovoreno na svih 5 pitanja (ostvareno 5 bodova)  Ako smatra da je odgovor bio na granici točno/netočno (točno/nedovoljno) profesor može studentu za takav odgovor dodijeliti pola boda. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | | |
| M. Dželalija, N. Rausavljević, Biomehanika sporta, Sveučilište u Splitu, 2003. | | | | | |  | | http://www.kifst.hr/~mspasic/Knjiga.pdf | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
|  | | | | | |  | |  | | | |
| Dopunska literatura | | P.M. McGinnis, Biomechanics of Sport and Exercises, Human Kinetics, ChampaignCollege Physics, Fifth Edition, Saunders College Publishing, Orlando, 2000. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Kolokviji  Usmeni ispit  Seminarski rad  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA REKREACIJA 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBKR2 | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 15 |  | | 30 (terenske vježbe) |  |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za poznavanje važnosti provođenja programa Kineziološke rekreacije namijenjenih razvoju pojedinih antropoloških obilježja kod različitih dobnih skupina vježbača | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * *analizirati razlike između programa, a obzirom na cilj programa* * *prepoznavati i analizirati perspektive razvoja KR programa* * *primijeniti preventivne programa KR* * *primijeniti transformacijske programe KR* * *primijeniti kompenzatorne programe KR* * *izvoditi individualne i grupne programe KR* * *poznavati oblike izvođenja ljetnih KR programa* * *poznavati oblike izvođenja zimskih KR programa* | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Osobitosti kadrova u kineziološkoj rekreaciji (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Trenutno stanje kineziološke rekreacije u našoj zemlji i svijetu (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Perspektive razvoja kinezioloških rekreacijskih programa (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Programi kineziološke rekreacije (preventivni, transformacijski, kompenzatorni), kolokvij (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Individualni pr.kineziološke rekreacije (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Grupni programi kineziološke rekreacije (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Ljetni i zimski programi kineziološke rekreacije, kolokvij (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Dijagnostika u rekreaciji i fitnesu | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Individualni programi kineziološke rekreacije (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Grupni programi kineziološke rekreacije (6 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Ljetni programi kineziološke rekreacije (8 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Preventivni programi kineziološke rekreacije (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Transformacijski programi kineziološke rekreacije (8 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje nastave, polaganje praktičnog dijela ispita, polaganje teoretskog dijela ispita | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Uvjet za izlazak na ispit iz predmeta su odrađene vježbe iz predmeta. Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz pismenog ispita i usmenog ispita (koji nije obavezan)  Ukupan broj bodova na pismenom ispitu je 12 bodova:   * ocjena dovoljan – 6 i 7 bodova * ocjena dobar – 8 i 9 bodova * ocjena vrlo dobar – 10 i 11 bodova * ocjena odličan – 12 bodova i usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Zenić Sekulić N. (2015) Elementi kineziološke rekreacije, Kineziološka rekreacija, slobodno vrijeme i društveni utjecaj, sveučilišni udžbenik.  Gabrilo G. (2018) Dijagnostika u rekreaciji i fitnesu, Kineziološki fakultet Split | | | | | | |  | | Internet stranica predmeta | | |
| Zenić, N., N. Rausavljević, H. Berčić (2006) Leisure Time Physical Activities – the anthropological benefits and health-risks. Kinesiologia Slovenica 12(1) 75-84. | | | | | | |  | | Internet stranica predmeta | | |
| Dopunska literatura | | * Zenić, N., A. Kovačević, M. Krespi (2010) Afiniteti i razlozi za tjelesno vježbanje studentske populacije. U: V. Findak (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Hrvatske, Poreč, 71-78 * Kvesić, M., N. Zenić, M. Krespi (2010) Zdravstveni status, stres i tjelesna aktivnost – analiza međuzavisnosti u uzorku ravnatelja osnovnih škola RH. U: V. Findak (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Hrvatske, Poreč, 85-90 | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA RITMIČKE GIMNASTIKE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 119130 | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 15 | 15 | | 45 |  |
| Status predmeta | | Obvezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za demonstriranje pravilne izvedbe tehnika tijelom i spravom ritmičke gimnastike, primjenu metodičkih postupaka za učenje i otklanjanje pogrešaka u izvedbi tehnika ritmičke gimnastike, kreiranje složenog motoričkog zadatka grupne kompozicije ritmičke gimnastike | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | / | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Objasniti osnovna pravila suđenja ritmičke gimnastike * Objasniti osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u ritmičkoj gimnastici * Demonstrirati pravilnu izvedbu pojedine tehnike tijelom ili spravom ritmičke gimnastike * Demonstrirati sposobnost timskog rada kroz osmišljavanje složenog motoričkog zadatka grupne kompozicije * Analizirati izvedbu tehnika tijelom ili spravom ritmičke gimnastike * Upotrijebiti metodičke postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka u izvedbi tehnika * Vrednovati usvojenost tehnika tijelom i spravama u ritmičkoj gimnastici * Kritički se osvrnuti na pravila suđenja ritmičke gimnastike | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (15) | Nastavu izvodi | | Uvodno predavanje u RG. Povijesni razvoj ritmičke gimnastike i estetskih gibanja (3 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Osnovne tehnike i zakonitosti harmoničnih gibanja. Faze izvođenja i vrste skokova, ravnoteža i rotacija (3 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja osnovnih tehnika rekvizitima (2 sata) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Principi koreografiranja (2 sata) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Testiranje motoričkih sposobnosti i specifičnih znanja u RG (2 sata) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Planiranje i programiranje u RG (2 sata) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Teoretski kolokvij (1 sat) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (15 – e-učenje) | Nastavu izvodi | | Grupno vježbanje u ritmičkoj gimnastici (10 sati) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Stvaranje grupne koreografije (5 sati) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (45) | Nastavu izvodi | | Metode učenja hodanja, trčanja, zamaha, kruženja, ispada. Osi i ravnine gibanja. Metode učenja plesnih koraka i valovitih gibanja (4 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja osnovnih elemenata tehnika skokova i ravnoteža (4 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja osnovnih elemenata tehnike okreta i pokretljivosti (4 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja akrobatskih i poluakrobatskih elemenata (2 sata) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja osnovnih tehnika loptom (izbačaji i hvatanja, aktivna odbijanja, kotrljanja po tijelu i tlu, specifična baratanja)  Metode učenja osnovnih tehnika obručem (kotrljanja po tijelu i tlu, vrtnje, rotacije, izbačaji i hvatanja, prolasci kroz obruč ili iznad obruča te specifična baratanja) (8 sati) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | Metode učenja osnovnih tehnika čunjevima (mali krugovi, mlinovi, izbačaji, udarci te specifična baratanja, osmice i asimetrični pokreti)  Metode učenja osnovnih tehnika trakom (zmije, spirale, visoki izbačaji i hvatanja, bumerang izbacivanja, mali izbačaji, prijelaz preko trake te specifična baratanja) (8 sati) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Metode učenja osnovnih tehnika vijačom (okretanje otvorene vijače naprijed, natrag i strance, poskoci i skokovi kroz vijaču, izbačaji i hvatanja, izbačaji jednog kraja vijače vrtnja i specifična baratanja) (6 sati) | Prof. dr. sc. Đurđica Miletić | | Samostalna izrada grupne kompozicije rekvizitima ( 9 sati) | Izv. prof. dr. sc. Ana Kezić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  X seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Student je obvezan pohađati nastavu prema Pravilniku o studijima i sustavu studiranja, čime stječe pravo na potpis iz predmeta.  Student ima mogućnost izlaska na teoretski kolokvij i na praktične kolokvije koji se održavaju u sklopu nastave svaki tjedan.  U sklopu nastave iz vježbi student je obvezan osmisliti složeni motorički zadatak grupne kompozicije. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1,0 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Ritmička gimnastika određuje se temeljem uspjeha postignutim na kolokvijima tijekom predavanja i vježbi. Konačna ocjena formirati će se na temelju provjere motoričkih znanja bez sprava i sa spravama (30% konačne ocjene), provjere specifičnih tehnika (5% konačne ocjene), vrednovanjem izvođenja koreografije (15% konačne ocjene), te pismene provjere teorijskog znanja (50% konačne ocjene).  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja i vježbi održati će se unutar satnice predavanja i vježbi prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja i vježbi, student može izaći na praktični, odnosno pismeni ispit u sklopu ispitnih rokova.  **Završni praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjim tjednima nastave, a studentu će biti omogućeno polaganje svih zaostalih kolokvija.  **Pismeni dio ispita**  Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra unutar ispitnih termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin, rujan – 2 termina).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 55% do 63%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 64% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Miletić, Đ. (2007). Estetska gibanja (udžbenik). *Citius-Altius-Fortius, Split* | | | | | | | 2 | | web | | |
| Dopunska literatura | | 1. Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kruger. Zagreb 2. Božanić, A. (2011). Vrednovanje i analiza razvoja motoričkih znanja u ritmičkoj gimnastici (disertacija). Kineziološki fakultet, Sveučilište u Splitu. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | - pohađanje nastave  - kolokviji  - vanjsko vrednovanje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA KOŠARKE** | | | | | | | |
| **Kod** | 119131 | Godina studija | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | Bodovna vrijednost  (ECTS) | | 6 | | | | |
| Suradnici |  | Način izvoĎenja nastave (broj sati u semestru) | | P | | S | V | T |
| 15 | | 15 | 45 | - |
| Status predmeta | Obavezni | Postotak primjene e- učenja | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj predmeta je osposobiti studenta da samostalno oblikuje i provodi proces poučavanja/učenja i vježbanja elemenata košarke na nastavi TZK u osnovnim i  srednjim školama | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za  predmet | Nema | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Opisati i klasificirati temeljne i specifične vještine u košarkaškoj igri * Objasniti hijerarhijsku strukturiranost znanja u košarkaškoj igri * Pokazati razumijevanje važnosti „malih“ detalja u motoričkom učenju i izvedbi u košarci * Demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata košarkaške igre * Prezentirati primjenu pojedinih elemenata košarkaške tehnike u skladu s biomehaničkim zakonitostima, pravilima košarkaške igre i situacijama * Objasniti i demonstrirati osnovne taktičke sustave igre u fazi pozicijske i tranzicijske obrane i napada * Analizirati primjenu zadanih zadataka unutar faza tijeka igre za različite pozicije i uloge u igri * Objasniti dijagnosticiranje i selektivno ispravljanje pogreški * Definirati proces sportske pripreme koji je usmjeren na smanjivanje vremenskog koncepta reagiranja u košarkaškoj igri | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razraĎen prema satnici nastave |  | | | | | | | |
| Nastavni sat predavanja | | broj sat | | Nastavu izvodi | | | |
| Upravljanje procesom sportske pripreme u  košarci | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |
| Hijerarhijska struktura znanja u košarkaškoj  igri | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |
| Motoričko učenje, kontrola i izvedbe u  košarci | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |
| Načela motoričkog učenja i vježbanja u  košarci | | 3 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |
| Unutarnje i vanjske odrednice izvedbe i  sportskog postignuća u košarci | | 1 sat | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |
| Funkcionalna analiza taktičkih nakana u košarci | | 1 sat | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Prikaz usvajanja vještina, dijagnosticiranje i  ispravljanje pogreški | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Košarka u kolicima | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Teoretski i praktični pristup smanjivanja vremenskog koncepta reagiranja u  košarkaškoj igri, TEORIJA, KOLOKVIJ | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
|  | | |
| Nastavni sat vježbi | Broj  sati | Nastavu izvodi |
| Osnovni stav u obrani i napadu – pozicija  spreman za reakciju u fazi obrane i napada | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Osnovno kretanje igrača bez lopte | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Pozicija trostruke prijetnje, pivotiranje | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| VoĎenje lopte (nisko, poluvisoko i visoko) | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Kontrola lopte s promjenom ruke voĎenja i  smjera kretanja | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Šut iz mjesta, šut s linije  slobodnih bacanja | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Šut s odraznim impulsom | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Skok šut | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Šut iz voĎenja , horog šut | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Skok - horog šut | 1sat |  |
| Dodavanja iz mjesta (direktna, indirektna, polulob i lob dodavanja) | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Dodavanje iz kretanja | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Kretanje u osnovnom obramben m stavu | 1 sat | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Organizirani primarni i sekundarni protunapad (startna, središnja i završna faza) i obrana od primarnog i sekundarnog  protunapada | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi agresivne i „stisnute“ obrane  čovjek na čovjeka | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi napada protiv agresivne i „stisnute“ obrane čovjek na čovjeka | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi tradicionalne zone (parne i  neparne) | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi napada rotiv tadicionalne zone | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi kombiniranih obrana | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi napada protiv kombiniranih obrana | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Principi presing obrane čovjek na čovjeka | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nastavni sat seminara | broj sati | Nastavu izvodi |
| Uvod u teoriju i metodiku košarke. Tehnički i taktički aspekti voĎenja | 2 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Tehnički i taktički asp kti šuteva | 3 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Tehnički i taktički aspekti dodavanja | 2 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Kontranapad i tranzicijska obrana, Organizacija igre u prijelazu iz sekundarnog kontranapada u pozicijski  napad, KOLOKVIJ | 2 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Značaj razumijevanja košarkaške igre | 2 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Obrana i napad (analiza i metodika), blokade i obrana | 2 | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Planiranje i programiranje treninga u košarci. Antropološke karakteristike vrhunskih košarkaša, situacijska učinkovitost, pravila |  | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Principi napada protiv presing obrane  čovjek na čovjeka | | | | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | |
| Procjena individualne i timske izvedbe u igri pet na pet | | | | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | |
| PRAKTIČNI KOLOKVIJ | | | | | 1 sat | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | |
| Vrste izvoĎenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice x vježbe   * *on line* u cijelosti * mješovito e-učenje | | | x samostalni zadaci   * multimedija * laboratorij * mentorski rad | | | | | |
|  | * terenska nastava | | | * (ostalo upisati) | | | | | |
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku*  *aktivnost tako da ukupni broj ECTS* | PohaĎanje  nastave | 0.5 | Istraživanje | |  | | Praktični rad | | 1.5 |
| Eksperimentalni  rad |  | Referat | |  | | (Ostalo  upisati) | |  |
| Esej |  | Seminarski  rad | | 0.5 | | (Ostalo  upisati) | |  |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | 1.5 | | (Ostalo  upisati) | |  |
| *bodova odgovara* |
| *bodovnoj vrijednosti* |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | |  | | (Ostalo  upisati) | |  |
| *predmeta):* |
|  | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika košarke odreĎuje se temeljem ostvarenih bodova iz: | | | | | | | | |
|  |  **kolokvija**  (tri kolokvija; dva iz nastavnih tema s vježbi i 1 iz nastavnih tema iz predavanja) nose ukupno 20% konačne ocjene   **pismenog dijela ispita** | | | | | | | | |
|  | nosi 20% od konačne ocjene | | | | | | | | |
|  |  **praktičnog dijela ispita** | | | | | | | | |
|  | nosi 20% od konačne ocjene | | | | | | | | |
|  |  **usmenog dijela ispita** | | | | | | | | |
|  | nosi 40% od konačne ocjene | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | **Kolokviji**  Kolokvij s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrĎenom rasporedu i sadržavati će prijeĎeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice predavanja prema utvrĎenom rasporedu i sadržavati će prijeĎeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokvij s nastavnim temama iz seminara održati će se unutar satnice seminara prema utvrĎenom rasporedu i sadržavati će gradivo iz svih održanih seminara.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin lipanj, 1 termin srpanj i 1 termin rujan) | | | | | | | | |
|  | Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi - 3 kolokvija, pismeni i praktični dio ispita. Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (jedno pitanje iz teorije košarke, jedno pitanje iz metodike košarke te jedno pitanje koje obuhvaća tehničko – taktičke programe treninga). | | | | | | | | |
|  | Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način: | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%   ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%   ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%   ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | **Broj**  **primjeraka u knjižnici** | **Dostupnost**  **putem ostalih medija** |
| Jeličić, M. (2016). Teorija i metodika košarke. Fakultetski digitalni priručnik za studente. |  | DA |
| Dopunska literatura | Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. VŠTK, Ljubljana.  Dežman, B. (2000). Metodika učenja košarke v osnovni in srednji školi. Ljubljana: zavod ŠKL.  Jeličić, M. (2006). Veličina i obilježja morfološke uvjetovanosti situacijske učinkovitosti vrhunskih juniorskih košarkaša. (Disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet.  Jeličić, M. (2016). Kineziološka i antropološka analiza košarke. Fakultetski digitalni priručnik za studente.  Jelicic, M. (2021). Transition offense in top-level european basketball. Sport SPA Vol. 18 Issue 2: 41-52. DOI 10.51558/18404561.2021.18.2.41  Trninić, S. (1996). Analiza i učenje košarkaške igre. Pula: Vikta (Manualia universitatis studiorum Zagrabiensis).Nastavni plan Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi, Narodne novine broj 6 / 1984.  Nastavni plan Tjelesne i zdravstvene kulture u srednjoj školi , Narodne Novine broj 16 / 1984.  Trninić, S. (2000): Otkrivanje, vrednovanje i poticanje vrhunskih košarkaša Zagreb: Hrvatski košarkaški savez.  Trninić, S. (2001). Znanstvena istraživanja košarkaške igre. Zagreb: Augustin.  Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i voĎenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko (Manualia universitatis studiorum Spalatensis).  Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Human Kinetics, Champaign. Wooden, J.R. (1983). Moderna košarka. Jež: Beograd. | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju  stjecanje utvrĎenih ishoda učenja | Prisustvovanje nastavi, Kolokviji (teorijski i praktični), Usmeni ispit,  Pisana zadaća  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | |
| Ostalo (prema  mišljenju predlagatelja) |  | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIVPREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA PLIVANJA 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 2. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Zrinka Smoje, pred. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 15 | - | | 30 | - |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Poznavanje teoretskih osnova planiranja i programiranja plivačkih treninga, te kvalitetno provođenje programa plivanja tehnikom leptir i mješovitim plivanjem. Poznavanje obuke neplivača, spašavanja utopljenika te osnova sinkroniziranog plivanja. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i potrebne ulazne kompetencije | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Poznavati antropološka obilježja vrhunskih plivača * Poznavati kinematičke, kinetičke i hidrodinamičke principe plivanja leptir tehnikom, mješovitog plivanja, te pomoćnih tehnika u plivanju * Poznavati osnove programa obuke neplivača, spašavanja utopljenika i sinkroniziranog plivanja * Analizirati izvedbu plivačke tehnike leptir, mješovitog plivanja, pomoćnih tehnika, programa obuke neplivača, spašavanja utopljenika i sinkroniziranog plivanja * Demonstrirati pravilnu izvedbu leptir tehnike plivanja, mješovitog plivanja, pomoćnih tehnika, programa obuke neplivača, spašavanja utopljenika i sinkroniziranog plivanja * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi plivačke tehnike leptir, mješovitog plivanja, pomoćnih tehnika, programa obuke neplivača, spašavanja utopljenika i sinkroniziranog plivanja * Poznavati metodičke postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka kod delfin tehnike plivanja, mješovitog plivanja, pomoćnih tehnika, programa obuke neplivača, spašavanja utopljenika i sinkroniziranog plivanja * Poznavati osnovne dijagnostičke postupke u plivanju * Poznavati osnove planiranja i programiranja plivačkog i kondicijskog treninga u plivanju * Osmisliti inovativne metodičke postupke u plivanju | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Antropološka analiza u plivanju. Antropološki status vrhunskih plivača (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Biomehanička, strukturalna, kinematička i dinamička analiza leptir/delfin tehnike s startom i okretom (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Metodički postupci u podučavanju leptir/delfin tehnike sa startom i okretom (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Biomehanička, strukturalna, kinematička i dinamička analiza mješovitog plivanja s okretima. Metodički postupci u podučavanju okreta mješovitog plivanja (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Biomehanička, strukturalna, kinematička i dinamička analiza pomoćnih tehnika. Metodički postupci u podučavanju pomoćnih tehnika (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Biomehanička, strukturalna, kinematička i dinamička analiza štafetnog plivanja / skokovi / izmjene kod štafetnog plivanja. Metodički postupci u podučavanju štafetnog plivanja (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Metodički postupci u podučavanju spašavanja utopljenika (organizacija službe spašavanja) (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Dijagnostički postupci u sportskom plivanju (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Planiranje i programiranje plivačkog treninga. Oblici trenažnog procesa u športskom plivanju. (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Organizacija plivačkih natjecanja, sudački žiri, pravila plivanja. (1 sat) | Doc.dr.sc. Mia Perić | | Sinkronizirano plivanje (1 sat) | Doc.dr.sc. Mia Perić | | **KOLOKVIJ (pismeni test)** (1 sat) | Doc.dr.sc. Goran Gabrilo |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Dijagnostički postupci: utvrđivanje plivačkih sposobnost (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leptir/delfin tehnike – rad nogu Razvoj aerobnih sposobnosti (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leptir/delfin tehnike – rad ruku Razvoj aerobnih sposobnosti (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leptir/delfin tehnike – kompletna tehnika Razvoj aerobnih spos. (7 sati) | Zrinka Smoje, pred. | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju leptir/delfin tehnike – start i okret Razvoj aerobnih sposobnosti (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju okreta mješovitog plivanja Razvoj aerobnih sposobnosti (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju pomoćnih tehnika Razvoj aerobnih sposobnosti (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju štafetnog plivanja Razvoj anaerobnih sposobnosti (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju sinkroniziranog plivanja Razvoj anaerobnih sposobnosti (2 sata) | Doc.dr.sc. Mia Perić | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju spašavanja utopljenika Razvoj anaerobnih sposobnosti (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Primjena metoda treninga za razvoj brzine i izdržljivosti (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Vježbe metodičkih postupaka u podučavanju ronjenja (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | *Dijagnostički postupci: utvrđivanje plivačkih i ronilačkih sposobnosti, te zadržavanje zraka/ koreografija sinkroniziranog plivanja (2 sata)* | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | *Organizacija i provedba natjecanja grupa (1 sat)* | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | *Praktični kolokvij – ispit : demonstracija plivačkih znanja (1 sat)* | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika plivanja 2 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija pisani test**   nose ukupno 70 bodova (30% konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita plivačke sposobnosti**   nosi 100 bodova (25 bodova ulazne plivačke sposobnosti)(40% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita demonstracija plivačkog znanja**   nosi 80 bodova (30% od konačne ocjene)   * **usmenog ispita (izbor zamjene za pisani test)**   **Kolokviji pisani test**  Kolokvij s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena kolokvija /ispita na način:   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 40 od 70 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 41 do 50 od 70 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 51 do 60 od 70 bodova; * ocjena5 (odličan) za ostvarenih 61 do 70 od 70 bodova.   U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se unutar satnice predavanja / vježbi. Svaki student vrši dvije provjere 5 plivačkih sposobnosti (leđno 50m, prsno 100m, slobodno 200m, slobodno 50m i slobodno 25m), na početku nastavnog procesa (maksimalno 25 bodova), te na kraju (maksimalno 75 bodova). Također, student je dužan demonstrirati plivačka znanja iz sljedećih tehnika: kraul, leđno i prsno (maksimalno 45 bodova). Na kraju, student je dužan demonstrirati odgovarajuće startove (maksimalan broj bodova 15) i okrete (maksimalan broj bodova 20).  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Završna ocjena**  Završna ocjena se dobiva prema sljedećem načinu bodovanja   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 111 do 145 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 146 do 185 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 186 do 225 bodova; * ocjena5 (odličan) za ostvarenih 226 do 250 bodova.   **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra i to kao izbor zamjene za pismeni test uz uvjet da je prethodno minimalno 2 puta pisao pismeni test i da su prethodno položena oba praktična dijela ispita (plivačke sposobnosti i plivačka znanja). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Volčanšek, B.(1996): Športsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| Guzman, R. (2010). Plivanje - 128 vježbi, Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. | | | | | | |  | |  | | |
| Maglisho, E. (2003) Swimming fastest. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Salo, D., Riewald S. (2008) Complete Conditioning for Swimming. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| PPT Prezentacije s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Fina - pravila plivanja (2002) Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb * Grčić-Zubčević, N., Marinović, V. (2009) 300 igara za djecu predškolske dobi. Udžbenici Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb. * Newsome, P., Young, A. (2012) Swim smooth. * Gabrilo, G., Perić, M., Stipić, M. (2011) Pulmonary Function in Pubertal Synchronized Swimmers: 1-year Follow-up Results and Its Relation to Competitive Achievement. [*Medical Problems of Performing Artists*](http://www.sciandmed.com/mppa/)*:*[*Volume 26*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011)[*Number 1*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011#issue1191)*: Page 39* * Gabrilo, G., Orlović, A., Miličić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? Acta Kinesiologica 11 (2017) Issue 2; 90-92. * Consilman, J. E. (1968): The science of swiming, Prentice-Hall, inc., New Jersey * Zenić, N., D. Sekulić (2003) Konstrukcija testa za procjenu aerobne izdržljivosti u plivanju, Zbornik radova konferencije o sportu "Alpe – Jadran" 160-166 * Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., Sekulić, D. (2012) General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players. *Journal of Human Kinetics, volume 32/2012, 157-165* * Pyne, D., M. Graeme, W. Goldsmith (2000). Protocols for the Physiological Assessment of Swimmers. u: Physiological tests for the elite athletes ur. Christopher J Gore; Human Kinetics, Ill * TOUSSAINT, H. M, and A. P. HOLLANDER. (1990) Measurement of oxygen cost in swimming. *Med. Sci. Sports Exerc.* 22:402–408. * Secchi LLB, Muratt MD, Andrade NVS, Greve JMD. (2010) Isokinetic Trunk Dynamometry in Diferent Swimming Strokes. *ActaOrtopedicaBrasileira*, 18(5): 295-297. * Volčanšek, D. i sur. (1994): Plan i program rada sportske škole sinkroniziranog plivanja i model kluba sinkroniziranog plivanja. Hrvatski plivački savez, Zagreb * Voda,naša prijateljica. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2001. 396 str., ilustr., tabele. ISBN 961-6016-83-0. [COBISS-ID 109910784] * <http://www.hrvatski-plivacki-savez.hr/> * <http://www.fina.org/> * <http://www.usaswimming.org/> * <http://www.swimsmooth.com/> | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * Pohađanje nastave * Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata * Kolokviji * Pismeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA SPORTSKE GIMNASTIKE 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 119118 | | | Godina studija | | | | 2. godina preddiplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | **P** | **S** | | **KV** | **T** |
| 15 | 0 | | 60 | 0 |
| Status predmeta | | OBVEZNI | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Po završetku kolegija student će moći poučavati, analizirati i korigirati izvedbe elemenata sportske gimnastike koji su predviđeni aktualnim predmetnim kurikulumima u osnovnoj i srednjoj školi. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * objasniti pojedine segmente iz antropološke analize sportske gimnastike * objasniti povijesni razvoj sportske gimnastike * objasniti karakteristike vježbanja na pojedinim spravama gimnastičkog višeboja * demonstrirati pravilnu izvedbu tehnika bazičnih elemenata sportske gimnastike na svim spravama gimnastičkog višeboja * identificirati uzroke pogrešaka i demonstrirati metodičke postupke za otklanjanje pogrešaka u izvedbi određenih bazičnih elemenata sportske gimnastike * kreirati gimnastičke sastave (vježbe) upotrebom bazičnih elemenata sportske gimnastike * objasniti osnovna pravila suđenja u sportskoj gimnastici | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | R.B. | Nastavni sat e-predavanja | Nastavu izvodi | | 1 | Definicija, pojam i kineziološka analiza sportske gimnastike. Osnovni termini u sportskoj gimnastici (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 2 | Povijest sportske gimnastike (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 3 | Općenito o preskocima (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 4 | Općenito o tlu (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 5 | Općenito o ručama (1P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 6 | Općenito o preči, dvovisinskim ručama i konju s hvataljkama (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 7 | Općenito o karikama i gredi (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski | | 8 | Suđenje u sportskoj gimnastici (2P) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | R.B. | Nastavni sat vježbi (4v) | Nastavu izvodi | | 1 | Tlo (m/ž): Kolut naprijed, kolut natrag, stoj na glavi, stav na lopaticama | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 2 | Preča (m): uzmah jednonožni na nižu pritku i saskok odnjihom  Ruče (m): metodika njiha u uporu na ručama i saskoka prednoške  Karike (m/ž): visovi (prednji, uznjeto, stražnji i strmoglavo) i promjene visova  Karike (m/ž): njih u uporu prednjem  Dvovisinske ruče (ž): uzmah jednonožni na nižu pritku i saskok odnjihom  Greda (ž): metodika hodanja na gredi (izvedba na tlu) | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 3 | Konj s hvataljkama (m): osnovni upori i promjene upora na konju s hvataljkama.  Ruče (m): metodika zgiba u zanjihu, naupora prednjihom  Ruče (m): njih u uporu na ručama i saskok prednoška  Dvovisinske ruče (ž): premasi odnožno  Greda (ž): metodika hodanja na gredi  Karike (m): iskretom natrag na karikama. | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 4 | Ruče (m): zgib u prednjihu naupor zanjihom  Preča (m): premasi odnožno na preči.  Greda (ž): metodski postupci elemenata iz vježbe 1  Konj s hvataljkama (m): zamasi u uporu prednjem i uporu stražnjem. Premasi odnožni iz upora prednjeg | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 5 | Tlo (m/ž): kolut letom iz mjesta i zaleta  Preča (m): spad natrag do visa zavjesom i naupor jašući na preči.  Ruče (m): vježba 1  Karike (ž): zgibom saskok  Preskok (m): metodski postupci svih dijelova preskoka. Zgrčka. Raznoška. | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 6 | Preskok (m): metodski postupci svih dijelova preskoka. Zgrčka. Raznoška.  Karike (m): naupor vučenjem  Priprema za kolokvij 1 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 7 | Priprema za kolokvij 1  Kolokvij 1 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 8 | Tlo (m/ž): metodika premeta strance iz bočnog početnog položaja  Ruče (m): odnjih do potpora na ručama. Njih u potporu na ručama. Naupor prednjihom - predvježba  Karike (m): spad. Podmetni njih i metodski postupak za prekopit raznožno.  Greda (ž): metodski postupci elemenata iz vježbe 2 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 9 | Tlo (m/ž): metodika premeta strance iz čeonog početnog položaja  Dvovisinske ruče (ž): vježba 2  Karike (m): prekopit raznožno  Preskok (m): prednoška kosim zaletom, odbočka  Ruče (m): Naupor prednjihom. Saskok zanoška  Greda (ž): metodski postupci elemenata iz vježbe 3 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 10 | Karike (m/ž): ljuljanje  Dvovisinske ruče (ž): vježba 3  Preskok (ž): prednoška kosim zaletom  Ruče (m): upor sklopkom do sijeda raznožnog. Stoj na ramenima i kolut naprijed  Priprema za kolokvij 2 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 11 | Priprema za kolokvij 2  Kolokvij 2 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 12 | Karike (m): okreti u predljuljaju  Preča (m): uspostavljanje njihanja iz klima i zgiba  Konj s hvataljkama (m): zamasi u uporu stražnjem; premasi iz upora stražnjeg  Dvovisinske ruče (ž): vježba 4: njihom premah zgrčni jednonožni, uzmah jednonožni na višu pritku, smak na nižu pritku, saskok prednoška iz upora stražnjeg na niskoj pritci  Greda (ž): metodski postupci elemenata iz vježbe 4  Preskok (m): zanoška | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 13 | Preča (m): prednjihom okreti jednoručke  Greda (ž): metodski postupci elemenata iz vježbe 5  Dvovisinske ruče (ž): vježba 5: premah klimom raznožno, uzmah jednonožni na višu pritku, spad podmetni na nižu pritku iz upora prednjeg na višoj pritci, okret za 180° do upora prednjeg, premah odnožno l/d nogom do visa sjedećeg, podmetni saskok iz visa sjedećeg na nižoj pritci | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 14 | Priprema za kolokvij 3  Kolokvij 3 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | 15 | Priprema za kolokvij 4  Kolokvij 4 | Prof.dr.sc. Sunčica Delaš Kalinski  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  ☐ seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  mješovito e-učenje  terenska nastava | | | | X samostalni zadaci  multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost studenta na svim oblicima nastave.  Nazočnost i aktivno sudjelovanje na trenizima sportske gimnastike u nastavnoj bazi fakulteta u trajanju od 2 nastavna sata (3% nastave vježbi).  Aktivno sudjelovanje na kineziološkim vježbama (demonstriranje, ponavljanje i asistiranje). | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,75 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 2,25 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1,5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Procjenjivanje, vrednovanje i ocjenjivanje stečenih kompetencija iz kolegija sportske gimnastike 1 obuhvaća praktični dio ispita, izvedbu završnih vježbi i teorijski dio ispita.  **PRAKTIČNI DIO ISPITA:**  Procjenjivanje, vrednovanje i ocjenjivanje stečenih, programom propisanih, vještina  provodi se kroz studentsku izvedbu istih.  Kvaliteta izvedbe propisanih gimnastičkih vještina procjenjuje se na Likertovoj skali (ocjenama od 1 do 5), pridržavajući se sljedećih kriterija:   |  |  | | --- | --- | | **OCJENA** | **OPIS IZVOĐENJA ZNANJA** | | **5** | Odličan–student/studentica samostalno, bez tehničkih i estetskih pogrešaka izvodi vještinu | | **4** | Vrlo dobar – student/studentica samostalno, s manjim tehničkim ili estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **3** | Dobar – student/studentica samostalno, sa srednjim tehničkim i estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **2** | Dovoljan – student/studentica samostalno, s velikim tehničkim i estetskim pogreškama izvodi vještinu | | **1** | Nedovoljan – student/studentica nije u stanju izvesti vještinu |   Student/studentica sve vještine propisane programom mora izvesti samostalno.  Kvaliteta stečenih vještina procjenjuje se kroz 4 kolokvija, unutar satnice vježbi, a prema utvrđenom rasporedu i sadržajima obrađenim do dana održavanja kolokvija.  Kolokvij 1 održava se u 7 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO (M/Ž): kolut naprijed, kolut natrag, stoj na lopaticama, stoj na glavi; * PRESKOK (M/Ž): raznoška sa zanoženjem, zgrčka sa zanoženjem; * DVOVISINSKE RUČE (Ž)/ PREČA (M): uzmah jednonožni na nižu pritku, premasi odnožno u uporu prednjem, saskok odnjihom * GREDA (Ž): naskok s premahom odnožnim i okretom za 90°, stav sjedeći s nogama u prednosu, usprav kroz čučanj, šase naprijed, sunožni okret za 180°, 2 koraka hodanja s prednoženjem, vaga iz koraka, saskok pruženi naprijed * KARIKE (Ž): njihanje, vis strmoglavi, vis uznjeto * KARIKE (M): njih u visu prednjem, vis strmoglavi, vis uznjeto, vis stražnji, iskretom natrag saskok * RUČE (M): njih u uporu, zanjihom sklek prednjihom upor (2x), prednjihom sklek zanjihom upor (2x), saskok – prednoška * KONJ S HVATALJKAMA (M): premah sunožni naprijed – natrag, škare zgrčene (3x), zamasi odnožni u uporu prednjem (4x), zamasi odnožni u uporu stražnjem (4x)   Kolokvij 2 održava se u 10 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO: kolut letom iz mjesta, kolut letom iz zaleta, vaga zanoženjem * PRESKOK (M/Ž): prednoška kosim zaletom odrazom lijeve noge, prednoška kosim zaletom odrazom desne noge, odbočka (M) * DVOVISINSKE RUČE (Ž): premah klimom zgrčeno jednonožno, jednonožni okret za 180°, naskok u upor prednji na višu pritku, saskok svlak; premah klimom zgrčeno, jednonožni okret za 180°, naskok u upor prednji na višu pritku, saskok svlak * GREDA (Ž): naskok u upor čučeći kosim zaletom, 4 tuppffer poskoka, okret za 180° u čučnju s uzručenjem, 2 mačja skoka, saskok naprijed s okretom za 90°; naskok u upor čučeći ravnim zaletom, sunožni sijed na pete, saskok zanoška iz jednonožnog kleka * KARIKE (M): naupor vučenjem, spad podmetno do visa uznjeto, podmetni njih, prednjihom raznoška * RUČE (M): njih u uporu, zanjihom odsun do potpora, prednjihom upor, saskok – zanoška * PREČA (M): uzmah jednonožni, premah odnožno do upora jašućeg, spad natrag do visa zavjesom, naupor jašući, saskok odnoška * KONJ S HVATALJKAMA (M): zamasi s odnoženjem u uporu prednjem, odnožni premasi iz upora prednjeg, zamasi u uporu jašućem, saskok odnožno-odnoška   Kolokvij 3 održava se u 14 tjednu nastave i obuhvaća sljedeće sadržaje:   * TLO (M/Ž): premete strance iz čeonog početnog položaja u lijevu i desnu stranu, premete strance iz bočnog početnog položaja u lijevu i desnu stranu * PRESKOK (Ž): odbočku preko kozlića, odbočku preko konja, zgrčku s okretom za 180⁰ * DVOVISINSKE RUČE (Ž): njihom premah zgrčni jednonožni, uzmah jednonožni na višu pritku, smak na nižu pritku, saskok prednoška iz upora stražnjeg na niskoj pritci; premah klimom raznožno (prednožno), uzmah jednonožni na višu pritku, spad podmetni na nižu pritku iz upora prednjeg na višoj pritci, okret za 180° do upora prednjeg, pPremah odnožno l/d nogom do visa sjedećeg, podmetni saskok iz visa sjedećeg na n.p. * GREDA (Ž): naskok u upor čučeći ravnim zaletom, sunožni sijed na pete, saskok zanoška iz jednonožnog kleka; naskok u upor čučeći ravnim zaletom, 3 striž skoka, poskok s prednoženjem do čučnja, okret za 180° u čučnju s priručenjem, saskok naprijed s raznoženjem * KARIKE (Ž): ljuljanje, saskok u zaljuljaju * PRESKOK (M): zanoška * KARIKE (M): ljuljanje, okreti u predljuljaju, saskok u zaljuljaju * RUČE (M): njih u potporu, upor sklopkom do sijeda raznožno, kolut naprijed do sijeda raznožno, saskok – zanoška; njih u potporu, upor sklopkom, stoj na ramenima, kolut naprijed do sijeda raznožno, sasjed – prednoška * PREČA (M): uspostavljanje njihanja, njih, prednjihom okreti jednoručke, zanjihom saskok * KONJ S HVATALJKAMA (M): Zamasi s odnoženjem u uporu stražnjem, Odnožni premasi iz upora stražnjeg, Saskok odbočno iz upora prednjeg   Kolokvij 4 održava se u zadnjem (15) tjednu nastave, a studentu/studentici je omogućeno polaganje elemenata ili ispravljanje ocjena iz prethodnih kolokvija.  U slučaju da student kroz kolokvije ne položi sve programom propisane vještine iste može polagati unutar ispitnih termina kolegija (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **ZAVRŠNE PRAKTIČNE VJEŽBE:**  Nakon polaganja cjelokupnog praktičnog dijela ispita (u sklopu manjih vježbi definiranih programom ili pojedinačno) student/studentica po vlastitom odabiru na 2 sprave muškog odnosno ženskog gimnastičkog višeboja (izuzev na preskoku) od vještina iz programa kolegija *Teorija i metodika sportske gimnastike 1* samostalno kreira te izvodi 2 završne vježbe.  **TEORIJSKI DIO ISPITA:**  Na kolokvijima 1, 2 i 3 student/studentica može pristupiti provjeri kvalitete stečenih teorijskih (programom propisanih) znanja.  Usvojenost teorijskih, programom propisanih, znanja provodi se na računalu. Računalno nasumično odabire 32 pitanja s višestrukim odabirom i nadopunom odgovora, iz nastavnih cjelina obrađenim na teoretskim e-predavanjima. Broj ispravnih odgovora definira ocjenu na sljedeći način:   |  |  | | --- | --- | | <15 | nedovoljan (1) | | 16 – 19 | dovoljan (2) | | 20 – 23 | dobar (3) | | 24 – 27 | vrlodobar (4) | | 28-32 | izvrstan (5) |   Ukoliko na kolokvijima 1, 2 ili 3 student/studentica ne položi teorijski dio ispita, polaže ga na nekom od službenih ispitnih rokova.  **KONAČNA OCJENA IZ KOLEGIJA *TEORIJA I METODIKA SPORTSKE GIMNASTIKE 1***  Konačna ocjena iz kolegija je prosječna ocjena koja proizlazi iz ukupne ocjene praktičnog dijela ispita, prosječne ocjene iz završnih praktičnih vježbi i ocjene iz teoretskog dijela ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Delaš Kalinski, S. (2012). *Sportska gimnastika.* Split: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu. (Interna skripta). | | | | | | |  | | Moodle | | |
| <https://sites.google.com/site/sportskagimnastika/> | | | | | | |  | | x | | |
| Dopunska literatura | | 1. Bolkovič, T., & Kristan, S. (1998). *Akrobatika*. Ljubljana: Fakultet za šport. 2. Bruggeman, G.P. (1993). *Biomehanics in Gimnastics*. Koln: Deutcshe Športhochschule. 3. Čaklec, I.,**Hraski, Ž.** (1990). Validacija nekih testova situacione motoričke efikasnosti gimnastičara. Proceedings of I. International Symposium "Sport of the Young", pp. 613-616. Ljubljana: Fakulteta za šport. 4. Čuk, I., & Karacsony, I. (2004). *VAULT: Methods, Ideas, Curiosities, History.* Ljubljana: ŠTD Sangvinčki. 5. Karacsony, I., & Čuk, I. (1996). *POMMEL HORSE EXERCISES: Methods, Ideas, Curiosities, History.* Ljubljana: Faculty of Sport, University of Ljubljana and Hungarian Gymnastics Federation. 6. Čuk, I., & Karacsony, I. (2004). *RINGS - Methods, Ideas, Curiosities, History*.Ljubljana: Tiskarna Ljubljana. 7. Karacsony, I., & Čuk, I. (2005.). *Floor Execises - Methods, Ideas, Curiosities, History*. Ljubljana: ŠTD Sangvinčki. 8. Hamza, I., & Karacsony, I. (2000). *TORNA 1x1*. Budapest. 9. Hmjelovjec, I. (1999). *Sportska gimnastika*. Sarajevo: Fakultet za sport. 10. Hraski, Ž. (1995): Fizička priprema gimnastičara. Fitness u vrhunskom športu.Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 11. Hraski, Ž. (1992). *Osnovni sadržaji i metode rada u muškoj športskoj gimnastici*. Zagreb:Hrvatski gimnastički savez, Zagreb. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * aktivna nazočnost studenata na svim oblicima nastave * dolazak na konzultacije * aktivnost u nastavnoj bazi fakulteta * kontinuirana provjera usvojenosti bazičnih gimnastičkih elemenata kroz 4 kolokvija * izrada samostalnih zadataka (završnih praktičnih vježbi) * teorijski dio ispit * eksterno vrednovanje nastavne kvalitetne kroz “Upitnik za studentsko vrednovanje nastavnog rada” | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <http://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=125#section-0> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **d5NAZIV PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA PLESA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 136314 | | | Godina studija | | | | 3.prediplomskog | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv. prof. dr. sc. Alen Miletić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | T | V |
| 15 | 30 | | 0 | 45 |
| Status predmeta | | Obavezan | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20 | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za demonstriranje pravilne izvedbe osnovnih tehnika narodnih i društvenih plesova, primjenu metodskih postupaka za otklanjanje pogrešaka u izvedbi tehnika narodnih i društvenih plesova, kreirati složene motoričke zadatke plesnih koreografija. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Pravilno demonstrirati izvedbu osnovnih tehnika narodnih plesova (alpske, dinarske, jadranske i panonske plesne zone) * Pravilno demonstrirati izvedbu osnovnih tehnika latinoameričkih i standardnih natjecateljskih plesova * Objasniti osnove planiranja i programiranja trenažnog procesa u natjecateljskom plesu * Upotrijebiti metodičke postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka u izvedbi tehnika * Analizirati osnovne karakteristične plesne ritmove * Osmisliti složeni motorički zadatak grupne kompozicije * Procijeniti i vrednovati kvalitetu razine izvedbe osnovnih plesnih struktura | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Uvod u kolegij sa prezentacijom obaveza, zadataka.Primjena plesa u kineziologiji i povijest plesa (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Analiza plesnog ritma. RRP- po Dalcrose-u te uvod u plesne stilove i podjela plesova (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Teorija narodnih plesova i karakteristika etnografski plesnih zona (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Sportski ples i karakteristike zasebno svih plesova u njima  (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Antropološka i kineziološka analiza u natjecateljskom plesu i antropološka uvjetovanost uspjeha u sportskom plesu (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Planiranje i programiranje plesnog treninga i znanstveni pristup proučavanju plesnih struktura. (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | Teoretski kolokvij (pismeni) (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić |      |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Nastavu izvodi | | 1. Analiza plesnog ritma. RNV- po Dalcrose-u (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 2. Kineziološka analize narodnih plesova Panonske plesne zone I .dio (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 3. Kineziološka analize narodnih plesova Panonske plesne zone II .dio (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 4. I. PRAKTIČNI KOLOKVIJ – Panonska plesna zona (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 5. Kineziološka analize narodnih plesova Jadranske plesne zone I .dio (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 6. Kineziološka analize narodnih plesova Jadranske plesne zone II .dio (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 7. II. PRAKTIČNI KOLOKVIJ – Jadranska plesna zona (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 8. Kineziološka analize narodnih plesova Alpske plesne zone (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 9. Kineziološka analize narodnih plesova Dinarske plesne zone (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 10. III. PRAKTIČNI KOLOKVIJ – Dinarska i alpska plesna zona (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 11. KIneziološka analiza Latinoameričkih plesova (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 12. IV. PRAKTIČNI KOLOKVIJ – latinoamerički plesovi (cha-cha-cha, samba, rumba, jive i passo doble) (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 13. Kineziološka analiza Standardnih plesova (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 14. V. PRAKTIČNI KOLOKVIJ – standardni plesovi (engleski, bečki valcer, tango i foxtrot) (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 15. Koreoografiranje i rad u grupi (2 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | 1.Uvježbavanje plesnih ritmova. RNV- po Dalcrose-u (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 2. Učenje Plesova Panonske plesne zone (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 3. Ponavljanje Plesova Panonske plesne zone (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 4. Učenje Plesova Jadranske plesne zone (6 sati) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 5. Ponavljanje Plesova Jadranske plesne zone (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 6. Učenje Plesova Alpske plesne zone (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 7. Učenje Plesovi Dinarske plesne zone (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 8. Ponavljanje Alpsko – Dinarsko plesne zone (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 9. Latinoamerički plesovi (samba, rumba) (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 10. Latinoamerički plesovi (cha cha, jive, paso doble) (4,5 sata ) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 11. Ponavljanje Latino Američkih plesova (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 12. Metodički postupci ispravljanja uočenih grešaka LAP (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 13. Učenje Standardnih plesovi (tango, foxtrot) (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 14. Učenje Standardni plesova (engleski i bečki valcer) (4,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 15. Ponavljanje Standardnih plesova (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 16. Metodički postupci ispravljanja uočenih grešaka SP  (1,5 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | 17. Ponavljanje i uvježbavanje koreografije (rad u grupi) (3 sata) | Izv. prof. dr. sc.  Alen Miletić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  X seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  X mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐ (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Student je obvezan pohađati nastavu prema Pravilniku o studijima i sustavu studiranja, čime ima pravo na potpis iz predmeta. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1 | Rad u timu | | | | 0,5 | |
| Kolokviji | 2 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu PLESOVI određuje se temeljem ostvarenih bodova četiri praktična i jednog teorijskog kolokvija:   |  |  | | --- | --- | | **kolokvij** | **%**  **ukupne ocjene** | | **TEORIJSKI KOLOKVIJ**  **(pismeni ili usmeni)** | **33,33 (1/3)** | | **PRAKTIČNI KOLOKVIJI (I-II)**  **narodni plesovi** | **33,33 (1/3)** | | **PRAKTIČNI KOLOKVIJI (III-IV)**  **latinoamerički -** **standardni plesovi** | **33,33 (1/3)** |   Na teorijskom kolokviju student dobiva pitanja iz teorijskog dijela gradiva:  Povijesti plesa. Karakteristike etnografskih zona Hrvatske. Folklor i scena. Karakteristike pojedinih stilova sportskog plesa. Antropološka i kineziološka analiza u natjecateljskom plesu. Planiranje i programiranje plesnog treninga. Znanstveni pristup proučavanju plesnih struktura.  Konačna ocjena iz teorijskog kolokvija formira se na slijedeći način:  • ocjena 1 (nedovoljan) za ostvarenih 50% i manje točnih odgovora;  • ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60% točnih odgovora;  • ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74% točnih odgovora;  • ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% točnih odgovora;  • ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% točnih odgovora.  Kolokviji  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja i seminara prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija, te u predviđenim terminima kolokvija  U slučaju da student ne položi teorijski kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje teorijskog djela gradiva putem usmenog ispita predviđenih unutar ispitnih termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj i srpanj – 2 termina i rujan – 1 termin)  U slučaju da student ne položi praktične kolokvije unutar seminara biti će mu omogućeno ponovno polaganje praktičnog dijela ispita unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj i srpanj – 2 termina i rujan – 1 termin) | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Srhoj Lj., Đ. Miletić (2000). Plesne strukture (udžbenik). Abel international, Split | | | | | | | 10 | | Digitalni oblik na web stranici | | |
| Miletić, A. (2014). Povijesni razvoj i karakteristike sportskih plesova. Radna skripta | | | | | | |  | | Digitalni oblik na web stranici | | |
| Miletić, A. (2014). Antropološka analiza u natjecateljskom plesu. Radna skripta | | | | | | |  | | Digitalni oblik na web stranici | | |
| Dopunska literatura | | • Kassing, G., D. M. Jay (2003). Dance teaching methods and curriculum design. Human Kinetics.  • Franclin, E. (2004). Conditioning for dance. Human Kinetics | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Kolokviji i izvedba seminara koji se odvijaju unutar satnice vježbi osiguravaju praćenje kvalitete stečenih znanja, a time i osiguravanje stjecanja spomenutih ishoda učenja.  Pismeni ispit, nazočnost i aktivnost studenata na svim oblicima nastave te vrednovanje predmeta i nastavnika tijekom kolegija (odnosi se na anketu Sveučilišta) | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predagatelja) | | Loomen stranica predmeta:  http://ples.kifst.hr  https://loomen.carnet.hr/enrol/index.php?id=4908 | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **Teorija i metodika treninga** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3 | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | prof.dr.sc. Frane Žuvela  Izv. Prof.dr.sc. Dražen Čular  Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 30 | |  |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Stjecanje temeljnih kompetencija iz teorije i metodike treninga u različitim područjima primijenjene kineziologije. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Kritički promišljati o osnovnim pojmovima i načelima iz teorije i metodike treninga.  Analizirati različite modele periodizacije trenažnog procesa  Usporediti različite načine kontrole unutrašnjeg i vanjskog opterećenja  Osmisliti strategiju razvoja udruge u odabranom području primijenjene kineziologije  Kreirati dugoročne i godišnje planove treninga u odabranom području primijenjene kineziologije  Kreirati tjedne i dnevne programe treninga u odabranom području primijenjene kineziologije  Analizirati karakteristike sportskih aktivnosti i različite dimenzija sportaša  Kreirati programe razvoja pojedinih motoričkih i funkcionalnih sposobnosti  Analizirati osnovne metodske postupke podučavanja i usvajanja tehničko-taktičkih znanja i vještina | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | Tema | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | | Osnovni pojmovi u teoriji i metodici treninga | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 2. | | Razvoj treninga; ciljevi ,zadaće i načela sportskog treninga | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 3. | | Modeli periodizacije sportskog treninga | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | | Dugoročno, srednjoročno ,kratkoročno , tekuće i operativno planiranje i programiranje sportskog treninga | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 5. | | Umor i oporavak | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov; | | 6. | | Primjena suvremenih dijagnostičkih alata u procesima planiranja, provedbe i kontrole efekata sportskog treninga | 2 | Izv .prof.. dr. sc. Dražen Čular | | 7. | | Metodika kondicijske pripreme za razvoj izdržljivosti | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 8. | | Metodika kondicijske pripreme za razvoj snage i jakosti | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 9. | | Metodika kondicijske pripreme za razvoj brzine i agilnosti | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 10. | | Metodika razvoja kvalitativnih motoričkih sposobnosti | 2 | Izv.prof.dr.sc.. Goran Munivrana | | 11. | | Analiza sportske aktivnosti i analiza dimenzija sportaša | 2 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | 12. | | Metodika usvajanja tehničko-taktičkih znanja i vještina | 2 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | 13. | | Identifikacija i razvoj talenata u sportu | 2 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | tema | Nastavni sat seminari | | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Strateško planiranje | | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 2. | Dugoročno planiranje | | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 3. | Planiranje godišnjeg ciklusa | | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | Programiranje mikrociklusa | | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 5. | Programiranje pojedinačnog treninga | | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 6. | Laboratorijska dijagnostika stanja treniranosti u različitim područjima primijenjene kineziologije, | | 2 | Izv .prof.. dr. sc. Dražen Čular | | 7. | Terenska dijagnostika stanja treniranosti u različitim područjima primijenjene kineziologije | | 2 | Izv .prof.. dr. sc. Dražen Čular | | 8. | Metodika treninga za razvoj izdržljivosti, | | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 9 | Metodika treninga za razvoj brzine | | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 9. | Metodika treninga za razvoj snage i jakosti | | 2 | Prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 10. | Metodika razvoja koordinacije, agilnosti, ravnoteže, preciznosti | | 2 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | 11. | Strukturna analiza sportskih aktivnosti  Analiza dimenzija sportaša | | 4 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | 12. | Metodika usvajanja i podučavanja tehničko-taktičkih znanja i vještina | | 2 | Izv.prof.dr.sc. Goran Munivrana | | 13. | Put do izvrsnosti u sportu; detekcija, razvoj i selekcija talenata u sportu | | 2 | Izv.prof.dr.sc.. Goran Munivrana | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  x terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  x laboratorij  x mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 2 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Tijekom nastave i na ispitnim rokovima ocjenjuje se teorijsko znanje na pismenim ispitima kao i kvaliteta izrade seminarskih radova.  Gradivo je podijeljeno u dvije cjeline   * Teorija treninga * Metodika treninga   **Prva cjelina (teorija treninga)**  **Predavanja**  Iz ove cjeline pišu se 2 kolokvija (nakon 4. i nakon 7. tjedna nastave). Oba kolokvija sastoje se od 4 pitanja. Odgovor na svako pitanje ocjenjuje se s cijelim bodom, tri četvrtine, jednom polovinom ili jednom četvrtinom boda. Kada se bodovi iz 4 odgovora zbroje ocjena se izračunava na sljedeći način   * Manje od 2 boda – ocjena 1 * 2 i 2,25 bodova – ocjena 2 * 2,5 bodova – ocjena 2/3 * 2,75– ocjena 3 * 3 boda – ocjena 3/4 * 3,25 bodova - ocjena 4 * 3,5 bodova – ocjena 4/5 * 3,75 i 4 boda – ocjena 5   Na redovitim ispitnim rokovima iz ove cjeline piše se ispit koji se sastoji od 6 pitanja. Odgovor na svako pitanje ocjenjuje se s cijelim bodom, tri četvrtine, jednom polovinom ili jednom četvrtinom boda Kada se bodovi iz 6 odgovora zbroje ocjena se dobiva na sljedeći način:   * Manje od 3 boda – ocjena 1 * 3 i 3,25 bodova – ocjena 2 * 3,5 bodova – ocjena 2/3 * 3,75 i 4 boda – ocjena 3 * 4,25 bodova – ocjena 3/4 * 4,5 i 4,75 bodova - ocjena 4 * 5 i 5,25 bodova – ocjena 4/5 * Više od 5,25 bodova – ocjena 5   **Seminari**  Studenti mogu pisati sljedeće seminare:   1. Mikrociklus i pojedinačni trening 2. Godišnji ciklus 3. Dugoročno planiranje 4. Strateško planiranje   Krajnji rok za predaju seminara je 3 dana prije termina 3. ispitnog roka.  Za svaki položeni seminar i položeni dio pismenog ispita računaju se koeficijenti u ovisnosti o dobivenoj ocjeni na sljedeći način.  Ocjena 5 iz pismenog ispita (6 pitanja) – 0,55.0cjena 5 za pismeni kolokvij (4 pitanja) te seminare iz godišnjeg ciklusa i dugoročnog planiranja –0,35. Ocjena 5 za seminar iz mikrociklusa i pojedinačnog treninga – 0,30. Ocjena 5 iz strateškog planiranja – 0,25.  Za ocjenu vrlo dobar koeficijent naveden za ocjenu odličan se množi sa 0,85, za ocjenu dobar s 0,75 a za ocjenu dovoljan s 0,6.  Kada se zbroje svi dobiveni koeficijenti zaključna ocjena iz prve cjeline se dobiva na sljedeći način:  Ocjena 5 – koeficijent veći od 0,75  Ocjena 4 – koeficijent od 0,61 do 0,75  Ocjena 3 – koeficijent od 0,51 do 0,60  Ocjena 2 – koeficijent od 0,41 do 0,50  Ocjena 1 – koeficijent manji od 0,41  **Druga cjelina (metodika treninga)**  **Predavanja**  Iz ove cjeline pišu se 2 kolokvija. Oba kolokvija sastoje se od 4 pitanja. Odgovor na svako pitanje ocjenjuje se cijelim bodom, tri četvrtine, jednom polovinom ili jednom četvrtinom boda. Kada se bodovi iz 4 odgovora zbroje ocjena se izračunava na sljedeći način   * Manje od 2 boda – ocjena 1 * 2 i 2,25 bodova – ocjena 2 * 2,5 bodova – ocjena 2/3 * 2,75– ocjena 3 * 3 boda – ocjena 3/4 * 3,25 bodova - ocjena 4 * 3,5 bodova – ocjena 4/5 * 3,75 i 4 boda – ocjena 5   Pozitivno ocijenjena oba pismena zadatka nose 40% ocjene iz druge cjeline kolegija – metodika treninga.  **Seminari**  Od studenata se zahtjeva da u video i pisanoj formi predaju seminarski zadatak („report“) u kojem trebaju prikazati primjere vježbi za razvoj pojedinih bazičnih motoričkih sposobnosti *(izdržljivosti, snage, koordinacije, fleksibilnosti, agilnosti, ravnoteže, preciznosti)* uz davanje osnovnih informacija o metodici razvoja pojedine sposobnosti.  Studenti su dužni napraviti dva seminare:   1. Temu prvog seminara studenti biraju iz tri predložene teme  * Metodika treninga snage i jakosti * Metodika treninga za razvoj izdržljivosti * Metodika treninga za razvoj brzine  1. Za temu drugog seminara kojeg studenti predaju u video formi moguće je izabrati između dvije osnovne teme  * Metodike razvoja jedne od kvalitativnih motoričkih sposobnosti *(koordinacije, fleksibilnosti, agilnosti, ravnoteže, preciznosti)* * Metodike usvajanja određenog tehničko-taktičkog znanja i vještine   Pozitivno ocijenjeni seminarski zadaci nose 60% ocjene iz druge cjeline kolegija – metodika treninga. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Nastavni materijali iz kolegija Teorija i metodika treninga | | | | | | |  | | Moodle sustav | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | 1. Bompa, T.O. (2009). Periodizacija – teorija i metodologija treninga. Gopal , Zagreb. 2. Harre, Dietrich (1982). [Principles of Sports Training: Based on Experience and Scientific Research in Sport in the German Democratic Republic](http://www.amazon.com/Principles-Sports-Training-Experience-Scientific/dp/B001KSH2DE/ref=sr_1_3?s=books&ie=UTF8&qid=1333385155&sr=1-3)Ultimate Athlete Concepts 3. Evans Marc (1997): Endurance Athlete's Edge. Human Kinetics. 4. Mujika Inigo (2009). Tapering and Peaking for Optimal Performance. Human Kinetics 5. Dick Frank W (2007). Sport training principles A. & C. Black, 6. Gambeta , Vern(2007). Athletic development: the art & science of functional sports conditioning. Human Kinetics 7. Reuter , Ben (Ed.) (2012). Developing Endurance. NSCA 8. Cook, Gray (2010). Movement. Functional movement systems. Human kinetics 9. Issurin , Vladimir (2008): Block periodization – a breakthrough in sports training.Ultimate Athlete Concepts 10. Issurin , Vladimir (2008). Block Periodization 2: Fundamental Concepts and Training Design.Ultimate Athlete Concepts 11. Bondarchuk, Anatolly (2007). Transfer of training. Ultimate Athlete Concepts 12. Bondarchuk, Anatolly (2010). Transfer of training (vol 2) Ultimate Athlete Concepts 13. Kurz, Thomas (2001). Science of sports training, how to plan and control training for peak performance? Stadion Publishing Co 14. Boyle, Michael (2010). Advances in functional training. Human Kinetics | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, teorijski kolokvij (pismeni ispit), izrada seminara, studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PEDAGOGIJA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 90206 | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Doc. dr. sc. Anna Alajbeg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | Dr.sc. Martina Lončar, predavač | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 60 | | 0 | 0 |
| Status predmeta | | Obvezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Upoznati studente s osnovnim pojmovima pedagogije, razviti kritičku sposobnost odabira adekvatnih metoda i oblika rada kao i sposobnost za primjenu pedagoških koncepata u analizi suvremene obrazovne stvarnosti. Integrirati stručna znanja iz kineziologije sa znanjima stečenim u pedagogiji. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Definirati i interpretirati osnove pojmove Pedagogije * Analizirati i objasniti odnos Pedagogije prema drugim znanostima * Analizirati i interpretirati različite teorije odgojnog procesa * Analizirati i navesti osnovna obilježja pojedinih pravaca u pedagogiji * Analizirati komunikacijski put odgoja * razumjeti primjenu obrazovnih teorija u školskoj praksi * prosuditi i procijeniti kojom je usvojenom i poznatom metodom iz sadržaja kolegija, optimalno riješiti probleme u školskoj praksi * kreirati motivirajuće okruženje za aktivno učenje, koje potiče razvoj sposobnosti i znanja svih učenika | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Znanost ili znanosti o odgoju i obrazovanju (P1)  Osnovni pojmovi pedagogije (P1) | Anna Alajbeg | | Pravci znanosti o odgoju: duhovnoznanstvena, empirijska i kritička znanost o odgoju(P1)  Moć i granice odgoja (P1) | Martina Lončar | | Metode znanosti o odgoju. Hermeneutka. Empirijske i kvalitativne metode(P2) | Martina Lončar | | Odgoj: ciljevi, norme, vrijednosti(P2) | Martina Lončar | | Socijalizacija – teorije socijalizacije, instancije socijalizacije(P2) | Martina Lončar | | Odgoj i komunikacija. Interakcija i komunikacija u odgoju(P2) | Martina Lončar | | Alternativni pravci pedagogije (P2) | Martina Lončar | | Socio-emocionalna klima i stilovi vođenja(P2) | Martina Lončar | | Odgoj u obitelji: roditeljski stilovi i obiteljske interakcije (P2) | Martina Lončar | | Odgoj u školi: odgojnost nastave (P2) | Martina Lončar | | Odnosi među učenicima u razredu i školi (P2) | Martina Lončar | | Postupanje s učenicima rizičnih socijalnih ponašanja (P2) | Martina Lončar | | Klasično i elektroničko nasilje među djecom (P2) | Martina Lončar | | Medijski utjecaji na odgoj (P1)  Izazovi odgoja u budućnosti (P1) | Martina Lončar | |  | Martina Lončar | |  | Martina Lončar | |  | Martina Lončar | |  | Martina Lončar | |  | Martina Lončar | | Kolokvij | Martina Lončar |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Nastavu izvodi | | Osnovni pojmovi pedagogije  Nasljeđe i odgoj (S2) | Martina Lončar | | Tri aspekta odgoja  Međuljudski odnos – temelj odgojnog procesa (S2) | Martina Lončar | | Faktori uspješnosti međuljudskih odnosa  Empatija (S2) | Martina Lončar | | Interakcija i komunikacija u odgoju (S2) | Martina Lončar | | Interakcija i komunikacija u razredu (S2) | Martina Lončar | | Teorija moralnog razvoja (Kohlberg)  Etape moralnog formiranja (S2) | Martina Lončar | | Teorije socijalizacije  Odgoj i obrazovanje o pravima djeteta (S2) | Martina Lončar | | Učitelj u sustavu odgoja i obrazovanja  Futurologija odgoja i obrazovanja (S2) | Martina Lončar | | Cjeloživotno obrazovanje  Osnovne zakonitosti odgoja i obrazovanja (S2) | Martina Lončar | | Interkulturalno obrazovanje  Školski sustav u RH (S2) | Martina Lončar | | Pedagogija Marije Montessori  Waldorfska pedagogija (S2) | Martina Lončar | | Roditelji u prevenciji agresivnog i nasilničkog ponašanja  Obitelj kao čimbenik odgoja (S2) | Martina Lončar | | Pedagogija slobodnog vremena  Mediji u odgoju i obrazovanju (S2) | Martina Lončar | | Emocionalna inteligencija – određenje pojma i pedagoško značenje (S2) | Martina Lončar | | Kolokvij | Martina Lončar | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐(ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | | 1.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena iz kolegija Pedagogija određuje se temeljem uspjeha postignutom na kolokviju tijekom predavanja i seminara.  Studenti moraju napisati jedan seminarski rad u kojem će obraditi zadanu temu s popisa tema seminarskih radova. Seminar se ocjenjuje ocjenom od 1 do 5.  Ocjena iz teorijskog dijela određuje se temeljem uspjeha postignutog na usmenom teorijskom kolokvijiu koji se održava u petnaestom tjednu nastave. Usmeni odgovori studenata ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5.  Konačna ocjena iz kolegija Pedagogija izračunava se na sljedeći način:(ocjena teorija) + (ocjena seminar) + (redovitost i zalaganje na nastavi). | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Matijević, M., Bilić, V. i Opić, S.(2016). Pedagogija za učitelje i nastavnike. Školska knjiga i Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| Gudjons, H. (1994). Pedagogija – temeljna znanja. Zagreb: Educa | | | | | | |  | |  | | |
| Konig, E. i Zedler, P. (2001). Teorije znanosti o odgoju. Zagreb: Educa | | | | | | |  | |  | | |
| Hall, K. , Murphy, P. and Soler, J. (2008). Pedagogy and practice. London: SAGE | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Giesecke, H. (1993): Uvod u pedagogiju. Zagreb: Educa  Delors, J. (1998): Učenje – blago u nama. Zagreb: Educa  Matijević, M. (2001). Alternativne škole. Zagreb: Tipex  Rodek, S. (2011). Novi mediji i nova kultura učenja. Napredak, 152 (1), 9-28 | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (pismeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV**  **PREDMETA** | **TEORIJA I METODIKA SPORTOVA NA VODI 1** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | KFBSV1 | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | Izv.prof. dr.sc. Mladen Marinović | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 15 | 15 | | - | 30 |
| Status predmeta | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Poznavanje teoretskih osnova veslanja, te kvalitetno provođenje programa veslanja tehnikama rimen i skul | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Poznavati osnove veslanja, povijest i pravila * Poznavati osnovne biomehaničke principe veslanja * Poznavati kinematičke, kinetičke i hidrodinamičke principe veslanja rimen i skul tehnikom * Poznavati kineziološku strukturu veslanja * Demonstrirati pravilnu izvedbu veslačke tehnike * Poznavati antropološka obilježja vrhunskih veslača * Objasniti osnovne principe provedbe kondicijskog treninga u veslanju * Objasniti osnove planiranja i programiranjatrenažnog procesa u veslanju | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Povijest razvoja veslanja (1 sat) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Pravila veslačkih natjecanja (1 sat) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Kineziološka analiza veslanja – teorija tehnike veslanja (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Biomehaničke osnove gibanja veslača (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Antropološka analiza veslanja (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Antropometrijske karakteristike veslača različitog uzrasta (1 sat) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Specifičnost motoričkih i energetskih zahtjevnosti veslanja (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Antropološke specifičnosti veslača s obzirom na veslačke discipline (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Karakteristike sportskog treninga veslača s informacijskog i energetskog aspekta (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (broj sati) | Nastavu izvodi | | Trimovanje čamca (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Metodika treninga veslača (3 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Dijagnostika stanja treniranosti veslača (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Razvoj kondicijskih sposobnosti u veslačkom treningu (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Planiranje i programiranje trenažnog procesa veslača – periodizacija (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Kontrola treninga veslača (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Primjena suvremenih tehničkih sredstava u trenažnom procesu veslača (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Osnovni pristup obuci tehnike veslanja: analitička metoda – samo ruke, trup-ruke (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Osnovni pristup obuci tehnike veslanja: analitička metoda – cijeli zaveslaj (4 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Prijenos usvojene motorike u veslački čamac (8 sati) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Usvajanje specifičnosti veslačke tehnike (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Tehnika na veslačkom ergometru (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Primjena veslačkog ergometra u razvoju aerobnih energetskih sposobnosti (6 sati) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Primjena veslačkog ergometra u razvoju anaerobnih energetskih sposobnosti (4 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | Praktični kolokvij (2 sata) | Doc.dr.sc. Šime Veršić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Teorija i metodika sportova na vodi 1 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **pisanog testa -** ukupno 40 % konačne ocjene * **praktičnog kolokvija/ispita -** nosi 20% od konačne ocjene * **seminara –** nosi 20% od konačne ocjene * **usmenog ispita** - nosi 20 % konačne ocjene   **Pismeni ispit**  Održati će se s nastavnim temama iz predavanja i seminara nakon završetka nastave. U slučaju da student tada ne položi, biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta.  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. Sastoji se od zadane norme na veslačkom ergometru i prikaza tehnike u veslaonici  U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta  **Usmeni dio ispita** moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (pismeni kolokviji i praktični dio ispita).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% . | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Uljević, O., Veršić, Š. (2022). Sportovi na vodi, fakultetski priručnik, Kineziološki fakultet, Split | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Köerner, T., P. Schwanitz (1985). Rudern. Berlin: Sportverlag | | | | | | | 5 | |  | | |
| Marinović, M. (2012). Priručnik iz predmeta Sportovi na vodi 1 (završni CD sa svim predavanima u .pdf) | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Marinović, M. (2002). Dijagnostika treniranosti. U: Zbornik radova Dopunski sadržaji sportske pripreme, Zagreb 22. i. 23. veljače 2002. (ur D. Milanović), pp. 275-278. Zagreb: Kineziološki fakultet | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Marinović, M. (2002). Modelne karakteristike veslanja i veslača. U: Zbornik radova Dopunski sadržaji sportske pripreme, Zagreb 22. i. 23. veljače 2002. (ur D. Milanović), pp. 275-278. Zagreb: Kineziološki fakultet | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Marinović, M., K. Ižaković (2002). Programiranje godišnjeg rada vrhunskih veslača. XI. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, Rovinj | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Dopunska literatura | McMeely E., Royle M., (2002). Skillful Rowing  Kleshnev V., (2016). The biomehanics of Rowing  Nolte V., (2011). Rowing Faster: Serious Training for Serious Rowers  Nilsen T.S., Daigneault T., Smith M. (2002). The FISA Coaching Development Programme | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Pohađanje nastave  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata  Kolokviji  Pismeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **Opća kineziološka metodika** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 64635 | | | Godina studija | | | | 3. godina preddiplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Doc. dr. sc. Boris Milavić  Dr. sc. Damir Bavčević | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | MV | TV |
| 30 | 15 | |  | 15 |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za razumijevanje pojma, definicije i strukture Kineziološke metodike te njenog odnosa prema drugim znanostima. Poznavanje antropološkog statusa djece, učenika i mladeži te strukture i principa organizacije odgojno-obrazovnog procesa. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | definirano Pravilnikom o studijima i sustavu studiranja Kineziološkog fakulteta | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * strukturirati sadržaje za pojedine dijelove sata tjelesnog vježbanja * napisati pripremu za opće pripremne vježbe * napisati pripremu za sat tjelesnog vježbanja * dati primjere pojedinih metodičkih organizacijskih oblika rada u kineziološkoj metodici * primijeniti različite metodičke organizacijske oblike rada u pojedinim područjima primijenjene kineziologije * razumjeti organizaciju i provođenje pojedinih rekreativnih i sportskih natjecanja * primijeniti opće metodičke postupke u različitim primijenjenim područjima kineziologije * organizirati rekreativna i sportska natjecanja za djecu, učenike i mlade | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (30 sati) | Nastavu izvodi | | 1. **UVOD** (2 sata)  * Pojam i definicija Kineziološke metodike * Cilj i zadaće Kineziološke metodike * Razvoj Kineziološke metodike * Struktura Kineziološke metodike * Osnovni pojmovi u Kineziološkoj metodici * Odnos Kineziološke metodike i posebnih metodika * Odnos Kineziološke metodike i drugih znanosti | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **PREDMET I METODE ISTRAŽIVANJA KINEZIOLOŠKE METODIKE** (2 sata)  * Predmet istraživanja Kineziološke metodike * Specifičnosti metoda istraživanja u Kineziološkoj metodici * Programiranje istraživanja u Kineziološkoj metodici | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **ANTROPOLOŠKA OBILJEŽJA I ONTOGENETSKI RAZVOJ DJECE, UČENIKA I MLADIH** (4 sata)  * Antropometrijske karakteristike, motoričke sposobnosti, funkcionalne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, konativne osobine, socijalni status, zdravstveni status * Razvojne karakteristike djece, učenika i mladih | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević  Doc. dr. sc. Boris Milavić | | 1. **TJELESNO I ZDRAVSTVENO ODGOJNO-OBRAZOVNO PODRUČJE** (3 sata)   **Tjelesno i zdravstveno odgojno-obrazovno područje u sustavu odgoja i obrazovanja**   * Cilj i zadaće tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja * Povezanost tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja s drugim odgojno-obrazovnim područjima   **Cilj i zadaće Tjelesne i zdravstvene kulture**   * Mjesto i uloga Tjelesne i zdravstvene kulture u realizaciji općih ciljeva i zadataka odgojno-obrazovnih ustanova * Korelacija Tjelesne i zdravstvene kulture s drugim predmetima u školi   **Normativne osnove tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja**   * Ustavna i zakonska regulativa (normiranje) tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja * Organi i institucije nadležni za praćenje i unapređivanje tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja * Tjelesno i zdravstveno odgojno-obrazovno područje u programima rada organizacija za sport, društvenih organizacija, specijaliziranih radnih organizacija za realizaciju programa djece, učenika, mladih i druge | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **KURIKULARNI DOKUMENTI** (2 sata)  * Nacionalni kurikulumi, područja kurikuluma, predmetni kurikulumi, kurikulumi međupredmetnih tema, kurikularni okviri, nastavni planovi i programi * Kurikulum nastavnog predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura * Osnovne karakteristike plana i programa tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA U TJELESNOM I ZDRAVSTVENOM ODGOJNO-OBRAZOVNOM PODRUČJU** (2 sata)  * Nastavni organizacijski oblici rada * Izvannastavni i izvanškolski organizacijski oblici rada | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **ODGOJNO-OBRAZOVNI PROCES** (2 sata)   **Odgojno-obrazovni proces**   * Opće karakteristike odgojno-obrazovnog procesa * Uloga odgojno-obrazovnog procesa u realizaciji ciljeva i zadaća Tjelesne i zdravstvene kulture * Sadržaji odgojno-obrazovnog procesa   **Nastavni proces**   * Osnovne karakteristike nastavnog procesa * Nastavni proces u sustavu kineziološke edukacije   **Proces tjelesnog vježbanja**   * Osnovne karakteristike tjelesnog vježbanja * Tjelesno vježbanje kao dio odgojno-obrazovnog procesa | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **MOTORIČKO OBRAZOVANJE** (2 sata)   **Motorička znanja, vještine i navike**   * Opće karakteristike motoričkih znanja * Opće pretpostavke za usvajanje motoričkih vještina i navika   **Motorička postignuća**   * Opće karakteristike motoričkih postignuća * Sredstva i metode za usavršavanje motoričkih postignuća | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević  Doc. dr. sc. Boris Milavić | | 1. **METODIČKI PRINCIPI I NAČELA** (1 sat)   Metodički principi i načela u kineziološkoj edukaciji | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **METODIČKI ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA** (4 sata)  * Teorijski pristup metodičkim organizacijskim oblicima rada * Individualni metodički organizacijski oblik rada * Jednostavniji grupni metodički organizacijski oblici rada * Složeniji grupni organizacijski oblici rada | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **METODE RADA** (2 sata)   Metodička paradigma primjene metoda rada u tjelesnom i zdravstvenom odgojno-obrazovnom procesu | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **PROSTORI, OPREMA I SREDSTVA ZA RAD** (1 sat)  * Prostori, normativi, upute za planiranje, izgradnju, održavanje i korištenje objekata * Oprema, sprave, rekviziti, pomoćno-tehnička oprema * Vizualna, auditivna, audiovizualna i tekstualna sredstva | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević | | 1. **PRIPREMANJE NASTAVNIKA ZA RAD** (2 sata)  * Neposredno i posredno pripremanje nastavnika za rad * Pripremanje nastavnika za izvođenje nastavnih organizacijskih oblika rada * Pripremanje nastavnika na izvođenje izvannastavnih organizacijskih oblika rada * Vođenje dokumentacije u odgojno-obrazovnim ustanovama | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević  Doc. dr. sc. Boris Milavić | | 1. **PRIPREMA, ORGANIZACIJA I PROVOĐENJE NATJECANJA DJECE I UČENIKA** (1 sat)  * Priprema, organizacija i provođenje natjecanja u dječjim vrtićima, dječjim centrima, igraonicama i dr. * Priprema, organizacija i provođenje natjecanja u razrednih, među razrednih, školskih, općinskih, gradskih i državnih natjecanja | Prof. dr. sc. Tonči Bavčević |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat seminara (15 sati) | Nastavu izvodi | | Opće pripremne vježbe bez rekvizita (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Opće pripremne vježbe s rekvizitima (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Opće pripremne vježbe u parovima (1 sat) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Opće pripremne vježbe sa spravama i na spravama  (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Izrada pripreme za pojedine dijelove sata tjelesnog vježbanja (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Izrada pokusne pripreme za sat tjelesnog vježbanja  (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Izrada pokusne pripreme za obuku neplivača (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević | | Organizacija natjecanja (2 sata) | Dr. sc. Damir Bavčević |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat terenskih vježbi (15 sati) | Nastavu izvodi | | **Terenske vježbe**  Terenske vježbe obuhvaćaju slijedeće sadržaje:   * opće pripremne vježbe * organizacija života i rada na terenskoj nastavi * prirodni oblici kretanja * igre (elementarne, momčadske, športske, štafetne, društvene) * rekreativne aktivnosti; natjecanja; igre uz vodu ili na snijegu; terenske igre; orijentacijsko kretanje; šetnje i izleti; tjelesne aktivnosti uz glazbu | Dr. sc. Damir Bavčević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐ terenske vježbe | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | pohađanje nastave, izrada pokusnih priprema, kolokviji, pismeni ispit, usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | metodičke vježbe | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | javno predavanje | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ispit iz predmeta ***Opća kineziološka metodika*** sastoji se od kolokvija, pismenog te usmenog dijela.  Pozitivna ocjena iz kolokvija ekvivalentna je pismenom dijelu ispita.  Završna ocjena na predmetu Opća kineziološka metodika formira se na temelju ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija i pismenog ispita**   kolokvij, kao i pismeni dio ispita – nosi 50% ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 50% od konačne ocjene  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima službenih ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 55% do 63% * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 64% do 74% * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% * ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Findak, V. (2003). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture.* Priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga. | | | | | | | 2 | | izdavač | | |
| 1. Findak, V. (1992). *Metodički organizacijski oblici rada u edukaciji, sportu i sportskoj rekreaciji.* Zagreb: Mentorex. | | | | | | | 2 | | izdavač | | |
| 1. Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M., Neljak, B., Prot, F. (2000). *Primijenjena kineziologija školstvu – MOTORIČKA ZNANJA.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. | | | | | | | 2 | | izdavač | | |
| 1. *Kurikulum nastavnog predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura za osnovne škole i gimnazije u Republici Hrvatskoj* (2019). NN 27/2019 | | | | | | |  | |  | | |
| 1. Prezentacijski materijali | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Dopunska literatura | | 1. Bavčević, T., Bavčević, D., & Bavčević, I. (2019). Visual Motor Integration in Children Aged 6 to 10 Years. *Croatian Journal of Education, 21*(3), 719-742. 2. Bavčević, T., Prskalo, I., & Bavčević, D. (2018). A comparative analysis of different models for management of the teaching process in physical education. *Acta kinesiologica, 12*(2), 57-66. 3. Babin, B., Bavčević, T., & Vlahović, L. (2013). Relations of motor abilities and motor skills in 11 year old pupils. *Croatian Journal of Education*, *15*(2), 251-274. 4. Babin, J., Bavčević, T., & Prskalo, I. (2010). Comparative analysis of the specially programmed kinesiological activity on motor area structural changes of male pupils aged 6 to 8. *Odgojne znanosti*, *12*(1), 79-96. 5. Bavčević, T., Babin, J., & Prskalo, I. (2006). Complex group organizational forms - an optimizing factor in Physical education instruction. *Kinesiology, International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology*, *38*(1), 28-39. 6. Findak, V. (1981). *Učimo djecu plivati.* Priručnik za odgajatelje, nastavnike i voditelje rekreacije i roditelje. Zagreb: Školska knjiga. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  pismeni ispit  usmeni ispit  studentska anketa | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **SPORTSKA MEDICINA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 119136 | | | Godina studija | | | | 3. godina prediplomskog studija | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin.  doc. dr. sc. Tomislav Franić, dr. med.  doc. dr. sc. Dinko Pivalica, dr. med. Dragana Olujić, mag. nutr. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 15 | 15 | | 15 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | integracija znanja iz medicine (anatomija, fiziologija) u sportu, te primjena istih u svakodnevnom radu;  usvajanje principa multidisciplinarnog timskog rada (trener, liječnik, fizioterapeut, nutricionist, psiholog...) | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Položen usmeni ispit iz Anatomije, Kineziološke fiziologije 1 | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * definirati osnove sportske medicine, organizacijske principe djelovanja u zajednici i sportskim društvima * analizirati najnovija saznanja i istraživanja vezana za korisne i štetne učinke fizičke aktivnosti na organizam i pojedinačne organske sustave * opisati etiopatogenezu bolesti, ozljeda i oštećenja vezanih za intenzivnu i učestalu tjelovježbu * definirati dijagnostičke i terapijske mogućnosti, te kontraindikacije (apsolutne i relativne) za bavljenje sportom * opisati specifičnosti sportsko-medicinskog fizikalnog pregleda, kao i ciljanih pregleda po organskim sustavima i njihovim segmentima * samostalna osposobljenost za pružanje prve pomoći i provođenje kardiopulmonalne reanimacije * definirati predisponirajuće čimbenike i mehanizme nastanka pojedinih sindroma prenaprezanja i ozljeda u sportu * opisati osnovne metode provođenja fizikalne rehabilitacije * definirati i analizirati odgovarajuću ishranu u sportu | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Sportska medicina - uvod, osobitosti | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Sportsko-rekreacijska medicina | 4 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Fizička aktivnost u različitim životnim stanjima, dobi i bolestima | 3 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Sindrom prenaprezanja sustava za kretanje - oštećenja mišićno-koštanog sustava | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Psihopatologija u sportu | 2 | doc. dr. sc. Tomislav Franić, dr. med. | | Principi nastanka sportskih ozljeda i oštećenja | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat seminara | Broj sati | Nastavu izvodi | | Morfološke karakteristike | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Prilagodba kardiovaskularnog sustava treningu | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Prehrambeni suplementi u sportu | 2 | Dragana Olujić, mag. nutr. | | Psihološki profili - psihopatologija u sportu | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Doping u sportu | 1 | dr. sc. Dinko Pivalica, dr. med. | | Sindromi prenaprezanja kod djece | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Ozljede glave, vrata i kralježnice | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Sindromi prenaprezanja i ozljede gornjih ekstremiteta | 2 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Sindromi prenaprezanja i ozljede donjih ekstremiteta | 4 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Integracijski seminar | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | Energija-izvori energije za tjelesnu aktivnost, planiranje obroka sportaša u ovisnosti o treningu, dodaci prehrani i ergogena sredstva | 4 | Dragana Olujić, mag. nutr. | | Terapeutski postupci u sportskoj medicini | 7 | dr. sc. Dinko Pivalica, dr. med. | | Utvrđivanje zdravstvenog statusa sportaša | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Pružanje prve pomoći | 1 | izv. prof. dr. sc. Vladimir Ivančev, dr. med. | | Testovi procjene funkcionalnog statusa | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | Dehidracija kod sportaša i manipulacije tjelesnom težinom | 1 | dr. sc. Damir Zubac, mag. cin. | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ✓ predavanja  ✓ seminari i radionice  ✓ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ✓ laboratorij  mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Redovito pohađanje i nazočnost na svim oblicima nastave; aktivno sudjelovanje u nastavi | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | laboratorij | | | | 0,5 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | | 1,0 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Redovito će se voditi evidencija pohađanja nastave i aktivnog sudjelovanja u seminarima, osobito vježbama. Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni ispiti.  Ukupna ocjena na kolegiju definirat će se temeljem uspjeha na usmenom dijelu ispita te aktivnosti na seminarima i vježbama. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Heimer S, Čajavec R i sur. Medicina športa. Zagreb: Kineziološi fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2006. | | | | | | |  | |  | | |
| Materijali s nastave | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Pecina M, Bojanic I, Dubravcic Simunjak S, Jankovic S, Ribaric G. Sindromi prenaprezanja sustava za kretanje, Zagreb: Globus, 1992.  Brukner, Khan i sur. Clinical Sports Medicine, 3rd Edition, McGraw-Hill 2008. Ili novije  [Wilmore](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=Jack%20Wilmore), [Costill](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=David%20Costill), [Kenney](http://www.humankinetics.com/hksearch?parentCode=0&letter=W.%20Larry%20Kenney). Physiology of Sport and Exercise, 4th Edition, Human Kinetics 2008. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * aktivnost na nastavi * pohađanje nastave * usmeni ispit * vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata putem studentske ankete | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KVANTITATIVNE METODE 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Igor Jelaska | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | dr. sc. Goran Kuvačić, | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | LV |  |
| 30 | 0 | | 15 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Studente upoznati s osnovnim statističkim pojmovima i postupcima te ih osposobiti za analizu, primjenu i interpretaciju univarijatnih statističkih postupaka. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema. | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  | | --- | | * organizirati podatke prikupljene istraživanjem | | * pripremiti prikupljene podatke za statističku obradu podataka | | * samostalno provesti deskriptivnu obradu podataka | | * objasniti uvjete za primjenu temeljnih univarijatnih metoda inferencijalne statistike | | * formulirati istraživačke i statističke hipoteze | | * usporediti različite statističke metode s obzirom na cilj i svrhu njihova korištenja | | * predložiti statističku analizu prikladnu za postavljeno istraživačko pitanje kineziološke i ekonomske znanstvene i stručne prakse | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Prikupljanje, organiziranje i unos podataka. Statistička struktura poslovnog plana. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Mjerne skale. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Pojam i podjela statističkih metoda. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Temeljni statistički pojmovi. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Temeljni postupci za uređivanje i prikazivanje podataka. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Elementi deskriptivne statistike. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Temeljne distribucije podataka. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | K-S test. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Standardizacija podataka – z vrijednost. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | T-test za zavisne i nezavisne uzorke. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Univarijatna analiza varijance. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Linearna regresija i korelacija. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Koeficijent determinacije. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Osnovne neparametrijske metode. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska | | Hi-kvadrat test. Osnove financijske statistike. (2P) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Prikupljanje, organiziranje, unos i temeljne metode prikazivanja podataka. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Mjerne skale. Primjeri na konkretnim varijablama. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Statistica 8.0. Uvodne postavke. Temeljni statistički pojmovi. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Elementi deskriptivne statistike. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Temeljne distribucije podataka. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | KS Test. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | PRVI KOLOKVIJ. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Standardizacija podataka – z vrijednost. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | T-test za zavisne i nezavisne uzorke. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Univarijatna analiza varijance. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Univarijatna analiza varijance. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Linearna regresija i korelacija. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Koeficijent determinacije. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | Osnovne neparametrijske metode. Hi kvadrat test. Financijska statistika. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | DRUGI KOLOKVIJ. (1V) | Prof. dr. sc. Igor Jelaska  Dr. sc. Goran Kuvačić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, polaganje dvaju kolokvija ili pismenog ispita, te teoretskog dijela ispita. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 2 | Usmeni ispit | | | 1.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na kolegiju Kvantitativne metode 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  praktičnog kolokvija/ispita (ispit se piše za računalom), pismenog teoretskog dijela ispita te  usmenog ispita.  **Praktični kolokviji**  Praktični kolokviji, s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija. Održati će se točno 2 praktična kolokvija. Prolazna ocjena na pojedinom kolokviju je osvojenih 60% ili više bodova.  U slučaju da student ne položi praktične kolokvije tijekom semestra, biti će omogućeno polaganje pismenog ispita - u terminima ispitnih rokova i to prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina). Prolazna ocjena na pismenom ispitu je dobivenih 60% ili više bodova.  **Pismeni teoretski dio ispita**  Studenti koji su položili pismeni dio ispita izlaze na pismeni teoretski dio ispita. Prolazna ocjena na pismenom teoretskom ispitu je dobivenih 60% ili više bodova. Položen pismeni teoretski dio ispita vrijedi samo za ispitni rok na kojem je položen.  **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita (putem kolokvija ili pismenog ispita) te pismeni teoretski dio ispita.  Studentima je dozvoljeno izostati (opravdano ili neopravdano) sa maksimalno 20% pojedine nastave- (3\*2 školska sata predavanja i 3 školska sata vježbi). | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| * Dizdar, D. (2006) Kvantitativne metode. Grafički zavod Hrvatske: Zagreb. | | | | | | | 3 | |  | | |
| * Šošić, I. (2003). Primijenjena statistika. Zagreb: Školska knjiga | | | | | | | 5 | |  | | |
| * Viskić-Štalec,N. (1997). Osnove statistike i kineziometrije. U: Priručnik za sportske trenere (str. 303-356). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu | | | | | | | 3 | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Creswell, J. (2003). Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. Thousand Oaks, California: Sage Publications * Mejovšek, M. (2003). Uvod u metode znanstvenih istraživanja u društvenim i humanističkim znanostima. Zagreb: Naklada Slap. * Vincent, W. (2005). Statistics In Kinesiology, 3. ed, Human Kinetics. * Šošić, I., V. Serdar (1992). Uvod u statistiku. Zagreb: Školska knjiga. * Miller, B., David, K. (2006). Measurement by the Physical Educator, Why and How, 5. ed, McGraw Hill. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Pohađanje nastave 2. Aktivnosti na nastavi 3. Dolazak na konzultacije 4. Kolokviji 5. Ispit 6. Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | Web stranica kolegija (Moodle): https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=127 | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 119134 | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Damir Sekulić  Šime Veršić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Nikola Foretić  Mateo Blažević (docent, vanjski)  Toni Modrić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 30 |  | | 30 |  |
| Status predmeta | | obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za analizu stanja i primjenu kinezioloških postupaka u transformaciji motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i promjenjivih morfoloških dimenzija | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Ishodi učenja - student će moći ….** | **Aktivnosti učenja i poučavanja** | **Opterećenje studenta (dio od ukupnog ECTS)** | **Način praćenja i provjera ishoda učenja** | | kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja motoričkih sposobnosti | predavanja, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | kategorizirati, klasificirati i objasniti instrumente za analizu stanja funkcionalnih sposobnosti | predavanja, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | objasniti i osmisliti transformacijske postupke koji se koriste u različitim područjima primjenjne kineziologije, a u smislu transformacija motoričkih sposobnosti | predavanja, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | objasniti i osmislit transformacijske postupke koji se koriste u različitim područjima primjenjne kineziologije, a u smislu transformacija funkcionalnih sposobnosti | predavanja, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | objasniti i osmisliti transformacijske postupke koji se koriste u različitim područjima primijenjene kineziologije, a u smislu transformacija morfoloških osobina | predavanja, samostalni rad | 0,5 | pismeno/usmeno | | testirati će motoričke i funkcionalne sposobnosti | predavanje, vježbe | 0,5 | pismeno/usmeno/sudjelovanje u nastavi | | planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije motoričkih funkcionalnih sposobnosti | vježbe | 1 | pohađanje nastave | | planirat će sustave vježbanje koji se provode s ciljem transformacije promjenjivih morfoloških dimenzija | vježbe | 1 | sudjelovanje u nastavi | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza stanja kineziološki promjenjivih antropoloških osobina i sposobnosti (mjerenje i analiza stanja kineziološki promjenjivih antropoloških osobina i sposobnosti) . uvodna predavanja | Damir Sekulić/Šime Veršić | | 2. | Struktura, analiza stanja, fiziološke osnove adaptacija i transformacije kineziološki promjenjivih morfoloških osobina i sposobnosti; | Damir Sekulić /Šime Veršić | | 3. | Struktura, analiza stanja, fiziološke osnove adaptacija i transformacije motoričkih sposobnosti | Damir Sekulić | | 4. | Struktura, analiza stanja, fiziološke osnove adaptacija i transformacije funkcionalnih sposobnosti (aerobne i anaerobne izdržljivosti); | Damir Sekulić | | 5. | Struktura i kineziološke transformacije morfoloških osobina; Struktura i kineziološke transformacije funkcionalnih sposobnosti | Damir Sekulić | | 6. | Jednadžba specifikacije i jednadžba vrijednosti | Damir Sekulić | | 7. | Psihofiziološka reakcija na opterećenje | Damir Sekulić Sekulić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza stanja funkcionalnih sposobnosti | Nikola Foretić, Toni Modrić | | 2. | Analiza stanja morfoloških osobina, transformacije morfoloških osobina | Nikola Foretić, Toni Modrić | | 3. | Analiza stanja motoričkih sposobnosti 1; transformacije motoričkih sposobnosti 3 | Nikola Foretić, Toni Modrić | | 4. | Analiza stanja motoričkih sposobnosti 2; transformacije motoričkih sposobnosti 3 | Nikola Foretić, Toni Modrić | | 5. | Vježbe snage | Mateo Blažević | | 6. | Vježbe fleksibilnosti | Mateo Blažević | | 7. | Cardio fitness trening | Mateo Blažević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  ☐ seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje nastave, polaganje praktičnog dijela ispita, polaganje teoretskog dijela ispita | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ispit se polaže teoretski i praktično  Kako bi se ispitu moglo pristupiti treba odraditi sva testiranja koja su se realizirala tijekom nastave, te  položiti praktični kolokvij u teretani (tehnika vježbi s vanjskim opterećenjem)  Potom se polaže pismeni ispit-  Na pismenom ispitu se ostvaruje pravo na ocjenu dovoljan (2) ili dobar (3) - ovisno o broju bodova.  Studenti koji na pismenom ispitu sakupe maksimalan broj bodova (10) mogu usmeno odgovarati za  ocjenu vrlo dobar i odličan.  Konačna ocjena na predmetu:   * dovoljan (2): 7-8 bodova * dobar (3): 9-10 bodova * vrlo dobar (4): 10 bodova uz usmeni ispit * odličan (5): 10 bodova uz usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Sekulić D (2016) Analiza stanja i transformacijski postupci u kineziologiji; Udžbenici Sveučilišta u Splitu | | | | | | |  | | Internet stranica predmeta | | |
| Sekulić, D (2011) Analiza stanja i transformacijski postupci u kineziologiji: priručnik, Kineziološki fakultet Split | | | | | | | - | | Internet stranica predmeta | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | 1. Sekulic D, Spasic M, Esco MR (2014) Predicting agility performance with other performance variables in pubescent boys: a multiple-regression approach. *Perceptual & Motor Skills* 118(2) 447-461. 2. Uljevic O, Esco MR, Sekulic D (2014) Reliability, validity and applicability of isolated and combined sport-specific tests of conditioning capacities in top-level junior water polo athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 28(6) 1595–1605. 3. Sekulic D, Krolo A, Spasic M, Uljevic O, Peric M (2014) The development of a new stop'n'go reactive agility test. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 28(11) 3306-3312. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Anketa | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | [www.kifst.hr/okt](http://www.kifst.hr/okt) | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 20 | 0 |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta da prepozna i razlikuje  osnovne ljudske kretnje  osnovne principe kretanja  osnovne principe i tehnike rada s opterećenjem | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Demonstrirati vježbe horizontalnog i vertikalnog guranja za donji dio tijela  Demonstrirati vježbe horizontalnog i vertikalnog guranja za gornji dio tijela  Demonstrirati vježbe horizontalnog i vertikalnog povlačenja za gornji dio tijela  Demonstrirati vježbe horizontalnog i vertikalnog povlačenja za donji dio tijela  Demonstrirati vježbe na tlu  Demonstrirati vježbe cjelog tijela  Kritički osvrnuti na vježbe povlačenja  Kritički osvrnuti na vježbe guranja  Kritički osvrnuti na vježbe cijelog tijela  Kritički osvrnuti na vježbe na tlu | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sati predavanja (30 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | KLASIFIKACIJA VJEŽBI S OPTEREĆENJEM | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | EVOLUCIJA KONDICIJSKOG TRENERA | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | OSNOVNI PRINCIPI KRETANJA | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | METODIKA VJEŽBI DOMINANTNO IZ KOLJENA | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | METODIKA VJEŽBI POVLAČENJA | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | METODIKA VJEŽBI GURANJA | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | COACHING U RADU S OPTEREĆENJEM | 6 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | METODIKA VJEŽBI DOMINANTNO IZ KUKA | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | METODIKA VJEŽBI ZA CIJELO TIJELO | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | KOLOKVIJI | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sati vježbi (20) | Broj sati | Nastavu izvodi | | METODIKA VJEŽBI POVLAČENJA | 8 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | POVLAČENJA DONJEG DIJELA TIJELA   * HIP DOMINANT |  |  | | POVLAČENJA GORNJEG TIJELA TIJELA   * HORIZONTALNA POVLAČENJA * VERTIKALNA POVLAČENJA |  |  | | METODIKA VJEŽBI GURANJA | 8 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | GURANJA DONJEG DIJELA TIJELA   * KNEE DOMINANT |  |  | | GURANJA GORNJEG DIJELA TIJELA   * HORIZONTALNA GURANJA * VERTIKALNA GURANJA |  |  | | POKRETI CIJELOG TIJELA | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | TURSKO USTAJANJE |  |  | | OLIMPIJSKO DIZANJE UTEGA | | NOŠENJE OPTEREĆENJA | |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐predavanja  ☐seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐ stručna praksa | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | |  | Praktični ispit | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika kondicijske pripreme sportaša određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * Praktičnog ispita koji nosi 80 % od ukupne ocjene * Usmenog ispita koji nosi 20 % od ukupne ocjene   NORME  **MUŠKARCI**   1. ČUČANJ ***BW X 8*** 2. ZGIBOVI ***BW X 15*** 3. BENCH PRESS ***BW X 8*** 4. MRTVO VUČENJE ***BW X 10*** 5. FARMER WALK ***BW X 60 METARA*** 6. NABAČAJ **BW** 7. TRZAJ ***0,7 BW***   **ŽENE**   1. ČUČANJ **0,8 BW*X 3*** 2. ZGIBOVI ***BW X 3*** 3. BENCH PRESS ***0,7 BW X 3*** 4. MRTVO VUČENJE **BW*X 3*** 5. FARMER WALK ***2 X 30KG X 40 METARA*** 6. NABAČAJ **0,7 BW** 7. TRZAJ ***0,5 BW***   KOLOKVIJ  Demonstracija svih vježbi s opterećenjem.  PRAKTIČNI ISPIT  Uvjet je položen kolovij. Praktični ispit sastoji se od demonstracije, učenja i ispravljanja vježbi s opterećenjem.  USMENI DIO ISPITA  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Usmeni dio ispita odnosi se na sve teme koje su bile na predavanju i vježbama.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovo upisati predmet.  Svi ispiti biti će održani u terminima ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odrediti će se konačna ocjena ispita na način:  OCJENA 2 (dovoljan) za ostvarenih 55%-63%;  OCJENA 3 (dobar) ) za ostvarenih 64%- 74%;  OCJENA 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75%- 89%;  OCJENA 5 (izvrstan) za ostvarenih 90%- 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| NASTAVNI MATERIJALI NA LOOMENU | | | | | | |  | | Loomen sustav | | |
| PRIRUČNIK METODIKA KPS | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Dolazak na konzultacije 2. Izrada samostalnih zadataka 3. Aktivnost na nastavi 4. Kolokvij 5. Pohađanje nastave 6. Ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | - | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **DIJAGNOSTIKA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić; Doc.dr.sc. Nikola Foretić;  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela, Dr.Sc. Tea Bešlija | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 |  | | 20 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta da provede:  dijagnostiku motoričkih sposobnosti, funkcionalnih sposobnosti, antropometrijske karakteristike, posturu tijela u kondicijskoj pripremi sportaša – primjenu testova, interpretira rezultate, kritički osvrt na testove i mjerne procedure za procjenu kondicijskih obilježja. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Razlikovati sadržaje kondicijskog treninga koji se koriste u dijagnostici bazičnih i specifičnih motoričkih testova, * Razlikovati sadržaje kondicijskog treninga koji se koriste u dijagnostici bazičnih i specifičnih funkcionalnih testova, * Razlikovati sadržaje kondicijskog treninga koji se koriste u dijagnostici specifičnih kondicijskih sposobnosti, * Analizirati sadržaje kondicijskog treninga koji se koriste u svrhu dijagnostike posture tijela i funkcionalne pokretljivosti | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (30) | Broj sati | Nastavu izvodi | | DIJAGNOSTIKA MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI  JAKOST  SNAGA  AGILNOST  BRZINA | 8  2  2  2  2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela | | DIJAGNOSTIKA ENERGETSKIH SUSTAVA  AEROBNI ENERGETSKI SUSTAVI  ANAEROBNI ENERGETSKI SUSTAVI | 6  3  3 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | DIJAGNOSTIKA FUNKCIONALNE POKRETLJIVOSTI  FMS  SFMA  ROM  SPECIFIČNI TESTOVI | 8  2  2  2  2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Doc.dr.sc. Nikola Foretić | | SPECIFIČNI/SITUACIJSKI TESTOVI | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | LTAD | 4 | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (20 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | DIJAGNOSTIKA MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI  JAKOST  SNAGA  AGILNOST  BRZINA | 6  2  1  1  1 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela | | DIJAGNOSTIKA ENERGETSKIH SUSTAVA  AEROBNI ENERGETSKI SUSTAVI  ANAEROBNI ENERGETSKI SUSTAVI | 6  3  3 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | DIJAGNOSTIKA FUNKCIONALNE POKRETLJIVOSTI  FMS  SFMA  ROM | 6  3  2  1 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Dr.Sc. Tea Bešlija  Dr.Sc. Tea Bešlija | | SPECIFIČNI/SITUACIJSKI TESTOVI | 2 | Dr.Sc. Tea Bešlija | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐predavanja  ☐seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | |  | Praktični ispit | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Dijagnostika kondicijske pripreme sportaša određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * Praktičnog ispita koji nosi 80 % od ukupne ocjene * Usmenog ispita koji nosi 20 % od ukupne ocjene   KOLOKVIJ  Provesti inicijalno testiranje po zadanom kartonu mjerenja. Potrebno je imati popunjen karton sa svim testovima.  PRAKTIČNI ISPIT  Uvjet za pristupanje praktičnom ispitu je napravljen kolokvij. Praktični ispit s nastavnim tema predavanja i vježbi održati će se unutar satnice predavanja i vježbi prema utvrđenom rasporedu.  USMENI DIO ISPITA  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovo upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odrediti će se konačna ocjena ispita na način:  OCJENA 2 (dovoljan) za ostvarenih 55%-63%;  OCJENA 3 (dobar) ) za ostvarenih 64%- 74%;  OCJENA 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75%- 89%;  OCJENA 5 (izvrstan) za ostvarenih 90%- 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Sadržaji dostupni na online kolegiju | | | | | | |  | | loomen | | |
| PRIRUČNIK IZ DIJAGNOSTIKE KPS | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Dolazak na konzultacije 2. Izrada samostalnih zadataka 3. Aktivnost na nastavi 4. Kolokvij 5. Pohađanje nastave 6. Ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | - | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PREVENCIJA I KINEZITERAPIJA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | prof. dr. sc. Jelena Paušić;  dr.sc. Tea Bešlija | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 20 | 0 |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | Do 50% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta da prepozna i prevenira:   * najčešće sportske povrede uz algoritme postupaka za prevenciju i rehabilitaciju * stanja akutnosti povrede * posljedična stanja akutnih povreda u sportaša * sindrome prenaprezanja. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Prepoznati sindrom prenaprezanja * Savladati osnove prevencije * Savladati osnove rehabilitacije * Biti upoznati sa uključivanjem sportaša u trenažni proces nakon ozljede * Kritički osvrnuti na sindroma prenaprezanja * Kritički osvrnuti na povratak sportaša u trenažni proces * Kritički osvrnuti na korektivne vježbe | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (30 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | FUNKCIONALNOST KRETANJA | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | MOBILNOST/STABILNOST | 8 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | PREVENCIJA OZLJEDA – SPECIFIČNOSTI PO SPORTU | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | CORE | 5 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | KOREKTIVNE STRATEGIJE ZA DONJE EKSTREMITETE | 3 | prof. dr. sc. Jelena Paušić | | KOREKTIVNE STRATEGIJE ZA TRUP I KRALJEŽNICU | 3 | prof. dr. sc. Jelena Paušić | | KOREKTIVNE STRATEGIJE ZA GORNJE EKSTREMITETE | 3 | prof. dr. sc. Jelena Paušić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (20 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | PREVENCIJA/REHABILITACIJA/KINEZITERAPIJA PO FMS | 4 | dr.sc. Tea Bešlija | | PREVENCIJA/REHABILITACIJA/KINEZITERAPIJA PO SFMA | 4 | dr.sc. Tea Bešlija | | PREVENCIJA/REHABILITACIJA/KINEZITERAPIJA PO SPECIFIČNIM TESTOVIMA | 4 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | MFSR | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | VJEŽBE NA TLU | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | ANTI/ANTI/ANTI VJEŽBE | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | ZAGRIJAVANJE | 2 | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐predavanja  ☐seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐stručna praksa | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | |  | Praktični ispit | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Stručna praksa | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Prevencija i kineziterapija u kondicijskoj pripremi sportaša određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * Praktičnog ispita koji nosi 80 % od ukupne ocjene * Usmenog ispita koji nosi 20 % od ukupne ocjene   KOLOKVIJ  Izrada i demonstracija individualnog korektivnog programa s obzirom na dijagnostiku funkcionalne pokretljivosti.  PRAKTIČNI ISPIT  Uvjet je položen kolovij. Praktični ispit s nastavnim temama vježbi održati će se unutar satnice prema utvrđenom rasporedu.  USMENI DIO ISPITA  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovo upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odrediti će se konačna ocjena ispita na način:  OCJENA 2 (dovoljan) za ostvarenih 55%-63%;  OCJENA 3 (dobar) ) za ostvarenih 64%- 74%;  OCJENA 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75%- 89%;  OCJENA 5 (izvrstan) za ostvarenih 90%- 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Sadržaji dostupni na online kolegiju | | | | | | |  | | loomen | | |
| Priručnik PREVENCIJA I KINEZITERAPIJA U KPS | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Dolazak na konzultacije 2. Izrada samostalnih zadataka 3. Aktivnost na nastavi 4. Kolokvij 5. Pohađanje nastave 6. Ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | - | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | dr.sc.Nikola Foretić; Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela, Doc.dr.sc. Goran Munivrana | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 |  | |  |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za pisanjem planova i programa u kondicijskoj pripremi sportaša | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Razlikovati makro, mezo, mikro planiranje  Opisati pripremu Plana i programa  Definirati razlike u programiranju motoričkih sposobnosti  Definirati razlike u programiranju funkcionalnih sposobnosti  Napraviti Plan i program  Kritički osvrnuti na makro, mezo, mikro planiranje  Kritički osvrnuti na izradu programa trening | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (30 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | PLANIRANJA I PROGRAMIRANJE TRENINGA JAKOSTI | 7  (2)  (5) | Dr.sc. Šime Veršić  Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | PLANIRANJA I PROGRAMIRANJE TRENINGA SNAGE | 8  (3)  (3)  (2) | Dr.sc. Nikola Foretić  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Dr.sc. Nikola Foretić | | PLANIRANJA I PROGRAMIRANJE TRENINGA AGILNOSTI | 8  (4)  (4) | Doc.dr.sc.Nikola Foretić  Doc.dr.sc. Goran Munivrana | | PLANIRANJA I PROGRAMIRANJE TRENINGA BRZINE | 7  (5)  (2) | Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Doc.dr.sc. Goran Munivrana | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐predavanja  ☐seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, polaganje dvaju kolokvija. | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | |  | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 2 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * Kolokvija koji nosi 20% od ukupne ocjene * Usmenog ispita koji nosi 80 % od ukupne ocjene   KOLOKVIJ  Iz svake nastavne teme napraviti plan i program s obzirom na svoj inicijalni karton i svoje norme  USMENI DIO ISPITA  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni kolokviji.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovo upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odrediti će se konačna ocjena ispita na način:  OCJENA 2 (dovoljan) za ostvarenih 55%-63%;  OCJENA 3 (dobar) ) za ostvarenih 64%- 74%;  OCJENA 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75%- 89%;  OCJENA 5 (izvrstan) za ostvarenih 90%- 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Priručnik PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE U KPS | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Zbornik radova stručnog skupa «Kondicijska priprema sportaša», izdavač UKTH i Kineziološki fakultet Zagreb – svi brojevi | | | | | | |  | |  | | |
| Stručni časopis «Kondicijski trening», izdavač UKTH Zagreb – svi brojevi | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Aktivnost na nastavi 2. Kontinuirana provjera znanja 3. Samovrednovanje predmeta i nastavnika tijekom kolegija 4. Kolokvij 5. Pohađanje nastave 6. Ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | - | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **INTEGRATIVNA KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela; dr.sc.Nikola Foretić; doc. dr. sc.  Goran Munivrana; dr.sc. Šime Veršić, Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić; Prof.dr.sc. Zoran Grgantov, Mag.nutr. Marta Tomljanović; Mag.kin. Antonio Perić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | 0 | | 60 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Integrirati postojeća i stečena znanja u cjelinu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Upoznati najnoviju tehnologiju treninga  Upoznati i ovladati suvremenim kondicijskim programima  Implementirati suvremene programe u treninge  Implementirati trening jakosti i snage u treningu  Implementirati trening energetskih sustava u trening  Monitoring treninga  Integrirati novostečena znanja u trening u timskim sportovima  Integrirati novostečena znanja u trening u borilačkim sportovima  Integrirati novostečena znanja u trening u vodenim sportovima  Integrirati novostečena znanja u trening u individualnim sportovima  Integrirati novostečena znanja u trening u populaciju sa specijalnim potrebama  Integrirati novostečena znanja u trening u s mladim sportašima  Kritički osvrnuti na upotrebu tehnologije u treningu i sportu  Kritički osvrnuti na implementaciju suvremenih kondicijskih programa u trening | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavna tema predavanja ( 60 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | KONDICIJSKI TRENING U TIMSKIM SPORTOVIMA  Nogomet  Nogomet  Nogomet  Rukomet  Odbojka | 14  (3)  (3)  (3)  (2)  (3) | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Prof.dr.sc. Zoran Grgantov | | KONDICIJSKI TRENING U BORILAČKIM SPORTOVIMA  Karate  Tae Kwon Do  MMA | 6  (2)  (2)  (2) | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić;  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Doc.dr.sc. Nikola Foretić | | KONDICIJSKI TRENING U VODENIM SPORTOVIMA  Veslanje  Vaterpolo  Plivanje | 6  (2)  (2)  (2) | Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | KONDICIJSKI TRENING U INDIVIDUALNIM SPORTOVIMA  Reketni sportovi  Triatlon, IronMan  Tenis  Gimnastika | 12  (2)  (2)  (3)  (2)  (2) | Doc.dr.sc. Goran Munivrana  Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | KONDICIJSKI TRENING ZA SPECIFIČNA ZANIMANJA  Vatrogasci, Policija  Specijalne postrojbe | 4  (2)  (2) | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela | | KONDICIJSKI TRENING SA MLADIM SPORTAŠIMA - LTAD | 8  (6)  (2) | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić  Mag.kin. Antonio Perić | | KONDICIJSKI TRENING ENERGETSKIH SUSTAVA  MAS/HIIT | 10  (4)  (3)  (3) | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Mag.kin. Antonio Perić | |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavna tema vježbe ( 60 sati) | Broj sati | Nastavu izvodi | | KONDICIJSKI TRENING U TIMSKIM SPORTOVIMA  Nogomet  Nogomet  Rukomet | 10  (3)  (2)  (3)  (2) | Izv.prof.dr.sc. Mario Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Mag.nutr. Marta Tomljanović | | KONDICIJSKI TRENING U BORILAČKIM SPORTOVIMA  Karate, Tae Kwon Do, MMA | 5 | Dr.sc. Tea Bešlija | | KONDICIJSKI TRENING U VODENIM SPORTOVIMA  Veslanje, Vaterpolo | 4  (2)  (2) | Doc.dr.sc. Nikola Foretić  Mag.nutr. Marta Tomljanović | | KONDICIJSKI TRENING U INDIVIDUALNIM SPORTOVIMA  Reketni sportovi  Triatlon, IronMan  Tenis  Tenis | 12  (6)  (2)  (2)  (2) | Doc.dr.sc. Goran Munivrana  Dr.sc. Tea Bešlija  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Mag.nutr. Marta Tomljanović | | KONDICIJSKI TRENING SA MLADIM SPORTAŠIMA - LTAD | 9 | Izv.prof.dr.sc. Ana Kezić | | KONDICIJSKI TRENING ENERGETSKIH SUSTAVA  MAS/HIIT | 6  (3)  (3) | Mag.nutr. Marta Tomljanović  Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela | | KONDICIJSKI TRENING JAKOSTI I SNAGE | 6  (3)  (3) | Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela  Doc.dr.sc. Nikola Foretić | | KONDICIJSKI TRENING AGILNOSTI | 4 | Doc.dr.sc. Nikola Foretić | | KONDICIJSKI TRENING BRZINE | 4 | Izv.prof.dr.sc. Frane Žuvela | |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐predavanja  ☐seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ on line u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐ stručna praksa | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata (upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta): | | Pohađanje nastave |  | Istraživanje | | |  | Praktični ispit | | | | 2 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 2 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Integrativna kondicijska priprema sportaša određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * Praktičnog ispita koji nosi 80 % od ukupne ocjene * Usmenog ispita koji nosi 20 % od ukupne ocjene   KOLOKVIJI  Napisati i demonstrirati programe treninga iz dvije nastavne cjeline s diferencijacijom za seniore i mlade sportaše  PRAKTIČNI ISPIT  Praktični ispit s nastavnim tema predavanja i vježbi održati će se unutar satnice predavanja i vježbi prema utvrđenom rasporedu.  USMENI DIO ISPITA  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovo upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova.  Temeljem svega navedenog odrediti će se konačna ocjena ispita na način:  OCJENA 2 (dovoljan) za ostvarenih 55%-63%;  OCJENA 3 (dobar) ) za ostvarenih 64%- 74%;  OCJENA 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75%- 89%;  OCJENA 5 (izvrstan) za ostvarenih 90%- 100%. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Sadržaji dostupni na online kolegiju | | | | | | |  | | loomen | | |
| Priručnik INTEGRATIVNA KPS | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | 1. Izrada samostalnih zadataka 2. Aktivnost na nastavi 3. Kolokvij 4. Pohađanje nastave 5. Ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | - | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST FITNES I ZDRAVLJE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBKAFZ | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Doc.dr.sc.Mia Perić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 9 | | | | |
| Suradnici | | Dragana Olujić  Tomislav Bartulović | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | 40 | | 50 |  |
| Status predmeta | |  | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Prikazati studentima učinke kineziološke aktivnosti na generalni zdravstveni status u različitim populacijskim skupinama | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | prepoznati pozitivne učinke vježbanja,  prepoznati negativne učinke vježbanja,  savjetovati vježbače o primjerenim vježbama obzirom na dob/spol,  primijeniti različite kineziološke operatore s ciljem poboljšanja zdravlja vježbača,  poznavati osnovne smjernice pravilne prehrane,  mjeriti antropološki status vježbača, | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Predavanja po temama: | Br. Sati | Nastavu izvodi | | 1. Sjedilački način života | 2 | Mia Perić | | 1. Vježbe u uredu | 1 | Mia Perić | | 1. Vježbe na otvorenom | 5 | Mia Perić | | 1. Vježbe u fitnesu/teretani (zatvorenom prostoru) | 4 | Mia Perić | | 1. Pravilna prehrana | 15 | Dragana Olujić | | 1. Pshihosocijalno zdravlje | 2 | Mia Perić | | 1. Bolesti srca i krvnih žila | 4 | Mia Perić | | 1. Bolesti mišićno koštanog sustava | 5 | Mia Perić | | 1. Funkcionalni status | 4 | Mia Perić | | 1. Ponuda različitih fitnes programa primjerenih dobi vježbača | 4 | Mia Perić | | 1. Zdravlje i “well-being” u različitim životnim razdobljima | 4 | Mia Perić | | 1. Doping u fitnes industriji | 5 | Tomislav Bartulović | | 1. Suplementacija u bodybuildingu | 5 | Tomislav Bartulović |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Seminari po temama: | Br. Sati | Nastavu izvodi | | 1. Sjedilački način života | 3 | Mia Perić | | 1. Vježbe u uredu | 3 | Mia Perić | | 1. Vježbe na otvorenom | 3 | Mia Perić | | 1. Vježbe u fitnesu/teretani (zatvorenom prostoru) | 3 | Mia Perić | | 1. Funkcionalni status | 3 | Mia Perić | | 1. Ponuda različitih fitnes programa primjerenih dobi vježbača | 3 | Mia Perić | | 1. Zdravlje i “well-being” u različitim životnim razdobljima | 3 | Mia Perić | | 1. Analiza znanstvenih istraživanja | 10 | Mia Perić | | 1. Sjedilački način života | 9 | Mia Perić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Vjžbe po temama: | Br. Sati | Nastavu izvodi | | 1. Bodybuilding | 5 | Tomislav bartulović | | 1. Vježbe na otvorenom | 16 | Mia Perić | | 1. Vježbe u fitnesu/teretani (zatvorenom prostoru) | 20 | Mia Perić | | 1. Vježbe za bolesti mišićno koštanog sustava | 6 | Mia Perić | | 1. Mjerenje Funkcionalnog statusa | 3 | Mia Perić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Pohađanje predavanja i vježbi, izrada seminara,polaganje pismenog/usmenog ispita | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 3 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 2 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Pohađanje nastave 25%  Praktični rad 25%  Pismeni ispit 25%  Usmeni ispit 25%  Ukupno 100%  Ocjene od 1-5  1 (ispod 62%) Nedovoljan  2 (63%-74%) Dovoljan  3 (75%-84%) Dobar  4 (85%-93%) Vrlo dobar  5 (94%-100%) Izvrstan | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Physical Activity and Health-*Claude Bouchard,Steven Blair,William Haskel* | | | | | | | 1 | | Web stranica predmeta | | |
| Fitness&Health- *Brian Sharkey, Steven Gaskill* | | | | | | | 1 | | Web stranica predmeta | | |
| Fitness NUtrition for Special Dietary Needs- *Stella Volpe,Sara Sabelawski, Christopher Mohr* | | | | | | | 1 | | Web stranica predmeta | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | O prehrani - što, kada i zašto jesti- *Donatella Verbanac* **Istine i laži o hrani**-*Anita Šupe* | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pismeni ispit, usmeni ispit, seminar te procjena kvalitete praktičnog rada na navedenim područjima predmeta. Anketa. | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | Predmet se izvodi u 1/4 treće godine preddiplomskog studija | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **Individualni programi u rekreaciji i fitnesu** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3 (6 semesat) | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Doc.dr.sc. Mateo Blažević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 45 | 0 | | 30 |  |
| Status predmeta | | Redoviti - usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći osnovne kompetencije za rad u području individualnih programa u rekreaciji i fitnesu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema uvjeta | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Moći će procijeniti funkcionalni status vježbača  Poznavati će fiziološku opravdanost, razvoj, povijest i modalitete rada u cardio fitnes treningu  Poznavati će metodiku treninga  poznavati će planiranje i programiranje treninga individualnih programa u rekreaciji i fitnesu  znati će analizirati individualne programe vježbanja s vanjskim opterećenjem  znat će tehniku izvođenja vježbi, te modalitete vježbanja s vanjskim opterećenjem | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | upute studentima, -o predmetu, literatura, polaganje ispita ( 1 sat) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | -pojam fitnesa, povijest fitnesa (2 sat) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Kineziološka i antropološka analiza individualnih fitnes programa ( 3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Vrste individualnih programa u rekreaciji i fitnesu( 3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Vježbanje s vanjskim opterećenje (6 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Cardio fitnes ( 3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Planiranje i programiranje treninga u fitnes vježbanju s vanjskim opterećenjem (6 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika treninga fitnesa (6 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Zdravstveni aspekti fitnesa (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | - primjena kružnog treninga u fitnesu (3sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | primjena staničnog treninga u fitnesu (3sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | primjena intervalnog treninga u fitnesu (3sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Vježbe istezanja (3 sata) |  |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za prsne mišiće (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za mišiće leđa (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za mišiće nogu (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za mišiće ramena (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za mišiće ruku (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Metodika fitnes treninga, vježbanje s vanjskim opterećenjem – vježbe za trbušne mišiće (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Planiranje i programiranje fitnes treninga, vježbanje s vlastitim opterećenjem – kružni trening (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Planiranje i programiranje fitnes treninga, vježbanje s vlastitim opterećenjem – stanični trening (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Planiranje i programiranje fitnes treninga, vježbanje s vlastitim opterećenjem – intervalni trening (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | Testovi za procjenu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti (3 sata) | doc.dr.sc.Mateo Blažević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  ☐ seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ispit se sastoji od obaveznog praktičnog i usmenog dijela ispita. Praktični dio ispita se može položiti i putem kolokvija koji će se održavati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu.  **Kolokvij:** kolokviji će se održavati unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu**,** Kolokviji će obuhvaćati mogućnost polaganja dijelova praktičnog dijela ispita (tehnička izvedba vježbi sa vlastitim i vanjskim opterećenjem, vježbe snage i istezanja), te normi koje je potrebno položiti priji izlaska na usmeni dio ispita   |  |  |  | | --- | --- | --- | | NORME | M | Ž | | Bench press | 80% vlastite težine | 70% vlastite težine | | Čučanj | 80% vlastite težine | 70% vlastite težine | | Mrtvo dizanje | 100% vlastite težine | 80% vlastite težine |   Položeni dijelovi kolokvija se priznaju kao dio (ili u cijelosti) položen praktični dio ispita.  ***Praktični dio***: U praktičnom dijelu ispita studenti su dužni pravilno demonstrirati pojedine vježbe s vanjskim opterećenjem i vlastitom težinom te znati ciljnu usmjerenost vježbe te mišiće koji sudjeluju u radu. Praktični dio ispita se može položiti i tijekom nastavnog procesa kroz kolokvije.  ***Usmeni dio –*** obuhvaća poznavanje osnovnih zakonitosti planiranja i programiranja vezano za individualne programe u rekreaciji i fitnesu, poznavanje ciljne usmjerenosti i mišićnu aktivaciju pojedinih vježbi. Obuhvaća poznavanje vrsta programa vježbanja te modalitete programa.  Sastavni dio usmenog ispita je i izrada programa vježbanja koji mora biti pozitivno ocjenjen.  Ocjena iz praktičnog dijela te ocjena iz usmenog dijel tvore konačnu ocjenu.  Uvjet za odličnu ocjenu je odrađen, te pozitivno ocjenjen Conconijev test u teretani. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Blažević,J.,Blažević,M.,Zenić,N.(2011) Fitnes i aerobika (OKT2)-priručnik KIFST | | | | | | |  | | 1 | | |
| Blažević M. Video i ppt materijali razrađeni prema planu i sadržaju predmeta. | | | | | | |  | | 1 | | |
| Sekulić D., Metikoš d. (2007) Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji, udžbenik Sveučilišta u Splitu. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Delavier F. (2009) Strenght training anatomy. Human kinetics III. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Howley E. T., Franks D. B., Health Fitness Instructors's Handbook, Human Kinetics | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | NASM Essential of Personal Fitness training. National Association of Sport medicine. Human kinetics III.  Svi brojevi časopisa „Kineziologija“ po potrebi,  Svi brojevi časopisa „Kondicijski trening“ po potrebi | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Studentska evaluacija (anonimna anketa) na kraju semestra | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <https://loomen.carnet.hr/enrol/index.php?id=1951> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **Grupne i programi u rekreaciji i fitnesu** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3 (6 semesat) | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | doc.dr.sc. Mateo Blažević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Jasminka Blažević,prof (viši predavač) | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | LV |
| 45 | 0 | | 30 | 0 |
| Status predmeta | | Redoviti - usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Poznavanje teoretskih i praktičnih osnova grupnih programa u rekreaciji i fitnesu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema uvjeta | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Moći će primijeniti programe suvremene aerobike u različitim dobnim kategorijama  znat će metodiku, vođenje, planiranje i programiranje, te primjenu u različitim dobnim kategorijama, prednosti i ograničenja, znanstvene osnove programa step aerobike  znat će metodiku, vođenje, planiranje i programiranje, te primjenu u različitim dobnim kategorijama, prednosti i ograničenja, znanstvene osnove workout programa  znat će metodiku, vođenje, planiranje i programiranje, te primjenu u različitim dobnim kategorijama, prednosti i ograničenja, znanstvene osnove programa hilo aerobike  znati će procijeniti funkcionalni status vježbača  pronalaziti znanstvene informacije na temu grupnih programa Aerobike | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | -upute studentima, o predmetu, literatura, polaganje ispita (1sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | -pojam aerobike, povijest aerobike (2 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Utjecaj aerobike na antropološki status (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Vrste grupnih fitnes programa (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Glazba i cueing u aerobici (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Dijelovi sata u aerobici, grupnim oblicima vježbanja ( 3sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Koreografija u aerobici (6 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Planiranje i programiranje sata aerobike (6 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Utvrđivanje i doziranje volumena opterećenja na satu aerobike (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Ozlijede u aerobici (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Vježbe snage u grupnim programima u rekreaciji i fitnesu ( 3sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | metodika treninga aerobike, metode poučavanja (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | primjena kružnog, staničnog i intervalnog treninga u aerobici | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. | | Lik aerobik instruktora (3 sata) | doc.dr.sc. Mateo Blažević  Jasminka Blažević, prof. |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Glazba i cueing u aerobici (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Osnovni koraci niskog i visokog intenziteta u aerobici (3sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Zagrijavanje u aerobici (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Tehnika rada na steperu (3 sat) | Jasminka Blažević, prof. | | Metodika treninga HI-LO aerobike (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Metodika treninga STEP aerobike (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Metode poučavanja u aerobici (3 sat) | Jasminka Blažević, prof. | | Primjeri kružnog i intervalnog treninga u aerobici, primjer aerobik treninga u sportu (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Vježbe snage u aerobici (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | Vježbe istezanja u aerobici (3 sata) | Jasminka Blažević, prof. | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | X predavanja  ☐ seminari i radionice  X vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  X mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Ispit se sastoji od obaveznog praktičnog ite pismenog ili usmenog dijela ispita. Praktični dio ispita se može položiti i putem kolokvija koji će se održavati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu.  **Kolokvij:** kolokviji će se održavati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu**,**  Kolokviji će obuhvaćati mogućnost polaganja dijelova praktičnog dijela ispita (metodički razrađena koreografija, vježbe snage i istezanja). Položeni dijelovi kolokvija se priznaju kao dio (ili u cijelosti) položen praktični dio ispita.  ***Praktični dio ispita***: metodički razrađena koreografija te vježbe snage i istezanja.  ***Pismeni ispit*** sastoji se od 15 pitanja. Svaki točan odgovor iznosi 2 boda ,a polovičan 1 bod tako da je ukupan broj bodova na ispitu 30.  KONAČNA OCJENA:  Temeljem navedenog konačna ocjena odredit će se na slijedeći način:  -ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 15-19 bodova  -ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 20-23 bodova  -ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 24-27 bodova  -ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 28-30 bodova  Ocjena iz praktičnog dijela te ocjena iz pismenog dijela (seminar ili pisani ispit) mogu zajedno biti konačna ocjena ukoliko je student s njom zadovoljan. U protivnom polaže još i teoretski dio ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Blažević,J.,Blažević,M.,Zenić,N.(2011) Fitnes i aerobika (OKT2)-priručnik KIFST | | | | | | |  | | 1 | | |
| Blažević J. Video i ppt materijali razrađeni prema planu i sadržaju predmeta. | | | | | | |  | | 1 | | |
| Metikoš,D.,Furjan Mandić,G.(1997) Suvremena aerobika Zbornik radova znanstveno stručnog savjetovanja | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Svi brojevi časopisa „Kineziologija“ po potrebi, | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Studentska evaluacija (anonimna anketa) na kraju semestra | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <https://loomen.carnet.hr/enrol/index.php?id=1957> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA U KINEZITERAPIJI** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBKAAK | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 9 | | | | |
| Suradnici | | Doc.dr.sc. Ana Poljičanin  Pred. Duje Radman, mag.cin.  Petra Rajković Vuletić, mag.cin. asistent  Karla Nazor, mag.cin., asistent | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 60 | 0 | | 90 |  |
| Status predmeta | | Obavezno izborno usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% (30 sati – 15 sati predavanja i 15 sati vježbi) | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studenta za procjenu i evaluaciju posture i pokreta čovjeka u svim fazama života. Također je cilj predmeta objasniti studentima tipične znakove pojedinih bolesti internih organa kao i neuroloških bolesti. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Procijeniti i evaluirati posturu i pokret ljudskog tijela  Odrediti preventivne kineziterapijske postupke za otklone posture  Analizirati i demonstrirati testove za procjenu pokreta i posture lokomotornog sustava  Demonstrirati i analizirati manualne mišićne testove, i testove za procjenu raspona pokreta | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Uvod u dijagnostiku u kineziterapiji | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Procjena i evaluacija posture i pokreta stopala i zgloba gležnja | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta zgloba koljena | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta regije kuk-zdjelica-lumbalna kralježnica | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta regija ramenog obruča, grudne i vratne kralježnice | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta zgloba lakta i ručnog zgloba | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Korektivni postupci posture i pokreta stopala i zgloba gležnja | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta zgloba koljena | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta regije kuk-zdjelica-lumbalna kralježnica | 3 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta regija ramenog obruča, grudne i vratne kralježnice | 3 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta zgloba lakta i ručnog zgloba | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Uzimanje anamneze | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Analiza posture i pisanje izvještaja o analizi posture i stanju funkcionalnih pokreta | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbe | Broj sati | Nastavu izvodi | | Dijagnostički postupci: MMT – manualni mišićni testovi ROM – goniometrija | 20 | Petra Rajković Vuletić, mag.cin. asistent | | Procjena i evaluacija posture i pokreta stopala i zgloba gležnja | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta zgloba koljena | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta regije kuk-zdjelica-lumbalna kralježnica | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta regija ramenog obruča, grudne i vratne kralježnice | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Procjena i evaluacija posture i pokreta zgloba lakta i ručnog zgloba | 4 | Pred. Duje Radman, mag.cin. | | Korektivni postupci posture i pokreta stopala i zgloba gležnja | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta zgloba koljena | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta regije kuk-zdjelica-lumbalna kralježnica | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta regija ramenog obruča, grudne i vratne kralježnice | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci posture i pokreta zgloba lakta i ručnog zgloba | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Korektivni postupci motoričkog kretanja i držanja s djecom predškolske dobi | 10 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 3 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak | | | | 1 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 2 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Kineziterapija određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**    1. 1. praktični kolokvij – MMT i ROM testovi – ocjenjuje Hrvoje Kujundžić, pred (20% ocjene)   2. 2. praktični kolokvij – Procjena i evaluacija – ocjenjuje Nina Ivančić, asistent (20% ocjene)   3. 3. praktični kolokvij – Korektivni postupci – ocjenjuje Nina Ivančić, asistent (20% ocjene) * **Analiza posture – (zadatak)** nosi 40% od konačne ocjene – ocjenjuje izv.prof.dr.sc. Jelena Paušić na osnovu pisanog zadataka i usmeno-praktičnog objašnjenja.   **Kolokviji**  Sva tri praktična kolokvija odvijat će se nakon prijeđenog dijela gradiva. U slučaju da student ne položi kolokvij unutar semestra biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Analiza posture**  Ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi – 3 kolokvija.  Svaki student mora napraviti Posturalna analizu jednog čovjeka u obliku seminarskog rada. Utvrditi njegove posturalne nedostatke. Ispuniti obrazac Analize posture te u njemu navesti ključne segmente tijela, zglobove, kojima bi trebalo procijeniti ROM i mišiće kojima bi trebalo procijeniti MMT. Opisati načine i tehnike kojima bi to odradili. Predložak seminarskog rada biti će postavljen na Loomen stranici predmeta. Ispunjeni predložak student je dužan predati najkasnije do 20. siječnja 2015. godine. Ako student ne preda seminar do utvrđenog datuma neće moći prikupiti 2 ECTS boda koliko nosi predan seminarski rad prema tome neće dobiti potpis za tekuću akademsku godinu.  Svaki student koji ne dobije potpis ne može izlaziti na ispitne rokove, te slijedeće akademske godine mora ponovno upisati predmet.  Svi dijelovi ispita biti će održani u terminima ispitnih rokova (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 55% do 63%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 64% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% . | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Behnke, R.S. (2014) Kineziološka anatomija, DataStatus. | | | | | | | 5 | |  | | |
| Kendell, F., Kendell McCreary, E., Geise Provance, P., McIntyre Rodgers, M., Romani, W.A. (2005). MUSCLES TESTING AN FUNCTION WITH POSTURE AND PAIN. Lippincott Williams & Wilkins | | | | | | |  | |  | | |
| Cook, G. (2010). *Movement*. On Target Publications. | | | | | | |  | |  | | |
| <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=136> | | | | | | |  | | Loomen | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  pisana zadaća  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=136> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA KINEZITERAPIJE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBMKT | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Pred. Duje Radman  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin  Asistenti:  Petra Rajković Vuletić, mag.cin.  Karla Nazor, mag.cin. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 30 | 0 | | 45 |  |
| Status predmeta | | Obavezno izborno usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 20% (30 sati – 6 sati predavanja i 9 sati vježbi) | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Objasniti studentima metodiku kineziterapijskih tretmana kod različitih posturalnih disfunkcija ljudskog tijela. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Definirati kineziterapijske postupke kod različitih posturalnih disfunkcija  Demonstrirati metodičke postupke izvođenja vježbi za različite posturalne disfunkcije | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Sati | Nastavu izvodi | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcije vratne i gruden kralježnice | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcije gornjih udova | 5 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcija zdjelice i lumbalne kralježnice | 5 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcija donjih udova | 5 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Kineziterapijski postupci bolnih sindroma kralježnice | 8 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Kineziterapijski postupci sindroma prenaprezanja | 4 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić  Doc.dr.sc. Ana Poljičanin | | Manualne tehnike | 4 | Pred. Duje Radman |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbe | Sati | Nastavu izvodi | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcije vratne i grudne kralježnice | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcije gornjih udova | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcija zdjelice i lumbalne kralježnice | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kineziterapijski postupci u terapiji disfunkcija donjih udova | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kineziterapijski postupci bolnih sindroma kralježnice | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kineziterapijski postupci sindroma prenaprezanja | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Manualne tehnike | 10 | Pred. Duje Radman | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak | | | | 1 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **Pisani test - kolokvij**   (20% od ukupne ocjene)   * **Izrada i demonstracija metodičkih postupaka za jednu postrualnu disfunkciju**   (60% od ukupne ocjene)   * **Usmeni ispit**   (20% od ukupne ocjene)  **Izrada i demonstracija metodičkih postupaka za jednu postrualnu disfunkciju**  Izraditi, demonstirarati i analizirati prikladne metodičke postupke za obuku klijenta u izvođenju određenih vježbi za tretman jedne od posturalnih disfunkcija  **Pismeni ispit**  15 pitanja iz gradiva Priručnika  **Usmeni dio ispita**  Pitanja iz nastavnih tema predavanja i napisanog plana i programa kineziterapijskog programa.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Materijali na Moodle stranici predmeta  Usmjerenje Kineziterapija | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Dopunska literatura | |  | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  pisana zadaća  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=136> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV**  **PREDMETA** | **PROGRAMIRANJE I KONTROLA KINEZITERAPIJSKIH TRETMANA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | KFBPKKTT | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Jelena Paušić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 4 | | | | |
| Suradnici | | Prof.dr.sc. Đurđica Miletić  Karla Nazor, mag.cin., asistent | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV |  |
| 30 | 0 | | 45 |  |
| Status predmeta | | Obavezno izborno usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Upoznati studente etapama izrade plana i programa kineziterapijskih tretmana.  Naučiti ih postaviti etape plana i programa te načine kontrole provedbe. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | - | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | Odrediti anamnezu klijenta  Analizirati posturu i pokrete klijenta  Definirati ciljeve plana i programa kineziterapijskog tretmana  Definirati etape plana i programa  Definirati potpuni plan i program kineziterapijskog tretmana | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Sati | Nastavu izvodi | | Uvod u planiranje i programiranje | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Postavljanje anamneze | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Analiza posture i pokreta klijenta | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Određivanje ciljeva (globalnog i parcijalnih | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Postavljanje etapa i tehnika plana i programa | 2 | Prof.dr.sc.Jelena Paušić | | Društveno korisno učenje u kineziterapiji | 20 | Prof.dr.sc. Đurđica Miletić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbe | Sati | Nastavu izvodi | | Postavljanje anamneze | 4 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Analiza posture i pokreta klijenta | 5 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Određivanje ciljeva (globalnog i parcijalnih) | 4 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Postavljanje etapa plana i programa | 4 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Tehnike 1. etape | 6 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Tehnike 2. etape | 6 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Tehnike 3. etape | 6 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Tehnike 4. etape | 6 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | Kontrolni postupci tretmana | 4 | Karla Nazor, mag.cin., asistent | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | Pisani zadatak | | | | 1 | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,25 | Usmeni ispit | | | 0,25 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **Pisani test - kolokvij**   (20% od ukupne ocjene)   * **Izrada plana i programa kineziterapijskog tretmana**   (60% od ukupne ocjene)   * **Usmeni ispit**   (20% od ukupne ocjene)  **Izrada plana i programa kineziterapijskog tretmana**  Zadatci koje su studenti dobili preko e-learning sustava i predali ih unutar Moodl-a, ako su korektno napravljeni donose 60% ocjene i to na slijedeći način:   * ako ste potpuno uspješno odradili zadatak bez dodatnih promjena – 100% uspješno * ako ste 1 put radili dopunu ili promjenu – 90 % uspješno * ako ste 2-3 puta radili dopunu ili promjenu – 80% uspješno * ako ste 4 i više puta radili dopunu ili promjenu – 50% uspješno   **Pismeni ispit**  15 pitanja iz gradiva Priručnika  **Usmeni dio ispita**  Pitanja iz nastavnih tema predavanja i napisanog plana i programa kineziterapijskog programa.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%; * ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%; * ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%; * ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Kendell, F., Kendell McCreary, E., Geise Provance, P., McIntyre Rodgers, M., Romani, W.A. (2005). MUSCLES TESTING AN FUNCTION WITH POSTURE AND PAIN. Lippincott Williams & Wilkins | | | | | | | 1 | |  | | |
| Cook, G. (2010). *Movement*. On Target Publications. | | | | | | | 1 | |  | | |
| <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=136> | | | | | | |  | | Moodle | | |
| Dopunska literatura | | Internet | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | kolokviji  usmeni ispit  pisana zadaća  vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | | <https://moodle.kifst.hr/course/view.php?id=136> | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA VATERPOLA** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | - | | 45 | - |
| Status predmeta | Usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Stjecanje kompetencija potrebnih za provođenje kineziološke i antropološke analize vaterpola | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Opisati principe kineziološke i antropološke analize u vaterpolu * Opisati antropološke modele vrhunskih vaterpolista različitih dobnih skupina * Analizirati situacijsku učinkovitost ekipe i pojedinih igrača u odnosu na njihovu poziciju (ulogu) u igri * Analizirati taktičke modele igre u natjecateljskim uvjetima * Identificirati potencijalne talente za vaterpolo * Izabrati prikladne operatore za razvoj i usavršavanje funkcionalno-motoričkih sposobnosti i znanja * Upotrebljavati metode za kinematičku, kinetičku i anatomsku analizu kinezioloških struktura vaterpola | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | Strukturna i funkcionalna analiza vaterpolo igre | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Analiza kinezioloških struktura aktivnosti u natjecateljskim uvjetima | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača i ekipe u cjelini | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Motoričko učenje i vježbanje u vaterpolo igri | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kineziološki modeli igre | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij teorija | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Antropološki profil različitih tipova igrača | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Modelne karakteristike vrhunskih vaterpolista | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Procjenjivanje psihosocijalnih obilježja, ekipne kohezivnosti i mikrosocijalnog statusa vaterpolista | 6 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Načela poučavanja tehničko-taktičkih znanja | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Utjecaj tehničko-taktičkih i kondicijskih programa na razvoj i održavanje antropoloških obilježja i ukupne stvarne kvalitete igrača | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Stupnjevito poučavanje/učenje i vježbanje vaterpolo igre | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Karakteristike vaterpola (pravila, prostorni parametri, objekti i oprema). Unutarnja i vanjska opterećenja na treningu i utakmici, KOLOKVIJ | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | Strukturna i funkcionalna analiza vaterpolo igre | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Analiza kinezioloških struktura aktivnosti u natjecateljskim uvjetima | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača i ekipe u cjelini | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Motoričko učenje i vježbanje u vaterpolo igri | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kineziološki modeli igre | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij teorija | 8 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Antropološki profil različitih tipova igrača | 7 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Modelne karakteristike vrhunskih vaterpolista | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Procjenjivanje psihosocijalnih obilježja, ekipne kohezivnosti i mikrosocijalnog statusa vaterpolista | 4 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Načela poučavanja tehničko-taktičkih znanja | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Utjecaj tehničko-taktičkih i kondicijskih programa na razvoj i održavanje antropoloških obilježja i ukupne stvarne kvalitete igrača | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Stupnjevito poučavanje/učenje i vježbanje vaterpolo igre | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Karakteristike vaterpola (pravila, prostorni parametri, objekti i oprema). Unutarnja i vanjska opterećenja na treningu i utakmici, KOLOKVIJ | 2 | Izv. Prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 1.5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.0 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0.5 | Usmeni ispit | | | 1.5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Kineziološka i antropološka analiza vaterpola određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   tri kolokvija (dva iz nastavnih tema s predavanja te 1 praktični kolokvij) koji nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **usmenog ispita**   nosi 40% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin veljača – 1 termin lipanj, 1 termin srpanj te rujan – 1 termin)  **Pismeni dio ispita**  Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi kolokviji. Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:   * Ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60% * Ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74% * Ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% * Ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Dettamanti, D., (2012). Water Polo Coaching Series- Book 2 Fundamentals Of Playing Water Polo, WeBuyBooks, Rossendale, LANCS, United Kingdom 2. Hraste M., D. Dizdar, V. Trninić (2008): Experts Opinion about System of the Performance Evaluation Criteria Weighted per Positons in the Water Polo Game. Collegium Antropologicum, 32(3) 851-862. 3. Hraste M., D. Dizdar, V. Trninić (2010): Empirical Verification of the Weighted System of Criteria for the Elite Water Polo Players Quality Evaluation. Collegium Antropologicum, 34 (2). | | | | | | |  | | DA  DA  DA | | |
| Dopunska literatura |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA VATERPOLA 1** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | KFBMTN1 | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 15 | 0 |
| Status predmeta | Usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Osposobiti studente da mogu samostalno definirati, izabrati i upotrijebiti odgovarajućih metodske postupke te organizirati trening uvažavajući dob, spol i stupanj razvoja svakog pojedinca kao i materijalne uvjete rada u vaterpolu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Objasniti teorijsku i psihološku pripremu za trening i natjecanje * Opisati metode za učenje, uvježbavanje i usavršavanje motoričkih znanja iz vaterpola * Demonstrirati pravilnu izvedbu različitih vaterpolo tehnika * Primijeniti odgovarajuće metode za usvajanje i usavršavanje elemenata tehnike i taktike vaterpolo igre * Usporediti utjecaj pojedinih metoda na razvoj sposobnosti i karakteristika vaterpolista različite dobi * Razlikovati koje trenažne operatore upotrijebiti za razvoj pojedinih sastavnica antropološkog statusa * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | | Nastavu izvodi | | Metodika pouke tehnika kretanja bez lopte | 4 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika pouke tehnike kretanja s loptom | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika pouke vratarskih tehnika | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Osnovni pojmovi iz taktike vaterpola | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika taktičke pripreme | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz vaterpola. | 3 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Hijerarhijska struktura elemenata tehnike. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Dobne kategorije i specifični zahtjevi u obuci elementarne tehnike. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Specifičnosti primjene analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke i kombiniranih metoda poučavanja. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Uočavanje i ispravljanje grešaka. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih grešaka. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Redoslijed učenja tehničkih elemenata. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Kolokvij | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | Različiti stavovi, zaustavljanja, promjene pravca, kretanja | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke dodavanja lopte | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke vođenja lopte | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke udaraca | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Individualne akcije | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Pozicijska igra 6 na 6 | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke napada s igračem više | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke obrane s igračem manje | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke tranzicijskog napada | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 0.25 | Usmeni ispit | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.25 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga vaterpola 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Takagi, H., Nishijima, T., Enomoto, I., & Stewart, A. M. (2005). Determining factors of game performance in the 2001 world Water Polo Championships. Journal of human movement studies, 49(2), 333-352. | | | | | | |  | |  | | |
| Falk, B., Lidor, R., Lander, Y., & Lang, B. (2004). Talent identification and early development of elite water-polo players: a 2-year follow-up study. Journal of sports sciences, 22(4), 347-355. | | | | | | |  | |  | | |
| Hraste, M. (2021). Waterpolo. University of Split, Faculty of Kinesiology | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | Smith, H. K. (1998). Applied physiology of water polo. Sports medicine, 26(5), 317-334.  Platanou, T. (2005). On-water and dryland vertical jump in water polo players. J Sports Med Phys Fitness, 45(1), 26-31.  Royal, K. A., Farrow, D., Mujika, I., Halson, S. L., Pyne, D., & Abernethy, B. (2006). The effects of fatigue on decision making and shooting skill performance in water polo players. Journal of sports sciences, 24(8), 807-815. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA VATERPOLA 1** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | KFBMTN1 | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 15 | 0 |
| Status predmeta | Usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Osposobiti studente da mogu samostalno definirati, izabrati i upotrijebiti odgovarajućih metodske postupke te organizirati trening uvažavajući dob, spol i stupanj razvoja svakog pojedinca kao i materijalne uvjete rada u vaterpolu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Objasniti teorijsku i psihološku pripremu za trening i natjecanje * Opisati metode za učenje, uvježbavanje i usavršavanje motoričkih znanja iz vaterpola * Demonstrirati pravilnu izvedbu različitih vaterpolo tehnika * Primijeniti odgovarajuće metode za usvajanje i usavršavanje elemenata tehnike i taktike vaterpolo igre * Usporediti utjecaj pojedinih metoda na razvoj sposobnosti i karakteristika vaterpolista različite dobi * Razlikovati koje trenažne operatore upotrijebiti za razvoj pojedinih sastavnica antropološkog statusa * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Broj sati | | Nastavu izvodi | | Metodika pouke tehnika kretanja bez lopte | 4 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika pouke tehnike kretanja s loptom | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika pouke vratarskih tehnika | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Osnovni pojmovi iz taktike vaterpola | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika taktičke pripreme | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij | 2 | | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz vaterpola. | 3 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Hijerarhijska struktura elemenata tehnike. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Dobne kategorije i specifični zahtjevi u obuci elementarne tehnike. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Specifičnosti primjene analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke i kombiniranih metoda poučavanja. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Uočavanje i ispravljanje grešaka. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih grešaka. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Redoslijed učenja tehničkih elemenata. | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | Kolokvij | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | Različiti stavovi, zaustavljanja, promjene pravca, kretanja | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke dodavanja lopte | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke vođenja lopte | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke udaraca | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Individualne akcije | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Pozicijska igra 6 na 6 | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke napada s igračem više | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke obrane s igračem manje | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Metodika obuke tranzicijskog napada | 2 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | Kolokvij | 1 | Izv. prof. dr. sc. Ognjen Uljević | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 0.25 | Usmeni ispit | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.25 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga vaterpola 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Takagi, H., Nishijima, T., Enomoto, I., & Stewart, A. M. (2005). Determining factors of game performance in the 2001 world Water Polo Championships. Journal of human movement studies, 49(2), 333-352. | | | | | | |  | |  | | |
| Falk, B., Lidor, R., Lander, Y., & Lang, B. (2004). Talent identification and early development of elite water-polo players: a 2-year follow-up study. Journal of sports sciences, 22(4), 347-355. | | | | | | |  | |  | | |
| Hraste, M. (2021). Waterpolo. University of Split, Faculty of Kinesiology | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | Smith, H. K. (1998). Applied physiology of water polo. Sports medicine, 26(5), 317-334.  Platanou, T. (2005). On-water and dryland vertical jump in water polo players. J Sports Med Phys Fitness, 45(1), 26-31.  Royal, K. A., Farrow, D., Mujika, I., Halson, S. L., Pyne, D., & Abernethy, B. (2006). The effects of fatigue on decision making and shooting skill performance in water polo players. Journal of sports sciences, 24(8), 807-815. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIVPREDMETA** | **METODIKA TRENINGA PLIVANJA 1** | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | Zrinka Smoje, pred. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 30 | - | | 15 | - |
| Status predmeta | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Poznavanje metodičkih postupaka koji se koriste u usavršavanju svih tehnika plivanja te pojedinih elemenata plivačkih tehnika, sve od obuke neplivača do vrhunskog plivanja | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | Položeni kolegiji Teorija i metodika plivanja 1 i Teorija i metodika plivanja 2 | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Poznavati metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja * Analizirati izvedbu svih plivačkih tehnika sa startom i okretom * Demonstrirati pravilnu izvedbu svih plivačkih tehnika sa startom i okretom * Demonstrirati sve metodske vježbe koje se koriste za učenje tehnike plivanja u svim fazama edukacije i usavršavanja plivačke tehnike * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi plivačkih tehnika * Pravovremeno i adekvatno upotrijebiti metodske postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka u izvedbi tehnika plivanja * Osmisliti inovativne metodičke postupke u plivanju | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja kraul tehnikom (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja leđnom tehnikom (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja prsnom tehnikom (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja delfin tehnikom (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja mješovito (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz štafetnog plivanja (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) motoričkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) funkcionalnih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) morfoloških značajki važnih za uspjeh u plivanju (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | **KOLOKVIJ (pismeni/usmeni ispit)** (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja kraul tehnikom (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja leđnom tehnikom (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja prsnom tehnikom (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja delfin tehnikom (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja mješovito (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz štafetnog plivanja (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) motoričkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) funkcionalnih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unaprjeđenje) morfoloških značajki važnih za uspjeh u plivanju (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | **KOLOKVIJ (praktični ispit)** (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga plivanja 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija pisani test**   (1 kolokvij; iz nastavnih tema s predavanja)  nosi ukupno 25% konačne ocjene   * **praktičnog ispita iz dijagnostičkih postupaka plivačkog znanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **praktičnog ispita vođenja pedagoškog procesa plivanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nose ukupno 25% konačne ocjene  **Kolokviji pisani test**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 30 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 35 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 40 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 50 bodova   U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se unutar satnice predavanja / vježbi. Svaki student demonstrira metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz svih plivačkih tehnika. Također, student je dužan analizirati. Identificirati pogreške, te upotrijebiti navedene metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz svih plivačkih tehnika kod plivača mlađih uzrasnih kategorija, koji će mu biti na raspolaganju tijekom kolokvija/ispita (jedan od 4 plivačka kluba iz Splita).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena praktičnog kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 60 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 70 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 80 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 100 bodova   U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi navedeni dijelovi ispita (pismeni kolokviji i praktični dio ispita). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja.  **Završna ocjena**  Završna ocjena se dobiva prema sljedećem načinu bodovanja   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 120 do 139 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 140 do 159 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 160 do 179 bodova; * ocjena5 (odličan) za ostvarenih 180 do 200 bodova. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. | | | | | | |  | |  | | |
| Maglisho, E. (2003) Swimming fastest. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Salo, D., Riewald S. (2008) Complete Conditioning for Swimming. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Hooper, S.L., L. T. Mackinnon, A. Howard (1999) Physiological and psychometric variables formonitoring recovery during tapering for major competition. Medicine & Science in Sports & Exercise.31(8):1205-1210 | | | | | | |  | |  | | |
| Gore, C. J. (2000). Physiological Tests for Elite Athletes ; Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Pyne, D., M. Graeme, W. Goldsmith (2000). Protocols for the Physiological Assessment of Swimmers. u: Physiological tests for the elite athletes ur. Christopher J Gore; Human Kinetics, Ill | | | | | | |  | |  | | |
| Newsome, P., Young, A. (2012) Swim smooth. | | | | | | |  | |  | | |
| Read, P. (2002) Overtraining in swimming. GP Sports Journal. 31 | | | | | | |  | |  | | |
| Zenić, N., D. Sekulić (2003) Konstrukcija testa za procjenu aerobne izdržljivosti u plivanju, Zbornik radova konferencije o sportu "Alpe – Jadran" 160-166 | | | | | | |  | |  | | |
| Fina - pravila plivanja (2002) Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| PPT Prezentacije s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | * Volčanšek, B.(1996): Športsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb * Consilman, J. E. (1968): The science of swiming, Prentice-Hall, inc., New Jersey * Fina – pravila plivanja (2007) prezentacija u PP (interno) * Gabrilo, G.,Sekulić, D., Uljević, O. (2009) Korištenje supstancija u plivanju - spolne razlike u seniorskom uzrastu. VIII Konferencija o športu Alpe-Jadran, 77-83. * Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., Sekulić, D. (2012) General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players.*Journal of Human Kinetics, volume 32/2012, 157-165* * Gabrilo, G., Perić, M., Stipić, M. (2011) Pulmonary Function in Pubertal Synchronized Swimmers: 1-year Follow-up Results and Its Relation to Competitive Achievement. [*Medical Problems of Performing Artists*](http://www.sciandmed.com/mppa/)*:*[*Volume 26*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011)[*Number 1*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011#issue1191)*: Page 39* * Gabrilo, G., Orlović, A., Miličić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? Acta Kinesiologica 11 (2017) Issue 2; 90-92. * Latt E, Jurimae J, Haljaste K, Cicchella A, Purge P, Jurimae T. (2009) Physical Development and Swimming Performance During Biological Maturation in Young Female Swimmers. *Collegium Antropologicum*, 33(1): 117-122 * Faigenbaum AD, Kraemer WJ, Blimkie CJR, Jeffreys I, Micheli LJ, Nitka M. (2009) Youth Resistance Training: Updated Position Statement Paper from the National Strength and Conditioning Association. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23: S60-S79. * Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. (2004) Growht, maturation, and physical activity. *Human Kinetics, Champaign, Illinois, Second Edition* * Potdevin F, Bril B, Sidney M, Pelayo P. (2006) Stroke frequency and arm coordination in front crawl swimming. *International Journal of Sports Medicine*, 2006; 27(3): 193-198. * Secchi LLB, Muratt MD, Andrade NVS, Greve JMD. (2010) Isokinetic Trunk Dynamometry in Diferent Swimming Strokes. *Acta Ortopedica Brasileira*, 18(5): 295-297. * Sekulic D, Zenic N, Zubcevic NG. (2007) Non linear anthropometric predictors in swimming. *Collegium Antropologicum*, 31(3): 803-809. * TOUSSAINT, H. M, and A. P. HOLLANDER. (1990) Measurement of oxygen cost in swimming. *Med. Sci. Sports Exerc.* 22:402–408. * <http://www.hrvatski-plivacki-savez.hr/> * <http://www.fina.org/> * <http://www.usaswimming.org/> * <http://www.swimsmooth.com/> | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | * Pohađanje nastave * Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata * Kolokviji * Pismeni ispit * Usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIVPREDMETA** | **METODIKA TRENINGA PLIVANJA 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Zrinka Smoje, pred. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 30 | - | | 30 | - |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Poznavanje trenažnih operatora koji se koriste za unaprjeđenje plivačkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju, te poznavati organizacijske oblike rada u plivanju. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Položeni kolegiji Teorija i metodika plivanja 1 i Teorija i metodika plivanja 2 | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Poznavati metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz plivanja * Poznavati trenažne operatore za razvoj i transformaciju plivačkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju * Poznavati metode i postupke psiho-sociološke pripreme u plivanju * Osmisliti inovativne trenažne operatore u plivanju * Poznavati osnovne metodičke forme, te organizacijske oblike rada u plivanju * Poznavati organizaciju plivačkih natjecanja | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unapređenje)  plivačkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u dominantnoj disciplini (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  principi i pravila u konstrukciji plivačkog treninga (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  senzibilne faze za razvoj pojedinih antropoloških obilježja (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  specijalizacija plivačke discipline (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  specijalizacija plivačke discipline (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje informacijske i energetske komponente opterećenja u plivačkom trenažnom procesu (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metodičke forme i organizacijski oblici rada, (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metodičke forme i organizacijski oblici rada, (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje sportske forme, trenažna pomagala i lokaliteti u plivačkom trenažnom procesu (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje sportske forme, trenažna pomagala i lokaliteti u plivačkom trenažnom procesu (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | **KOLOKVIJ (pismeni/usmeni ispit)** (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | |  | Zrinka Smoje, pred. |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Trenažni operatori za razvoj i transformaciju (unapređenje)  plivačkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u dominantnoj disciplini (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  principi i pravila u konstrukciji plivačkog treninga (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  senzibilne faze za razvoj pojedinih antropoloških obilježja (4 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  specijalizacija plivačke discipline (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u plivanju  specijalizacija plivačke discipline (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje informacijske i energetske komponente opterećenja u plivačkom trenažnom procesu (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metodičke forme i organizacijski oblici rada, (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metodičke forme i organizacijski oblici rada, (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje sportske forme, trenažna pomagala i lokaliteti u plivačkom trenažnom procesu (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Metode za modeliranje i optimiziranje sportske forme, trenažna pomagala i lokaliteti u plivačkom trenažnom procesu (2 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | **KOLOKVIJ (praktični ispit)** (1 sat) | Zrinka Smoje, pred. | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0,5 | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga plivanja 2 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija pisani test**   (1 kolokvij; iz nastavnih tema s predavanja)  nosi ukupno 25% konačne ocjene   * **praktičnog ispita iz dijagnostičkih postupaka plivačkog znanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **praktičnog ispita vođenja pedagoškog procesa plivanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nose ukupno 25% konačne ocjene  **Kolokviji pisani test**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 30 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 35 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 40 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 50 bodova   U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se unutar satnice predavanja / vježbi. Svaki student demonstrira praktična znanja iz navedenog sadržaja predmeta osobno i s plivačima mlađih uzrasnih kategorija, koji će mu biti na raspolaganju tijekom kolokvija/ispita (jedan od 4 plivačka kluba iz Splita).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena praktičnog kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 60 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 70 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 80 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 100 bodova   U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi navedeni dijelovi ispita (pismeni kolokviji i praktični dio ispita). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja.  **Završna ocjena**  Završna ocjena se dobiva prema sljedećem načinu bodovanja   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 120 do 139 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 140 do 159 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 160 do 179 bodova;   ocjena5 (odličan) za ostvarenih 180 do 200 bodova. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. | | | | | | |  | |  | | |
| Maglisho, E. (2003) Swimming fastest. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Salo, D., Riewald S. (2008) Complete Conditioning for Swimming. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Hooper, S.L., L. T. Mackinnon, A. Howard (1999) Physiological and psychometric variables formonitoring recovery during tapering for major competition. Medicine & Science in Sports & Exercise.31(8):1205-1210 | | | | | | |  | |  | | |
| Gore, C. J. (2000). Physiological Tests for Elite Athletes ; Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Pyne, D., M. Graeme, W. Goldsmith (2000). Protocols for the Physiological Assessment of Swimmers. u: Physiological tests for the elite athletes ur. Christopher J Gore; Human Kinetics, Ill | | | | | | |  | |  | | |
| Newsome, P., Young, A. (2012) Swim smooth. | | | | | | |  | |  | | |
| Read, P. (2002) Overtraining in swimming. GP Sports Journal. 31 | | | | | | |  | |  | | |
| Zenić, N., D. Sekulić (2003) Konstrukcija testa za procjenu aerobne izdržljivosti u plivanju, Zbornik radova konferencije o sportu "Alpe – Jadran" 160-166 | | | | | | |  | |  | | |
| Fina - pravila plivanja (2002) Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| PPT Prezentacije s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Volčanšek, B.(1996): Športsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb * Consilman, J. E. (1968): The science of swiming, Prentice-Hall, inc., New Jersey * Fina – pravila plivanja (2007) prezentacija u PP (interno) * Gabrilo, G.,Sekulić, D., Uljević, O. (2009) Korištenje supstancija u plivanju - spolne razlike u seniorskom uzrastu. VIII Konferencija o športu Alpe-Jadran, 77-83. * Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., Sekulić, D. (2012) General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players.*Journal of Human Kinetics, volume 32/2012, 157-165* * Gabrilo, G., Perić, M., Stipić, M. (2011) Pulmonary Function in Pubertal Synchronized Swimmers: 1-year Follow-up Results and Its Relation to Competitive Achievement. [*Medical Problems of Performing Artists*](http://www.sciandmed.com/mppa/)*:*[*Volume 26*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011)[*Number 1*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011#issue1191)*: Page 39* * Gabrilo, G., Orlović, A., Miličić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? Acta Kinesiologica 11 (2017) Issue 2; 90-92. * Latt E, Jurimae J, Haljaste K, Cicchella A, Purge P, Jurimae T. (2009) Physical Development and Swimming Performance During Biological Maturation in Young Female Swimmers. *Collegium Antropologicum*, 33(1): 117-122 * Faigenbaum AD, Kraemer WJ, Blimkie CJR, Jeffreys I, Micheli LJ, Nitka M. (2009) Youth Resistance Training: Updated Position Statement Paper from the National Strength and Conditioning Association. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23: S60-S79. * Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. (2004) Growht, maturation, and physical activity. *Human Kinetics, Champaign, Illinois, Second Edition* * Potdevin F, Bril B, Sidney M, Pelayo P. (2006) Stroke frequency and arm coordination in front crawl swimming. *International Journal of Sports Medicine*, 2006; 27(3): 193-198. * Secchi LLB, Muratt MD, Andrade NVS, Greve JMD. (2010) Isokinetic Trunk Dynamometry in Diferent Swimming Strokes. *Acta Ortopedica Brasileira*, 18(5): 295-297. * Sekulic D, Zenic N, Zubcevic NG. (2007) Non linear anthropometric predictors in swimming. *Collegium Antropologicum*, 31(3): 803-809. * TOUSSAINT, H. M, and A. P. HOLLANDER. (1990) Measurement of oxygen cost in swimming. *Med. Sci. Sports Exerc.* 22:402–408. * <http://www.hrvatski-plivacki-savez.hr/> * <http://www.fina.org/> * <http://www.usaswimming.org/> * <http://www.swimsmooth.com/> | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * Pohađanje nastave * Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata * Kolokviji * Pismeni ispit * Usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIVPREDMETA** | **PLANIRANJE I KONTROLA TRENINGA PLIVANJA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Izv.prof. dr.sc. Goran Gabrilo | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Zrinka Smoje, pred. | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | KV | T |
| 60 | - | | 30 | - |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Poznavanje teoretskih i praktičnih principa kratkoročnog i dugoročnog planiranja i programiranja plivačkih treninga. Poznavanje i provođenje dijagnostičkih postupaka kontrole treniranosti kod plivača | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i potrebne ulazne kompetencije | | Položeni kolegiji Teorija i metodika plivanja 1 i Teorija i metodika plivanja 2 | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Poznavati trenažne operatore za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u plivanju * Poznavati metode za modeliranje i optimiziranje informacijske i energetske komponente opterećenja u plivačkom trenažnom procesu * Poznavati senzibilne faze za razvoj pojedinih antropoloških obilježja * Objasniti osnovne principe provedbe kondicijskog treninga u plivanju * Objasniti godišnji sustav planiranja i programiranja trenažnog procesa u plivanju * Analizirati prednosti i nedostatke taktike plivanja određenih disciplina * Poznavati svrhu korištenja rekvizita i pomagala u plivačkom trenažnom procesu * Poznavati i provoditi dijagnostičke postupke za kontrolu treniranosti plivača | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja | Nastavu izvodi | | Planiranje treninga u plivanju (cilj, zadaće, kalendar natjecanja, periodizacija sportske pripreme) (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Dugoročno, srednjoročno, godišnje i tekuće planiranje i programiranje treninga (6 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice (6 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Kreiranje treninga u plivanju (6 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u plivačkom trenažnom procesu (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u plivačkom trenažnom procesu (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Trenažni operatori - tehnički, taktički, kondicijski i psiho-sociološki (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Pripreme za pojedine dobne kategorije  (početnici A,B, kadeti, ml. juniori, juniori, ml. seniori i seniori) (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Program natjecanja, trajanje natjecanja, izbor disciplina, sastav štafetnih disciplina za pojedine dobne kategorije (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Raspored, doziranje i optimizacija ekstenziteta/ intenziteta opterećenja i operatora treninga (5 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Modeliranje sportske forme u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju (4 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Dijagnostika i kontrola stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata (8 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na parametre situacijske i natjecateljske učinkovitosti (3 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | **KOLOKVIJ (pismeni/usmeni ispit)** (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi | Nastavu izvodi | | Dugoročno, srednjoročno, godišnje i tekuće planiranje i programiranje treninga (3 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice (3 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Kreiranje treninga u plivanju (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u plivačkom trenažnom procesu (1 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u plivačkom trenažnom procesu (3 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Trenažni operatori - tehnički, taktički, kondicijski i psiho-sociološki (1 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Pripreme za pojedine dobne kategorije  (početnici A,B, kadeti, ml. juniori, juniori, ml. seniori i seniori) (1 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Program natjecanja, trajanje natjecanja, izbor disciplina, sastav štafetnih disciplina za pojedine dobne kategorije (1 sata) | Zrinka Smoje, pred. | | Raspored, doziranje i optimizacija ekstenziteta/ intenziteta opterećenja i operatora treninga (3 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Modeliranje sportske forme u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju (2 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Dijagnostika i kontrola stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata (6 sati) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa (1 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na parametre situacijske i natjecateljske učinkovitosti (1 sata) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | **KOLOKVIJ (praktični ispit)** (1 sat) | Izv.prof.dr.sc. Goran Gabrilo | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☐ predavanja  ☐ seminari i radionice  ☐ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☐ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | SUKLADNO PRAVILNICIMA FAKULTETA | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata*:* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | | 1 | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1 | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0,5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Planiranje i kontrola treninga plivanja određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija pisani test**   (1 kolokvij; iz nastavnih tema s predavanja)  nosi ukupno 25% konačne ocjene   * **praktičnog ispita iz dijagnostičkih postupaka plivačkog znanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **praktičnog ispita vođenja pedagoškog procesa plivanja**   nosi 25% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nose ukupno 25% konačne ocjene  **Kolokviji pisani test**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 30 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 35 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 40 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 50 bodova   U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se unutar satnice predavanja / vježbi. Svaki student demonstrira praktična znanja iz navedenog sadržaja predmeta osobno i s plivačima mlađih uzrasnih kategorija, koji će mu biti na raspolaganju tijekom kolokvija/ispita (jedan od 4 plivačka kluba iz Splita).  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena praktičnog kolokvija /ispita na način:   * za ostvarenih 51% do 60% - 60 bodova * za ostvarenih 61% do 70%; - 70 bodova * za ostvarenih 71% do 80%; - 80 bodova * za ostvarenih 81% do 100% - 100 bodova   U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti ćemo omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 2 termina)  **Usmeni dio ispita**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi navedeni dijelovi ispita (pismeni kolokviji i praktični dio ispita). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja.  **Završna ocjena**  Završna ocjena se dobiva prema sljedećem načinu bodovanja   * ocjena2 (dovoljan) za ostvarenih 120 do 139 bodova; * ocjena3 (dobar) za ostvarenih 140 do 159 bodova; * ocjena4 (vrlo dobar) za ostvarenih 160 do 179 bodova;   ocjena5 (odličan) za ostvarenih 180 do 200 bodova. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. | | | | | | |  | |  | | |
| Maglisho, E. (2003) Swimming fastest. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Salo, D., Riewald S. (2008) Complete Conditioning for Swimming. Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Hooper, S.L., L. T. Mackinnon, A. Howard (1999) Physiological and psychometric variables formonitoring recovery during tapering for major competition. Medicine & Science in Sports & Exercise.31(8):1205-1210 | | | | | | |  | |  | | |
| Gore, C. J. (2000). Physiological Tests for Elite Athletes ; Human Kinetics | | | | | | |  | |  | | |
| Pyne, D., M. Graeme, W. Goldsmith (2000). Protocols for the Physiological Assessment of Swimmers. u: Physiological tests for the elite athletes ur. Christopher J Gore; Human Kinetics, Ill | | | | | | |  | |  | | |
| Newsome, P., Young, A. (2012) Swim smooth. | | | | | | |  | |  | | |
| Read, P. (2002) Overtraining in swimming. GP Sports Journal. 31 | | | | | | |  | |  | | |
| Zenić, N., D. Sekulić (2003) Konstrukcija testa za procjenu aerobne izdržljivosti u plivanju, Zbornik radova konferencije o sportu "Alpe – Jadran" 160-166 | | | | | | |  | |  | | |
| Fina - pravila plivanja (2002) Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| PPT Prezentacije s nastave | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | * Volčanšek, B.(1996): Športsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb * Consilman, J. E. (1968): The science of swiming, Prentice-Hall, inc., New Jersey * Fina – pravila plivanja (2007) prezentacija u PP (interno) * Gabrilo, G.,Sekulić, D., Uljević, O. (2009) Korištenje supstancija u plivanju - spolne razlike u seniorskom uzrastu. VIII Konferencija o športu Alpe-Jadran, 77-83. * Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., Sekulić, D. (2012) General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players.*Journal of Human Kinetics, volume 32/2012, 157-165* * Gabrilo, G., Perić, M., Stipić, M. (2011) Pulmonary Function in Pubertal Synchronized Swimmers: 1-year Follow-up Results and Its Relation to Competitive Achievement. [*Medical Problems of Performing Artists*](http://www.sciandmed.com/mppa/)*:*[*Volume 26*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011)[*Number 1*](http://www.sciandmed.com/mppa/journalviewer.aspx?issue=-1&year=2011#issue1191)*: Page 39* * Gabrilo, G., Orlović, A., Miličić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? Acta Kinesiologica 11 (2017) Issue 2; 90-92. * Latt E, Jurimae J, Haljaste K, Cicchella A, Purge P, Jurimae T. (2009) Physical Development and Swimming Performance During Biological Maturation in Young Female Swimmers. *Collegium Antropologicum*, 33(1): 117-122 * Faigenbaum AD, Kraemer WJ, Blimkie CJR, Jeffreys I, Micheli LJ, Nitka M. (2009) Youth Resistance Training: Updated Position Statement Paper from the National Strength and Conditioning Association. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23: S60-S79. * Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. (2004) Growht, maturation, and physical activity. *Human Kinetics, Champaign, Illinois, Second Edition* * Potdevin F, Bril B, Sidney M, Pelayo P. (2006) Stroke frequency and arm coordination in front crawl swimming. *International Journal of Sports Medicine*, 2006; 27(3): 193-198. * Secchi LLB, Muratt MD, Andrade NVS, Greve JMD. (2010) Isokinetic Trunk Dynamometry in Diferent Swimming Strokes. *Acta Ortopedica Brasileira*, 18(5): 295-297. * Sekulic D, Zenic N, Zubcevic NG. (2007) Non linear anthropometric predictors in swimming. *Collegium Antropologicum*, 31(3): 803-809. * TOUSSAINT, H. M, and A. P. HOLLANDER. (1990) Measurement of oxygen cost in swimming. *Med. Sci. Sports Exerc.* 22:402–408. * <http://www.hrvatski-plivacki-savez.hr/> * <http://www.fina.org/> * <http://www.usaswimming.org/> * <http://www.swimsmooth.com/> | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | * Pohađanje nastave * Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata * Kolokviji * Pismeni ispit * Usmeni ispit | | | | | | | | | | | |
| Ostalo | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA ODBOJKE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 9 | | | | |
| Suradnici | | Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | - | | 45 | - |
| Status predmeta | | Izborni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Stjecanje kompetencija potrebnih za provođenje kineziološke i antropološke analize odbojke. | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Argumentirati važnost poduzetništva u visokom obrazovanju i sportu * *Argumentirati važnost izrade i prezentiranja poslovnih planova* * Provesti kinematičku i kinetičku analizu kinezioloških struktura odbojkaške ig*re* * Analizirati situacijsku učinkovitost ekipe i pojedinih igrača u odnosu na njihovu poziciju (ulogu) u igri * Opisati antropološke modele vrhunskih odbojkašica i odbojkaša različitih dobnih skupina * Analizirati taktičke modele igre u natjecateljskim uvjetima * Povezati utjecaj pojedinih dimenzija antropološkog statusa odbojkašica i odbojkaša s njihovom situacijskom učinkovitošću * Prezentirati metode i postupke u procesu selekcije u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza cikličkih i acikličkih kinezioloških aktivnosti odbojkaške igre. | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 2. | Analiza kinezioloških struktura igre u situacijskim i natjecateljskim uvjetima | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 3. | Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača i ekipe u cjelini | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | Kinematičke i kinetičke analize kinezioloških struktura odbojkaške igre | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 5. | Kineziološki modeli igre | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 7. | Analiza taktičkih modela igre u natjecateljskim uvjetima | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Antropološka obilježja odbojkaša i odbojkašica | 6 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 9. | Analiza antropoloških obilježja važnih za uspjeh u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 10. | Antropološki modeli vrhunskih odbojkaša i odbojkašica | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 11. | Antropološki modeli odbojkaša i odbojkašica u mleđim dobnim skupinama | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 12. | Metode i postupci u procesu odabira u odbojci (selekcija) | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 13. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza cikličkih i acikličkih kinezioloških aktivnosti odbojkaške igre | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 2. | Analiza kinezioloških struktura igre u situacijskim i natjecateljskim uvjetima | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 4. | Analiza parametara situacijske učinkovitosti ekipe u cjelini | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 5. | Kinematičke analize kinezioloških struktura odbojkaške igre | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Kinetičke analize kinezioloških struktura odbojkaške igre | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 7. | Kineziološki modeli igre | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 9. | Analiza taktičkih modela igre u natjecateljskim uvjetima | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 10. | Antropološka obilježja odbojkaša i odbojkašica | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 11. | Analiza antropoloških obilježja važnih za uspjeh u odbojci | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 12. | Antropološki modeli vrhunskih odbojkaša i odbojkašica | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 13. | Antropološki modeli odbojkaša i odbojkašica u mlađim dobnim skupinama | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 14. | Metode i postupci u procesu odabira u odbojci (selekcija) | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 15. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  ☐ seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 2 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 2.5 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena iz kolegija Kineziološka i antropološka analiza odbojke određuje se temeljem uspjeha postignutim na kolokvijima tijekom predavanja i vježbi.  Studenti moraju napisati dva seminarska rada kojima će obraditi po jedan segment iz kineziološke i antropološke analize odbojke. Svaki seminar se ocjenjuje ocjenom od 1 do 5, a potom se izračunava i prosječna ocjena iz seminara. Uvjet dobivanja konačne ocjene iz seminara je da oba seminarska rada budu pozitivno ocijenjena.  Ocjena iz teorijskog dijela određuje se temeljem uspjeha postignutog na usmenim teorijskim kolokvijima koji se održavaju u osmom i petnaestom tjednu nastave. Usmeni odgovori studenata ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5.  Ocjena iz praktičnih vježbi određuje se temeljem uspjeha postignutog na praktičnim kolokvijima koji se održavaju u osmom i petnaestom tjednu nastave. Na prvom kolokviju studenti imaju zadatak primjenom odgovarajućeg instrumentarija praktično provesti jedan segment kineziološke analize odbojkaške igre. Na drugom kolokviju studenti imaju zadatak primjenom odgovarajućeg instrumentarija praktično provesti jedan segment antropološke analize odbojkaške igre. Praktični zadaci ocjenjuju se ocjenama od 1 do 5. Konačna ocjena iz praktičnih vježbi predstavlja prosječnu ocjenu oba kolokvija (uz uvjet da su oba praktična zadatka pozitivno ocijenjena).  Redovitost i zalaganje na nastavi ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem evidencije dolazaka na nastavu i temeljem kontinuiranog praćenja angažmana studenata za vrijeme nastave.  Konačna ocjena iz kolegija kineziološka i antropološka analiza odbojke izračunava se na sljedeći način:(ocjena teorija) + (ocjena seminari) + (ocjena praktične vježbe) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 3,5  U slučaju da student ne položi praktični i teorijski ispit na kolokvijima (unutar predavanja) bit će omogućeno ponovno polaganje unutar ispitnih termina predmeta | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Grgantov, Z., Dizdar, D., &. Janković, V. (1998). Structural analysis of the volleyball game elements based on certain anthropological features. *Kinesiology : international scientific journal of kinesiology and sport, 30*(1): 44-51 | | | | | | |  | |  | | |
| 2. Janković, V., Đurković, T., & Rešetar, T. (2009). *Uvod u specijalizaciju igračkih uloga*. Zagreb: Autorska naklada. | | | | | | |  | |  | | |
| 3. Osmankač, N. (2008). Modelovanje taktike na bazi statističke analize elemenata odbojkaške igre. Doktorska disertacija. Novi Sad: Univerzitet privredna akademija, Fakultet za sport i turizam Novi Sad. | | | | | | |  | |  | | |
| 4. Scates, A., & Line M. (2003). Complete conditioning for volleyball. Champaign IL: Human Kinetics. | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
|  | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | 1. Grgantov, Z. (2002).: Anthropometric characteristics of elite Croatian male volleyball players, Kinesiology new perspectives . Milanović, Dragan ; Prot, Franjo (ur.), (283-286). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.  2. Grgantov, Z. (2003).: Kondicijska priprema u odbojci. *12. Zagrebački sajam sporta i nautike*. D. Milanović, I. Jukić (ur.), (460-465). Zagreb : Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu ; Zagrebački športski savez.  3. Grgantov, Z., Katić, R., & Janković, V. (2006). Morphological characteristics, technical and situation efficacy of young female volleyball players. *Collegium. Antropologicum. 30* (1), 87-96.  4. Grgantov, Z., Nedović, D., & Katić, R. (2007.). Integration of technical and situation efficacy into the morphological system in young female volleyball players*. Collegium Antropologicum, 31*(1), 267-273.  5. Grgantov, Z., Krstulović, S., & Žuvela, F. (2008). Relationships between anthropometrics and estimated overall quality in female volleyball players. *5-th international scientific conference on kinesiology*, *"Kinesiology research trends and aplications*".D. Milanović, F. Prot, (ur.), (910-912). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.  6. Jurko, D., Grgantov, Z., & Čular, D. (2008). Razlike u visini tijela, te visini dohvata za smeč I blok kod vrhunskih juniorskih odbojkašica različite situacijske uspješnosti. B. Maleš (ur.), (127-131). *Zbornik radova međunarodnog znanstvenog kongresa "Suvremena kineziologija",* Mostar. Split: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu.  7. Katić, R., Grgantov, Z., & Jurko, D. (2006). Motor structures in female volleyball players aged 14-17 according to technique quality and performance. *Collegium Antropologicum, 30*(1), 103-112.  8. Spasić, M., Grgantov, Z., & Čular, D. (2008). Diferentation of the young female volleyball players according to their tehnical efficacy. *5-th international scientific conference on kinesiology, "Kinesiology research trends and aplications".* D. Milanović, D. F. Prot, (ur.). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu  . | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (usmeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlaatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA ODBOJKE 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3 | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | - | | 15 | - |
| Status predmeta | | Izborni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Usavršavanje metodičkih kompetencija studenata za rad s mlađim dobnim skupinama u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Primijeniti odgovarajuće metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje elementarne tehnike odbojkaške igre * Primijeniti odgovarajuće metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje elementarne taktike odbojkaške igre * Primijeniti odgovarajuće metode, postupke i trenažne operatore za razvoj i transformaciju morfoloških značajki, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, te psiho-socijalnih vještina mlađih dobnih skupina u odbojci. * Primijeniti odgovarajuće metodičke forme i organizacijske oblike rada u trenažnom procesu mlađih dobnih skupina u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Cilj i sadržaj predmeta Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje elementarne tehnike odbojkaške igre | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 2. | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje elementarne taktike odbojkaške igre | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti mlađih dobnih skupina u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 5. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i unapređenje funkcionalnih sposobnosti mlađih dobnih skupina u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 6. | Metode, postupci i trenažni operatori za transformaciju morfoloških značajki mlađih dobnih skupina u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 7. | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme mlađih dobnih skupina u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Metodičke forme i organizacijski oblici rada u treningu mlađih dobnih skupina | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 9. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Poučavanje elementarne tehnike i taktike servisa i prijema servisa | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 2. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti mlađih dobnih skupina u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Poučavanje elementarne tehnike i taktike dizanja za smeč | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 4. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 5. | Poučavanje elementarne tehnike i taktike smeča | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Poučavanje elementarne tehnike i taktike bloka | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 7. | Poučavanje elementarne tehnike i taktike obrane polja | 1 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  ☐ seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0,5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 0.5 | Usmeni ispit | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena iz kolegija *Metodika treninga odbojke 1* određuje se temeljem uspjeha postignutim na kolokvijima tijekom predavanja i vježbi.  Ocjena iz teorijskog dijela određuje se temeljem uspjeha postignutog na usmenim teorijskim kolokvijima koji se održavaju u četvrtom i devetom tjednu nastave. Usmeni odgovori studenata ocjenjuju se ocjenom od 1 do 5. Konačna ocjena iz teorijskog dijela ispita predstavlja prosječnu ocjenu oba teorijska kolokvija.  Ocjena iz kinezioloških vježbi određuje se temeljem uspjeha postignutog na praktičnim kolokvijima koji se održavaju u četvrtom i osmom tjednu nastave. Na praktičnim kolokvijima studenti imaju zadatak odraditi po jedan trening s mladim odbojkašima. Ocjenjuje se kvaliteta poučavanja elementarne tehnike odbojke ocjenama od 1 do 5. Konačna ocjena iz praktičnih kolokvija predstavlja prosječnu ocjenu oba kolokvija (uz uvjet da su oba kolokvija pozitivno ocijenjena).  Redovitost i zalaganje na nastavi ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem evidencije dolazaka na nastavu i temeljem kontinuiranog praćenja angažmana studenata za vrijeme nastave  Konačna ocjena iz kolegija metodika treninga odbojke 1 izračunava se na sljedeći način:(ocjena teorija) + (ocjena kineziološke vježbe) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 2,5.  U slučaju da student ne položi praktični i teorijski ispit na kolokvijima (unutar predavanja) bit će omogućeno ponovno polaganje unutar ispitnih termina predmeta. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Janković, V., & Marelić, N. (2003). *Odbojka za sve*. Zagreb: Autorska Naklada | | | | | | |  | |  | | |
| 2. Janković, V., & Sabljak, M. (2004). *Elementi tehnike odbojke i metodika, 1. dio - osnovna škola za mlađe dobne kategorije*. Zagreb: Autorska naklada. | | | | | | |  | |  | | |
| 3. Marelić, N., Janković, V., Rešetar,T., & Marelić, S. (2000). Učenje odbojke putem modificiranih igara. U: *Zbornik radova* *9. Zagrebački sajam sporta - Slobodno vrijeme i igra*, M. Andrijašević (ur.), (str. 131-133). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu | | | | | | |  | |  | | |
| 4. Janković, V., Marelić, N., & Janković, G. (2003). Suvremeni model metodike treninga odbojke u školskom sportu. *12. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske*, *1*, 147-150 | | | | | | |  | |  | | |
| 5. Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., & Krstulović, S. (2005): *Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga*. B. Maleš, Đ. Miletić, (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu. | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | 1. Đurković, T., Rešetar, T., & Marelić, N. (2004).: Prijedlog testova za vrednovanje znanja odbojkaških elemenata zastupljenih u planu i programu osnovne škole od 5.do 8.razreda. *13. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske.* 302-307.  2. Janković, V., & Marelić, N. (1995). *Odbojka.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu  3. Janković, V., & Marelić, N. (1993). Trening energetske komponente vrhunskih odbojkaša. *Kineziologija, 8*(2-3), 64-67.  4. Wise, M. (1999). *Volleyball drills for champions*. Human Kinetics Publishers, Inc. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (usmeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA ODBOJKE 2** | | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3. | | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | | |
| Suradnici | | Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | | T |
| 30 | - | | 30 | | - |
| Status predmeta | | Usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Usavršavanje metodičkih kompetencija studenata za rad s odbojkašima seniorima | | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Primijeniti odgovarajuće metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne tehnike odbojkaške igre * Primijeniti odgovarajuće metode i postupke za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne taktike odbojkaške igre * Primijeniti odgovarajuće metode, postupke i trenažne operatore za razvoj i transformaciju morfoloških značajki, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, te psiho-socijalnih vještina odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine * Primijeniti odgovarajuće metodičke forme i organizacijske oblike rada u trenažnom procesu odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Cilj i sadržaj predmeta Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne tehnike odbojkaške igre | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 2. | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne taktike odbojkaške igre | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 5. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i unapređenje funkcionalnih sposobnosti odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 6. | Metode, postupci i trenažni operatori za transformaciju morfoloških značajki odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 7. | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Metodičke forme i organizacijski oblici rada u treningu odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 9. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Poučavanje napredne tehnike i taktike servisa i prijema servisa | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 2. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti odbojkašica i odbojkaša seniorske dobne skupine | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Poučavanje napredne tehnike i taktike dizanja za smeč | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 4. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 5. | Poučavanje napredne tehnike i taktike smeča | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Poučavanje napredne tehnike i taktike bloka | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 7. | Podučavanje napredne tehnike i taktike obrane polja | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  ☐ seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 0,8 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | | 0,8 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | |  | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Kolokviji | 0,6 | Usmeni ispit | | | 0,8 | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena iz kolegija metodika treninga odbojke 2. određuje se temeljem uspjeha postignutog na kolokvijima tijekom predavanja i vježbi.  Ocjena iz teorijskog dijela određuje se temeljem uspjeha postignutog na usmenim teorijskim kolokvijima koji se održavaju u četvrtom i devetom tjednu nastave. Usmeni odgovori studenata ocjenjuju se ocjenom od 1 do 5. Konačna ocjena iz teorijskog dijela ispita predstavlja prosječnu ocjenu oba teorijska kolokvija.  Ocjena iz kinezioloških vježbi određuje se temeljem uspjeha postignutog na praktičnim kolokvijima koji se održavaju u četvrtom i osmom tjednu nastave. Na praktičnim kolokvijima studenti imaju zadatak odraditi po jedan trening s odbojkašima seniorske dobne skupine. Ocjenjuje se kvaliteta poučavanja napredne tehnike odbojke ocjenama od 1 do 5. Konačna ocjena iz praktičnih kolokvija predstavlja prosječnu ocjenu oba kolokvija (uz uvjet da su oba kolokvija pozitivno ocijenjena).  Redovitost i zalaganje na nastavi ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem evidencije dolazaka na nastavu i temeljem kontinuiranog praćenja angažmana studenata za vrijeme nastave.  Konačna ocjena iz kolegija metodika treninga odbojke 2. izračunava se na sljedeći način:(ocjena teorija) + (ocjena kineziološke vježbe) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 2,5  U slučaju da student ne položi praktični i teorijski ispit na kolokvijima (unutar predavanja) bit će omogućeno ponovno polaganje unutar ispitnih termina predmeta | | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | | |
| 1. Janković, V., & Marelić, N. (2003). *Odbojka za sve*. Zagreb: Autorska Naklada. | | | | | | |  | |  | | | |
| 2. Janković, V., Marelić, N., & Janković, G. (2003). Suvremeni model metodike treninga odbojke u školskom sportu. *12. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske*, *1*, 147-150 | | | | | | |  | |  | | | |
| 3. Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., & Krstulović, S. (2005): *Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga*. B. Maleš, Đ. Miletić, (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | |  | |  | | | |
| Dopunska literatura | | 1. Đurković, T., Rešetar, T., & Marelić, N. (2004).: Prijedlog testova za vrednovanje znanja odbojkaških elemenata zastupljenih u planu i programu osnovne škole od 5.do 8.razreda. *13. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske.* 302-307.  2. Janković, V., & Marelić, N. (1995). *Odbojka.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu  3. Janković, V., & Marelić, N. (1993). Trening energetske komponente vrhunskih odbojkaša. *Kineziologija, 8*(2-3), 64-67.  4. Wise, M. (1999). *Volleyball drills for champions*. Human Kinetics Publishers, Inc. | | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (usmeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika. | | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PROGRAMIRANJE I KONTROLA TRENINGA ODBOJKE** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | Iz reda predavanja ISVU kod | | | Godina studija | | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof.dr.sc. Zoran Grgantov | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | - | | 30 | - |
| Status predmeta | | Usmjerenje | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente za dugoročno, srednjoročno, kratkoročno, tekuće i operativno planiranje i programiranje te kontrolu treninga u odbojci | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Protumačiti osnovne pojmove (planiranje, programiranje, kontrola, sportska forma, trenažni operatori, periodizacija...) * Kreirati dugoročne, srednjoročne, godišnje, tekuće i operativne planove i programe treninga * Izabrati odgovarajuće metode i metodičko-organizacijske oblike rada u trenažnom procesu * Analizirati mogućnosti upravljanja sportskom formom u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju. * Provoditi kontrolu trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa, pokazatelje situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnost | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tema | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Cilj i sadržaj predmeta Planiranje treninga u odbojci (cilj, zadaće, kalendar natjecanja, periodizacija) | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 2. | Dugoročno i srednjoročno, planiranje i programiranje treninga u odbojci | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 3. | Godišnje i tekuće planiranje i programiranje treninga u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 4. | Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 5. | Metode, metodičko organizacijski oblici rada, trenažni operatori, rekviziti i pomagala u trenažnom procesu | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Trenažni operatori tehničke i taktičke pripreme u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 7. | Trenažni operatori kondicijske pripreme u odbojci | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 9. | Trenažni operatori psiho-sociološke pripreme u odbojci | 3 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov  Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 10. | Doziranje, raspodjela i optimiziranje ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga | 4 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 11. | Upravljanje sportskom formom u pripremnom razdoblju | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 12. | Upravljanje sportskom formom u natjecateljskom i prijelaznom razdoblju | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov | | 13. | Kontrola trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 14. | Kontrola trenažnog procesa u odnosu na pokazatelje situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnost | 5 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 15. | Kolokvij teorija | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | tema | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Planiranje treninga u odbojci (cilj, zadaće, kalendar natjecanja, periodizacija) | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 2. | Dugoročno i srednjoročno, planiranje i programiranje treninga u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 3. | Godišnje i tekuće planiranje i programiranje treninga u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 4. | Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 5. | Metode, metodičko organizacijski oblici rada, trenažni operatori, rekviziti i pomagala u trenažnom procesu | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 6. | Trenažni operatori tehničke i taktičke pripreme u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 7. | Trenažni operatori kondicijske pripreme u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 8. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 9. | Trenažni operatori psiho-sociološke pripreme u odbojci | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 10. | Doziranje, raspodjela i optimiziranje ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 11. | Upravljanje sportskom formom u pripremnom razdoblju | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 12. | Upravljanje sportskom formom u natjecateljskom i prijelaznom razdoblju | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 13. | Kontrola trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 14. | Kontrola trenažnog procesa u odnosu na pokazatelje situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnost | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | 15. | Kolokvij praktično | 2 | Prof. dr. sc. Zoran Grgantov Izv. prof. dr. sc. Mirjana Milić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  ☐ seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☐ mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | | 0,5 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena iz kolegija *Programiranje i kontrola treninga odbojke* određuje se temeljem uspjeha postignutog na kolokvijima tijekom predavanja i vježbi.  Studenti moraju napisati dva seminarska rada. U prvom seminaru moraju napraviti okvirni godišnji plan treninga i detaljno razrađen jedan mikrociklus treninga mlađih dobnih skupina u odbojci. U drugom seminaru moraju napraviti okvirni godišnji plan treninga i detaljno razrađen jedan mikrociklus treninga seniorske ekipe u odbojci. Svaki seminar se ocjenjuje ocjenom od 1 do 5, a potom se izračunava i prosječna ocjena iz seminara. Uvjet dobivanja konačne ocjene iz seminara je da oba seminarska rada budu pozitivno ocijenjena.  Ocjena iz teorijskog dijela određuje se temeljem uspjeha postignutog na usmenim teorijskim kolokvijima koji se održavaju u osmom i petnaestom tjednu nastave. Usmeni odgovori studenata ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5.  Ocjena iz praktičnih vježbi određuje se temeljem uspjeha postignutog na praktičnim kolokvijima koji se održavaju u osmom i petnaestom tjednu nastave. Na prvom kolokviju studenti imaju zadatak primjenom odgovarajućeg softwerskog programa analizirati situacijsku učinkovitost igrača na jednoj odbojkaškoj utakmici. Na drugom kolokviju studenti imaju zadatak organizirati provesti mjerenja antropološkog statusa odbojkaša. Praktični zadaci ocjenjuju se ocjenama od 1 do 5. Konačna ocjena iz praktičnih vježbi predstavlja prosječnu ocjenu oba kolokvija (uz uvjet da su oba praktična zadatka pozitivno ocijenjena).  Redovitost i zalaganje na nastavi ocjenjuje se ocjenom od 1 do 5 temeljem evidencije dolazaka na nastavu i temeljem kontinuiranog praćenja angažmana studenata za vrijeme nastave.  Konačna ocjena iz kolegija kineziološka i antropološka analiza odbojke izračunava se na sljedeći način:(ocjena teorija) + (ocjena seminari) + (ocjena praktične vježbe) + (redovitost i zalaganje na nastavi x 0,5) / 3,5.  U slučaju da student ne položi praktični i teorijski ispit na kolokvijima (unutar predavanja) bit će omogućeno ponovno polaganje unutar ispitnih termina predmeta. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| 1. Milanović, D., & Heimer, S. (ur) (1997). *Zbornik radova međunarodnog savjetovanja Dijagnostika treniranosti sportaša .* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački Velesajam. | | | | | | |  | |  | | |
| 2. Milanović, D., Jukić, I., & Vuleta, D. (2002.): Planiranje i programiranje u području sporta. U: *Zbornik radova 11. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske*. V. Findak, (ur) (str.15-25). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, Rovinj, | | | | | | |  | |  | | |
| 3. Marelić, N. (2004). Periodizacija treninga u odbojci. *Odbojkaški trener. 1*(1), 29-40. | | | | | | |  | |  | | |
| 4. Janković, V. (2002.): Programiranje rada u odbojci s učenicima početnicima. *Zbornik radova 11. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske*. Rovinj, (str.244-246). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. | | | | | | |  | |  | | |
| 5. Janković, V., Marelić, N., & Matković, Br. (2000). Značajne promjene psihofizičkog opterećenja odbojkaša u novom poen-sustavu. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 15*(1-2), 48-50. | | | | | | |  | |  | | |
| 6. Grgantov, Z., & Jurko, D. (2002).: Utjecaj novog sustava brojanja bodova na programiranje treninga u muškoj odbojci. U: *Zbornik radova 11. ljetnje škole kineziologa Republike Hrvatske*. V. Findak, (ur.), Rovinj (str. 63-65). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. | | | | | | |  | |  | | |
| 7. Tossavaima, M. (2003). *Testing athletic performance in team and power sports*. Newtest Oy. First edition FIN. | | | | | | |  | | loomen | | |
| Dopunska literatura | | 1. Đurković, T., Marelić, N., & Rešetar, T. (2008). Influence of the position of players in rotation on differences between winning and loosing teams in volleyball. *International journal of performance analysis in sport, 8*(2), 8-15.  2. MacDougal, J., Wenger, H., & Green, H. (1991.). *Physiological testing of the high performance athlete.* Champaign, IL: Human Kinetics  3. Marelić, N., Rešetar, T., Zadražnik, M., & Đurković, T. (2005). Modelling of situation parameters in top level volleyball. *4th international scientific conference on kinesiology*, 459-462.  4. Marelić, N., Rešetar, T., & Janković, V. (2004). Diskriminacijska analiza dobivenih i izgubljenih setova jedne momčadi u talijanskoj A1 odbojkaškoj ligi - analiza slučaja. *Kineziologija, 36*(1), 75-82. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, praktični kolokviji, teorijski kolokvij (usmeni ispit), studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA NOGOMETA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Ante Rađa  Doc. dr. sc. Boris Milavić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | 0 | | 45 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente da samostalno analiziraju, interpretiraju i primjenjuju kineziološke i antroppološke osobitosti nogometne igre | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Definirati principe kineziološke i antropološke analize u nogometu * Objasniti sastavnice antropološkog statusa nogometaša * Identificirati potencijalne talente za nogomet * Izabrati prikladne operatore za razvoj i usavršavanje funkcionalno-motoričkih sposobnosti i znanja * Analizirati utjecaj antropoloških obilježja na uspjeh u nogometu * Vrednovati utjecaj pojedinih sposobnosti i karakteristika odgovornih za uspjeh u nogometu * Usvojiti stavove o važnosti izvršavanja postavljenih zadataka kroz analizu nogometne igre | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza razvoja nogometa: osnovne karakteristike i klasifikacija struktura gibanja i struktura situacija. Analiza trendova postignutih rezultata u nogometu. | 3 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 2. | Analiza cikličkih i acikličkih kinezioloških aktivnosti nogometne igre. Analiza kinezioloških struktura igre u situacijskim i natjecateljskim uvjetima. | 3 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 3. | Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača i ekipe. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 4. | Analiza kinematičkih, kinetičkih, elektromiografskih, anatomskih i energetskih parametara kinezioloških struktura nogometne igre. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 5. | Kineziološki modeli igre u napadu i obrani. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 6. | Analiza taktičkih modela igre u natjecateljskim uvjetima. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 7. | Antropološka obilježja nogometaša i nogometašica(motorička, morfološka, funkcionalna, kognitivna, konativna, sociološka). | 5 | Doc. dr. sc. Boris Milavić | | 8. | Antropološki modeli vrhunskih nogometaša i nogometašica različitih dobnih kategorija. (Kolokvij) | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 9. | Analiza utjecaja antropoloških obilježja na uspjeh u nogometu. | 5 | Doc. dr. sc. Boris Milavić | | 10. | Jednadžba specifikacije u nogometu. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 11. | Metode i postupci u procesu odabira u nogometu (selekcija). | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 12. | Funkcionalna analiza nogometa (dominacija energetskih procesa). | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 13. | Analiza standardnih pokazatelja natjecateljske efikasnosti. Analiza trendova natjecateljskih rezultata. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 14. | Kineziološka analiza tehnike u nogometu. Registracija i ocjena efikasnosti tehničkih elemenata. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 15. | Pokazatelji tehničke efikasnosti. Utjecaj uspješnosti izvedbe tehničkih elemenata na konačni natjecateljski rezultat. (Kolokvij) | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Tehnika nogometaša bez lopte | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 2. | Tehnika nogometaša s loptom | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 3. | Taktika nogometne igre | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 4. | Osnovni sustavi i njihove varijante | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 5. | Metode i postupci u procesu selekcije nogometaša | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 6. | Procjena morfoloških karakteristika nogometaša | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 7. | Izračun somatotipa | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 8. | Procjena i mjerenje kvantitativnih motoričkih sposobnosti | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 9. | Procjena i mjerenje kvalitativnih motoričkih sposobnosti | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 10. | Testovi aerobnih sposobnosti u nogometu | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 11. | Testovi anaerobnih sposobnosti u nogometu | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 12. | Biomehanička analiza nogometne igre | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 13. | Analiza utjecaja antropoloških obilježja na uspješnost | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 14. | Definiranje antropoloških obilježja nogometaša | 3 | Dr. sc. Ante Rađa, pred. | | 15. | Završni ispit | 3 | Izv.prof. dr. sc. Marko Erceg | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.0 |  | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | |  |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1.5 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Kineziološka i antropološka analiza nogometa određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na  kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Dujmović, P. (2000). Škola nogometa. Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Pravila nogometne igre (2011). Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Ekblom, B. (1994). Footbal (Soccer). Blackwell Scientific Publications. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Reilly, T. & Williams, M. (2003). Science and Soccer (Second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.  Pavičić, I. (2001). Tehnika vratara, elementi tehnike nogometaša i metodika. Vlastita naklada.  Bangsbo, J. & Peitersen, B. (2004). Offensive soccer tactics. Human Kinetics.  Bangsbo, J. & Peitersen, B. (2000). Soccer systems & strategies. Human Kinetics. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA NOGOMETA 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Ante Rađa | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 15 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente da mogu samostalno definirati, izabrati i upotrijebiti odgovarajućih metodske postupake te organizirati trening uvažavajući dob, spol i stupanj razvoja svakog pojedinca kao i materijalne uvjete rada u nogometu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Objasniti teorijsku i psihološku pripremu za trening i natjecanje * Opisati metode za učenje, uvježbavanje i usavršavanje motoričkih znanja iz nogometa * Demonstrirati pravilnu izvedbu različitih nogometnih tehnika * Primjeniti odgovarajuće metode za usvajanje i usavršavanje elemenata tehnike i taktike nogometne igre * Usporediti utjecaj pojedinih metoda na razvoj sposobnosti i karakteristika nogometaša različite dobi * Razlikovati koje trenažne operatore upotrijebiti za razvoj pojedinih sastavnica antropološkog statusa * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Metodika pouke tehnike kretanja bez lopte | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 2. | Metodika pouke tehnike kretanja s loptom | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 3. | Metodika pouke tehnike kretanja vratara | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 4. | Osnovni pojmovi iz taktike nogometa | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 5. | Sredstva taktike | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 6. | Metodika taktičke pripreme | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 7. | Kolokvij | 2 | prof.dr.sc Marko Erceg | | 8. | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz nogometa. | 3 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 9. | Hijerarhijska struktura elemenata tehnike. | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 10. | Dobne kategorije i specifični zahtjevi u obuci elementarne tehnike. | 2 | prof.dr.sc Marko Erceg | | 11. | Specifičnosti primjene analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke i kombiniranih metoda poučavanja. | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 12. | Uočavanje i ispravljanje grešaka. | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 13. | Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih grešaka. | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 14. | Redoslijed učenja tehničkih elemenata. | 2 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 15. | Kolokvij | 1 | prof.dr.sc. Marko Erceg |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Različiti startovi, zaustavljanja, promjene pravca, odrazi | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 2. | Različiti oblici žongliranja | 1 | Dr. sc. Ante Rađa. | | 3. | Metodika obuke vođenja lopte | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 4. | Metodika obuke udaraca | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 5. | Primanja, prijenosi i oduzimanja lopte | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 6. | Driblinzi i fintiranja | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 7. | Individualne akcije | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 8. | Osnovne kombinacije 2:1, 2:2 | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 9. | Pomoćne igre 4:1, 3:1, 5:2 | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 10. | Igre za posjed lopte | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 11. | Igre na skraćenom prostoru | 1 | Dr. sc. Ante Rađa. | | 12. | Igra 3 boje, igra u koridoru | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 13. | Igra na pola igrališta | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 14. | Igra 11:11 | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | 15. | Završni ispit | 1 | Dr. sc. Ante Rađa | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 0.25 | Usmeni ispit | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.25 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga nogometa 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na  kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Dujmović, P. (2000). Škola nogometa. Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Pravila nogometne igre (2011). Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Ekblom, B. (1994). Footbal (Soccer). Blackwell Scientific Publications. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Reilly, T. & Williams, M. (2003). Science and Soccer (Second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.  Schmid, S. & Alejo, B. (2004). Nogomet-kompletan kondicijski program. Gopal, Zagreb  Bangsbo, J. (2007). Aerobic and anaerobic training in soccer. Stormtryjk, Bagsvaerd.  Bangsbo, J. (1994). Fitness training in football. HO+Storm, Bagsvaerd.  Verheijen, R. (1998). Conditioning for soccer. Reedswain videos and books, Spring City.  Garland, J. (2003). Youth soccer drills. Human Kinetics. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |
| NAZIV PREDMETA | | METODIKA TRENINGA NOGOMETA 2 | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Ante Rađa | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 30 | 0 | | 30 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente da mogu samostalno definirati, izabrati i upotrijebiti odgovarajućih metodske postupake prilikom učenja, vježbanja i usavršavanja tehničkih i taktičkih znanja, te osposobiti studente da mogu samostalno organizirati i interpretirati trenažni proces | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Prezentirati prikladne metodske postupke pri učenju i vježbanju * Uspoređivati različite opće i specifične metode učenja i podučavanja * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika * Kreirati nogometni trening sportaša različite dobi * Razlikovati koje trenažne operatore upotrijebiti za razvoj pojedinih sastavnica antropološkog statusa * Usvojiti stavove o važnosti izvršavanja postavljenih zadataka kroz metodiku treninga nogometa  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne tehnike nogometa | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 2. | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje napredne taktike nogometa | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 3. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti nogometaša seniorske dobne skupine | 2 | prof. dr. sc. Frane Žuvela | | 4. | Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i unapređenje funkcionalnih sposobnosti nogometaša seniorske dobne skupine | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 5. | Metode, postupci i trenažni operatori za transformaciju morfoloških značajki nogometaša seniorske dobne skupine | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 6. | Metode i postupci psiho-sociološke pripreme nogometaša seniorske dobne skupine | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 7. | Kolokvij | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 8. | Metodičke forme i organizacijski oblici rada u treningu nogometaša seniorske dobne skupine | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 9. | Metode za modeliranje i optimiziranje informacijske komponente opterećenja u trenažnom procesu | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 10. | Metode za modeliranje i optimiziranje enetrgetske komponente opterećenja u trenažnom procesu | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 11. | Metodika integralne sportske pripreme u nogometu | 2 | prof. dr. sc Marko Erceg | | 12. | Suvremena informacijska tehnologija i primjena tehničkih uređaja u nogometnom treningu | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 13. | Metodika situacijsko-natjecateljskog treninga u nogometu | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | 14. | Metode i postupci za identifikaciju i otklanjanje taktičkih grešaka u napadu i obrani | 2 | prof. dr. sc Marko Erceg | | 15. | Kolokvij | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza taktike u situacijsko-natjecateljskim uvjetima | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 2. | Analiza pojedinih faza igre i igračkih pozicija | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 3. | Metodika pouke složenijih tehničkih elemenata | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 4. | Metodika pouke složenijih tehničkih elemenata | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 5. | Trening individualne tehnike, trening tehnike u parovima, trening tehnike u trojkama | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 6. | Osnovna kretanja igrača u različitim sustavima kada je ekipa u posjedu lopte | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 7. | Osnovna kretanja igrača u različitim sustavima kada je protivnik u posjedu lopte | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 8. | Pomoćna taktička igra 4:3, Pomoćna taktička igra 5:2, Igra za posjed lopte 7:7, 8:8, 9:9 na 1/2 igrališta | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 9. | Igra u omeđenom koridoru, Igra 3 boje u prostoru, Igra na 4 vrata, Igra 11:11 | 2 | Dr. sc. Ante Rađa, | | 10. | Osnovne karakteristike i metodika obrade različitih sustava nogometne igre | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 11. | Osnovne karakteristike i metodika obrade različitih sustava nogometne igre | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 12. | Osnovne karakteristike i metodika obrade različitih sustava nogometne igre | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 13. | Osnovne karakteristike i metodika obrade različitih sustava nogometne igre | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 14. | Osnovne karakteristike i metodika obrade različitih sustava nogometne igre | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 15. | Završni ispit | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 0.25 | Usmeni ispit | | | 0.25 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.25 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga nogometa 2 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na  kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Dujmović, P. (2000). Škola nogometa. Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Pravila nogometne igre (2011). Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Ekblom, B. (1994). Footbal (Soccer). Blackwell Scientific Publications. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Reilly, T. & Williams, M. (2003). Science and Soccer (Second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.  Schmid, S. & Alejo, B. (2004). Nogomet-kompletan kondicijski program. Gopal, Zagreb  Bangsbo, J. (2007). Aerobic and anaerobic training in soccer. Stormtryjk, Bagsvaerd.  Bangsbo, J. (1994). Fitness training in football. HO+Storm, Bagsvaerd.  Verheijen, R. (1998). Conditioning for soccer. Reedswain videos and books, Spring City.  Garland, J. (2003). Youth soccer drills. Human Kinetics. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PROGRAMIRANJE I KONTROLA TRENINGA NOGOMETA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | |  | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 5 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Ante Rađa | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V | T |
| 60 | 0 | | 30 | 0 |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Osposobiti studente da samostalno upravljaju cjelokupnim procesom sportske pripreme u nogometu, te definirati dijagnostičke procedure i stanje treniranosti u nogometu | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | |  | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Definirati i identificirati stanje treniranosti nogometaša * Primjeniti rezultate testiranja u planiranju i programiranju nogometnog treninga * Izabrati adekvatne metode i organizacijske oblike rada u trenažnom ciklusu * Primjeniti različite rekvizite i pomagala u ciklusu nogometne pripreme * Izraditi plan i program treninga u malim i velikim ciklusima * Modificirati trenažni proces u odnosu na promjene uslijed transformacijskog postupka * Obrazložiti primjenu i utjecaj određenog tretmana na promjene stanja antroplološkog statusa nogometaša * Usvojiti stavove o važnosti izvršavanja postavljenih zadataka kroz programiranje i kontrolu treninga nogometa | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat predavanja | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Planiranje treninga u nogometu (cilj, zadaće, kalendar natjecanja, periodizacija sportske pripreme). Antropološki, metodološki i metodički aspekti planiranja u nogometu. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 2. | Upravljanje procesom sportske pripreme. Determinante uspješnog planiranja. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 3. | Dugoročno, srednjoročno, godišnje i tekuće planiranje i programiranje treninga u nogometu. Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 4. | Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u trenažnom procesu. | 4 | prof.dr.sc Marko Erceg | | 5. | Trenažni operatori tehničke, taktičke, kondicijske i psiho-sociološke pripreme za pojedine dobne kategorije u muškom i ženskom nogometu. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 6. | Raspored, doziranje i optimizacija ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 7. | Modeliranje sportske forme u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 8. | Dijagnostika i kontrola stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata. (Kolokvij) | 4 | prof.dr.sc Marko Erceg | | 9. | Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa, parametre situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnosti. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 10. | Primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Planiranje treninga mlađih dobnih kategorija u nogometnim školama. Planiranje treninga seniora. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 11. | Izrada plana i programa treninga u velikim ciklusima (sportska karijera). Izrada plana i programa treninga u srednjim ciklusima (godišnji ciklus treninga: jednociklusna ili višeciklusna periodizacija). | 4 | prof.dr.sc Marko Erceg | | 12. | Tempiranje sportske forme za najvažnija natjecanja. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 13. | Izrada plana i programa treninga u malim ciklusima (mikrociklus, pojedinačni trening). | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 14. | Vrednovanje efekata programiranog treninga. Primjena osobnih računala u programiranju treninga. | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg | | 15. | Kolokvij | 4 | prof.dr.sc. Marko Erceg |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi | Broj sati | Nastavu izvodi | | 1. | Analiza i izrada programa godišnjeg ciklusa | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 2. | Analiza i izrada programa tjednog mikrociklusa | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 3. | Analiza i izrada programa treninga pojedinačne trenažne jedinice | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 4. | Trenažni operatori tehničke i taktičke pripreme u nogometu | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 5. | Trenažni operatori kondicijske pripreme u nogometu | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 6. | Trenažni operatori psiho-sociološke pripreme u nogometu | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 7. | Protokoli i postupci za kontrolu stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 8. | Protokoli i postupci za analizu efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na parametre uspješnosti | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 9. | Doziranje, raspodjela i optimiziranje ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 10. | Upravljanje sportskom formom u pripremnom razdoblju | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 11. | Upravljanje sportskom formom u natjecateljskom i prijelaznom razdoblju | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 12. | Analiza i utvrđivanje intenzitetate ekstenziteta opterećenja i operatora treninga za seniorke i seniore | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 13. | Analiza i utvrđivanje intenzitetate ekstenziteta opterećenja i operatora treninga za mlađe dobne skupine | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 14. | Odabir dijagnostičkih testova i procedura | 2 | Dr. sc. Ante Rađa | | 15. | Završni ispit | 2 | prof. dr. sc. Marko Erceg | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | ☒predavanja  ☒seminari i radionice  ☒ vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | ☒ samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  ☒mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.5 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  |  | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 |  | | | |  | |
| Kolokviji | 0.5 | Usmeni ispit | | | 0.5 |  | | | |  | |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | | |  |  | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Programiranje i kontrola treninga nogometa određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:   * **kolokvija**   (dva iz nastavnih tema s predavanja) nose ukupno 40% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)   * **praktičnog kolokvija/ispita**   nosi ukupno 40% od konačne ocjene   * **usmenog ispita**   nosi 20% od konačne ocjene  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin).  **Praktični kolokvij/ ispit**  Održati će se u zadnjem tjednu nastave. U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni ispit**  Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da je prethodno položen praktični dio ispita. Uspješnim polaganjem teoretskih kolokvija studenti su oslobođeni usmenog dijela ispita.  Uspjeh će se vrjednovati temeljem sudjelovanja na predavanjima, izvršavanja seminarskih obveza, rezultata na  kolokviju te završnog ispita. | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Dujmović, P. (2000). Škola nogometa. Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Pravila nogometne igre (2011). Hrvatski nogometni savez, Zagreb. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Ekblom, B. (1994). Footbal (Soccer). Blackwell Scientific Publications. | | | | | | | 1 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Reilly, T. & Williams, M. (2003). Science and Soccer (Second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.  Schmid, S. & Alejo, B. (2004). Nogomet-kompletan kondicijski program. Gopal, Zagreb  Bangsbo, J. (2007). Aerobic and anaerobic training in soccer. Stormtryjk, Bagsvaerd.  Bangsbo, J. (1994). Fitness training in football. HO+Storm, Bagsvaerd.  Verheijen, R. (1998). Conditioning for soccer. Reedswain videos and books, Spring City. | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Pohađanje nastave  Aktivnost na nastavi  Praktični kolokviji  Teorijski kolokvij (pismeni ispit)  Seminarski rad  Unutrašnja studentska anketa i nastavno vanjsko praćenje | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA KOŠARKE** | | | | | | | | |
| **Kod** | 134216 | Godina studija | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i**  **predmeta** | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | Bodovna vrijednost  (ECTS) | | | 6 | | | | |
| Suradnici |  | Način izvođenja nastave (broj sati u  semestru) | | | P | S | V | T | |
| 60 | - | 45 | - | |
| Status predmeta | Usmjerenje | Postotak primjene e- učenja | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj predmeta je osposobiti studenta da samostalno analizira, interpretira i primjenjuje  kineziološke i antropološke osobitosti košarkaške igre | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za  predmet | Nema | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * Prikazati i klasificirati zadatke unutar uloge pojedinih tipova igrača u svim fazama tijeka igre * Interpretirati i objasniti posebnosti antropološkog profila pojedinih tipova igrača * Samostalno provoditi tehničko-taktičke, kondicijske i psihološke programe kao i teoretsku pripremu, koji su usmjereni na razvoj i održavanje relevantnih antropoloških obilježja i ukupne stvarne kvalitete igrača * Prikazati razlike između strukturne i funkcionalne analize košarkaške igre * Pokazati sposobnost individualnog i timskog rada * Razumjeti važnost verbalne i neverbalne komunikacije * Samostalno provoditi poučavanje i vježbanje igrača različitih dobnih skupina | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave |  | | | | | | | | |
| Nastavni sat predavanja | | Broj  sati | Nastavu izvodi | | | | |  |
| Strukturna i funkcionalna analiza  košarkaške igre | | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza razlika između tipičnih i atipičnih igrača u košarkaškoj igri | | sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Motoričko učenje i vježbanje u košarkaškoj  Igri | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza verbalne i neverbalne komunikacije  u napadu | | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza verbalne i neverbalne komunikacije  u obrani | | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza pokazatelja situacijske učinkovitosti  igrača i momčadi | | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza sustava kriterija po važnosti za  pojedinu poziciju u igri | | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Karakteristike treniranja igrača u subseniorskim i seniorskim selekcijama,  KOLOKVIJ | | 8 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Antropološki profil različitih tipova igrača | | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Modelne karakteristike vrhunskih košarkaša | | | | | 4 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |  |
| Procjenjivanje psihosocijalnih obilježja,  ekipne kohezivnosti i mikrosocijalnog statusa košarkaša | | | | | 4 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Načela poučavanja tehničko-taktičkih  Znanja | | | | | 4 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Utjecaj tehničko-taktičkih i kondicijskih programa na razvoj i održavanje  antropoloških obilježja i ukupne stvarne  kvalitete igrača | | | | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Stupnjevito poučavanje/učenje i vježbanje  košarkaške igre | | | | | 6 sati | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Karakteristike košarke (pravila, prostorni parametri, objekti i oprema). Unutarnja i vanjska opterećenja na treningu i utakmici,  KOLOKVIJ | | | | | 2 sata | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
|  | | | | | | | | | | |
| Nastavni sat vježbi | | | Broj sati | | | Nastavu izvodi | | | |  |
| Usvajanje i usavršavanje tehničko –  taktičkog znanja te razvoj vještina i pravilnih navika u svim fazama igre | | | 4 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Usavršavanje pojedinačne i timske  obrane pojedinih tipova igrača | | | 4 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Usavršavanje pojedinačnog i timskog  napada pojedinih tipova igrača | | | 4 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Usavršavanje tehnike za izbor prednje pozicije za skok u obrani i napadu | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Usavršavanje stabilnosti šuterske  preciznosti i koncentracije u realizaciji | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Učenje novih vještina i kriterija za  taktičko odlučivanje u igri | | | 8 sati | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Učenje sustava igre u obrani i napadu | | | 7 sati | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Učenje sustava komunikacije u svim  fazama igre | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Poučavanje i vježbanje timske obrane  čovjek na čovjeka | | | 4 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Poučavanje i vježbanje tranzicije  obrane | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Poučavanje i vježbanje tranzicije napada | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Poučavanje i vježbanje postavljenog  napada | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| PRAKTIČNI KOLOKVIJ | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | |  |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice x vježbe   * *on line* u cijelosti * mješovito e-učenje * terenska nastava | | | x samostalni zadaci   * multimedija * laboratorij   x mentorski rad   * (ostalo upisati) | | | | | | | |
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku* | Pohađanje nastave | 1.5 | Istraživanje | |  | | | | Praktični rad | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | |  | | | | (Ostalo upisati) |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Esej |  | Seminarski rad | 1.0 | (Ostalo upisati) | |  |
| Kolokviji | 0.5 | Usmeni ispit | 1.5 | (Ostalo upisati) | |  |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt |  | (Ostalo upisati) | |  |
|  | Završna ocjena na predmetu Kineziološka i antropološka analiza košarke određuje se temeljem ostvarenih bodova iz: | | | | | | |
|  | **kolokvija**  tri kolokvija (dva iz nastavnih tema s predavanja te 1 praktični kolokvij) koji nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)  **usmenog ispita** | | | | | | |
|  | nosi 40% od konačne ocjene | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | **Preduvjeti za ispit**: pedagoška praksa **-** seminar iz područja relevantnih antropoloških sklopova koji određuju individualnu i timsku izvedbu te sportsko postignuće u košarci  **Kolokviji**  Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  Kolokviji s nastavnim temama iz vježbi održati će se unutar satnice vježbi prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin veljača – 1 termin lipanj, 1 termin srpanj te rujan – 1 termin) | | | | | | |
|  | **Usmeni dio ispita** – ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi - 3 kolokvija. Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (jedno pitanje iz kineziološke i antropološke analize košarke, jedno pitanje iz dijagnostike cjelokupnog potencijala i stanja pripremljenosti košarkaša te jedno pitanje iz organizacije testiranja antropoloških karakteristika ili procjenjivanja stvarne kvalitete  igrača). | | | | | | |
|  | Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:  Ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%  Ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%  Ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% | | | | | | |
|  | Ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | **Dostupnost putem ostalih**  **medija** | |
| Jeličić, M., Sekulić, D., Marinović, M. (2002). Anthropometric characteristic of high level European junior basketball players. Collegium Antropologicum, 26, (2-supplement 1), 69-76. | | | |  | DA | |
|  | Jeličić, M. (2006). Veličina i obilježja morfološke | | | |  | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | uvjetovanosti situacijske učinkovitosti vrhunskih juniorskih košarkaša. (Disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet.  Jeličić M., Trninić M. & Jelaska I. (2010). Differences between three types of basketball players on the basis of situation-related efficiency. Acta Kinesiologica 4, 1:82- 89.  Jeličić M., Trninić M. & Jelaska I. (2010). Latent structure of situational efficiency of elite junior basketball players. Sport Science, 3, 1:65-70.  Jeličić, M. (2016). Kineziološka i antropološka analiza košarke. Fakultetski digitalni priručnik za studente.  Jeličić, M., Čavala, M., Živković, M. (2016). Relations between somatotype and parametres of situational efficiency in top junior male basketball players. Book of Proceedings of 19th International Scientific Conference “FIS Communications 2016” in physical education, sport and recreation (pg.105-110). University of Niš, Faculty of sport and Physical Education.  [Sisic N,](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Sisic%20N%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=25942016) [Jelicic M,](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Jelicic%20M%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=25942016) [Pehar M,](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Pehar%20M%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=25942016) [Spasic M,](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Spasic%20M%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=25942016) [Sekulic D.](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Sekulic%20D%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=25942016) (2016) Agility performance in high-level junior basketball players; the predictive value of anthropometrics and power qualities. *The* [*Journal of Sports Medicine and*](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25942016)[*Physical Fitness.*](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25942016) 56 (7-8): 884-93.  Jeličić, M. (2017). Morfološko antropometrijska struktura kao (dugoročni) prediktor igračkog postignuća u timskim sportovima – primjer košarke (pozvano predavanje). Zbornik naučnih i stručnih radova 10-og meĐunarodnog simpozijuma “Sport i zdravlje”, Tuzla: Fakultet za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli.  Jeličić, M., Ivančev, V., Čular, D., Čović, N., Stojanović, E., Scanlan, A. T., Milanović, Z. (2020). The 30-15 Intermittent Fitness Test: A Reliable, Valid, and Useful Tool to Assess Aerobic Capacity in Female Basketball Players. Research Quarterly for Exercise and Sport, Mar 91(1):83-91(doi:10.1080/02701367.2019.1648743. Epub  2019 Oct 14)  Scanlan, A. T., Stojanović, E., Milanović, Z., Teramoto M., Jeličić, M., Dalbo, J. V. (2021). Aerobic Capacity According to Playing Role and Position in Elite Female Basketball Players Using Laboratory and Field Tests. International journal of sports physiology and performance. 5;16 (3): 435-438. doi: 10.1123/ijspp.2019-  1001. |  | DA  DA  DA  DA  DA  DA  DA  DA  DA |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Trninić, S. (1996). Analiza i učenje košarkaške igre. Pula: Vikta (Manualia universitatis studiorum Zagrabiensis).  Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i voĐenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko (Manualia universitatis studiorum Spalatensis).  Trninić, M., Perica, A., & Jeličić, M. (2015). Differences in basic non-standard situational efficiency indicators between winning and defeated european senior basketball teams. *Collegium Antropologicum*. *39* (1):  125–130. | 1  1 | DA |
| Dopunska literatura | Altavilla, G., Raiola, G., D’Elia, F., Jeličić (2022). M. Energetic cost of running with and without the ball in male basketball players. Physical Activity Review, vol. 10(2), doi: 10.16926/par.2022.10.24  Jeličić, M., Delaš S., Trninić, V. (2005). Razlike u strukturi situacijske učinkovitosti osnovna tri tipa igrača u košarkaškom napadu. U D. Sekulić, B. Maleš, Đ. Miletić (ur.), Zbornik radova MeĐunarodno znanstveno-stručnog savjetovanja „Sport- rekreacija-fitnes“, Split, 2005. (str. 71-75). Split: Zavod za Kineziologiju Fakulteta prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja.  Jeličić, M., Delaš S., Trninić, V. (2005). Razlike u strukturi situacijske učinkovitosti osnovna tri tipa igrača u košarkaškoj obrani. U D. Sekulić, B. Maleš, Đ. Miletić (ur.), Zbornik radova MeĐunarodno znanstveno-stručnog savjetovanja „Sport-rekreacija- fitnes“, Split, 2005. (str. 77-80). Split: Zavod za Kineziologiju Fakulteta prirodoslovno- matematičkih znanosti i odgojnih područja.  Jeličić M (2016). Prediktori reaktivne i nereaktivne agilnosti; analiza na uzorku fizički aktivnih muškaraca i žena. Zbornik naučnih i stručnih radova 9-og meĐunarodnog kongresa “Sport i zdravlje”, Tuzla 2016. (str.258-262). Tuzla: Fakultet za tjelesni odgoj i sport, Univerziteta u Tuzli.  Jelicic, M., Veršić, Š., Mandir, M. (2021). Age related differences in elite youth basketball players in some morphological characteristics and motoric abilities. Homo sporticus volume 23 Issue 2: 19-22  Jeličić, M., Veršić, Š., Mandir, M. (2022). Pozicijske razlike elitnih mladih košarkaša. Dvanaesta meĐunarodna konferencija "Sportske nauke i zdravlje", ZBORNIK RADOVA / Bajrić, Osmo ; Srdić, Velibor (ur.). Banja Luka: Biblioteka sportskih nauka, 2022. str. 88-94  Jeličić, M., Bujan, T., Penjak, A. (2022). Assessment of structural game changes among elite basketball teams: insights through 3 age categories. Acta Kinesiologica.  Trninić, S. (2000). Otkrivanje, vrednovanje i poticanje vrhunskih košarkaša. Zagreb: Hrvatski košarkaški savez.  Wooden, J. R., Sharman, B. (1974). The Coach’s Manual. Part of the Project Basketball Kit. Santa Monica, CA.: Project Basketball Inc. | | |
| Načini praćenja  kvalitete koji osiguravaju | Prisustvovanje nastavi,  Kolokviji (teorijski i praktični), Usmeni ispit, | | |

|  |  |
| --- | --- |
| stjecanje utvrĐenih ishoda učenja | Pisana zadaća  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata |
| Ostalo (prema mišljenju  predlagatelja) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA KOŠARKE 1** | | | | | | | | |
| **Kod** | 134267 | Godina studija | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i**  **predmeta** | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | Bodovna vrijednost  (ECTS) | | | 3 | | | | |
| Suradnici |  | Način izvođenja nastave (broj sati u  semestru) | | | P | S | V | T | |
| 30 | - | 15 | - | |
| Status predmeta | Usmjerenje | Postotak primjene e- učenja | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj predmeta Metodika treninga košarke 1 je procjenjivanje razine tehničko – taktičkih  znanja i vještina kao i oblikovanje programa treninga na temelju navedenih izvora informacija | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za  predmet | Nema | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * procijeniti razinu tehničko-taktičkih znanja i vještina te biološku i trenažnu dob, na temelju kojih se oblikuju tehničko – taktički i kondicijski programi * prikazati sustav poučavanja/učenja „malih“ detalja u procesu razvoja vještina * demonstrirati izvedbu za pojedinog igrača na temelju morfoloških, motoričkih i kognitivnih sposobnosti * prezentirati povezanost tehničko-taktičkih aspekata vještine (kako, zašto, gdje i kada primijeniti vještinu u različitim situacijama košarkaške igre) * objasniti razvoj taktičkih vještina i povećanja stupnja razumijevanja igre pod utjecajem situacijskog treninga * objasniti i demonstrirati situacije u sklopu osnova igre (1 na 1, 2 na 2 i 3 na 3) * analizirati i rješavati *handicap* situacije u skladu sa kriterijem taktičkog odlučivanja (1 na 2, 2 na 3, 3 na 4) te *handicap* situacije (2 na 1, 3 na 2, 4 na 3, 5 na 4) u tranzicijskoj i pozicijskoj igri. * analizirati i rješavati *match up* situacije u skladu sa kriterijem taktičkog odlučivanja (1 na 1, 2 na 2, 3 na 3, 4 na 4 i 5 na 5) u tranzicijskoj i pozicijskoj igri | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave |  | | | | | | | | |
| Nastavni sat predavanja | | Broj  sati | tavu izvodi | | | | |  |
| Prikaz vještina, dijagnosticiranje i selektivno ispravljanje pogreški | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Metode učenja tehničko-taktičkih  znanja | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Proces poučavanja: prenošenje znanja | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Metode vježbanja: postupci za razvoj i održavanje različitih antropoloških  obilježja, KOLOKVIJ | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Organizacijski oblici rada | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Metodički aspekti individualnog  treninga | | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Klasifikacija sadržaja trenažnog rada | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | za pojedine tipove igrača | | |  | | |  | | |  |
| Organizacija i provedba timskog  treninga | | | 3 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| KOLOKVIJ | | | 1 sat | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
|  | | | | | | | | | |
| Nastavni sat vježbi | | | Broj  sati | | | Nastavu izvodi | | |  |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi u pretpubertetnoj dobi | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i načini zvođenja vježbi u pubertetnoj dobi | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi u postpubertetnoj dobi | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi u odrasloj dobi | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi na kraju sportske karijere | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi usmjerenih na usvajanje i usavršavanje kontrole pozicije obrane | | | 2 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi usmjerenih na razvoj pojedinih tipova igrača, KOLOKVIJ | | | 3 sata | | | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice x vježbe   * *on line* u cijelosti * mješovito e-učenje * terenska nastava | | | | x samostalni zadaci   * multimedija * laboratorij   x mentorski rad   * (ostalo upisati) | | | | | |
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Pohađanje nastave | 0.5 | Istraživanje | | |  | | Praktični rad | 0.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | | (Ostalo upisati) |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | | (Ostalo upisati) |  | |
| Kolokviji | 0.5 | Usmeni ispit | | | 0.5 | | (Ostalo upisati) |  | |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt | | |  | | (Ostalo upisati) |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga košarke 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  **kolokvija**  tri kolokvija (dva iz nastavnih tema s predavanja te 1 praktični kolokvij) koji nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)  **usmenog ispita**  nosi 40% od konačne ocjene  **Preduvjeti za ispit**: pedagoška praksa (Metodičke jedinice za različite dobne skupine u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju, organizacija natjecanja)  **Kolokviji-**kolokviji s nastavnim temama iz predavanja i vježbi održati će se unutar | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin veljača, 1 termin lipanj, 1 termin srpanj i 1 termin rujan)  **Usmeni dio ispita -** ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi - 3 kolokvija. Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (jedno pitanje iz područja primjene metodskih postupaka u procesu situacijskog treninga, jedno pitanje iz doziranja i distribucije trenažnog opterećenja te jedno pitanje iz područja organizacije i provedbe sportskog treninga**)**  Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:  Ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%  Ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%  Ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%  Ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | |
|  | **Naslov** | **Broj primjeraka**  **u knjižnici** | **Dostupnost putem ostalih**  **medija** |
|  | Jeličić, M. (2016). Teorija i metodika košarke. Fakultetski digitalni priručnik za studente. |  | DA |
|  | Jeličić, M. (2016). Kineziološka i antropološka analiza košarke. Fakultetski digitalni priručnik za studente. |  | DA |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | Jeličić, M. (2006). Veličina i obilježja morfološke uvjetovanosti situacijske učinkovitosti vrhunskih juniorskih košarkaša. (Disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet. |  | DA |
|  | Jelicic, M. (2021). Transition offense in top-level european basketball. Sport SPA Vol. 18 Issue 2: 41-52. DOI 10.51558/18404561.2021.18.2.41 |  | DA |
|  | Trninić, S. (1996). Analiza i učenje košarkaške igre. Pula: Vikta (Manualia universitatis studiorum Zagrabiensis). | 1 |  |
| Dopunska literatura | Trninić, S. (1987). Osnovni napadački manevri protiv zonske obrane. U Zbornik radova Trenerski dani Srbije (str. 1-40). Prijepolje.  Trninić, S. (1988). Košarkaški temelji s loptom za igrače i trenere. Zagreb: Stručni bilten Košarkaškog saveza Zagreba, (2), 1-89.  Trninić, S., Metikoš, D., Marković, G. (2002). Individualni dopunski trening mladih košarkaša. U: D. Milanović, S.  Wooten, M. (1992). Coaching basketball successfully. Champaign, IL: Leisure Press. | | |
| Načini praćenja | Prisustvovanje nastavi, | | |
| kvalitete koji | Kolokviji (teorijski i praktični), | | |
| osiguravaju | Usmeni ispit, | | |
| stjecanje utvrđenih | Pisana zadaća | | |
| ishoda učenja | Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata | | |
| Ostalo (prema  mišljenju predlagatelja) |  | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA KOŠARKE 2** | | | | | | | | |
| **Kod** | 134320 | Godina studija | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | Bodovna vrijednost  (ECTS) | | | 6 | | | | |
| Suradnici |  | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | P | S | V | T | |
| 30 | - | 30 | - | |
| Status predmeta | Usmjerenje | Postotak primjene e- učenja | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj predmeta Metodika treninga košarke 2 je osposobiti studenta da samostalno  povezuje metode poučavanja, učenja i vježbanja tehničko-taktičkih znanja i vještina u sklopu različitih organizacijskih formi treninga | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za  predmet | Položen predmet Metodika treninga košarke 1 | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * prikazati metodiku treninga za pojedinu poziciju u košarkaškoj igri * demonstrirati specifičnost metodskih postupaka za različite dobne skupine * definirati metodske postupke u procesu sportske pripreme * objasniti metodske postupke unutar periodizacije tehničko-taktičke pripreme * prikazati i klasificirati sadržaje trenažnog rada za pojedine tipove igrača * objasniti i demonstrirati individualne, grupne i timske treninge * analizirati, procijeniti i primijeniti metodiku uvježbavanja jedne i više faza igre u situacijskom treningu * objasniti i demonstrirati razlike u izvedbi vještine u tranzicijskoj i pozicijskoj igri | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave |  | | | | | | | | |
| Nastavni sat predavanja | | Broj  sati | Nastavu izvodi | | | | |  |
| Metodika tehničko-taktičke i kondicijske pripreme u višegodišnjem i godišnjem  ciklusu | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Metodika usvajanja i usavršavanja temeljnih i naprednih elemenata košarkaške tehnike i taktike u napadu i  obrani | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Metodika poučavanja i treniranja osnovnih i specifičnih načela u pozicijskom napadu, tranziciji obrane, pozicijskoj obrani i tranziciji napada  KOLOKVIJ | | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza procesa sportske pripreme u  pretpubertetnoj dobi | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza procesa sportske pripreme u  pubertetnoj dobi | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Analiza procesa sportske pripreme u postpubertetnoj dobi | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Analiza procesa sportske pripreme u  zreloj dobi | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |  |
| Metodika poučavanja i treniranja posebnih situacija (podbacivanje lopte, ubacivanje lopte sa crte slobodnog bacanja, bočni ili čeoni out, akcije pod  pritiskom vremena), KOLOKVIJ | | | | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
|  | | | | | | | | |
| Nastavni sat vježbi | | | | Broj  sati | Nastavu izvodi | | |  |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje i usavršavanje pojedinačne i timske igre  u napadu | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje i usavršavanje tehnike u borbi za prostor i unutarnju ili prednju poziciju za skok u  obrani i napadu | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usavršavanje  stabilnosti šuterske preciznosti te  koncentracije u realizaciji | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje kriterija  za taktičko odlučivanje u igri | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje sustava  igre u obrani i napadu | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje i usavršavanje sustava tranzicije obrane  i tranzicije napada | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja vježbi usmjerenih na usvajanje i  usavršavanje obrambenih i napadačkih akcija u prekidima igre | | | | 3 sata | Prof. dr. Sc. Mario Jeličić | | |
| Selekcija, redoslijed i način izvođenja  vježbi u pripremi protutaktike za određenog protivnika, | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Sustav metodike za modeliranje igre i oblikovanje tehničko – taktičke  aktivnosti za pojedine tipove igrača,  KOLOKVIJ | | | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | |
| Vrste izvođenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice x vježbe   * *on line* u cijelosti * mješovito e-učenje * terenska nastava | | | x samostalni zadaci   * multimedija * laboratorij   x mentorski rad   * (ostalo upisati) | | | | | |
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da*  *ukupni broj ECTS* | Pohađanje  nastave | 1.0 | Istraživanje | |  | | Praktični rad | 1.0 | |
| Eksperimentalni  rad |  | Referat | |  | | (Ostalo  upisati) |  | |
| Esej |  | Seminarski  rad | | 0.5 | | (Ostalo  upisati) |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | 1.5 | (Ostalo  upisati) | | |  |
| Pismeni ispit | 0.5 | Projekt |  | (Ostalo  upisati) | | |  |
|  | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga košarke 2 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz: | | | | | | | |
|  | **kolokvija**  tri kolokvija (dva iz nastavnih tema s predavanja te 1 praktični kolokvij) koji nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)  **usmenog ispita** | | | | | | | |
|  | nosi 40% od konačne ocjene | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | **Preduvjeti za ispit**: pedagoška praksa (Metodičke jedinice za različite dobne skupine u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju, organizacija natjecanja)  **Kolokviji -** kolokviji s nastavnim temama iz predavanja i vježbi održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin lipanj, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin) | | | | | | | |
|  | **Usmeni dio ispita -** ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi – 3 kolokvija). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (jedno pitanje iz područja primjene metodskih postupaka u procesu situacijskog treninga, jedno pitanje iz doziranja i distribucije trenažnog opterećenja te jedno pitanje iz područja organizacije i provedbe sportskog treninga) | | | | | | | |
|  | Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:  Ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%  Ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%  Ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% | | | | | | | |
|  | Ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | |
|  | **Naslov** | | | | | **Broj**  **primjeraka u knjižnici** | **Dostupnost**  **putem ostalih medija** | |
|  | Atkins, K. (2004.). Basketball offenses and plays.  Human Kinetics. | | | | | 1 |  | |
| Obvezna literatura  (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | Trninić, S. (1996). Analiza i učenje košarkaške igre. Pula: Vikta (Manualia universitatis studiorum Zagrabiensis). | | | | | 1 |
|  | Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i vođenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko (Manualia universitatis studiorum Spalatensis). | | | | | 1 |
| Dopunska literatura | Dežman, B. (2000). Košarka za mlade igralce in igralke. Ljubljana: Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani.  Jackson, P. i H. Delehanty (1995). Sacred hoops. New York: Hyperion.  Jeličić, M., Bujan, T., Penjak, A. (2022). Assessment of structural game changes | | | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | among elite basketball teams: insights through 3 age categories. Acta Kinesiologica.  Knight, R., Newell, P. (1986). Basketball. Volumes 1 and 2. Seymour, IN: Graessie- Mercer Company.  Knight, B. (1994). Conversion/transition. U: J. Krause (ur.) Coaching basketball. Indianapolis: Masters Press.  Krause, J.V. D Meyer. J. Meyer (1999) Basketball skills& drills. Champaign, IL: Human Kinetics.  Newell, P. (1994). Teaching the individual skills. U: J. Krause (ur.) Coaching Basketball, (str. 78-86). Indianapolis: Masters Press.  Trninić, S., D. Dizdar (2001). Znanstvena istraživanja košarkaške igre. Zagreb: Vikta.  Trninić, S., Marković, G., Heimer, S. (2001). Effects of Developmental Training of Basketball Cadets Realized in the Competitive Period. Collegium Antropologicum, 25(2):591-604.  Wooden, J. R., Sharman, B. (1974). The Coaches Manual. Part of the Project Basketball Kit. Santa Monica, CA.: Project Basketball Inc.  Wooten, M. (1992). Coaching basketball successfully. Champaign, IL: Leisure Press. |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih  ishoda učenja | Prisustvovanje nastavi, Kolokviji (teorijski i praktični), Usmeni ispit,  Pisana zadaća  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata |
| Ostalo (prema mišljenju  predlagatelja) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PROGRAMIRANJE I KONTROLA TRENINGA KOŠARKE** | | | | | | | | |
| **Kod** | 134304 | Godina studija | | | 3. | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | Bodovna vrijednost  (ECTS) | | | 6 | | | | |
| Suradnici |  | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | P | S | V | T | |
| 60 | - | 30 | - | |
| Status predmeta | Usmjerenje | Postotak primjene e- učenja | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | Cilj predmeta je osposobiti studenta da samostalno oblikuje i provodi integralnu ili  cjelovitu sportsku pripremu | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za  predmet | Nema | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | * objasniti sustave kriterija za procjenjivanje integralne pripremljenosti košarkaša i momčadi * definirati periodizaciju tehničko-taktičke, kondicijske, psihosocijalne i teoretske pripreme u višegodišnjem i godišnjem ciklusu * prikazati proporcijske odnose između pojedinih tipova tehničko-taktičke pripreme te ekstenziteta i intenziteta trenažnog opterećenja u godišnjem i višegodišnjem ciklusu za različite dobne skupine * analizirati posebnosti tehničko-taktičke, kondicijske, psihosocijalne, teoretske, i natjecateljske pripreme za različite dobne skupine * objaniti višegodišnji proces sportske pripreme, na temelju utvrđivanja genskog potencijala i stanja pripremljenosti košarkaša * definirati srednjeročno, kratkoročno, tekuće i operativno planiranje i programiranje treninga u košarci * objasniti na koji način se oblikuje racionalno upravljanje procesom sportske pripreme * procijeniti deficite genskog potencijala sportaša i primijeniti selektivnu kompenzaciju i optimizaciju razvoja karakteristika pojedinog tipa igrača. | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave |  | | | | | | | | |
| Nastavni sat predavanja | | broj  sati | Nastavu izvodi | | | | |  |
| Procjenjivanje tehničko-taktičke,  kondicijske i psihosocijalne pripremljenosti košarkaša i momčadi | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Procjenjivanje ukupne stvarne kvalitete igrača | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Procjenjivanje kvalitete igre košarkaške  momčadi | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |
| Primjena dobivenih rezultata u planiranju, programiranju i provedbi sportske pripreme za pojedinog igrača i  momčad | | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Teoretske osnove upravljanja  procesom sportske pripreme u košarci | 8 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |  |
| Periodizacija tehničko-taktičke i kondicijske pripreme te programa psihološke pripreme u višegodišnjem i  godišnjem ciklusu | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Proporcijski odnosi između pojedinih tipova tehničko taktičke pripreme te  ekstenziteta i intenziteta opterećenja u  godišnj m ciklusu | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Osnovna načela u tehničko-taktičkoj, kondicijskoj i psihosocijalnoj pripremi  igrača i momčadi, KOLOKVIJ | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Oblikovanje plana, programa i  provedbe treninga | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Operativno planiranje i programiranje u košarci: mikrociklus, trenažni dani i  pojedinačni treninzi | 4 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Kontrola i procjenjivanje učinaka sportskog treninga: mjerni instrumenti za procjenu antropoloških obilježja, mjerni instrumenti za procjenu  tehničko-taktičkih znanja i vještina, mjerni instrumenti za procjenu  situacijske učinkovitosti (djelomične ili cjelokupne) | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Suvremeni pristup analizi stanja igre u  napadu | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Suvremeni pristup analizi stanja igre u  obrani | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Prehrana, higijena, prevencija i  rehabilitacija ozljeda u natjecateljskoj košarci | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Uloga glavnog i pomoćnog trenera, kondicijskog trenera, fizioterapeuta, liječnika i nutricionista u stručnom  stožeru, KOLOKVIJ | 2 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
|  | | | |
| Nastavni sat vježbi | broj  sati | Nastavu izvodi |  |
| Struktura i parametri plana i programa godišnjeg mikro ciklusa i mezociklusa treninga košarkaša (i stručne –  trenerske prakse) | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Algoritam kratkoročnog planiranja i programiranja treninga u mikrociklusu i mezociklusu pripreme košarkaša (i  stručne – trenerske prakse) | 6 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Tekuće planiranje i programiranje  treninga (i stručne – trenerske prakse) | 9 sati | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Periodizacija mezocoklusa tehničko –  taktičkog treninga košarkaša | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Operativno planiranje i programiranje  tren nga u mikrociklusu | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Konstrukcija plana i programa treninga  u mikrociklusu kadetskih, juniorskih i seniorskih momčadi | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić |
| Operativno planiranje i programiranje  trenažnog dana | 3 sata | Prof. dr. Sc. Mario Jeličić |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Operativno planiranje i programiranje  pojedinačnog treninga košarkaša, PRAKTIČNI KOLOKVIJ | | | | 3 sata | Prof. dr. sc. Mario Jeličić | | | | |  |
| Vrste izvoĎenja nastave: | x predavanja  x seminari i radionice x vježbe   * *on line* u cijelosti * mješovito e-učenje * terenska nastava | | | x samostalni zadaci   * multimedija * laboratorij   x mentorski rad   * (ostalo upisati) | | | | | | | |
| Obveze studenata | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da*  *ukupni broj ECTS* | PohaĎanje  nastave | 1.0 | Istraživanje | |  | | Praktični rad | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni  rad |  | Referat | |  | | (Ostalo  upisati) | | |  | |
| Esej |  | Seminarski  rad | | 0.5 | | (Ostalo  upisati) | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | 1.0 | | (Ostalo  upisati) | | |  | |
| *bodova odgovara* |
| *bodovnoj vrijednosti* |
| Pismeni ispit | 1.0 | Projekt | |  | | (Ostalo  upisati) | | |  | |
| *predmeta):* |
|  | Završna ocjena na predmetu Programiranje i kontrola treninga košarke odreĎuje se temeljem ostvarenih bodova iz: | | | | | | | | | | |
|  | **kolokvija**  tri kolokvija (dva iz nastavnih tema s predavanja te 1 praktični kolokvij) koji nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)  **usmenog ispita** nosi 40% od konačne ocjene | | | | | | | | | | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | **Preduvjeti za ispit**: pedagoška praksa **-** seminar iz područja procjene stanja pripremljenosti, planiranja, programiranja, organizacije stručnog rada te analize i interpretacije stvarnih promjena u procesu sportske pripreme  **Kolokviji -** kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrĎenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeĎeno gradivo do dana održavanja kolokvija.  U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (1 termin lipanj, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)  **Usmeni dio ispita -** ovaj dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi - 3 kolokvija. Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (1 pitanje iz područja upravljanja procesom sportske pripreme, 1 pitanje iz periodizacije integralne ili cjelovite sportske pripreme, te 1 pitanje iz konstrukcije trenažne jedinice). | | | | | | | | | | |
|  | Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:  Ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%  Ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%  Ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89% | | | | | | | | | | |
|  | Ocjena 5 (izvrstan) za ostvarenih 90% do 100% | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka**  **u knjižnici** | **Dostupnost putem ostalih**  **medija** | | |
| Altavilla, G., Raiola, G., D’Elia, F., Jeličić, M. Energetic cost of running with and without the ball in male basketball players. Physical Activity Review, | | | | | | |  | DA | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | vol. 10 (2), 2022. doi: 10.16926/par.2022.10.24 |  |  |
| Jeličić, M. (2001.). Definiranje parametara volumena opterećenja u juniorskoj košarci. U: Zbornik radova  10. ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, ur.  V. Findak. |  | DA |
| Jeličić, M., Ivančev, V., Čular, D., Čović, N.,  Stojanović, E., Scanlan, A. T., Milanović, Z. (2020). The 30-15 Intermittent Fitness Test: A Reliable, Valid, and Useful Tool to Assess Aerobic Capacity in Female Basketball Players. Research Quarterly for Exercise and Sport, Mar; 91(1):83-91 (doi: 10.1080/02701367.2019.1648743. Epub 2019 Oct  14) |  | DA |
| Scanlan, A. T., Stojanović, E., Milanović, Z., Teramoto M., Jeličić, M., Dalbo, J. V. (2021). Aerobic Capacity According to Playing Role and Position in Elite Female Basketball Players Using Laboratory and Field Tests. International journal of sports physiology and performance. 5;16 (3): 435-  438. doi: 10.1123/ijspp.2019-1001. |  | DA |
| Trninić, S. (2000). Otkrivanje, vrednovanje i  poticanje vrhunskih košarkaša. Zagreb: Hrvatski košarkaški savez. | 1 |  |
| Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i voĎenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko (Manualia universitatis studiorum Spalatensis). | 1 |  |
| Dopunska literatura | Krause, J., V. D Meyer., J. Meyer (1999). Basketball skills & drills. Champaign, IL. Human Kinetics.  Mandir, M., Knežević, A., Jeličić, M. (2014). Utjecaj kombiniranog trenažnog programa na transformaciju antropoloških obilježja vrhunskih košarkaša pretkadetskog i kadetskog uzrasta**.** Zbornik radova 12. godišnje meĎunarodne konferencije ”Kondicijska priprema sportaša 2014” (str. 254-256). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.  Milanović, D. (2004). Teorija treninga: priručnik za praćenje nastave i pripremanje ispita. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.  Newell, P. (1994). Teaching the individual skills. U: J. Krause (ur.) Coaching Basketball, (str. 78-86). Indianapolis: Masters Press.  Trninić, S., Marković, G., Heimer, S. (2001). Effects of Developmental Training of Basketball Cadets Realized in the Competitive Period. Collegium Antropologicum, 25(2):591-604.  Trninić, S., Metikoš, D., Marković, G. (2002). Individualni dopunski trening mladih košarkaša. U: D. Milanović, S. Heimer, I. Kulier, Br. Matković (ur.) Dopunski sadržaji sportske pripreme: zbornik radova znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, 22. i 23. 02. 2002., str. 46-53. Zagreb: Kineziološki fakultet et al. | | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Weineck, J. (2000). Optimales Training. Balingen: Spitta Verlag.  Wooden, J. R., Sharman, B. (1974). The Coach's Manual. Part of the Project Basketball Kit. Santa Monica, CA.: Project Basketball Inc.  Wooten, M. (1992). Coaching basketball successfully. Champaign, IL: Leisure Press |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju  stjecanje utvrĎenih  ishoda učenja | Prisustvovanje nastavi, Kolokviji (teorijski i praktični), Usmeni ispit,  Pisana zadaća  Vrednovanje predmeta i nastavnika od strane studenata |
| Ostalo (prema mišljenju  predlagatelja) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **KINEZIOLOŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA U BORILAČKIM SPORTOVIMA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 134260 | | | Godina studija | | | | 3. preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Saša Krstulović  Prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Goran Kuvačić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 60 |  | | 45 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | | 0% | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći temeljna teorijska znanja o kineziološkoj i antropološkoj analizi svih borilačkih sportova, ali i specifična teorijska znanja i praktične vještine o kineziološkoj i antropološkoj analizi odabranog borilačkog sporta, te osposobiti studente za primjenu stečenih znanja i vještina u praksi | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Objasniti principe kineziološke i antropološke analize u borilačkim sportovima * Identificirati talente za borilačke sportove * Izabrati prikladne operatore za razvoj i usavršavanje motoričkih sposobnosti i znanja * Identificirati specijalne tehnike s obzirom na antropološke karakteristike boraca * Analizirati taktičke varijante borbe | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Strukturalna analiza hvatačko - bacačkih sportova (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Strukturalna analiza udaračkih sportova (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Antropološka analiza boraca u hvatačko-bacačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Antropološka analiza boraca u udaračkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Biomehanička analiza hvatačko - bacačkih sportova (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Biomehanička analiza udaračkih sportova (4 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Analiza tehnika (udarci rukama i nogama) (4 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Analiza tehnika (bacanja i obaranja) (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Analiza tehnika (parterne tehnike) (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Detekcija, identifikacija i selekcija talenata u borilačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Dinamika razvoja bazičnih i specifičnih motoričko-funkcionalnih sposobnosti i znanja u borilačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Antropološke karakteristike vrhunskih sportaša borilačkih sportova (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Manifestacije antropoloških karakteristika u borbi (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Prezentacije seminarskih radova (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Teorijski ispit (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Biomehaničke poluge u borilačkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Kut stabilnosti i ravnotežni položaji (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Bimehanička analiza– najčešći uzroci pogreške (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Biomehanička analiza - korekcija pogrešaka (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Kombiniranje tehnika (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Taktička priprema tehnika u hvatačko - bacačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Taktička priprema tehnika u udaračkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Taktika vođenja borbe (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Taktika nastupanja na natjecanjma (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Priprema taktike u parteru s obzirom na antropološke karakteristike boraca (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Priprema taktike u stojećem položaju s obzirom na antropološke karakteristike boraca (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Izbor specijalke u parteru s obzirom na antropološke karakteristike borca (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Izbor specijalke u stojećem položaju s obzirom na antropološke karakteristike borca (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.0 | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1.5 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Kineziološka i antropološka analiza u borilačkim sportovima određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  Seminara  (50% od ukupne ocjene)  Teorijskog ispita  (50% od ukupne ocjene)  Seminar  Svaki student bira temu seminara između pet ponuđenih tema ili sam predlaže temu koja mora biti usko povezana sa sadržajem kolegija. Seminar će se održati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu. Ocjenjuje se kvaliteta i izlaganje seminara.  Teorijski (pismeni) ispit sastoji se od 5 pitanja:  Odgovor na svako pitanje može se ocjeniti s 0, 1/4, 1/2, 3/4 ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 3 boda – ocjena 1  3 boda – ocjena 2  3,25 bodova – ocjena 2/3  3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija Kineziološka i antropološka analiza u borilačkim sportovima izračunava se na sljedeći način:  (seminar) + (teorija) / 2 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Krstulović, S. (2010). Judo - teorija i metodika. Citius - Altius - Fortius, Split | | | | | | | 3 | |  | | |
| Karninčić, H. (2009). Borilački sportovi 2 (skripta), Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu, Split. | | | | | | |  | | online | | |
| Kuleš, B. (2008). Trening judaša. Kugler. Zagreb | | | | | | |  | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., Krstulović, S. (2005): Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga. Maleš, Boris; Miletić, Đurđica (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 3 | |  | | |
| 8. Kuleš, B. (1998): Trening karatista, SN Liber, Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Dopunska literatura | | Ishikawa, T., Draeger, D. (1999). Judo Training Methods, Tuttle Shokai Co. Boston, Massachusetts  Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb  Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, seminarski radovi, usmeni ispit, studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA U BORILAČKIM SPORTOVIMA 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 134277 | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Saša Krstulović  prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Goran Kuvačić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 30 | 0 | | 15 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći temeljna teorijska znanja o metodici treninga u svih borilačkim sportovima, ali i specifična teorijska znanja i praktične vještine o metodici treninga odabranog borilačkog sporta, te osposobiti studente za primjenu stečenih znanja i vještina u praksi | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Objasniti teorijsku i psihološku pripremu za trening i natjecanje * Organizirati odgovarajuća sredstva i lokalitete potrebne za provedbu učenja i vježbanja * Analizirati specifične metodičke postupke u borilačkim sportovima * Analizirati izvedbu specifičnih tehnika i kombinacija tehnika * Identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi pojedinih tehnika | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Metodologija učenja tehnike u hvatačko-bacačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Metodologija učenja tehnike u udaračkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja u borilačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Prezentacije seminarskih radova (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih grešaka (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Psihološka priprema boraca (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Teorijska priprema boraca (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Teorijski ispit (2 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Metodologija učenja tehnike – bacanja (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Metodologija učenja tehnike – kontrazahvati (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Metodologija učenja tehnike – kombinacije (3 sata) | prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Metodologija učenja tehnike – udarci rukama i nogama (3 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | Metodologija učenja tehnike – blokade (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐ (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | | Nazočnost na svim oblicima nastave | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 0.5 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 0.5 | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1.0 | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga u borilačkim sportovima 1 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  Seminara  (50% od ukupne ocjene)  Teorijskog ispita  (50% od ukupne ocjene)  Seminar  Svaki student bira temu seminara između pet ponuđenih tema ili sam predlaže temu koja mora biti usko povezana sa sadržajem kolegija. Seminar će se održati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu. Ocjenjuje se kvaliteta i izlaganje seminara.  Teorijski (pismeni) ispit sastoji se od 5 pitanja:  Odgovor na svako pitanje može se ocijeniti s 0, 1/4, 1/2, 3/4 ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 3 boda – ocjena 1  3 boda – ocjena 2  3,25 bodova – ocjena 2/3  3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija Metodika treninga u borilačkim sportovima 1 izračunava se na sljedeći način:  (seminar) + (teorija) / 2 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Krstulović, S. (2010). Judo - teorija i metodika. Citius - Altius - Fortius, Split | | | | | | | 3 | |  | | |
| Karninčić, H. (2009). Borilački sportovi 2 (skripta), Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu, Split. | | | | | | |  | | online | | |
| Kuleš, B. (2008). Trening judaša. Kugler. Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., Krstulović, S. (2005): Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga. Maleš, Boris; Miletić, Đurđica (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 2 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Ishikawa, T., Draeger, D. (1999). Judo Training Methods, Tuttle Shokai Co. Boston, Massachusetts  Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb  Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, seminarski radovi, usmeni ispit, studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **METODIKA TRENINGA U BORILAČKIM SPORTOVIMA 2** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 134308 | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Saša Krstulović  prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 3 | | | | |
| Suradnici | | Dr. sc. Goran Kuvačić | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 30 | 0 | | 30 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći naprednija teorijska znanja o metodici treninga u svih borilačkim sportovima, ali i naprednija specifična teorijska znanja i praktične vještine o metodici treninga odabranog borilačkog sporta, te osposobiti studente za primjenu stečenih znanja i vještina u praksi | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Primijeniti prikladne metodske postupke pri učenju i vježbanju * Uspoređivati različite opće i specifične metode učenja i podučavanja * Uspoređivati karakteristike višestrane, bazične, specijalne i situacijske pripreme * Kreirati trening borilačkog sporta sa sportašima različitih dobnih kategorija sukladno najnovijim znanstvenim spoznajama | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Višestrana, bazična, specijalna i situacijska priprema u hvatačko-bacačkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Višestrana, bazična, specijalna i situacijska priprema u udaračkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Hijerarhijska struktura elemenata tehnika u borilačkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Redoslijed učenja tehničkih elemenata (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Dobne kategorije i specifični zahtjevi u obuci elementarne tehnike (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Prezentacije seminarskih radova (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Specifičnosti primjene analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke, kombiniranih i specifičnih metoda poučavanja (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Specifičnosti tehničko-taktičkog treninga mlađih dobnih kategorija u borilačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Teorijski ispit (3 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Tjedan | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | 1. | Višestrana i bazična priprema hvatačko-bacački sportovi (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | 2. | Višestrana i bazična udarački sportovi (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | 3. | Specijalna i situacijska priprema hvatačko-bacački sportovi(4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | 4. | Specijalna i situacijska priprema udarački sportovi (4 sata) | Dr. sc. Goran Kuvačić | | 5. | Specifičnosti primjene analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke,kombiniranih i specifičnih metoda poučavanja (5 sati) | Dr. sc. Saša Krstulović | | 6. | Specifičnosti tehničko-taktičkog treninga mlađih dobnih kategorija u borilačkim sportovima (5 sati) | Dr. sc. Saša Krstulović | | 7. | Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih grešaka (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 1.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.0 | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Kolokviji |  | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit | 1**.0** | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Metodika treninga u borilačkim sportovima 2 određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  Seminara  (50% od ukupne ocjene)  Teorijskog ispita  (50% od ukupne ocjene)  Seminar  Svaki student bira temu seminara između pet ponuđenih tema ili sam predlaže temu koja mora biti usko povezana sa sadržajem kolegija. Seminar će se održati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu. Ocjenjuje se kvaliteta i izlaganje seminara.  Teorijski (pismeni) ispit sastoji se od 5 pitanja:  Odgovor na svako pitanje može se ocijeniti s 0, 1/4, 1/2, 3/4 ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 3 boda – ocjena 1  3 boda – ocjena 2  3,25 bodova – ocjena 2/3  3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija Metodika treninga u borilačkim sportovima 2 izračunava se na sljedeći način:  (seminar) + (teorija) / 2 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Krstulović, S. (2010). Judo - teorija i metodika. Citius - Altius - Fortius, Split | | | | | | | 3 | |  | | |
| Karninčić, H. (2009). Borilački sportovi 2 (skripta), Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu, Split. | | | | | | |  | | online | | |
| Kuleš, B. (2008). Trening judaša. Kugler. Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., Krstulović, S. (2005): Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga. Maleš, Boris; Miletić, Đurđica (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 3 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Ishikawa, T., Draeger, D. (1999). Judo Training Methods, Tuttle Shokai Co. Boston, Massachusetts  Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb  Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, seminarski radovi, usmeni ispit, studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZIV PREDMETA** | **PROGRAMIRANJE I KONTROLA TRENINGA U BORILAČKIM SPORTOVIMA** | | | | | | | | | | | | |
| **Kod** | | 134308 | | | Godina studija | | | | 3. - preddiplomski | | | | |
| **Nositelj/i predmeta** | | Prof. dr. sc. Saša Krstulović  prof. dr. sc. Hrvoje Karninčić | | | Bodovna vrijednost (ECTS) | | | | 6 | | | | |
| Suradnici | |  | | | Način izvođenja nastave (broj sati u semestru) | | | | P | S | | V |  |
| 60 | 0 | | 30 |  |
| Status predmeta | | Obavezni | | | Postotak primjene e-učenja | | | |  | | | | |
| **OPIS PREDMETA** | | | | | | | | | | | | | |
| Ciljevi predmeta | | Steći temeljna teorijska znanja i praktične vještine o upravljanju trenažnim procesom i sportskom formom sportaša borilačkih sportova, te osposobiti studente za primjenu stečenih znanja i vještina u praksi | | | | | | | | | | | |
| Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet | | Nema | | | | | | | | | | | |
| Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja) | | * Opisati mjerne instrumente za procjenu specifičnih sposobnosti * Diskutirati pojmove i zakonitosti teorije sportskog treninga * Upotrijebiti odgovarajuće trenažne operatore, rekvizite i pomagala u trenažnom procesu * Modificirati trenažni proces u odnosu na promjene uslijed transformacijskog postupka * Kreirati dugoročne, srednjoročne, kratkoročne, tekuće i operativne planove i programe treninga | | | | | | | | | | | |
| Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave | | |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat predavanja (broj sati) | Nastavu izvodi | | Planiranje i programiranje treninga u hvatačko-bacačkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Planiranje i programiranje treninga u udaračkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Planiranje i programiranje makrociklusa (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Planiranje i programiranje mikrociklusa (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Planiranje i programiranje pojedinačnog treninga u hvatačko-bacačkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Planiranje i programiranje pojedinačnog treninga u udaračkim sportovima (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Kontrola treninga u hvatačko-bacačkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Kontrola treninga u udaračkim sportovima (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Mjerni instrumenti u borilačkim sportovima (5 sati) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Prezentacije seminarskih radova (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Temeljni principi i pravila u planiranju i programiranju treninga u judu (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Planiranje sportske pripreme (cilj, zadaće, kalendar natjecanja,  periodizacija sportske pripreme) (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Modeliranje sportske forme u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u borilačkom sportu (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa i pojedinačne trenažne jedinice (4 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Teorijski ispit (4 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović |  |  |  | | --- | --- | | Nastavni sat vježbi (broj sati) | Nastavu izvodi | | Specifičnosti treninga pripremni period – hvatačko-bacački sportovi (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Specifičnosti treninga pripremni period – udarački sportovi (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Specifičnosti treninga natjecateljski period – hvatačko-bacački sportovi (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Specifičnosti treninga natjecateljski period – udarački sportovi (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Specifičnosti treninga prijelazni period (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Bazične pripreme (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Specifične pripreme (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Kontrola treninga (3 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Mjerni instrumenti za procjenu bazične pripremljenosti (2 sata) | Dr. sc. Saša Krstulović | | Mjerni instrumenti za procjenu specifične pripremljenosti (2 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Raspored i doziranje ekstenziteta i intenziteta opterećenja i operatora treninga (2 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Specifičnosti kondicijskog treninga mlađih dobnih kategorija u borilačkim sportovima (2 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Početak sportske specijalizacije u borilačkim sportovima (2 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada (2 sata) | Dr. sc. Hrvoje Karninčić | | | | | | | | | | | | |
| Vrste izvođenja nastave: | | x predavanja  x seminari i radionice  x vježbe  ☐ *on line* u cijelosti  ☐ mješovito e-učenje  ☐ terenska nastava | | | | x samostalni zadaci  ☐ multimedija  ☐ laboratorij  x mentorski rad  ☐       (ostalo upisati) | | | | | | | |
|
| Obveze studenata | |  | | | | | | | | | | | |
| Praćenje rada studenata *(upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):* | | Pohađanje nastave | 2.0 | Istraživanje | | |  | Praktični rad | | | | 1.0 | |
| Eksperimentalni rad |  | Referat | | |  | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Esej |  | Seminarski rad | | | 1.5 | (Ostalo upisti) | | | |  | |
| Kolokviji | 1.5 | Usmeni ispit | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Pismeni ispit |  | Projekt | | |  | (Ostalo upisati) | | | |  | |
| Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu | | Završna ocjena na predmetu Programiranje i kontrola treninga u borilačkim sportovima određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:  Seminara  (50% od ukupne ocjene)  Teorijskog ispita  (50% od ukupne ocjene)  Seminar  Svaki student bira temu seminara između pet ponuđenih tema ili sam predlaže temu koja mora biti usko povezana sa sadržajem kolegija. Seminar će se održati unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu. Ocjenjuje se kvaliteta i izlaganje seminara.  Teorijski (pismeni) ispit sastoji se od 5 pitanja:  Odgovor na svako pitanje može se ocjeniti s 0, 1/4, 1/2, 3/4 ili 1 bodom. Ocjena iz pismenog ispita dobiva se zbrajanjem bodova iz svih pitanja na sljedeći način:  Manje od 3 boda – ocjena 1  3 boda – ocjena 2  3,25 bodova – ocjena 2/3  3,5 bodova – ocjena 3  3,75 bodova – ocjena 3/4  4 boda - ocjena 4  4,25 i 4,5 bodova – ocjena 4/5  4,75 i 5 bodova – ocjena 5  Konačna ocjena iz kolegija Programiranje i kontrola treninga u borilačkim sportovima izračunava se na sljedeći način:  (seminar) + (teorija) / 2 | | | | | | | | | | | |
| Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija) | | **Naslov** | | | | | | | **Broj primjeraka u knjižnici** | | **Dostupnost putem ostalih medija** | | |
| Krstulović, S. (2010). Judo - teorija i metodika. Citius - Altius - Fortius, Split | | | | | | | 3 | |  | | |
| Karninčić, H. (2009). Borilački sportovi 2 (skripta), Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu, Split. | | | | | | |  | | online | | |
| Kuleš, B. (2008). Trening judaša. Kugler. Zagreb. | | | | | | |  | |  | | |
| Katić, R., Miletić, Đ., Maleš, B., Grgantov, Z., Krstulović, S. (2005): Antropološki sklopovi sportaša - modeli selekcije i modeli treninga. Maleš, Boris; Miletić, Đurđica (ur.). Split: Fakultet prirodoslovno- matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu | | | | | | | 3 | |  | | |
| Dopunska literatura | | Ishikawa, T., Draeger, D. (1999). Judo Training Methods, Tuttle Shokai Co. Boston, Massachusetts  Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb  Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb | | | | | | | | | | | |
| Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja | | Prisustvovanje nastavi, seminarski radovi, usmeni ispit, studentska evaluacija nastave i nastavnika | | | | | | | | | | | |
| Ostalo (prema mišljenju predlagatelja) | |  | | | | | | | | | | | |

**5.UVJETI IZVOĐENJA STUDIJSKOG PROGRAMA**

* 1. Mjesta izvođenja studijskog programa

Studijski program izvodi se na više lokacija.

Predavanja i seminarski oblik rada će se provoditi u predavaonicama Kineziološkog fakulteta, Teslina 10, 4. kat.

Praktični dio nastave odvijat će se na različitim lokacija, dvorana u Teslinoj 6, te na drugim lokacijama u gradu Splitu, a ovisno o predmetu.

Laboratorijske vježbe provodit će se u prostorijama Kineziološkog fakulteta, Teslina 10, 4. kat.