



SVEUČILIŠTE U ZADRU
UNIVERSITAS STUDIORUM IADERTINA

Obrazac 1.3.2. Izvedbeni plan nastave (*syllabus*)

Obrazac 1.3.2. Izvedbeni plan nastave (*syllabus*)*

Naziv kolegija	Kineziološka kultura 3,4					akad. god.	2019./2020.						
Naziv studija	Odjel za nastavničke studije u Gospiću					ECTS	1						
Sastavnica	Sveučilišta u Zadru												
Razina studija	<input type="checkbox"/> preddiplomski	<input type="checkbox"/> diplomski		<input checked="" type="checkbox"/> integrirani		<input type="checkbox"/> poslijediplomski							
Vrsta studija	<input type="checkbox"/> jednopredmetni <input type="checkbox"/> dvopredmetni	<input type="checkbox"/> sveučilišni		<input type="checkbox"/> stručni		<input type="checkbox"/> specijalistički							
Godina studija	<input type="checkbox"/> 1.		<input type="checkbox"/> 2.		<input type="checkbox"/> 3.		<input type="checkbox"/> 4.		<input checked="" type="checkbox"/> 5.				
Semestar	<input checked="" type="checkbox"/> zimski		<input checked="" type="checkbox"/> I.		<input type="checkbox"/> II.		<input type="checkbox"/> III.		<input type="checkbox"/> IV.		<input type="checkbox"/> V.		
	<input type="checkbox"/> ljetni		<input type="checkbox"/> VI.		<input type="checkbox"/> VII.		<input type="checkbox"/> VIII.		<input checked="" type="checkbox"/> IX.		<input type="checkbox"/> X.		
Status kolegija	<input checked="" type="checkbox"/> obvezni kolegij		<input type="checkbox"/> izborni kolegij		<input type="checkbox"/> izborni kolegij koji se nudi studentima drugih odjela			Nastavničke kompetencije		<input checked="" type="checkbox"/> DA <input type="checkbox"/> NE			
Opterećenje	0	P	0	S	4	V	Mrežne stranice kolegija u sustavu za e-učenje					<input type="checkbox"/> DA <input checked="" type="checkbox"/> NE	
Mjesto i vrijeme izvođenja nastave	Gospić, srijeda/11.30-13,15;četvrtak sportska dvorana					Jezik/jezici na kojima se izvodi kolegij					Hrvatski		
Početak nastave	2. 10. 2019.					Završetak nastave					24. 01. 2020.		
Preduvjeti za upis kolegija	Upis na studij												
Nositelj kolegija	Doc. Dr. sc. Braco Tomljenović												
E-mail	btomljen@net.hr					Konzultacije		Ponedjeljak 8,00-10,00					
Izvođač kolegija	Doc. Dr. sc. Braco Tomljenović												
E-mail	btomljen@net.hr					Konzultacije							
Suradnik na kolegiju													
E-mail						Konzultacije							
Suradnik na kolegiju													
E-mail						Konzultacije							
Vrste izvođenja nastave	<input type="checkbox"/> predavanja		<input type="checkbox"/> seminari i radionice		<input checked="" type="checkbox"/> vježbe		<input type="checkbox"/> e-učenje		<input type="checkbox"/> terenska nastava				
	<input type="checkbox"/> samostalni zadaci		<input type="checkbox"/> multimedija i mreža		<input type="checkbox"/> laboratorij		<input type="checkbox"/> mentorski rad		<input type="checkbox"/> ostalo				
Ishodi učenja kolegija	Nakon završenog studija studenti će: <input type="checkbox"/> opisati i pokazati kineziološke operatore u svrhu unaprjeđenja motoričke, funkcionalne i kognitivne sposobnosti učenika <input type="checkbox"/> primijeniti različite metode poučavanja ovisno o mogućnostima i razvojnoj dimenziji djeteta												

* Riječi i pojmovni sklopovi u ovom obrascu koji imaju rodno značenje odnose se na jednak način na muški i ženski rod.



SVEUČILIŠTE U ZADRU
UNIVERSITAS STUDIORUM IADERTINA

Obrazac 1.3.2. Izvedbeni plan nastave (*syllabus*)

	<input type="checkbox"/> prepoznati specifične potrebe učenika koji su uvjetovani njihovom različitošću i posebnostima na individualnoj razini. <input type="checkbox"/> provoditi istraživanja u funkciji unaprjeđenja struke, uvažavajući Etički kodeks istraživanja s djecom. <input type="checkbox"/> organizirati i provoditi različite izvannastavne i izvanškolske aktivnosti				
Ishodi učenja na razini programa kojima kolegij doprinosi	Nakon položenog ispita iz ovoga kolegija studenti će biti sposobni: <input type="checkbox"/> objasniti i opisati osnovna teorijsko-praktična znanja nekih fitness programa: aerobik i pilates <input type="checkbox"/> povezati i primijeniti usvojene informacije o pravilnosti izvođenja pojedinih vježbi, doziranju intenziteta i volumena opterećenja, planiranju i provedbi individualnih programa vježbanja izvan nastave i u slobodno vrijeme <input type="checkbox"/> Identificirati, razlikovati, usporediti i objasniti neke kineziološke programe kao primjere različitog strukturiranja slobodnog vremena <input type="checkbox"/> razviti potrebu za sustavnim tjelesnim vježbanjem s ciljem pozitivnog utjecaja na organizam <input type="checkbox"/> planirati kineziološke aktivnosti s ciljem pozitivnog utjecaja na morfološki, motorički i funkcionalni status planirati kineziološke aktivnosti s ciljem redukcije potkožnog masnog tkiva <input type="checkbox"/> izračunati sastav tijela metodom mjerenja kožnih nabora; <input type="checkbox"/> procijeniti status uhranjenosti putem različitih morfoloških mjera i indeksa				
Načini praćenja studenata	<input checked="" type="checkbox"/> pohađanje nastave	<input type="checkbox"/> priprema za nastavu	<input type="checkbox"/> domaće zadaće	<input type="checkbox"/> kontinuirana evaluacija	<input type="checkbox"/> istraživanje
	<input type="checkbox"/> praktični rad	<input type="checkbox"/> eksperimentalni rad	<input type="checkbox"/> izlaganje	<input type="checkbox"/> projekt	<input type="checkbox"/> seminar
	<input type="checkbox"/> kolokvij(i)	<input type="checkbox"/> pismeni ispit	<input type="checkbox"/> usmeni ispit	<input type="checkbox"/> ostalo:	
Uvjeti pristupanja ispitu	Redovito pohađanje nastave, nema ispita, rad se vrednuje potpisom.				
Ispitni rokovi	<input type="checkbox"/> zimski ispitni rok		<input type="checkbox"/> ljetni ispitni rok		<input type="checkbox"/> jesenski ispitni rok
Termini ispitnih rokova					
Opis kolegija	Redovitom primjenom kinezioloških aktivnosti pozitivno utjecati na usavršavanje i povećanje fonda motoričkih znanja i informacija, na razvoj i unapređenje motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, s ciljem očuvanja i unapređenja zdravlja i kvalitete života.				
Sadržaj kolegija (nastavne teme)	<input type="checkbox"/> Aerobic: Pojedinačno izvođenje više koraka u kretanju i mjestu i povezivanje istog <input type="checkbox"/> Vježbe za oblikovanje i jačanje trbušne muskulature u sekciji snage kao sastavnog dijela klasičnog sata aerobica <input type="checkbox"/> Vježbe za oblikovanje i jačanje leđne muskulature u sekciji snage kao sastavnog dijela klasičnog sata aerobica <input type="checkbox"/> Osnove pilates tehnike <input type="checkbox"/> Osnove pilates tehnike- pilates na lopti <input type="checkbox"/> Osnove pilates tehnike- primjena elastične trake <input type="checkbox"/> Pilates vježbe za pojedine regije tijela <input type="checkbox"/> Morfološka mjerenja u kineziologiji; mjerenje kožnih nabora Morfološka mjerenja u kineziologiji; mjerenje kožnih nabora				



SVEUČILIŠTE U ZADRU
UNIVERSITAS STUDIORUM IADERTINA

Obrazac 1.3.2. Izvedbeni plan nastave (*syllabus*)

	<input type="checkbox"/> Morfološka mjerenja u kineziologiji; mjerenje voluminoznosti tijela Morfološka mjerenja u kineziologiji; mjerenje voluminoznosti tijela <input type="checkbox"/> Utvrđivanje morfološkog statusa studentica i izrada odgovarajućeg programa vježbanja Utvrđivanje morfološkog statusa studentica i izrada odgovarajućeg programa vježbanja Utvrđivanje morfološkog statusa studentica i izrada odgovarajućeg programa vježbanja Utvrđivanje morfološkog statusa studentica i izrada odgovarajućeg programa vježbanja					
Obvezna literatura	Fučkar, K. (1997). Aerobika za mlađu školsku dob. Suvremena aerobika- Zbornik radova, šesti zagrebački sajam sporta. Zagreb: FKK Furjan-Mandić, G. (2009.) Vježbe snage u aerobici. CD priručnik. Zagreb: Medaktor. ISBN 978-953-55801-0-2 Jagodić Rukavina A.(2006). Body tehnika, Makronova Zagreb Mišigoj Duraković M. i sur.(1995). Morfološka antropometrija u sportu, FFK, Zagreb					
Dodatna literatura	Brown, L.E., Ferigno, V.A., Santana, J.C. (2006). Brzina agilnost, eksplozivnost. Gopal d.o.o. Zagreb <input type="checkbox"/> Radcliffe, J.C., Farentinos, R.C. (2003). Pliometrija, Gopal, Zagreb <input type="checkbox"/> Kalish, S. (2000). Fitnes za djecu- praktični savjeti za roditelje. Zagreb: Gopal. <input type="checkbox"/> Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik) <input type="checkbox"/> Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima (priručnik za nastavu iz predmeta Osnovne kineziološke transformacije). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu					
Mrežni izvori						
Provjera ishoda učenja (prema uputama AZVO)	Samo završni ispit					
	<input type="checkbox"/> završni pismeni ispit		<input type="checkbox"/> završni usmeni ispit		<input type="checkbox"/> pismeni i usmeni završni ispit	<input type="checkbox"/> praktični rad i završni ispit
	<input type="checkbox"/> samo kolokvij/zadace	<input type="checkbox"/> kolokvij / zadaca i završni ispit	<input type="checkbox"/> seminarski rad	<input type="checkbox"/> seminarski rad i završni ispit	<input type="checkbox"/> praktični rad	<input checked="" type="checkbox"/> drugi oblici
Način formiranja završne ocjene (%)	Pohađanje nastave i aktivnost u nastavi 100%					
Ocjenjivanje /upisati postotak ili broj bodova za elemente koji se ocjenjuju/	% nedovoljan (1)					
	% dovoljan (2)					
	% dobar (3)					
	% vrlo dobar (4)					
	% izvrstan (5)					
Način praćenja kvalitete	<input checked="" type="checkbox"/> studentska evaluacija nastave na razini Sveučilišta <input type="checkbox"/> studentska evaluacija nastave na razini sastavnice <input type="checkbox"/> interna evaluacija nastave <input checked="" type="checkbox"/> tematske sjednice stručnih vijeća sastavnica o kvaliteti nastave i rezultatima studentske ankete <input type="checkbox"/> ostalo					
Napomena / Ostalo	Sukladno čl. 6. <i>Etičkog kodeksa</i> Odbora za etiku u znanosti i visokom obrazovanju, „od studenta se očekuje da pošteno i etično ispunjava svoje obveze, da mu je temeljni cilj akademska izvrsnost, da se ponaša civilizirano, s poštovanjem i bez predrasuda“.					



SVEUČILIŠTE U ZADRU
UNIVERSITAS STUDIORUM IADERTINA

Obrazac 1.3.2. Izvedbeni plan nastave (*syllabus*)

	<p>Prema čl. 14. <i>Etičkog kodeksa</i> Sveučilišta u Zadru, od studenata se očekuje „odgovorno i savjesno ispunjavanje obveza. [...] Dužnost je studenata/studentica čuvati ugled i dostojanstvo svih članova/članica sveučilišne zajednice i Sveučilišta u Zadru u cjelini, promovirati moralne i akademske vrijednosti i načela. [...]</p> <p>Etički je nedopušten svaki čin koji predstavlja povredu akademskog poštenja. To uključuje, ali se ne ograničava samo na:</p> <ul style="list-style-type: none">- razne oblike prijevare kao što su uporaba ili posjedovanje knjiga, bilježaka, podataka, elektroničkih naprava ili drugih pomagala za vrijeme ispita, osim u slučajevima kada je to izrijekom dopušteno;- razne oblike krivotvorenja kao što su uporaba ili posjedovanje neautorizirana materijala tijekom ispita; lažno predstavljanje i nazočnost ispitima u ime drugih studenata; lažiranje dokumenata u vezi sa studijima; falsificiranje potpisa i ocjena; krivotvorenje rezultata ispita“. <p>Svi oblici neetičnog ponašanja rezultirat će negativnom ocjenom u kolegiju bez mogućnosti nadoknade ili popravka. U slučaju težih povreda primjenjuje se <u><i>Pravilnik o stegovnoj odgovornosti studenata/studentica Sveučilišta u Zadru</i></u>.</p> <p>U elektronskoj komunikaciji bit će odgovarano samo na poruke koje dolaze s poznatih adresa s imenom i prezimenom, te koje su napisane hrvatskim standardom i primjerenim akademskim stilom.</p>
--	--