

## SYLLABUS

**1. Puni naziv nastavnog predmeta:**

ATLETIKA I

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

ne popunjavati

**3. Ciklus studija:**

1

**4. Bodovna vrijednost ECTS:**

6

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

Odslušan I semestar, sa min. 50% bodova predispitnih obaveza studenata

**7. Ograničenja pristupa:**

Studenti I Ciklusa studija odsjeka TJELESNI ODGOJ I SPORT

**8. Trajanje / semestar:**

15

I

**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

3

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

2

**10. Fakultet:**

Fakultet za tjelesni odgoj i sport

**11. Odsjek / Studijski program:**

Tjelesni odgoj i sport

**12. Odgovorni nastavnik:**

Prof. dr sc. Nađija Vukadinović

**13. E-mail nastavnika:**

nada.vukadinovic@untz.ba

**14. Web stranica:**

www.ftos.untz.ba

**15. Ciljevi nastavnog predmeta:**

Ciljevi kursa tj. nastavnog predmeta su: Upoznavanje studenata sa osnovama atletike, činjenicama teoretske i praktične značajnosti u području tjelesnog odgoja sporta i osnovnim metodama obuke atletske tehnika, upoznavanje sa osnovnim organizacionim oblicima rada koji se koriste u nastavi, upoznavanje sa osnovnim znanjima koja su vezana za razumijevanje, a i primjene istih kod metode obuke i praktične primjene sportskih atletske disciplina, upoznati ih sa osnovnom stručnom i naučnom terminologijom. Ovladavanje praktičnom primjenom vježbi.

**16. Ishodi učenja:**

Nakon završenog semestra studenti koji su redovno pohađali nastavu na predmetu ATLETIKA I:

- studenti će putem ovog predmeta ovladati teorijskim i praktičnim znanjem potrebnom u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta ATLETIKA I u odgojno – obrazovnom procesu (tjelesni i zdravstveni odgoj) na svim nivoima.
- osposobit će se za korištenje osnovnih organizacionih oblika rada koji će im biti od koristi,
- intelektualne vještine i sposobnost komunikacije bit će na višem nivou,
- bit će osposobljeni za korištenje dostupne literature i rješavanje različitih problema različite složenosti.

**17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:**

U sklopu teoretskih predavanja na predmetu ATLETIKA I izučavat će se nastavne jedinice koje su vezane za teoriju i metodiku atletike.

Teme se odnose na:

U sklopu teorijskih predavanja, studenti će na predmetu ATLETIKA I proći slijedeće nastavne jedinice:

1. Osnovni pojmovi u atletici i istorijski razvoj atletike, Atletika u Bosni i Hercegovini.
2. Osnovne karakteristike atletike.
3. Sistematizacija atletske disciplina.
4. Staze, uređaji, oprema.
5. Principi i karakteristike razvojnih dobi. Nastava atletike u OŠ, Nastava atletike u SŠ.
6. Tehnika trčanja: Sprintersko trčanje, Štafetno trčanje, Trčanje preko prepona.

Trčanje na srednje i duge staze.

Tehnika niskog starta.

Tehnika visokog starta.

7. Tehnika skokova.

Skok u dalj.

Troskok.

Skok u vis.

**18. Metode učenja:**

U cilju efikasnog izvođenja nastave i postizanja očekivanih ciljeva predmeta i kompetencija studenata tokom i na kraju semestra na predmetu su planirane aktivnosti uspješnog učenja: konkretno iskustvo, promatranje i aktivno eksperimentiranje. 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:**

Provjera znanja studenata počinje od prisutnosti na predavanjima (max.10 bod.) i vježbama (max.10 bod.), kao i kolokvijima teorijskim (max.5 bod.) i praktičnim (max.10 bod.), 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.

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 bod. (10+10+5+5+10+10), 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 odnosi se na provjeru elemenata iz oblasti koje su po nastavnom programu predviđene za ovaj semestar. Maksimalan broj bodova na praktičnom dijelu ispita jeste 32 boda, a minimalan 16 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 osamnaest (18). Minimalan broj osvojenih bodova je devet (9), sve ispod minimalnog broja značilo bi da student nije zadovoljio prolazan broj bodova.

U konačnici sa maksimalnim brojem osvojenih bodova izgledalo bi kao: 32+18

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	10+10
kolokvij I i II teorija	5+5
kolokvij I i II vježbe	10+10
završni ispit (praktično+teoretski)	32+18

**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. Milanović, D., E. Hofman, V. Puharić, V. Šnajder (1986): Atletika. Zagreb.
2. Stefanović, Đ, (1992). Atletika – tehnika. Beograd.
3. Međunarodna pravila za atletska takmičenja, 2005, AS BiH.

**22. Internet web reference:**

--

**23. U primjeni od akademske godine:**

2015/2016
-----------

**24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:**

--