

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura i zdravi stilovi života (2017), modul Zdravi stilovi života / KOREKTIVNA GIMNASTIKA I

Naziv predmeta:	KOREKTIVNA GIMNASTIKA I			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
4584	Obavezan	5	3	2+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 da ovladaju savremenim tehnikama i metodama prevencije, detekcije i korekcije, kako bi preko tjelesnog vježbanja kao osnovnim sredstvom terapije i rehabilitacije uticali na otklanjanje posturalnih poremećaja kod školske djece i omladine			
Ishodi učenja	Objasni razloge primjene pokreta u prevenciji i liječenju, opisuje mehanička svojstva lokomotornog aparata, analizira osnovna i pomoćna sredstava u kineziterapiji, primjeni pravilno odabrani početni položaj u odnosu na oslabljenu muskulaturu, prepozna uzroke nepravilnog držanja tijela i prepozna odgovarajući metodološki postupak u cilju otklanjanja tjelesnih poremećaja kod školske djece i omladine			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Doc. dr Marina Vukotić			
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja, vježbe i samostalno rješavanje zadataka, konsultacije			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Pojam, predmet, geneza, razvoj i značaj korektivne gimastike i njena primjena u prevenciji i liječenju			
II nedjelja, vježbe				
III nedjelja, pred.	Anatomsko-fiziološke i mehaničke osnove kretanja i ocjena mišićne snage manuelnom metodom			
III nedjelja, vježbe				
IV nedjelja, pred.	Osnovna sredstva kineziterapije (primjena vježbi, respiratorna gimnastika), masaža i samomasaža			
IV nedjelja, vježbe				
V nedjelja, pred.	Pomoćna sredstva kineziterapije – prirodni i vještački fizikalni agensi			
V nedjelja, vježbe				
VI nedjelja, pred.	Osnovni ciljevi primjene vježbi u kineziterapiji (povećanje motoričkih sposobnosti)			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	Kolokvijum I			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Metode primjene korektivnih vježbi (igra, sport i radna terapija u funkciji kineziterapije)			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Primjena osnovnih, izvedenih i dopunskih početnih položaja u prevenciji i liječenju			
IX nedjelja, vježbe				
X nedjelja, pred.	Doziranje, indikacije i kontraindikacije tjelesnih aktivnosti			
X nedjelja, vježbe				
XI nedjelja, pred.	Držanje, etiologija (endogeni i egzogeni uzroci) i periodi evolucije nepravilnog držanja tijela			
XI nedjelja, vježbe				
XII nedjelja, pred.	Metode ocjenjivanja držanja tijela - metoda somatoskopije (klinički list za unos ocjena)			
XII nedjelja, vježbe				
XIII nedjelja, pred.	Kolokvijum II			

XIII nedjelja, vježbe						
XIV nedjelja, pred.	Stadijumi razvoja tjelesnih poremećaja i metodologija rada u prevenciji i korekciji					
XIV nedjelja, vježbe						
XV nedjelja, pred.	Završni ispit					
XV nedjelja, vježbe						
Opterećenje studenta	Nastava i završni ispit: 4 x 16 = 64 sata Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x 4 = 8 sati Ukupno opterećenje za predmet 3 x 30 = 90 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 18 sati (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet). Struktura opterećenja: 64 sata (nastava) + 8 sati (priprema) + 18 sati (dopunski rad)					
Nedjeljno		U toku semestra				
3 kredita x 40/30=4 sati i 0 minuta 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi 1 sat(a) i 0 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije		Nastava i završni ispit: 4 sati i 0 minuta x 16 =64 sati i 0 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 4 sati i 0 minuta x 2 =8 sati i 0 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 3 x 30=90 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) 18 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 64 sati i 0 minuta (nastava), 8 sati i 0 minuta (priprema), 18 sati i 0 minuta (dopunski rad)				
Obaveze studenta u toku nastave		nedjeljno 3 kredita x 40/30 = 4 sata Struktura: 2 sata predavanja 2 sata samostalnog rada, uključujući konsultacije				
Konsultacije		Ponedjeljkom od 10 do 11 časova				
Literatura		Jovović, V.: Korektivna gimnastika sa kineziterapijom. Filozofski fakultet, Nikšić, 2008. Živković, D.:Osnove kineziologije sa elementima kliničke kineziologije. Fakultet sporta i fiz.vaspitanja, Niš, 2009. Jovović, V.: Tjelesni deformiteti adolescenata. Filozofski fakultet. Nikšić, 1999				
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje						
Posebne naznake za predmet		Nema				
Napomena						
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