

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / FIZIČKA KULTURA I ZDRAVI STILOVI ŽIVOTA / Sport za sve

Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za slušanje i prijavljivanje predmeta.
Ciljevi izučavanja predmeta	Da studenti dobiju informacije o sportsko-rekreativnim aktivnostima koja treba da zadovolje opšte bio-psiho-socijalne potrebe građana za kretanjem, igrom i druženjem u cilju osvježanja, okrepljenja i njegovanja zdravog i aktivnog načina života, kako bi u kasnijem profesionalnom radu mogli da daju doprinos realizaciji i osmišljavanju programa prilagođenih učesnicima svih hronoloških dobi, različitog zdravstvenog stanja i u skladu sa individualnim specifičnostima učesnika/ca.
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Doc. dr Dagan Krivokapić Dr Kosta Goranović
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja i diskusije. Seminarski rad. Učenje za pismenu i usmenu provjeru znanja.
I nedjelja, pred.	Cilj, zadaci i značaj programa Sport za sve. Razmatranje uzroka i posljedica dinamičnih promjena životnih stilova. tokom zadnjih decenija;
I nedjelja, vježbe	Osnovne karakteristike SFT baterija testova
II nedjelja, pred.	Teorijske osnove Sporta za sve (zdravstveno-higijenske) Teorijske osnove Sporta za sve (psihološko-sociološke)
II nedjelja, vježbe	Senior fitnes test - Definisanje parametara funkcionalnog fitnesa kod starijih osoba
III nedjelja, pred.	Značaj sportsko-rekreativnih aktivnosti u očuvanju i unapređenju zdravlja i kvaliteta života;
III nedjelja, vježbe	Neaktivnost i patološka stanja kao uzroci slabljenja i propadanja organizma
IV nedjelja, pred.	Uloga sportsko-rekreativnih aktivnosti u prevenciji i suzbijanju hroničnih nezaraznih bolesti.
IV nedjelja, vježbe	Karakteristike koncepta: sport za razvoj i koncepta: sport plus podrške
V nedjelja, pred.	Inicijalno, željeno i objektivno stanje učesnika u Sportu za sve
V nedjelja, vježbe	Programi aktivnog odmora
VI nedjelja, pred.	Planiranje i programiranje Sporta za sve; Manifestacije i takmičenja.
VI nedjelja, vježbe	Protektivni efekti programa sportske rekreacije - sporta za sve
VII nedjelja, pred.	I kolokvijum
VII nedjelja, vježbe	Kolokvijalna nedjelja
VIII nedjelja, pred.	Neke specifičnosti motoričkih mjerenja djece. Sport za sve u obrazovnom sistemu
VIII nedjelja, vježbe	Fizička forma i zdravstveni status
IX nedjelja, pred.	Upravljanje transformacionim procesima u funkciji dobijanja informacija o stanju čovjeka u pojedinim fazama tog procesa.
IX nedjelja, vježbe	Benefiti koje donosi aktivni odmor i redovna fizička aktivnost
X nedjelja, pred.	Sport za sve osoba trećeg dobauz preporuke za procjenu doziranja opterećenja.
X nedjelja, vježbe	Kako aktivan odmor djeluje?
XI nedjelja, pred.	Sport za sve osoba narušenog zdravlja i osoba sa umanjenim psiho-fizičkim sposobnostima.
XI nedjelja, vježbe	Mini programi aktivnog odmora u procesu rada
XII nedjelja, pred.	Cilj, zadaci i značaj programa Sport za sve. Razmatranje uzroka i posljedica dinamičnih promjena životnih stilova. tokom zadnjih decenija;
XII nedjelja, vježbe	Primjeri zemalja sa uspješnom preventivnom zdravstvenom zaštitom
XIII nedjelja, pred.	Uloga sportsko-rekreativnih aktivnosti u prevenciji i suzbijanju hroničnih nezaraznih bolesti.
XIII nedjelja, vježbe	Mehanizmi pozitivnog uticaja programa sportske rekreacije
XIV nedjelja, pred.	Značaj osposobljavanja kadrova u za kvalitetnu realizaciju organizovanih sportsko-rekreativnih aktivnosti.
XIV nedjelja, vježbe	Povezanost fizičke forme i zdravstvenog statusa;
XV nedjelja, pred.	II kolokvijum
XV nedjelja, vježbe	Druga kolokvijalna nedjelja
Obaveze studenta u toku nastave	: Studenti su obavezni da redovno pohađaju nastavu i aktivno učestvuju u njoj. Priprema seminarskih i domaćih zadataka.

Konsultacije	Utorkom od 10 do 11 h
Opterećenje studenta u casovima	Nedjeljno 7 kredita x 40/30 = 9 sati i 20 minuta Struktura: 2 sati predavanja 2 sati vježbi 4 sati i 20 minuta individualnog rada studenta (priprema za laboratorijske vježbe, za kolokvijume, izrada domaćih zadataka) uključujući i konsultacije U toku semestra Nastava i završni ispit: (9 sati i 20 minuta) x 16 = 149 sati i 20 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 2 x (9 sati i 20 minuta) = 18 sati i 40 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 7 x 30 = 210 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 - 30 sati. Struktura opterećenja: 149 sati i 20 minuta (nastava) + 18 sati i 40 minuta (priprema) + 30 sati (dopunski rad)
Literatura	Literatura: Sport za sve, skripta- izabrana poglavlja iz referentne literature. Mikalački, M.(2005): Sportska rekreacija. Fakultet fizičke kulture u Novom Sadu Mitić, D.(2001): Rekreacija. Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja u Beogradu.
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Dva kolokvijuma do 20 poena (ukupno 40 poena). Prisustvo i aktivno učešće unastavi do 10 poena. Završni ispit sa 50 poena. Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 50 poena. OCJENE: E = 50 - 59; D=60 - 69; C =70 - 79; B = 80 - 89; A = 90 - 100 poena .
Posebne naznake za predmet	Nema
Napomena	Nema
Ishodi učenja	Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: 1.Analizira razloge, uzroke i posljedice koji su zadnjih decenija doveli do zabrinjavajućeg smanjenja fizičkih aktivnosti savremenog čovjeka. 2.Razumije osnovne faktore koji doprinose očuvanju i uapredjenju zdravstvenog statusa savremenog čovjeka; 3. Iznosi primjere i uvjerenja kojima pozitivno utiče na prihvatanje fizičke aktivnosti kao uslova za očuvanje zdravstvenog statusa. 4. Postigne nivo osposobljenosti kojim može da utiče na učenike da odbace nezdrave životne stilove i prihvate zdrave stilove. 5.Koristi znanja u testiranju i procjeni bio-psiho-motoričkog statusa različitih uzrasnih kategorija 6.Kontinuirano prati savremena israživanja i naučna dostignuća iz oblasti sportskih nauka; 7. Primjenjuje stečena znanja u praksi uz poštovanje indiuvidualnih razlika učesnika u programima sportsko-rekreativnih aktivnosti.