

Filozofski fakultet / Obrazovanje učitelja (2017) / Fizičko vaspitanje sa vježbama

Naziv predmeta:	Fizičko vaspitanje sa vježbama			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
3960	Obavezan	6	4	2+1+0
Studijski programi za koje se organizuje	Obrazovanje učitelja (2017)			
Uslovljenost drugim predmetima	Nema			
Ciljevi izučavanja predmeta	Upoznavanje i ovladavanje prirodnim oblicima kretanja, vježbama oblikovanja, usavršavanje osnovne tehnike trčanja, bacanja i skakanja; vježbi na tlu i preskoka kao i ovladavanje tehnikama odbojke, košarke, rukometa i fudbala			
Ishodi učenja	Razumije, objasni i praktično primjenjuje osnovne terminološke pojmove vezane za osnovna sredstva fizičkog vježbanja; ovlada osnovnom tehnikom sadržaja nastavnog plana (atletike, gimnastike, plesova i sportskih igara), demonstrira i praktično realizuje; uoči reakcije i interese učenika za fizičkim vježbanjem i u skladu sa tim prilagodi sadržaje, metode i oblike rada; dijagnostifikuje i kontinuirano prati uticaj fizičkog vježbanja na rast i razvoj učenika i determiniše deformitete posturalnog statusa učenika i primjenjuje korektivne vježbe za pravilno držanje tijela.			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	doc. dr Marina Vukotić, dr Dragan Bačović			
Metod nastave i savladanja gradiva	Teorijska i praktična predavanja, vježbe, konsultacije, seminarski rad, kolokvijumi i završni ispit			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Uvod u sadržaj i način izučavanja predmeta			
I nedjelja, vježbe	Uvod u sadržaj praktičnog dijela nastave i način izučavanja predmeta			
II nedjelja, pred.	Pojam, definicija i predmet fizičkog vaspitanja			
II nedjelja, vježbe	Kolut naprijed (metodski postupak obuke)			
III nedjelja, pred.	Osnovni pojmovi i termini u fizičkom vaspitanju			
III nedjelja, vježbe	Kolut nazad (metodski postupak obuke)			
IV nedjelja, pred.	Fizičko osposobljavanje i fizička osposobljenost			
IV nedjelja, vježbe	Stav o šakama (metodski postupak obuke)			
V nedjelja, pred.	Neravnomjernost u razvoju fizičkih sposobnosti			
V nedjelja, vježbe	Učenje tehnike osnovnih košarkaških elemenata – stav i vođenje lopte (metodski postupak obuke)			
VI nedjelja, pred.	Kolokvijum I			
VI nedjelja, vježbe	Učenje tehnike osnovnih košarkaških elemenata – zaustavljanje i dvokorak (metodski postupak obuke)			
VII nedjelja, pred.	Etapnost razvoja fizičkih sposobnosti			
VII nedjelja, vježbe	Raznoška na kozliču (metodski postupak obuke)			
VIII nedjelja, pred.	Metode razvoja fizičkih sposobnosti djece i omladine			
VIII nedjelja, vježbe	Stav na lopaticama - svijeća (metodski postupak obuke)			
IX nedjelja, pred.	Opšti pogled na poboljšanje fizičkih sposobnosti			
IX nedjelja, vježbe	Učenje tehnike osnovnih odbojkaških elemenata – odbijanje lopte prstima (metodski postupak obuke)			
X nedjelja, pred.	Sportsko-tehničko obrazovanje (učenje vještina)			
X nedjelja, vježbe	Učenje tehnike osnovnih odbojkaških elemenata – odbijanje lopte podlakticama (metodski postupak obuke)			
XI nedjelja, pred.	Dinamika razvoja osnovnih prirodnih kretanja			
XI nedjelja, vježbe	Vaga na niskoj gredi (metodski postupak obuke)			
XII nedjelja, pred.	Kolokvijum II			
XII nedjelja, vježbe	Ersko kolo (metodski postupak obuke)			

XIII nedjelja, pred.	Tjelesni deformiteti kod djece					
XIII nedjelja, vježbe	Crnogorsko oro (metodski postupak obuke)					
XIV nedjelja, pred.	Organizacija aktivnosti u prirodi					
XIV nedjelja, vježbe	Ersko kolo. Uvježavanje naučenih elemenata u jednu cjelinu					
XV nedjelja, pred.	Završni ispit					
XV nedjelja, vježbe	Marinino kolo (metodski postupak obuke)					
Opterećenje studenta	Nastava i završni ispit: 4 sati x 16 = 64 sata Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x 4 sati = 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 18 Struktura opterećenja: 64 sata nastave (Nastava) + 8 sati (Priprema) + 18 sata (Dopunski rad).					
Nedjeljno			U toku semestra			
4 kredita x 40/30=5 sati i 20 minuta 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi 2 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 3 kredita x 40/30 = 4 sata Struktura opterećenja: 2 sata predavanja 1 sat vježbi 1 sat samostalnog rada, uključujući konsultacije			
Konsultacije			Utorkom od 12 do 13 časova			
Literatura			Krsmanović, B., Berković, L. (1999): Teorija i metodika fizičkog vaspitanja, Novi Sad. Višnjić, D., Jovanović,A., Miletić, K.(2004): Teorija i metodika fizičkog vaspitanja, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Beograd.			
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje			Ocjenjuju se: - Prisustvo nastavi 6 poena, - Dva kolokvija po 22 poena - Završni ispit 50 poena Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 50 poena.			
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