

Студијски програм: Спорт			
Врста и ниво студија: основне струковне студије			
Назив предмета: <b>ПЛЕСОВИ</b>			
Наставник (Презиме, средње слово, име): <b>Јоцић, Ј. Драган, Мандарић, Д. Сања</b>			
Статус предмета: изборни			
Број ЕСПБ: 5			
Услов:			
<b>Циљ предмета</b> је да студенте упозна са програмским садржајима и теоријско методичким елементима рада у плесовим у спорту у раду са свим узрастима.			
<b>Исход предмета.</b> 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 спорту и спортској рекреацији. Да користи све погодности плесних садржаја у процесу тренинга и релаксације спортиста.			
<b>Садржај предмета:</b> <i>Теоријска настава:</i> се односи на различите врсте плесова (народни, друштвени, савремени, спортски, популарне врсте плесова) и основне елементе технике плесова који се могу користити у процесу спортског тренинга. 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 плесних садржаја у функцији спортског тренинга. <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 карактерише 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 спортском тренингу.			
<b>Литература:</b> <i>Обавезна:</i> Јоцић, Д.(1995):Плесови; Мандарић, С. (2008): Практикум; <i>Допунска:</i> Barteck, O. (1998). All around Fitness, Костић, Р. (1999): Фитнес			
<b>Број часова активне наставе</b>			Остали часови: 3
Предавања: 1	Вежбе: 3	Други облици наставе: Студијски истраживачки рад:	
<b>Методe извођења наставе:</b> 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 (дијалoшка метода); у раду се, у зависности од тренутног садржаја, комбинује групни облик рада, рад са врстама, рад у паровима и индивидуалан рад.			
<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	
практична настава	<b>10</b>	усмени испит	<b>10</b>
практични колоквијум-и	<b>20</b>	практичан испит	<b>30</b>
семинар-и	<b>20</b>		