

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт				
Врста и ниво студија: основне академске студије				
Назив предмета: <b>ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА РЕКРЕАЦИЈЕ 2</b> (има наставак)				
Наставник (Презиме, средње слово, име): <b>Митић Р. Душан, Стојиљковић Р. Станмир, Јовановић С. Александар, Милетић Ј. Красноменко</b>				
Статус предмета: изборни				
Број ЕСПБ: <b>6</b>				
Услов: одслушан предмет Теорија и технологија рекреације 1				
<b>Циљ предмета:</b> је упознавање студента са принципима и законитостима које владају у процесу прилагођавања организма на разноврсне рекреативне активности, значајем редовне физичке активности за здравље, одржавање и повећање радне способности и неговањем здравог стила живота. Студент ће стећи општа и специфична знања и вештине потребне за самостално планирање, програмирање и вођење програмираног вежбања.				
<b>Исход предмета</b> Очекује се да је студент оспособљен да препозна уобичајене психосоцијалне групације и моделе превазилажења потенцијалних сукоба у групи, као и да допринесе грађењу побољшане социјалне интеракције; да упознају основна правила и пропозиције такмичења у спортском аеробику и фитнесу. Очекује се да студенти самостално ураде комплетну медијску приопрему, промоцију и организују промотивну акцију Аеробик хепенинг. Да студент науче основну технику клизања, трчања на скијама, игре на снегу са и без скија, игре на леду, теренске игре, друштвене игре у дому и реализацију типских вечерњих програма у току зимовања				
<b>Садржај предмета</b> <i>Теоријска настава</i> Психосоцијалне основе и ефекти примене програма рекреативних активности. Правила и пропозиције, припрема и такмичења у спортском аеробику и избору за Мис фитнес. Менаџмент промотивна акције вежбања ради здравља АЕРОБИК ХЕПЕНИНГ. Зимске рекреативне активности и садржаји. <i>Практична настава</i> Разрада модела за побољшање анализе психосоцијалне интеракције у групи рекреативаца. Анализа структуре вежбе и методика обуке основних елемената и кореографских целина у Спортском аеробику и Такмичењу за избор Мис фитнес. Комплетна организација и реализација пропагандно-промотивне акције на бази групних фитнес програма. Приказ Зимскимских спортова и рекреативних активности.				
<b>Литература</b> Митић Д: Рекреација, уџбеник на Факултету спорта и физичког васпитања у Београду, Београд 2001. Митић Д.: Приручник за аниматоре зимских рекреативних активности, Удржење стручњака за рекреацију, Београд, 2000.				
<b>Број часова активне наставе</b>				Остали часови 2
Предавања: 2	Вежбе: 2	Други облици наставе	Студијски истраживачки рад:	
<b>Методе извођења наставе</b> Предавање, вежбе уз активно учешће студената у настави, који се унапред припремају за теоријске делове и активно разрађивање модела у практичним предавањима				
<b>Оцена знања (максимални број поена 100)</b> <b>Поени се преносе у осми семестар</b>				
<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>поена</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>поена</b>	
активност у току предавања	<b>10</b>	писмени испит		
практична настава	<b>10</b>	усмени испит		
колоквијум-и	<b>10</b>			
семинар-и	<b>5</b>			

## Спецификација стручне праксе

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт	
Врста и ниво студија: основне академске студије	
Назив предмета: <b>ТЕОРИЈА И ТЕХНОЛОГИЈА РЕКРЕАЦИЈЕ 2 (има наставак)</b>	
Наставник (Презиме, средње слово, име): <b>Митић Р. Душан, Стојиљковић Р. Станимир, Јовановић С. Александар, Милетић Ј. Красноменко</b>	
Број ЕСПБ: 2	
Услов: -	
<p><b>Циљ</b>          Провера и ширење стечених теоријских знања у пракси. Примена стечених знања у припреми и реализацији програмских садржаја на промоцији фитнес активности. Примена стечених знања у припреми и реализацији програмских садржаја на Наставном зимовању. Примена стечених знања у припреми и реализацији програмских садржаја групних фитнес активности.</p>	
<p><b>Очекивани исходи</b>          Да буде оспособљен да самостално спроведе пропагандно-промотивну акцију фитнес програма          Да буде оспособљен да спроведе пропагандно-промотивну акцију фитнес програма.          Да научи основне елементе алпског и нордијског скијања, клизање, игре и активности на снегу, теренске игре, друштвене игре у затвореном простору, типске вечерње програме на планини зими          Да кроз наставу праксу буде оспособљен да организује и реализује поједине модалитете групних фитнес програма</p>	
<p><b>Садржај стручне праксе</b>          Група усмераната рекреације има обавезу да осмисли, организује и реализује манифестацију која промовише фитнес програме          Припрема, организација и реализација Наставног Зимовања (организација путовања, смештаја, јутарње вежбање, игре и садржаји на снегу и леду, теренске игре, програм друштвених активности, вечерњи забавни програм).          Студент бира актуелни групни фитнес програм и одговарајући фитнес клуб у коме мора да проведе најмање 10 часова на реализацији          Организација и реализација дневних и вечерњих садржаја спортско-рекреативних активности на одабраној туристичкој дестинацији</p>	
<b>Број часова, ако је специфицирано</b>	<b>30</b>
<p><b>Методe извођења</b>          На бази анализе досадашњих промоција и актуелне ситуације у свету фитнеса група осмишљава, организује и реализује комплетан догађај. Улога наставника је активна али саветодавног карактера. Манифестација је намењена најширем кугу грађана који се могу интересовати за овакав облик активности          Студенти добијају наставне задатке које треба да припреме организују и реализују у току наставног зимовања са колегама који су на семинару и другим гостима, уз активно присуство наставника          Студенти бира програмске целине које треба да припреме организују и реализују:          групни фитнес програм          Студенти осмишљава и реализује програм активности на туристичкој дестинацији</p>	
<p><b>Оцена знања (максимални број поена 100)</b>  <b>Поени се преносе у осми семестар</b></p>	
Похађање часова праксе	<b>10</b>
Припрема за праксу	<b>10</b>
Активност током праксе	<b>10</b>