

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura / PLIVANJE I VATERPOLO I

Naziv predmeta:	PLIVANJE I VATERPOLO I			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
4586	Obavezan	5	3	2+0+0
Studijski programi za koje se organizuje	Fizička kultura			
Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za prijavljivanje i slušanje predmeta			
Ciljevi izučavanja predmeta	: Upoznavanje studenata/studentkinja sa teorijskim, naučnim i stručnim saznanjima iz plivanja, vaterpola i spasilaštva na vodi i iz vode, koja će savremenim metodološkim postupcima primjenjivati u pedagoškom radu sa djecom, učenicima i mladima.			
Ishodi učenja	Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: Poznae nastanak i razvoj plivanja i plivačkih sportskih tehnika i njegov značaj; Poznae pojam selekcije u plivanju; Analizira biomehantička i anatomska svojstva plivača; Opisuje i praktično prikazuje tehniku i metodiku spasilaštva na vodi i iz vode; Metodički tumači ttehniku spasilaštva			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	doc. dr Stevo Popović			
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja, konsultacije i provjera znanja			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Uvodno predavanje			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Nastanak i razvoj plivanja i plivačkih sportskih tehnika			
II nedjelja, vježbe				
III nedjelja, pred.	Biološki, pedagoško-psihološki i praktični značaj plivanja			
III nedjelja, vježbe				
IV nedjelja, pred.	Pojam selekcije u plivanju			
IV nedjelja, vježbe				
V nedjelja, pred.	Biomehanika i anatomija plivanja			
V nedjelja, vježbe				
VI nedjelja, pred.	KOLOVKOJUM I			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	Proces utapanja i potencijalni uzročnici opasnosti			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Pomoćna sredstva i oprema za spasavanje na vodi i iz vode			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Tehnika spasavanja – spasilački skok i spasilačko plivanje			
IX nedjelja, vježbe				
X nedjelja, pred.	Tehnika spasavanja – samospasavanje i načini spasavanja davljenika			
X nedjelja, vježbe				
XI nedjelja, pred.	Metodika spasavanja			
XI nedjelja, vježbe				
XII nedjelja, pred.	KOLOKVIJUM II			
XII nedjelja, vježbe				
XIII nedjelja, pred.	Spasavanje na vodi i iz vode kao profesija			
XIII nedjelja, vježbe				

XIV nedjelja, pred.	Plan i program škole plivanja i vaterpola					
XIV nedjelja, vježbe						
XV nedjelja, pred.	ZAVRŠNI ISPIT					
XV nedjelja, vježbe						
Opterećenje studenta	Nedeljno: 3 kredita x 40/30 = 4 sata Struktura opterećenja: 2 sata predavanja 2 sata samostalnog rada uključujući i konsultacije U semestru: Nastava i završni ispit: 4 sata x 16 = 60 sati Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x (4 sata) = 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 22 sata (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) Struktura opterećenja: 60 sati (nastava) + 8 sati (priprema) + 22 sata (dopunski rad)					
Nedjeljno	U toku semestra					
3 kredita x 40/30=4 sati i 0 minuta 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 0 vježbi 2 sat(a) i 0 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: 4 sati i 0 minuta x 16 =64 sati i 0 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 4 sati i 0 minuta x 2 =8 sati i 0 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 3 x 30=90 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) 18 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 64 sati i 0 minuta (nastava), 8 sati i 0 minuta (priprema), 18 sati i 0 minuta (dopunski rad)					
Obaveze studenta u toku nastave	Prisustvo nastavi, obrađivanje zadatih tematskih zadataka, polaganje kolokvija i završnog ispita					
Konsultacije	Ponedjeljkom od 10 do 11 časova					
Literatura	Ahmetović, Z., Matković, I. (1995). Teorija plivanja. Novi Sad: PSJ i SA Novog Sada.; Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Kineziološki fakultet.; Colwin, Cecil, M. (2002). Breakthrough Swimming. Illinois: Human Kinetics.; Lucero, B. (2009). Technique Swim Workouts. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport.; Gaughran, R. and Lambert, AF. (1969). The Technique of Water Polo. Los Angeles: Swimming World.; De Mestre, N. (1972). Water polo; techniques and tactics. Sydney: Angus and Robertson.					
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Polaganje dva kolokvija (po 20 poena), prisustvo nastavi i aktivnosti tokom nastave (po 5 poena) i polaganje završnog ispita (50 poena) - prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 51 poen					
Posebne naznake za predmet	Nema					
Napomena	Nema					
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