

## SYLLABUS

**1. Puni naziv nastavnog predmeta:**

Rukomet - teorija i praksa

**2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**

ne popunjavati

**3. Ciklus studija:**

1

**4. Bodovna vrijednost ECTS:**

5

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

Odslušan I (prvi) semestar, sa min.25% bodova predispitnih obaveza studenata

**7. Ograničenja pristupa:**

Studenti I Ciklusa studija odsjeka EDUKACIJA TRENERA U SPORTU

**8. Trajanje / semestar:**

15

2

**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

3

**10. Fakultet:**

Fakultet za tjelesni odgoj i sport

**11. Odsjek / Studijski program:**

Edukacija trenera u sportu / Sportski trener

**12. Odgovorni nastavnik:**

Doc. dr sc. Melika Muratović

**13. E-mail nastavnika:**

melika.mujezinovic@untz.ba

**14. Web stranica:**

www.ftos.untz.ba

**15. Ciljevi nastavnog predmeta:**

Da usvoje osnovna znanja o kineziološkoj i antropološkoj analizi rukometne igre  
Da student usvoji znanja o osnovnim tehničkim elementima u rukometu,  
Da usvoji osnove taktike rukometne igre,  
Da ovladaju osnovnim znanjima metodike rukometne igre  
Da se osposobi za planiranje, programiranje i provedbu edukacijskih i trenažnih postupaka u rukometu s različitim dobnim skupinama.

**16. Ishodi učenja:**

Da su u mogućnosti izvršiti strukturalne analizu, kineziološku analizu, antropološku analizu rukometne igre  
Opisati metodički postupak usvajanja elemenata tehnike rukometne igre  
Opisati elemente taktike rukometne igre  
Opisati metodički postupak usvajanja pojedinih elemenata taktike rukometne igre  
Analizirati izvedbu elemenata tehnike i identificirati uzroke pogrešaka u izvedbi tehničkih elemenata  
Upotrebiti methodske postupke za otklanjanje uočenih pogrešaka u izvedbi tehničkih elemenata  
Da mogu izvršiti identificirati uzroke pogrešaka u provedbi taktičkih elemenata

**17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:**

Kroz teoriski dio predavanja prezentirat će se : strukturalna analiza, kineziološka analiza, antropološka analiza. Osnove tehnike igre sa loptom i bez lopte u napadu i odbrani i tehniku golmana. Taktika u napadu i odbrani .Metode podučavanja i uvježbavanja elemenata tehnike i taktike. Metode i postupci u procesu odabira (selekcija). Povrede u rukometu. Škola Rukometa. Specifičnosti metodike treninga i trenažnih operatora u tehničkoj, taktičkoj, kondicijskoj i psihosociološkoj pripremi u odnosu na pol i dob.Primjena i sprovođenje dijagnostike kontrola stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata. U okviru praktičnih vježbi studentima će se prezentirati sljedeće teme iz tehnike: demonstrirati pravilnu izvedbu elemenata tehnike bez lopte, sa loptom i golmansku tehniku.Prezentiranje metoda , postupaka i trenažnih operatora za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u rukometu. Analizirati pravilnu provedbu pojedinih elemenata taktike.

**18. Metode učenja:**

Stilovi učenja zastupljeni na nastavi: vizualni, auditivni, kinestetički, a nastavne metode: predavanja (teorijska nastava uz upotrebu multimedijalnih sredstava, tehnika aktivnog učenja i diskusije), praktična nastava (vježbe), kolokviji (teorija i praktično).

**19. Objašnjenje o provjeri znanja:**

U šestoj sedmici će imati prvu provjeru tj. međuispit ( teoriski, praktični). Ovaj međuispit obuhvata gradivo koje je do tada obrađeno. Test se sastoji od određenog broja zadataka a njihov broj i bodovanje ovisi o težini zadatka koji je predviđen za međuispit. Student na ovom međuispitu može ostvariti najviše 16 bodova ( 8 teorija i 8 praktično) U dvanaestoj sedmici predviđen je drugi međuispit koji obuhvata gradivo obrađeno od prvog do drugog međuispita. Ovaj međuispit se boduje po istom principu kao i prvi. U sklopu predispitnih obaveza studenti su dužni izraditi seminarski rad koji po završetku predaju predmetnom nastavniku na pregled i ocjenu. Nakon toga prezentiraju ga usmeno. Student iz praktičnog dijela dužan prisustvovati treningu i pripremiti pripremu za trening. Student za oba seminarska mogu osvojiti po 7 bodova. Završni ispit se sastoji od praktičnog i pismenog dijela a pravo izlaska na završni ispit imaju svi studenti bez obzira na broj ostvarenih bodova na međuispitima. Max broj bodova koji student može osvojiti u predispitnim obavezama je 64. Koliko god student osvoji bodova na predispitnim obavezama oni mu se zbrajaju sa ostalim bodovima ali ne predstavljaju prepreku da bi student pristupio završnom ispitu. Ukoliko student ne osvoji dovoljan broj bodova koji u zbroju sa bodovima osvojenim na završnom ispitu ne zadovoljavaju rang prolazne ocjene student mora ponovno pristupiti ispitu kako bi osvojio veći broj bodova i položio ispit.

Rangovi ocjenjivanja su sljedeći : 0-53 (ocjena 5),  
 54-63 (ocjena 6)  
 64-73 (ocjena 7)  
 74- 83 (ocjena 8)  
 84- 93 (ocjena 9)  
 93- 100( ocjena 10).

**20. Težinski faktor provjere:**

Ocjena na ispitu zasnovana na ukupnom broju bodova utvrđuje se prema sljedećoj skali :

prisutnost na predavanjima	max 5
prisutnost na vježbama	max 5
aktivnost studenata ( teorija 3, praktično 5)	
kolokvij I	max 16
kolokvij II	max 16
seminarski rad T	max 7
seminarski rad P	max 7
završni ispit T	max 18
završni ispit P	max 18

**21. Osnovna literatura:**

Radić ,N. Rukomet . Malić, Z. ( 1999) Rukomet pogled s klupe. . Tomljanović, V.,Malić, Z.( 1982).Rukomet -teorija i praksa. Zvonarek, N.,Žufar, G.(2006). Primjena atletskih sadržaja u rukometu. , Korbar,S.(1996) Rukometni praktikum za trenere.

**22. Internet web reference:****23. U primjeni od akademske godine:****24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:**