

Студијски програм : Спорт			
Врста и ниво студија: основне струковне студије			
Назив предмета: ТЕХНОЛОГИЈА СПОРТСКОГ ТРЕНИНГА			
Наставник (за предавања): Стефановић Љ. Ђорђе, Јаковљевић Т. Саша, Јовановић М. Срећко, Јанковић Н. Ненад,			
Наставник/сарадник (за вежбе): Јаковљевић Т. Саша, Јанковић Н. Ненад, Пајић Б. Зоран			
Статус предмета: обавезни			
Број ЕСПБ: 5			
Услов: нема			
<p>Циљ предмета је да објасни основне елементе свих аспеката тренажног процеса, да путем проучавања тренажних појава омогући стицање знања о тренингу, како би се разумеле и схватиле законитости еволуције тих појава. Да студенти разумеју основне карактеристике процеса тренинга појединих способности и вештина, опоравка и спортске форме.</p>			
<p>Исход предмета. Сваки студент је стекао основна знања о: технологији тренинга биоенергетских и биодинамичких способности, технологији тренинга техничких и тактичких вештина, замору и опоравку у спорту, те о феномену спортске форме. Очекује се да је студент способан да самостално организује, планира, програмира и спроведе основне (почетне) нивое тренажног процеса горе наведених способности и вештина. Такође се очекује да је способан да примени ова знања у појединим спортским гранама односно дисциплинама, нарочито у њему блиским. Уз претходно, најбољи студент је оспособљен да самостално ради и на вишим нивоима тренинга, пре свега у њему блиском спорту и са професионалним спортистима.</p>			
<p>Садржај предмета <i>Теоријска настава</i> Знање и технологија у спорту; Научни системи у спорту; Планирање и програмирање спортског тренинга; Тренажно оптерећење, Методи исредства спортске припреме; Технологија спортског тренинга; Технологија тренинга технике; Технологија тренинга биоенергетских способности; Технологија тренинга снаге; Технологија тренинга координације; Технологија тренинга покретљивости; Технологија тренинга тактике; Опоравак у спорту; Спортска форма <i>Практична настава</i> Технологија спортске припреме; Технологија тренинга технике; Технологија тренинга биоенергетских способности; Технологија тренинга снаге; Технологија тренинга координације; Технологија тренинга покретљивости; Технологија тренинга тактике</p>			
<p>Литература Стефановић, Ћ., Јаковљевић, С., Јанковић, Н. (2010): <i>Технологија припреме спортиста</i>. Београд: ФСФВ. Стефановић, Ћ., Јаковљевић, С. (2006): <i>Практикум технологије спортског тренинга</i>. Београд: ФСФВ.</p>			
Број часова активне наставе			Остали часови 4
Предавања: 3	Вежбе: 1	Други облици наставе: Студијски истраживачки рад	
Методе извођења наставе Теоријска предавања; практична предавања; практичан рад			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена
активност у току предавања	15	писмени испит	
практична настава	20	усмени испит	45
пракса	10		
семинар	10		