

Студијски програм: Основне академске студије Физичко васпитање и спорт 180 ЕСПБ			
Назив предмета: <b>Основе атлетике</b>			
Наставници: Јухас В. Ирина, Јанковић Н. Ненад, Матић С. Милан			
Статус предмета: Обавезни			
Број ЕСПБ: 6			
Услов: /			
<b>Циљ предмета</b> Циљ предмета Основе атлетике је стицање знања, способности и вештина из области атлетике, како би се исти могли применити у области физичког васпитања и спорта.			
<b>Исход предмета</b> <i>Очекивани исход</i> предмета је да студент <i>разуме</i> и <i>зна</i> да анализира проблем, направи решење и примени у атлетској теорији и пракси. Студент треба да <i>зна</i> да демонстрира рационалну технику у атлетским дисциплинама. <i>Жељени исход</i> предмета је да оспособи студента да зна да самосталано иновира (креира) у простору атлетике.			
<b>Садржај предмета</b> <i>Теоријска настава</i> Појам, предмет и циљ атлетике. Атлетска терминологија. Научна систематизација атлетике. Трчање на кратким дистанцама. Штафетно трчање. Трчање преко препона. Трчање на средњим и дугим дистанцама. Трчање на најдужим дистанцама. Бацање кугле. Бацање копља. Скок удаљ. Дечија атлетика. Атлетска правила. Теоријске основе атлетског тренинга. <i>Практична настава</i> Методика учења технике атлетских дисциплина: трчање на кратким дистанцама, штафетно трчање, трчање преко препона, трчање на средњим дистанцама, бацање кугле, бацање копља, скок удаљ. Дечија атлетика. Атлетско суђење.			
<b>Литература</b> 1. Стефановић, Ђ., Јухас, И., Јанковић, Н. (2008). <i>Теорија и методика атлетике</i> . Београд: ФСФВ. 2. Јанковић, Н., Матић, М. (2019). <i>Оптимизација скокова у спорту</i> . Београд: ФСФВ. 3. Стефановић, Ђ., Јухас, И., Јанковић, Н., Матић, М. (2015). <i>Практикум Теорије и методике атлетике</i> . Београд: ФСФВ. 4. Атлетски савез Србије (2017). Правила за атлетска такмичења. Превод из IAAF Competition Rules 2018-2019. Доступно на <a href="https://www.ass.org.rs/ostala-dokumenta/">https://www.ass.org.rs/ostala-dokumenta/</a>			
<b>Број часова активне наставе</b>		<b>Теоријска настава: 2</b>	<b>Практична настава: 4</b>
<b>Методе извођења наставе:</b> Предавања (теоријска и практична), вежбе – у групама и индивидуално, демонстрација, видео анализа, анализа извођења појединих методских поступака учења технике и методике тренинга атлетских дисциплина.			
<b>Оцена знања (максимални број поена 100)</b>			
<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>поена</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>поена</b>
активност у току предавања	10	практичан испит	30
колоквијум – атлетска правила	20	теоријски испит	40