

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт			
Врста и ниво студија: основне академске студије			
Назив предмета: <b>АНТРОПОМОТОРИКА (наставак)</b>			
Наставник (Презиме, средње слово, име): <b>Кукољ С. Милош, Недељковић Ч. Александар, Пајић Б. Зоран, Сузовић Ђ. Дејан</b>			
Статус предмета: обавезни			
Број ЕСПБ: 6			
Услов: нема			
<b>Циљ предмета</b>			
Упознавање студената са савременим схватањима примене средстава и метода за развој моторичких способности. Избор метода и принципи конструисања средстава за објективизацију програма физичке активности са циљем позитивног утицаја раст и развој, на развој појединих моторичких способности и на развој одговарајуће радне способности у складу са индивидуалним могућностима деце и одраслих.			
<b>Исход предмета</b>			
Оспособљеност студената за креативан избор метода и средстава од којих зависе позитивни утицаји на правилан раст и развој деце и одраслих, на хармоничан развој моторичких способности и промене моторичких способности у периодима годишњег и вишегодишњег активног утицаја на очекивану радну способност у оквиру програма физичког васпитања, односно спортско-рекреативног тренинга (вежбања).			
<b>Садржај предмета</b>			
<b>Теоријска настава:</b>			
Основни елементи процеса вежбања. Оперативни аспекти вежбања са оптерећењем. Средства и методе за развој јачине, снаге, брзине, издржљивости, гipкости и окретности. Основне карактеристике програма за развој јачине, снаге, брзине, издржљивости, гipкости и окретности. Примена тренажера за развој моторичких способности. Мотричке способности у индивидуалним програмима вежбања.			
<b>Практична настава:</b> Средства, методи и организационе форме рада које се примењују за побољшање моторичких способности (развој снаге, брзине, издржљивости), као и упознавање са протоколима за њихову процену.			
<b>Литература</b>			
Кукољ, М.(2006): Антропомоторика. Факултет спорта и физичког васпитања. Београд			
Жељасков, Ц.(2004): Кондициони тренинг спортиста. Спортска академија. Београд			
Сузовић, Д.: Радна свеска.			
<b>Број часова активне наставе</b>			Остали часови
Предавања: 1	Вежбе: 3	Други облици наставе:	
<b>Методe извођења наставе:</b> Предавања, практична предавања и вежбе, са учешћем студената у реализовању теоријске и практичне наставе.			
<b>Оцена знања (максимални број поена 100)</b>			
<b>Додају се поени пренети из првог семестра</b>			
<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>поени</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>поени</b>
Ангажовање у току предавања	<b>2</b>	Теоријски испит	<b>30</b>
Похађање практичне наставе и ангажованост на часу	<b>10</b>		
Колоквијуми	<b>5</b>		
Семинарски рад или тема на предавању	<b>10</b>		
Практичан испит	<b>10</b>		