

Ekonomski fakultet / Menadžment Bijelo Polje / SPORT II

Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za prijavljivanje i slušanje predmeta
Ciljevi izučavanja predmeta	Ciljevi izučavanja predmeta: Osposobljavanje studenata za razumijevanje i usvajanje znanja o zdravim stilovima života, razvoju motoričkih sposobnosti, značaju cjeloživotnog vježbanja, i metodama i formama u treniranju i vježbanju.
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Dr Danilo Bojanić
Metod nastave i savladanja gradiva	praktična predavanja, vježbe, konsultacije, i završni ispit
I nedjelja, pred.	Uvod u sadržaj i način izučavanja predmeta
I nedjelja, vježbe	
II nedjelja, pred.	Zdravi stilovi života
II nedjelja, vježbe	
III nedjelja, pred.	Fizička aktivnost – neophodan faktor zdravlja
III nedjelja, vježbe	
IV nedjelja, pred.	Principi pravilne ishrane
IV nedjelja, vježbe	
V nedjelja, pred.	Doziranje u vježbanju
V nedjelja, vježbe	
VI nedjelja, pred.	Planiranje i doziranje u sportskim aktivnostima
VI nedjelja, vježbe	
VII nedjelja, pred.	Psihosomatski status i mogućnost uticaja tjelesnog vježbanja na razvoj čovjeka
VII nedjelja, vježbe	
VIII nedjelja, pred.	Organizacija sportskih aktivnosti
VIII nedjelja, vježbe	
IX nedjelja, pred.	metode za razvoj motoričkih sposobnosti
IX nedjelja, vježbe	
X nedjelja, pred.	Fizička aktivnost kao program prevencije od povreda i deformiteta
X nedjelja, vježbe	
XI nedjelja, pred.	Fizička aktivnost u različitim životnim dobima
XI nedjelja, vježbe	
XII nedjelja, pred.	Praćenje efekata vježbanja
XII nedjelja, vježbe	
XIII nedjelja, pred.	Planiranje i programiranje rekreativnih aktivnosti
XIII nedjelja, vježbe	
XIV nedjelja, pred.	Praćenje efekata tjelesnog vježbanja
XIV nedjelja, vježbe	
XV nedjelja, pred.	Završni ispit
XV nedjelja, vježbe	
Obaveze studenta u toku nastave	studenti su obavezni da pohađaju praktičnu nastavu
Konsultacije	srijeda od 10,00 -11,00 časova
Opterećenje studenta u casovima	
Literatura	
Oblici provjere znanja i	prisustvo i angažovanost u nastavi do 50 poena, završni ispit 50 poena. Prelazna ocjena se dobija ako

ocjenjivanje	se ukupno sakupi najmanje 51 poen
Posebne naznake za predmet	nema
Napomena	nema
Ishodi učenja	Ishodi učenja: nakon što student položi ovaj ispit biće u mogućnosti da: 1. Razumije značaj zdravih stilova života 2. Poznaje osnovne principe pravilne ishrane 3. Poznaje osnovne zakonitosti rasta i razvoja morfoloških karakteristika i motoričkih sposobnosti 4. Razumije važnost fizičke aktivnosti za prevenciju od povreda i deformiteta 5. Samostalno planira trening u skladu sa svojim fizičkim statusom i starosnom dobi