

**Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Sportsko novinarstvo / Teorijske osnove sportskog treninga**

Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za prijavljivanje i slušanje predmeta
Ciljevi izučavanja predmeta	Cilj predmeta upoznavanje studenata sa sportskim treningom koji je multidisciplinarna nauka, koja je bazirana na nizu značajnih naučnih disciplina, a radi lakše spoznaje samog sporta kao cjeline i određenih sportova pojedinačno kroz pripreme za sama takmičenja.
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Prof.dr Duško Bjelica, dr Aldijana Muratović
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja, debate, vježbe, seminarski radovi, konsultacije, provjera
I nedjelja, pred.	Pojam sporta; Tehnika; Obučavanje
I nedjelja, vježbe	Pojam sporta; Tehnika; Obučavanje
II nedjelja, pred.	Treniranje; Strategija i taktika
II nedjelja, vježbe	Treniranje; Strategija i taktika
III nedjelja, pred.	Bazične naučne discipline sportskog treninga
III nedjelja, vježbe	Bazične naučne discipline sportskog treninga
IV nedjelja, pred.	Sistematizacija sportova
IV nedjelja, vježbe	Sistematizacija sportova
V nedjelja, pred.	Pojam sistematizacije i Kategorizacija sportskih disciplina;
V nedjelja, vježbe	Pojam sistematizacije i Kategorizacija sportskih disciplina;
VI nedjelja, pred.	Kolokvijum I
VI nedjelja, vježbe	psihološki osnovi sportskog treninga; Struktura ličnosti
VII nedjelja, pred.	psihološki osnovi sportskog treninga; Struktura ličnosti
VII nedjelja, vježbe	Psihosocijalna dinamika sportskih grupa;
VIII nedjelja, pred.	Psihosocijalna dinamika sportskih grupa;
VIII nedjelja, vježbe	Metode učenja u sportskom treningu
IX nedjelja, pred.	Metode učenja u sportskom treningu
IX nedjelja, vježbe	Pedagoški osnovi sportskog treninga; Didaktički principi
X nedjelja, pred.	Pedagoški osnovi sportskog treninga; Didaktički principi
X nedjelja, vježbe	Planiranje i programiranje sportskog treninga
XI nedjelja, pred.	Planiranje i programiranje sportskog treninga
XI nedjelja, vježbe	Ciklusi u sportskom treningu
XII nedjelja, pred.	Ciklusi u sportskom treningu
XII nedjelja, vježbe	Kolokvijum II
XIII nedjelja, pred.	
XIII nedjelja, vježbe	Doping
XIV nedjelja, pred.	Doping
XIV nedjelja, vježbe	Završni ispit
XV nedjelja, pred.	
XV nedjelja, vježbe	
Obaveze studenta u toku nastave	Studenti su obavezni da pohađaju nastavu, obrade zadate teme, položu 2 kolokvijuma, rade vježbe
Konsultacije	ponedjeljak, 11:00 h
Opterećenje studenta u casovima	Nedjeljno 5 kredita x 40/30 = 6 sati i 40 minuta Struktura: 3 sata predavanja 3 sata i 40 minuta samostalnog rada, uključujući konsultacije U toku semestra Nastava i završni ispit: 6 sati 40 minuta 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 predmeti) Struktura opterećenja: 106 sati i 40 min.(Nastava)+13 sati.i 20 minuta (Priprema)+30 sata(Dopun
Literatura	Bjelica,D."Sportski trening i sistematizacija sportskih disciplina",Pg.2005.Bjelica,D."Sportski trening". Pgd.2006."Epistemologija fizičke kulture",N.Živanović,Niš,2000.g."Komunikacije u sportu",S.Bjelica, D.Bjelica, 2006.; "Sportski trening" -Osnovni udžbenik, D. Bjelica, Pg, 2006.
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Dva kolokvijuma po 22 poena. Seminarski rad 6 poena. Završni ispit 50 poena. Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno skakupi najmanje 51 poen
Posebne naznake za predmet	nema
Napomena	nema
Ishodi učenja	. Objasni razvojne faze sporta kroz istoriju 2. Opiše metode obučavanja i učenja u procesu sportskog treninga 3. Definiše elementarne biomotorne dimenzije 4. Prepozna humani, biološki i pedagoški značaj sporta 5. Objasni nedozvoljene supstance i nedozvoljene metode u sportu 6. Analizira strukturu ličnosti sa psihološkog aspekta