

Naziv studija	Odjel za nastavničke studije u Gospiću			
Naziv kolegija	Kineziološka kultura I			
Status kolegija	Redovita nastava			
Godina	2015/16	Semestar	5	
ECTS bodovi	1			
Nastavnik	Mr. Braco Tomljenović			
e-mail	btomljen@net.hr			
vrijeme konzultacija	Srijeda 8-10 sati			
Suradnik / asistent				
e-mail				
vrijeme konzultacija				
Mjesto izvođenja nastave	Sportska dvorana			
Oblici izvođenja nastave	Vježbe			
Nastavno opterećenje P+S+V	0+0+2			
Način provjere znanja i polaganja ispita	potpis			
Početak nastave	6.10.2015	Završetak nastave	29.01.2016	
Kolokviji	1. termin	2. termin	3. termin	4. termin
Ispitni rokovi		2. termin	3. termin	4. termin
Ishodi učenja	<p>Nakon odslušanih predavanja iz kolegija kineziološka kultura studenti će moći:</p> <p>aplicirati bazične sportove (gimnastiku, atletiku, igre s loptom.);</p> <p>planirati i programirati sadržaje pojedinih sportova;</p> <p>kompetentno odabirati primjerene sadržaje iz kineziološke kulture u radu s učenicima rane školske dobi;</p> <p>naučiti učenike rane školske dobi osnovnim kineziološkim znanjima iz gimnastike, atletike, igre s loptom;</p> <p>organizirati i sprovesti natjecanje iz (atletike, igara s loptom, igre)</p>			
Preduvjeti za upis				
Sadržaj kolegija	<p>Metodički put učenja kinezioloških znanja iz gimnastike, atletike, igara s loptom (odabir sadržaja, metoda i oblika rada - uz uvažavanje različitosti sportskih disciplina).</p> <p>Gimnastika:osnovni elementi gimnastike u muškom i ženskom višeboju.</p> <p>Atletika: osnovni elementi atletskih disciplina (škola trčanja, bacanja i skakanja- biotičkih oblika kretanja).</p> <p>Igre s loptom: nogomet, košarka, odbojka i igre</p>			
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Findak, V. (2003). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture (3. izdanje). Zagreb. Školska knjiga 2. Findak, V. (1992). Metodički organizacijski oblici rada u edukaciji, sportu i sportskoj rekreaciji. Zagreb. Hrvatski savez za sportsku rekreaciju, Montorex. 3. Findak V. Mironović R., Schmidt I, Šnajder, V. (1990). Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi. Školska knjiga. Zagreb 4. Neljak, B.(2011). Opća kineziološka metodika, SKIF Kineziološki fakultet 5. Neljak, B.(2010). Kineziološka metodika u osnovnim i srednjim 			

	<p>školama, , SKIF Kineziološki fakultet</p> <p>6. Pejčić, A. (2005). Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi.</p> <p>7. Pejčić, A. (2002). Igre za male i velike. Rijeka. Visoka učiteljska škola u Rijeci, Sveučilište u Rijeci.</p> <p>8. Pejčić, A. (2001). Zdrav duh u zdravu tijelu. Rijeka. Visoka učiteljska škola u Rijeci, Sveučilište u Rijeci.</p> <p>9. Pejčić A., Berlot, S. (1996). Sadržaji tjelesne i zdravstvene kulture za prva četiri razreda osnovne škole. Rijeka. Sveučilišta u Rijeci.</p>
Dopunska literatura	
Internetski izvori	
Način praćenja kvalitete	Studentskom anketom
Uvjeti za dobivanje potpisa	Od studenata se očekuje redovito i aktivno sudjelovanje u svim planiranim oblicima nastave. Obvezuju ih uredno vođenje zabilježbi iz praktičnog dijela, kontinuirana provjera znanja u praktičnom dijelu i Izrada samostalnih zadataka. Sve razine obveza studenata povezane su s obveznim praćenjem i korištenjem predviđene literature.
Način bodovanja kolokvija/seminara/vježbi /ispita	Pohađanje nastave i aktivnost u nastavi 100%
Način formiranja konačne ocjene	Pohađanje nastave i aktivnost u nastavi
Napomena	Nepravovremeno izvršavanje ili neizvršavanje preuzetih obaveza odrazit će se kroz uskraćivanja prava na potpis.

Vježbe			
Red. br.	Datum	Naslov	Literatura
1	12.10	OPV- vježbe /Uvodni sat	1,2,3,4,5,6,7,8,9
2	19.10	OPV- vježbe	1,2,3,4,5,6,7,8,9
3	26.10	OPV- vježbe	1,2,3,4,5,6,7,8,9
4	29.10	OPV- vježbe	1,2,3,4,5,6,7,8,9
5	2.11	Usavršavanje tehnike sprinta	1,2,3,4,5,6,7,8,9
6	9.11	Usavršavanje tehnike trčanja niskih prepona	1,2,3,4,5,6,7,8,9
7	16.11	Usavršavanje tehnike trčanja na srednjim stazama	1,2,3,4,5,6,7,8,9
8	23.11	Razvoj brzine	1,2,3,4,5,6,7,8,9
9	30.11	Razvoj eksplozivne snage	1,2,3,4,5,6,7,8,9
10	7.12	Razvoj brzine izdržljivosti	1,2,3,4,5,6,7,8,9
11	14.12	Razvoj snage	1,2,3,4,5,6,7,8,9
12	21.12	Vježbe na spravama	1,2,3,4,5,6,7,8,9
13	11.01	Preskoci	1,2,3,4,5,6,7,8,9
14	18.01	Vježbe na tlu	1,2,3,4,5,6,7,8,9
15	25.01	Vježbe na tlu	1,2,3,4,5,6,7,8,9

Nastavnik:
Mr. Braco Tomljenović