

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura / Borilački sportovi (karate i boks)

Naziv predmeta:	Borilački sportovi (karate i boks)			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
2745	Obavezan	3	5	1+2+1
Studijski programi za koje se organizuje	Fizička kultura			
Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova.			
Ciljevi izučavanja predmeta	Kroz ovaj predmet studenti se upoznaju sa teorijskim i praktičnim saznanjima iz ovih sportova za budući efikasan rad sa djecom i omladinom			
Ishodi učenja	Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: 1. Razumije principe i specijalne metode u procesu učenja. 2. Razumije ulogu i značaj borilačkih sportova u vaspitno - obrazovnom sistemu. 3. Poznae tehniku karatea i sposobnost za uključivanje u program nastave fizičkog vaspitanja. 4. Poznae tehniku boksa i sposobnost za uključivanje u program nastave fizičkog vaspitanja. 5. Ovlada pravilima u karateu i boksu. 6. Poznae stručnu terminologiju u karate i boksu.			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Doc. dr Jovica Petkovic mr Danilo Bojanić			
Metod nastave i savladanja gradiva	Teoretska - praktična predavanja, vježbe, uvježbavanje, provjera znanja.			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Borenje kao genetsko i socijalno nasleđe čovjeka.			
I nedjelja, vježbe	Borenje kao genetsko i socijalno nasleđe čovjeka.			
II nedjelja, pred.	Istorijski razvoj borilačkih sportova(karate - boks)u svijetu i kod nas			
II nedjelja, vježbe	Istorijski razvoj borilačkih sportova(karate - boks)u svijetu i kod nas			
III nedjelja, pred.	Tehnika i metodika karatea. Osnovna metodika, principi i specijalne metode u procesu učenja.			
III nedjelja, vježbe	Tehnika i metodika karatea. Osnovna metodika, principi i specijalne metode u procesu učenja.			
IV nedjelja, pred.	Razvoj tehnike karatea i stvaranja pretpostavki za uključivanje u program nastave fizičkog vaspitanja.			
IV nedjelja, vježbe	Razvoj tehnike karatea i stvaranja pretpostavki za uključivanje u program nastave fizičkog vaspitanja.			
V nedjelja, pred.	Osnovna tehnika karatea (stavovi, kretanja, udarci, blokovi, itd.)i pravila takmičenja i suđenja u karateu.			
V nedjelja, vježbe	Osnovna tehnika karatea (stavovi, kretanja, udarci, blokovi, itd.)i pravila takmičenja i suđenja u karateu.			
VI nedjelja, pred.	I kolokvijum			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	Istorijski razvoj boksa u svijetu i kod nas.			
VII nedjelja, vježbe	Istorijski razvoj boksa u svijetu i kod nas.			
VIII nedjelja, pred.	Boks u Engleskoj, značaj 1865. godine.			
VIII nedjelja, vježbe	Boks u Engleskoj, značaj 1865. godine.			
IX nedjelja, pred.	Tehnika i metodika boksa.			
IX nedjelja, vježbe	Tehnika i metodika boksa.			
X nedjelja, pred.	Osnovni principi i metode boksa kao i specifične metode u obuci tehnike boksa.			
X nedjelja, vježbe	Osnovni principi i metode boksa kao i specifične metode u obuci tehnike boksa.			
XI nedjelja, pred.	Tendencija daljeg razvoja boksa			
XI nedjelja, vježbe	Tendencija daljeg razvoja boksa			
XII nedjelja, pred.	Pravila takmičenja i suđenja u boksu.			
XII nedjelja, vježbe	Pravila takmičenja i suđenja u boksu.			
XIII nedjelja, pred.	Uloga i značaj borilačkih sportova u vaspitno - obrazovnom			

XIII nedjelja, vježbe	Uloga i značaj borilačkih sportova u vaspitno – obrazovnom					
XIV nedjelja, pred.	II kolokvijum					
XIV nedjelja, vježbe						
XV nedjelja, pred.	Završni ispit					
XV nedjelja, vježbe						
Opterećenje studenta	nedjeljno 5 kredita x 40/30 = 6 sati i 30 minuta Struktura: 3 sata teorijskog predavanja 3,5 sata samostalnog rada uključujući i konsultacije u semestru Nastava i završni ispit (6,30sati 40 minuta) x 16 = 104 sata Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x (6 sati i 30 minuta) = 13 sati Ukupno opterećenje za predmet 5 x 30 =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 predmet) Struktura opterećenja: 104 sati (Nastava) + 13 sati (priprema) +30 sati (Dopunski rad)					
Nedjeljno	U toku semestra					
5 kredita x 40/30=6 sati i 40 minuta 1 sat(a) teorijskog predavanja 1 sat(a) praktičnog predavanja 2 vježbi 2 sat(a) i 40 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: 6 sati i 40 minuta x 16 =106 sati i 40 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 6 sati i 40 minuta x 2 =13 sati i 20 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 5 x 30=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 predmet) 30 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 106 sati i 40 minuta (nastava), 13 sati i 20 minuta (priprema), 30 sati i 0 minuta (dopunski rad)					
Obaveze studenta u toku nastave	Studenti su obavezni da pohađaju teorijsku i praktičnu nastavu kao i praktične vježbe, izvršavaju postavljene zadatke i odrade oba kolokvijuma i završni ispit					
Konsultacije	Utorak 12.30h					
Literatura	Z. Ćirković, S. Jovanović; Borenja (Boks , karate), FFK – Beograd 1992. godina; M. Savić;Borilački sportovi, FFK – N. Sad 2003. godina,					
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Ocjenjuje se: - Prisustvo nastavi6 poena - dva kolokvijuma.....po.22 poena - završni ispit.....50 poena Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi 51 poen					
Posebne naznake za predmet	Nema					
Napomena	Teorijska predavanja pratiće i vježbe koje su sačinjene po posebnom programu					
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