

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт				
Врста и ниво студија: основне академске студије				
Назив предмета: ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА КОНДИЦИЈЕ 1 (има наставак)				
Наставник (Презиме, средње слово, име): Стефановић Д. Ђорђе, Ћирковић М. Зоран, Вукашиновић М. Владан, Јоцић Ј. Драган, Матић Л. Милан				
Статус предмета: изборни				
Број ЕСПБ: 6				
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: стуктуре 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 стуктуру 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 и 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; Стуктура 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. 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. 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
Предавања: 2	Вежбе: 2	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 шести 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: основне академске студије	
Назив предмета: ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА КОНДИЦИЈЕ 1 (има наставак)	
Наставник (Презиме, средње слово, име): Стефановић Д. Ђорђе, Ћирковић М. Зоран, Вукашиновић М. Владан, Јоцић Ј. Драган, Матић Л. Милан	
Број ЕСПБ: 1	
Услов: нема	
Циљ Провера и ширење стечених теоријских знања у пракси, пре свега знања из подручја кондицијске припреме (не)спортиста. Примена стечених знања је у тренажној пракси.	
Очекивани исходи Сваки студент је оспособљен да демонстрира основне елементе кретних активности (вештине), спроводи методски коректан процес тренинга кондиције на свим нивоима тренинга, од почетника до професионалаца. Посебно се очекује да сваки студент буде оспособљен да у процесу учења кретних активности препозна и коригује грешке. Поред тога, најбољи студент је оспособљен да демонстрира варијанте основних елемената технике кретних активности и да спроводи њихов тренинг.	
Садржај стручне праксе Посећивање тренинга у којима су претежни садржаји из подручја кондиције. Активно учествовање у тренингу, као асистент, а у одређеним фазама тренинга и самостално учешће.	
Број часова, ако је специфицирано	15
Методе извођења Посматрање и анализа; Практичан рад	
Оцена знања (максимални број поена 100) Поени се преносе у шести семестар	
Похађање часова праксе – 10	
Припрема за праксу - 10	
Активности током праксе – 10	