

Студијски програм: Физичко васпитање и спорт  
Врста и ниво студија: **основне академске студије**  
**Назив предмета: Оријентиринг**  
**Наставник (Презиме, средње слово, име): Јухас В. Ирина**  
Статус предмета: **изборни**  
Шифра предмета:  
Број ЕСПБ: **4**  
Семестар: **IV**  
Фонд часова (недељни): **1+2**  
Фонд часова (годишњи): **45**  
Наставни програм усвојен на седници ННВ:

- **Кратак опис предмета. (до 8 редова)**

Предмет Оријентиринг је изборни предмет на основним академским студијама, односно студијском програму Физичко васпитање и спорт, у чијем програму се представља оријентиринг као спортска грана кроз дефиницију, историјски развој, технику, тактику, методiku обучавања, правила, у циљу образовања и васпитања деце и ученика

- **Предуслови које студент мора да испуни да би слушао предмет.**

Нема услова.

- **Циљ предмета (преузети из табеле 5.2.).**

Циљ предмета је да студентима представи потребна стручна, теоријска и практична знања из области оријентиринга.

- **Исходи предмета (преузети из табеле 5.2.)**

Очекивани исход предмета је да будуће стручњаке у физичком васпитању и спорту оспособи за: примену стеченог знања у настави и ваннаставним активностима физичког васпитања, организовање и вођење оријентиринг секције у школи, организовање школских такмичења и учешће на оријентиринг такмичењима у систему школског спорта, као и за извођење почетне обуке у оријентирингу у клубу.

- **Садржај предмета (преузети из табеле 5.2.).**

*Теоријска настава*

Дефиниција оријентиринга, Историјски развој, Основни појмови – карта, симболи, компас, Техника у оријентирингу, Такмичења у оријентирингу, Правила и организација такмичења, Методика обучавања, Тактика у оријентирингу, Психолошки аспекти оријентиринга, Трејл оријентиринг.

*Практична настава: Вежбе*

Основни појмови – карта, симболи, компас Оријентисање карте, стајна тачка, праћење кретања палцем, окретање око карте. Коришћење линијских објеката као "сигурних водича". Линијска оријентација. Звезда оријентација. Класична стаза. Оријентисање карте помоћу компаса. Одређивање азимута. Помоћни оријентири, избор пута, зауставни објекти, план кретања. Процена и мерење растојања. Нападна тачка. Намерна грешка. "Проналажење", шта када се стварно изгубимо. Изохипсе. Присуство локалном такмичењу.

Учешће у организацији такмичења школске лиге. Оријентационе игре.

- **План предавања и извођења вежби по недељама.**

недеља	ПРЕДАВАЊА		ВЕЖБЕ
1.	Увод - упознавање са спортом, дисциплине, категорије. Видео приказ.	1 / 2	Обрада елемената: оријентисање карте, стајна тачка, праћење кретања палцем, препознавање симбола са карте у природи и објеката из природе на карти, промена правца кретања уз окретање око карте. Метод рада - линијска оријентација
2.	Историјат оријентиринга	3 / 4	Понављање елемената са претходног часа; коришћење линијских објеката као "сигурних водича", повезано коришћење линијских објеката. Метод рада - линијска оријентација
3.	Карта Садржај карте за оријентиринг (приказ дела терена, основни елементи карте, размера, еквилистанца). Симболи - дефиниција, подела, приказ симбола по групама	5 / 6	Понављање елемената са претходног часа; Препознавање научених симбола; Метод рада - класична стаза са постављеним контролним тачкама
4.	Техника у оријентирингу – основни ниво	7 / 8	Препознавање научених симбола; Метод рада - класична стаза
5.	Техника у оријентирингу – средњи и напредни ниво	9 / 10	Оријентисање карте помоћу компаса. Одређивање азимута. Метод рада - звезда
6.	. Компас; компас за оријентиринг - врсте, делови компаса, коришћење, чување, провера исправности, оријентисање карте помоћу компаса и објеката. Основна техника коришћења компаса. Одређивање азимута.	11 / 12	Помоћни оријентири, избор пута, зауставни објекти, план кретања. Метод рада - класична стаза

7.	Такмичења, врсте, организација такмичења	13 / 14	Процењивање и мерење растојања. Коришћење контролних објеката. Метод рада - звезда
8.	Правила за оријентиринг такмичења	15 / 16	Нападна тачка, намерна грешка. Метод рада - класична стаза
9.	Описи контрола	17 / 18	"Проналажење", шта када се стварно изгубимо.
10.	Методика обучавања	19 / 20	Изохипсе
11.	Оријентиринг у школи	21 / 22	Оријентационе игре
12.	Тактика у оријентирингу	23 / 24	Посматрање такмичења у оријентирингу
13.	Психолошки аспекти оријентиринга	25 / 26	Учешће у организацији «локалног» такмичења или такмичења школске лиге
14.	Трејл оријентиринг	27 / 28	Учешће у такмичењу
15.	Колоквијум	29 / 30	Колоквијум

- **Стручна литература** (*уџбеници, практикум, други материјал*) коју студенти користе за савладавање градива.

Јухас, И., Радосављевић, Б. (2008). Оријентиринг – материјал за припрему испита

Бачанац, Љ. (2003). Психолошки аспекти оријентиринга. Београд: Савез за оријентациони спорт Београда

(2003). Правила. Оријентиринг савез Србије.

- **Подела на градиво које се обрађује у настави и градиво које се обрађује самостално.**

У настави се обрађују све предвиђене теоријске и практичне теме.

- **Обавезе студената у области наставе.**

Обавезе студената су редовно похађање и активно учешће у току теоријске и практичне наставе. У оквиру практичне наставе студенти су у обавези да активно учествују у организацији једног такмичења, као и да сами буду такмичари у једном оријентиринг такмичењу.

- **Организација стручних боравака, семинара, праксе и других сличних облика наставе** (*уколико је то наставним програмом предвиђено*).
- **Начин и рокови надокнаде обавеза** *уколико студент оправдано изостане са једног дела наставе.*

Теоријска настава се не надокнађује. Из теме на којој није био присутан, студент пише семинарски рад.

Практичну наставу је могуће надокнадити на крају семестра, у недељи надокнаде.

- **Обавештења о обавезама студената у настави**

На студентској огласној табли друге године се током школске године налазе основне информације о предмету, испитним обавезама, терминима испита и резултатима са испита. Све информације се објављују на сајту Факултета.

- **Начини провере знања студената (*предиспитне и испитне обавезе*).**

Студент као предиспитну обавезу треба да положи колоквијум, који подразумева представљање практичног знања које се исказује у самосталном прелажењу задате стазе.

Завршни испит на предмету састоји се из теста који обухвата знање из теоријских и практичних целина.

- **Испит**

Организација испита

Писмени испит, амфитеатар, 90 минута, дежурни наставник.

Садржај испита:

Садржај испита је у потпуности усклађен са циљем наставе и са планираним градивом. Питања су доступна студентима.

Начин испитивања

Тест.

Начин оцењивања

<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	<b>10</b>	писмени испит	<b>50</b>
колоквијум	<b>40</b>		

<b>Оцена:</b>	<b>Значење оцене</b>	<b>Укупан број поена</b>
10 (десет)	одличан-изузетан	95-100
9 (девет)	одличан	85-94
8 (осам)	врло добар	75-84
7 (седам)	добар	65-74
6 (шест)	довољан	55-64
5 (пет)	није положио	до 54

*Табелани приказ расподеле бодова!*

- **Опис предмета припремио:**

доц. др Ирина Јухас

---