

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт			
Врста и ниво студија: основне академске студије			
Назив предмета: ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА КОНДИЦИЈЕ 1 (има наставак)			
Наставник (за предавања): Стефановић Д. Ђорђе, Ћирковић М. Зоран, Јанковић Н. Ненад, Мандарић Д. Сања			
Наставник/сарадник (за вежбе): Јанковић Н. Ненад, Матић Ј. Милан, Ранисављевић М. Игор			
Статус предмета: изборни			
Број ЕСПБ: 5			
Услов: нема			
<p>Циљ предмета је упознавање студената са принципима и законитостима процеса развоја кондиционих способности, као и применом различитих садржаја везаних за развој и одржавање кондицијских способности спортиста и неспортиста, који су непходни за успешно обављање тренажно-такмичарским активности или унапређење здравља. Циљ предмета је да студенти стекну потребна знања из подручја: структуре кондицијске припреме, савремене методе и средства тренинга, компоненте оптерећења у функцији побошања здравља и спортске форме.</p>			
<p>Исход предмета <i>Очекивани исход</i> предмета је да студент оствари целину знања које се односи на структуру кондицијске припреме, савремене методе и средства тренинга, компоненте оптерећења, у функцији побошања здравља и спортске форме и да се оспособи да те процесе реализује. Такође, студент треба да стекне и развије способност да <i>разуме</i> и <i>зна</i> да анализира појаву/проблем, критички разматра и нађе решење које ће применити у теорији и технологији кондиције. <i>Жељени исход</i> предмета је да оспособи студента да самосталано иновира (креира) у простору теорије и технологије кондиције, да демонстрира кретне вештине из простора кондиције и да тренира спортисте на свим нивоима квалитета.</p>			
<p>Садржај предмета <i>Теоријска настава</i> - Предмет је подељен у шест целина: Уводни део; Структура кондицијске припреме; Савремени методи и правци у тренирању кондиције; Средства кондицијске припреме; Компоненте оптерећења; Кондиција и здравље <i>Практична настава</i> - Садржај практичне наставе прати садржај теоријске наставе.</p>			
<p>Литература Стефановић, Ђ., Јаковљевић, С. и Јанковић, Н. (2010). Технологија припреме спортиста. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања. Стефановић, Ђ. (2006). Теорија и пракса спортског тренинга. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања. Жељасков, Ц. (2004). Кондициони тренинг врхунских спортиста. Београд: Спортска академија. Фратрић, Ф. (2006). Теорија и методика спортског тренинга. Нови Сад: Покрајински завод за спорт. Малацко, Ј. и Рађо, И. (2004). Технологија спорта и спортског тренинга. Сарајево: Факултет спорта и тјелесног одгоја.</p>			
Број часова активне наставе			Остали часови 8
Предавања: 2	Вежбе: 2	Други облици наставе: Студијски истраживачки рад:	
Методe извођења наставе Теоријска предавања; практична предавања; семинарски радови; педагошка пракса			
Оцена знања (максимални број поена 100) Поени се преносе у шести семестар			
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена
активност у току предавања и практичне наставе	5	практични део испита	
Семинарски радови	10	усмени испит	
стручно-педагошка пракса	5		