

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Karate

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**3. Ciklus studija:**

1

4. Bodovna vrijednost ECTS:

5

5. Status nastavnog predmeta: Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:**

Odslušan četvrti semestar na odsjeku ETSu, smjer Specijalne namjene

7. Ograničenja pristupa:**8. Trajanje / semestar:**

15

4

9. Sedmični broj kontakt sati:

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

2

10. Fakultet:

Fakultet za tjelesni odgoj i sport

11. Odsjek / Studijski program:

Edukacija trenera u sportu / Specijalne namjene

12. Odgovorni nastavnik:

Prof. dr sc. Džemal Huremović

13. E-mail nastavnika:

dzemal.huremovic@untz.ba

14. Web stranica:

www.ftos.untz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

- usvajanje principa i filozofije karatea, kao životnih principa,
- savladati osnovne kretne strukture (forme kretanja), koje se izvode na vježbama,
- upoznavanje studenata sa metodikom obučavanja elemenata tehnike u karateu,
- upoznavanje sa osnovnim organizacionim oblicima rada koji se koriste u obuci karate tehnike,
- upoznavanje sa osnovnim znanjima koja su vezana za razumijevanje borbe u karateu, te značaja analize kretnih struktura, kao i važnosti tehničke pripremljenosti i njen značaj za specijalne namjene v.p.z.
- upoznati ih sa osnovnom terminologijom koja se trenutno prim

16. Ishodi učenja:

Vodeći se principima karatea ova populacija vježbajući karate preko svojih trenera – učitelja dobijaju osnove jačanja duha i ličnosti. "Krajnji cilj karatea nije ni pobjeda ni poraz nego savršenstvo osobine borca". • Student će putem ovog predmeta promijeniti svoj način percepcije ljudi i stvari te pokušati primjenom principa usvojenih iz ove vještine pokušati dati maksimalni doprinos u društvu. • Usvojiti će metodiku obučavanja primjenjenih elemenata tehnike, što će im sigurno doprinjeti njihovom uspješnijem pedagoškom radu sa grupama ina radnim mjestima. • Bit će osposobljen za brzo reagov

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Teme se odnose na:

- filozofska osnova karatea, pojava vještine, i kao sporta
- analizu sportske aktivnosti u karateu kroz principe i pravila,
- strukturalne, funkcionalne i biomehaničke analize u karateu,
- metodika procesa obučavanja, strukturalne analize pojedinih tehničkih elemenata u karateu, kretanja, udarci, blokovi, bacanja.
- principi obuke, principi izvođenja tehnika, principi kate i principi borbe, univerzalni principi, boba kao princip života (univerzalni principi)
- analiza filmova u istraživanjima provedenim na karatistima,
- teme vezane za organizaciju treninga i primjenu nastavnih metoda i oblika rada kao i organizovanju škola vježbanje karatea u vojsci policiji i zaštitarskim službama karate. • vježbe kretanje kroz stavove u karateu, blokovi, udarci rukama, udaraca nogom, kombinacije iz borbenog stava, dogovoreni sparing ,(kata hean shodan);

18. Metode učenja:

U cilju efikasnog izvođenja nastave i postizanja očekivanih ciljeva predmeta i kompetencija studenata na kursu se koriste različite nastavne metode:

- Predavanja (teorijska nastava): izlaganje, dijalog, radionice, interaktivno učenje i putem razmjene mailom.
- Praktična nastava (laboratorijske vježbe): demonstracije, ponavljanja
- Kolokviji
- Radionice

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

Provjera znanja studenata na završnom ispitu obavljat će se prvenstveno praktično, što predstavlja eliminatorni dio ispita za dalju provjeru znanja. Dva praktična kolokvija i završna provjera praktično i teoretski.

Praktična provjera znanja odnosi se na provjeru određenih tehničkih elemenata u karateu: pojedinačno vezane elemente, kata sastave i sparring, koji su prethodno na sporvedenim vježbama obučavani sa studentima. Završni ispit podrazumjeva provjeru znanja tj. tehničkih elemenata koji su obučavani tokom cijelog semestra. Za odabir tehničkih elemenata koji će se polagati na ispitu zadužen je predmetni profesor i maksimalni broj bodova koji se može osvojiti na završnom dijelu ispita je 20 bodova. Studenti na završnom dijelu ispita, mora osvojiti 50% bodova od maksimalnog broja bodova koji je moguće osvojiti na završnom ispitu, da bi se položio završni ispit i osvojeni bodovi ušli u konačan skor bodova.

Pismena provjera znanja, odnosi se na provjeru nastavnih jedinica koje su obrađivane na teoretskom dijelu predavanja. Na završnim dijelovima ispita iz predmeta karate (teoretski dio), studenti mogu osvojiti maksimalno 20 bodova. Završni ispit se provodi pismeno. Studenti na završnom dijelu ispita moraju osvojiti 50% bodova od maksimalno mogućih 16 bodova da bi im se priznao ispit i osvojeni broj bodova ušao u završni skor.

20. Težinski faktor provjere:

Metode ocjenjivanja studenata obuhvataju slijedeće kriterije:

- prisutnost na predavanjima (PT)
- prisutnost na laboratorijskim vježbama (PV)
- aktivnost studenata na predavanjima (AP)
- aktivnost studenata na vježbama (AV)
- kolokviji (K1 i K2)
- praktični ispitni termin (VI)
- pismeno-usmeni ispitni termin (TI)

91 – 100 Deset (10)

81 – 91 Devet (9)

71 – 81 Osam (8)

61 – 71 Sedam (7)

51 – 61 Šest (6)

<51 Pet (5)

21. Osnovna literatura:

1. Huremovic, Dž. (2013): Karate metodika i principi vježbanja, In scan, Tuzla
2. Jovanović, S. (1992): KARATE 1 teorijska polazišta, Sport*s World, Novi Sad.
3. Sudijski pravilnik VKF, svjetska karate federacija, 2015.

22. Internet web reference:

www.uktc-shotokan.org
www.interceptivetechniques.com
www.yosaischoolofkarate.com
www.karatekas.com

23. U primjeni od akademske godine:

2015/2016

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV: