



ДОКУМЕНТАЦИЈА ЗА АКРЕДИТАЦИЈУ СТУДИЈСКОГ ПРОГРАМА ПРВОГ
СТЕПЕНА ВИСОКОГ ОБРАЗОВАЊА

Стандард 5: Курикулум

Табела 5.2. Спецификација предмета
– Шифра: ОС-232

Студијски програм/студијски програми : Сви студијски програми			
Врста и ниво студија: Студије првог степена - Основне академске студије			
Назив предмета: Спорт и физичко васпитање- индивидуални спорт			
Наставник (Презиме, средње слово, име): Андрашић Л. Слободан			
Статус предмета: изборни			
Број ЕСПБ: 2			
Услов:			
Циљ предмета Циљ предмета је да кроз разне облике систематског телесног вежбања и теоретског образовања схвате вредности и значај спорта и физичког васпитања за здравље и правилан физички развој.			
Исход предмета Сазнање о вредностима бављења спортом и непосредно побољшање властитих психофизичких способности, чиме се постиже позитиван утицај на њихову личност и начин живљења.			
Садржај предмета <i>Настава:</i> Упознавање студената са значајем спорта, рекреације и физичког васпитања; правилна примена вежби обликовања и истезања; савремена дијагностика и праћење структуре оптерећења током физичке активности; болест савременог менаџера- стрес и замор; правила и техника рада на тренажерима; индивидуални програми рада. <i>Вежбе:</i> Вежбе се изводе у спортским салама које својим садржајима могу да омогуће обуку студената у следећим активностима: аеробик, рад на тренажерима и фитнес справама, рад са слободним теговима, рад на аеробним тренажерима, стони тенис и шах.			
Литература			
Број часова активне наставе у 8. семестру			Остали часови
Предавања: 15	Вежбе: 30	Други облици наставе: Студијски истраживачки рад:	
Методе извођења наставе			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена
активност у току предавања		писмени испит	
колоквијум-и		усмени испит	
домаћи задаци		
семинарски рад			
студија случаја			
Вежбе	100		
СВЕГА	100		