

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт				
Врста и ниво студија: дипломске студије студије				
Назив предмета: ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА КОНДИЦИЈЕ 3 (има наставак)				
Наставник (Презиме, средње слово, име): Стефановић Д. Ђорђе, Ћирковић М. Зоран, Вукашиновић М. Владан, Јоцић Ј. Драган				
Статус предмета: изборни				
Број ЕСПБ: 6				
Услов: одслушан предмет Теорија и технологија кондиције 2				
Циљ предмета				
Циљ предмета је да студенти стекну потребна знања из подручја кондицијске припреме која се односе највећим делом на технологију кондицијског тренинга у функцији спортског успеха и технологију управљања тренингом у простору кондиције.				
Исход предмета				
<i>Очекивани исход</i> предмета је да студент оствари целину знања које се односи на коришћење у пракси технологије кондицијског тренинга у функцији спортског успеха и технологије управљања тренингом у простору кондиције. Студент треба да зна да самостално планира, програмира и води тренинг кондиције. <i>Жељени исход</i> предмета је да оспособи студента да самостално иновира (креира) у простору који се односи на коришћење у пракси савремених кондицијских модела тренинга кондиције који имају утицаја на побољшање кондиције (не) спортиста.				
Садржај предмета				
<i>Теоријска настава</i>				
Дневник рада на тренингу; Периодизација кондицијског тренинга; Планирање и програмирање кондицијског тренинга у оквиру управљања системом припреме спортиста; Анализа структуре такмичарске активности у функцији кондицијске припреме; Интегрални приступ у моделирању техничке, тактичке и кондицијске припреме; Специфичности кондицијске припреме код жена.				
<i>Практична настава</i>				
Посматрање кондицијског тренинга у пракси; Практичан приказ плана и програма кондицијског тренера и фитнес инструктора; Посматрање спортског такмичења из аспекта кондиције и писање извештаја; Тестирање из простора кондиције; Практичног часа кондицијског тренинга код деце, студената, рекреативаца.				
Литература				
Стефановић, Ђ. и Јаковљевић, С. (2004). Технологија спортског тренинга. 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.				
Број часова активне наставе				Остали часови
Предавања: 2	Вежбе: 1	Други облици наставе:	Студијски истраж. рад:	8
Методe извођења наставе				
Теоријска предавања; практична предавања; семинарски радови; педагошка пракса				
Оцена знања (максимални број поена 100)				
Поени се преносе у други семестар				
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена	
активност у току предавања	5	практични део испита		
практична настава	5	усмени испит		
колоквијум				
семинар-и	10			
стручно-педагошка пракса	5			

Спецификација стручне праксе

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт	
Врста и ниво студија: дипломске студије студије	
Назив предмета: ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА КОНДИЦИЈЕ 3 (има наставак)	
Наставник (Презиме, средње слово, име): Стефановић Д. Ђорђе, Ћирковић М. Зоран, Вукашиновић М. Владан, Јоцић Ј. Драган	
Број ЕСПБ: 1	
Услов: одслушан предмет Теорија и технологија кондиције 2	
<p>Циљ Провера и ширење стечених теоријских знања у пракси, пре свега знања и вештине из подручја технологије планирања и програмирања кондицијског тренинга и тестирања кондицијских способности, као и примена у тренажној пракси.</p>	
<p>Очекивани исходи Сваки студент је оспособљен да спроведе час кондицијског тренинга и тестирање кондицијских способности. Поред тога, најбољи студент је оспособљен да спроведе час кондицијског тренинга и тестирање кондицијских способности код свих узраста и пола.</p>	
<p>Садржај стручне праксе Посећивање тренинга и такмичења у којима су претежни садржаји из подручја технологије кондицијског тренинга у функцији спортског успеха и технологије управљања тренингом у простору кондиције. Активно учествовање у тренингу, као демонстратор, а у одређеним фазама тренинга и самостално учешће.</p>	
Број часова, ако је специфицирано	15
Методе извођења	
Посматрање и анализа; Практичан рад	
<p>Оцена знања (максимални број поена 100) Поени се преносе у други семестар</p>	
Похађање часова праксе – 10	
Припрема за праксу - 10	
Активности током праксе – 10	