

Студијски програм: Рекреација				
Врста и ниво студија: основне струковне студије				
Назив предмета: ПЛЕСОВИ				
Наставник (Презиме, средње слово, име): Јоцић, Ј. Драган, Мандарић, Д. Сања				
Статус предмета: обавезни				
Број ЕСПБ: 4				
Услов: нема				
Циљ предмета је да студенте оспособи за самосталну реализацију програмских садржаја плесова у спортској рекреацији у раду са свим популацијама и узрастима.				
Исход предмета. Очекује се да студент на крају курса може да демонстрира и овлада теоријско-моторичким знањима и вештинама (основни облици кретања и елементи технике плесова, одабрани народни, друштвени и дечији плесови, основне поставке плесне кореографије) потребним у реализацији програмских садржаја плесова у раду са популацијом различитог узраста у подручју спортске рекреације.				
Садржај предмета				
<i>Теоријска настава</i>				
Односно се на различите врсте плесова (народни, друштвени, савремени, спортски, популарне врсте плесова) и основне елементе технике плесова који се могу користити у спортској рекреацији. Теоријски садржај чине основни појмови и дефиниције, терминологија, законитости плесног кретања (простор, време, динамика), повезаност и додирне тачке са другим спортским, културним и уметничким подручјима. Место и организација плесова у систему спортске рекреације.				
<i>Практична настава</i>				
Практична знања се темеље на упознавању и учењу плесне моторике (техника и основне законитости кретања појединих врста плесова и система аеробног вежбања), плесне динамике (простор, време, енергија; појединац, пар, група), усвајању методских и дидактичких процеса на различитим нивоима учења и тренирања, а посебно на индивидуалном стваралачком раду у различитим врстама плесова. Овај курс чини изучавање, методике учења и коришћења, основних елемената технике плесова; повезивање (просторно-временско) плесних елемената у целину; исказивање креативности и стваралаштва кроз састављање мањих композиција покрета и кретања, плесних композиција и блокова који чине одређену аеробну кореографију, а са циљем остваривања потребних ефеката у процесу организоване и стручно вођене спортске рекреације.				
Литература: <i>Обавезна:</i> Јоцић, Д.(1995):Плесови; Мандарић, С. (2008): Практикум; <i>Допунска:</i> Barteck, О. (1998). All around Fitness, Костић, Р. (1999): Фитнес				
Број часова активне наставе				Остали часови: 4
Предавања: 1	Вежбе: 3	Други облици наставе:	Студијски истраживачки рад:	
Методе извођења наставе				
Предавања, семинари, индивидуални задаци; за учење се користи консултативно-семинарски начин рада; реализација програма се остварује кроз теоријска и практична предавања (радионице); Методе за стицање знања, вештина и навика: метода показивања-демонстрације, метода усменог излагања, метода разговора (дијалогска метода); у раду се, у зависности од тренутног садржаја, комбинује групни облик рада, рад са врстама, рад у паровима и индивидуалан рад.				
Оцена знања (максимални број поена 100)				
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена	
активност у току предавања	10	писмени испит		
практична настава	15	усмени испит	10	
практични колоквијум-и	15	практичан испит	30	
семинар-и	20			