

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Alpsko skijanje

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**3. Ciklus studija:****4. Bodovna vrijednost ECTS:****5. Status nastavnog predmeta:** Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:**

Odslušan nastavni predmet, sa min.25% bodova predispitnih obaveza studenata

7. Ograničenja pristupa:

Studenti I Ciklusa studija odsjeka Edukacija trenera u sportu, smjer Sportski trener

8. Trajanje / semestar:**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

3

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:

Prof. dr sc. Edin Mujanović

13. E-mail nastavnika:

edin.mujanovic@untz.ba

14. Web stranica:

www.ftos.untz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Ciljevi nastavnog predmeta su osposobljavanje studenata, budućih trenera u sportu, za znanjem i razumjevanjem osnovnih elemenata tehnike skijanja; upoznavanje sa metodikom obuke; sticanje znanja o specifičnostima rada sa različitim uzrasnim kategorijama; osposobljavanje za organizaciju i realizaciju obuke i takmičenja u alpskom skijanju.

16. Ishodi učenja:

Na kraju semestra studenti će moći: upotrijebiti teorijsko znanje i motoričko znanje i vještinu potrebnu u realizaciji programskih sadržaja alpskog skijanja u odgojno-obrazovnom procesu na svim nivoima, te u radu s osobama različite dobi u području sporta; kategorizovati odnosno demonstrirati, prilagoditi, objasniti, dati primjer, izdvojiti, usporediti, uočiti greške u izvedbi; kreativno rješavati probleme ovoga predmeta individualno i u timu, te iste prezentirati u pisanom ili verbalnom obliku, a sve kako bi istaknuli značaj ovoga predmeta u rješavanju različitih problema u praksi i sl.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Tokom teorijskog dijela nastave iz predmeta Alpsko skijanje studenti dobijaju teorijske informacije o skijanju kao kineziološkoj aktivnosti kroz upoznavanje i usvajanje znanja o: podjeli alpskog skijanja u odnosu na strukturu pokreta; historiji skijanja i tehnici alpskog skijanja; opremi, pravilnom izboru i održavanju opreme za alpsko skijanje; silama i kretnjama u alpskom skijanju; metodici obučavanja alpskog skijanja; elementima prilagođavanja na skijašku opremu; elementima osnovne škole alpskog skijanja; alpskim skijaškim disciplinama, postavljanju staza i FIS pravilima u alpskom skijanju; fizičkoj pripremi u alpskom skijanju kao i povredama i prevenciji povreda.

Tokom terenskog dijela nastave na skijalištu u trajanju u kontinuitetu 3-5 dana, iz predmeta Alpsko skijanje studenti dobijaju teorijsko-praktične i praktične informacije o elementima tehnike osnovne škole skijanja, nizu drugih pomoćnih tehnika za realizaciju učenja alpskog skijanja te postavljanju skijaških poligona.

18. Metode učenja:

U cilju efikasnog izvođenja nastave i postizanja očekivanih ciljeva predmeta i kompetencija studenata planirane su aktivnosti uspješnog učenja: konkretno iskustvo, promatranje i aktivno eksperimentiranje. Stilovi učenja na nastavi: vizualni, auditivni, kinestetički. Nastavne metode: predavanja (teorijska nastava uz upotrebu multimedijalnih sredstava, tehnika aktivnog učenja i diskusije), terenska nastava (vježbe), priprema i izlaganje individualnih seminarskih radova.

19. Objasnjenje o provjeri znanja:

Provjera znanja studenata počinje od prisutnosti na predavanjima (max.15 bodova) i vježbama (max.15 bodova), kao i seminarskim radovima (max.20 bodova), što znači od samog početka semestra. Studenti su obavezni steći min.50%, što iznosi 25 bodova, od ukupnih predispitnih obaveza, kako bi ovjerali predmet i stekli uslov za izlazak na završni ispit. Studenti koji su iz opravdanih razloga izostali više od tri sedmice sa nastave u toku semestra, ne mogu izaći na završni ispit dok ne nadoknade propuštenu nastavu (u dogovoru sa predmetnim nastavnikom).

Ukupan broj bodova se dobija sumiranjem maksimalno mogućeg broja bodova iz svih aktivnosti tokom semestra. Kontinuiranom aktivnošću predispitnih obaveza tokom cijelog semestra studenti mogu ostvariti 50 bodova (15+15+20), što čini 50% od ukupnog ispita, dok se preostali dio od 50% ostvaruje na završnom ispitu.

Provjera znanja na završnom ispitu obavlja se prvenstveno praktično, što je ujedno i eliminatorno za dalju provjeru znanja. Zatim pismeno i/ili usmeno obrazlažući stečeno znanje.

Praktična provjera održat će se u zadnjem danu terenske nastave i odnosi se na provjeru znanja elemenata iz oblasti koje su po nastavnom programu predviđene za ovaj semestar. Student treba izvesti zadane elemente skijaške tehnike koji će prethodno biti prikazani od strane nastavnika te će biti bodovan za svaki izvedeni element tehnike na skijalištu a nakon pregleda video zapisa dobiti i konačan zbir bodova za praktični dio ispita.

Maksimalan broj bodova na praktičnom dijelu ispita jeste 20 bodova, a minimalan 10 bodova, sve ispod minimalnog broja u konačnici bi značilo da student nije zadovoljio prolazan broj bodova.

Pismena i/ili usmena provjera vrši se postavljajući pitanja od strane predmetnog nastavnika, gdje je maksimalan broj osvojenih bodova 30. Minimalan broj osvojenih bodova je 15 a sve ispod minimalnog broja značilo bi da student nije zadovoljio prolazan broj bodova.

U konačnici sa maksimalnim brojem osvojenih bodova izgledalo bi kao: 20+30

Ocjena na ispitu zasnovana je na ukupnom broju bodova koje je student stekao ispunjavanjem predispitnih obaveza i polaganjem ispita, a prema kvalitetu stečenih znanja i vještina, sadrži maksimalno 100 bodova, te se utvrđuje prema slijedećoj skali:

OBAVEZE STUDENATA	BODOVI
prisutnost na predavanjima i vježbama	15+15
seminarski rad	20
završni ispit (praktično+teoretski)	20+30

20. Težinski faktor provjere:

Končna ocjena se formira u odnosu na ukupan broj postignutih bodova tokom semestra, tj. predispitnih obaveza i samoga završnog ispita.

BODOVI	KONAČNA OCJENA
<53	pet (5); ne zadovoljava; F
54-63	šest (6); dovoljan; E
64-73	sedam (7); dobar; D
74-83	osam (8); vrlo dobar; C
84-93	devet (9); izvanredan; B
94-100	deset (10); odličan; A

21. Osnovna literatura:

1. Mujanović, E., Nožinović Mujanović A., Šabović A. (2012). Alpsko skijanje – metodika, tehnika i taktika. Tuzla: OFF SET Štamparija.
2. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje: tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.

22. Internet web reference:

<http://www.olympic.org/alpine-skiing>
<http://www.fis-ski.com/alpine-skiing/>

23. U primjeni od akademske godine:

2015/2016

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV: