

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura i zdravi stilovi života (2017), modul Zdravi stilovi života / ODBOJKA - TEHNIKA I METODIKA

Naziv predmeta:	ODBOJKA - TEHNIKA I METODIKA			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
3733	Obavezan	5	4	3+1+0
Studijski programi za koje se organizuje	Fizička kultura i zdravi stilovi života (2017), modul Zdravi stilovi života			
Uslovljenost drugim predmetima	nema			
Ciljevi izučavanja predmeta	Kroz ovaj predmet studenti treba, na osnovu savremenih naučnih, teorijskih i praktičnih saznanja, da se upoznaju sa elementima odbojkaške tehnike i metodičkim postupcima u odbojci.			
Ishodi učenja	Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: 1.Poznaje teorijske osnove strukturalne analize odbojke u procesu napada(prijem servisa, dizanje i smeč) i odbrane-kontranapada (servis, blok, odbrana polja,dizanje i smeč u procesu kontranapada) 2.Objasni- analizira i praktično realizuje – demonstrira osnovne odbojkaške tehnike (stavovi i kretanja, odbijanje lopte prstima i podlakticama, servis, smeč i blok). 3.Samostalno kreira i unapređuje metode učenja prilagođene uzrastu vježbača, uslovima i ambijentu rada. 4.Organizuje nastavni – trenažni odbojkaški metodičko-tehnički proces u okviru redovne nastave fizičkog vaspitanja, škole odbojke i odbojkaškog kluba. 5.Poznaje i primjenjuje pravila odbojkaške igre.			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	doc.dr Danilo Bojanic			
Metod nastave i savladanja gradiva	Teorijska i praktična predavanja, vježbe, kolokvijumi, konsultacije i završni ispit.			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Nastanak i razvoj odbojke; Tehnika i metodika kretanja bez lopte; Odbojkaški stavovi			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Pravila odbojkaške igre; Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte prstima			
II nedjelja, vježbe				
III nedjelja, pred.	Strukturalna analiza odbojke; klasifikacija elemenata tehnike			
III nedjelja, vježbe				
IV nedjelja, pred.	Prirodna i laboratorijska selekcija; Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte podlakticama			
IV nedjelja, vježbe				
V nedjelja, pred.	Tehnika i metodika donjeg bočnog i tenis servisa.			
V nedjelja, vježbe				
VI nedjelja, pred.	Tehnika i metodika bloka.			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	I kolokvijum			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Tehnika i metodika lelujavog servisa; Tehnika i metodika dodavanja lopte u padu – povaljke			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte u prizemnim položajima – sun, upijač, svrdlo sun, bočni sun.			
IX nedjelja, vježbe				
X nedjelja, pred.	Tehnika i metodika smeča			
X nedjelja, vježbe				
XI nedjelja, pred.	Tehnika i metodika smeč servisa			
XI nedjelja, vježbe				
XII nedjelja, pred.	Tehnika i metodika prijema servisa; Tehnika i metodika dizanja lopte			

XII nedjelja, vježbe	
XIII nedjelja, pred.	Škola odbojke – osnovne karakteristike programa škole odbojke
XIII nedjelja, vježbe	
XIV nedjelja, pred.	II kolokvijum
XIV nedjelja, vježbe	
XV nedjelja, pred.	Osnovne karakteristike programa odbojke u osnovnim i srednjim školama
XV nedjelja, vježbe	
Opterećenje studenta	Nastava i završni ispit: 6,40 sati x 16 = 106 sati i 40 minuta Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x (6 sati i 40 minuta) = 13 sati i 20 minuta Ukupno opterećenje za predmet 5x30 = 150 sati 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) Struktura opterećenja: 106,40 sati (nastava) + 13,20 sati (priprema) + 30 sati (dopunski rad)
Nedjeljno	U toku semestra
4 kredita x 40/30=5 sati i 20 minuta 3 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi 1 sat(a) i 20 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: 5 sati i 20 minuta x 16 =85 sati i 20 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 5 sati i 20 minuta x 2 =10 sati i 40 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 4 x 30=120 sati 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) 24 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 85 sati i 20 minuta (nastava), 10 sati i 40 minuta (priprema), 24 sati i 0 minuta (dopunski rad)
Obaveze studenta u toku nastave	Nedjeljno: 5 kredita x 40/30 = 6 sati i 40 minuta Struktura opterećenja: 2 sata predavanja 1 sat praktičnog predavanja 1 sat vježbi 2 sata i 20 minuta samostalnog rada uključujući i konsultacije
Konsultacije	Ponedjeljak u 12 časova
Literatura	Tomić, D. Nemec, P.: Odbojka u teoriji i praksi, Beograd, 2002 Janković, V. Marelić, N.: Odbojka za sve, Zagreb, 2003 Stojanović, T., Kostić, R., Nešić, G.: Odbojka, Banja Luka, 2005
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Pohađanje nastave i vježbi, polaganje kolokvijuma i završnog ispita
Posebne naznake za predmet	nema
Napomena	Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno skupi najmanje 51 poen
Ocjena:	F E D C B A
Broj poena	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