

**Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura / PLIVANJE I VATERPOLO I**

<b>Naziv predmeta:</b>	PLIVANJE I VATERPOLO I			
<b>Šifra predmeta</b>	<b>Status predmeta</b>	<b>Semestar</b>	<b>Broj ECTS kredita</b>	<b>Fond časova (P+V+L)</b>
4586	Obavezan	5	3	2+0+0
<b>Studijski programi za koje se organizuje</b>	Fizička kultura			
<b>Uslovjenost drugim predmetima</b>	Nema uslova za prijavljivanje i slušanje predmeta			
<b>Ciljevi izučavanja predmeta</b>	: Upoznavanje studenata/studentkinja sa teorijskim, naučnim i stručnim saznanjima iz plivanja, vaterpola i spasilaštva na vodi i iz vode, koja će savremenim metodološkim postupcima primjenjivati u pedagoškom radu sa djecom, učenicima i mladima.			
<b>Ishodi učenja</b>	Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: Poznaje nastanak i razvoj plivanja i plivačkih sportskih tehniku i njegov značaj; Poznaje pojam selekcije u plivanju; Analizira biomehanička i anatomска svojstva plivača; Opisuje i praktično prikazuje tehniku i metodiku spasilaštva na vodi i iz vode; Metodički tumači ttehniku spasilaštva			
<b>Ime i prezime nastavnika i saradnika</b>	doc. dr Stevo Popović			
<b>Metod nastave i savladanja gradiva</b>	Predavanja, konsultacije i provjera znanja			
<b>Plan i program rada</b>				
Pripremne nedelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Uvodno predavanje			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Nastanak i razvoj plivanja i plivačkih sportskih tehniku			
II nedjelja, vježbe				
III nedjelja, pred.	Biološki, pedagoško-psihološki i praktični značaj plivanja			
III nedjelja, vježbe				
IV nedjelja, pred.	Pojam selekcije u plivanju			
IV nedjelja, vježbe				
V nedjelja, pred.	Biomehanika i anatomija plivanja			
V nedjelja, vježbe				
VI nedjelja, pred.	KOLOVKOJUM I			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	Proces utapanja i potencijalni uzročnici opasnosti			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Pomoćna sredstva i oprema za spasavanje na vodi i iz vode			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Tehnika spasavanja - spasilački skok i spasilačko plivanje			
IX nedjelja, vježbe				
X nedjelja, pred.	Tehnika spasavanja - samospasavanje i načini spasavanja davljenika			
X nedjelja, vježbe				
XI nedjelja, pred.	Metodika spasavanja			
XI nedjelja, vježbe				
XII nedjelja, pred.	KOLOKVIJUM II			
XII nedjelja, vježbe				
XIII nedjelja, pred.	Spasavanje na vodi i iz vode kao profesija			
XIII nedjelja, vježbe				

XIV nedjelja, pred.	Plan i program škole plivanja i vaterpola					
XIV nedjelja, vježbe						
XV nedjelja, pred.	ZAVRŠNI ISPIT					
XV nedjelja, vježbe						
<b>Opterećenje studenta</b>	Nedeljno: 3 kredita x 40/30 = 4 sata Struktura opterećenja: 2 sata predavanja 2 sata samostalnog rada uključujući i konsultacije U semestru: Nastava i završni ispit: 4 sata x 16 = 60 sati Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x (4 sata) = 8 sati Ukupno opterećenje za predmet 3x30 = 90 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 22 sata (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) Struktura opterećenja: 60 sati (nastava) + 8 sati (priprema) + 22 sata (dopunski rad)					
Nedjeljno	<b>U toku semestra</b>					
<b>3 kredita x 40/30=4 sati i 0 minuta</b> 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 0 vježbi <b>2 sat(a) i 0 minuta</b> samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: <b>4 sati i 0 minuta x 16 =64 sati i 0 minuta</b> Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): <b>4 sati i 0 minuta x 2 =8 sati i 0 minuta</b> Ukupno opterećenje za predmet: <b>3 x 30=90 sati</b> Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 30 sati (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) <b>18 sati i 0 minuta</b> Struktura opterećenja: <b>64 sati i 0 minuta (nastava), 8 sati i 0 minuta (priprema), 18 sati i 0 minuta (dopunski rad)</b>					
<b>Obaveze studenta u toku nastave</b>	Prisustvo nastavi, obradivanje zadatih tematskih zadataka, polaganje kolokvija i završnog ispita					
<b>Konsultacije</b>	Ponedjeljkom od 10 do 11 časova					
<b>Literatura</b>	Ahmetović, Z., Matković, I. (1995). Teorija plivanja. Novi Sad: PSJ i SA Novog Sada.; Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Kineziološki fakultet.; Colwin, Cecil, M. (2002). Breakthrough Swimming. Illinois: Human Kinetics.; Lucero, B. (2009). Technique Swim Workouts. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport.; Gaughran, R. and Lambert, AF. (1969).The Technique of Water Polo. Los Angeles: Swimming World.; De Mestre, N. (1972). Water polo; techniques and tactics. Sydney: Angus and Robertson.					
<b>Oblici provjere znanja i ocjenjivanje</b>	Polaganje dva kolokvija (po 20 poena), prisustvo nastavi i aktivnosti tokom nastave (po 5 poena) i polaganje završnog ispita (50 poena) - prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 51 poen					
<b>Posebne naznake za predmet</b>	Nema					
<b>Napomena</b>	Nema					
<b>Ocjena:</b>	F	E	D	C	B	A
<b>Broj poena</b>	manje od 50 poena	više ili jednako 50 poena i manje od 60 poena	više ili jednako 60 poena i manje od 70 poena	više ili jednako 70 poena i manje od 80 poena	više ili jednako 80 poena i manje od 90 poena	više ili jednako 90 poena