

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

UVOD U PLIVANJE

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

1

4. Bodovna vrijednost ECTS:

4

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

Nema

7. Ograničenja pristupa:

Nema

8. Trajanje / semestar:

1

2

9. Sedmični broj kontakt sati:

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

1

10. Fakultet:

FAKULTET ZA TJELESNI ODGOJ I SPORT

11. Odsjek / Studijski program:

TJELESNI ODGOJ I SPORT

12. Odgovorni nastavnik:

Prof. dr sc. Halid Redžić

13. E-mail nastavnika:

halid.redzic@untz.ba

14. Web stranica:

www.ftos.untz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

- Upoznavanje studenata sa osnovama mehanike fluida, činjenicama teoretske i praktične prirode i zakonitosti vode koji se odražavaju u području tjelesnog odgoja sporta i osnovnim metodama obuke plivačkih 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 methodske obuke i praktične primjene sportskih tehnika plivanja,
- upoznati ih sa osnovnom stručnom i naučnom terminologijom.
- ovladavanje praktičnom primjenom vježbi koordinacije u procesu obuke.

16. Ishodi učenja:

- studenti će putem ovog predmeta ovladati teorijskim i praktičnim znanjem potrebnom u realizaciji programskih sadržaja iz plivanja 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, koje su vezane za ovaj nastavni predmet, te će iste moći usmeno i pismeno obrazlagati.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

1. Sadržaj i sistematizacija plivanja.
2. Sistematizacija igara kod obuke elemenata plivanja.
3. Navikavanje na vodu i vježbe disanja u vodi.
4. Igre gnjuranja, ronjenja i gledanja pod vodom.
5. Vježbe plutanja i kliženja.
6. Kolokvij I
7. Skokovi u vodu na noge i glavu i nastavna pomagala i rekviziti za obuku.
8. Igre i vježbe elementarnog kretanja u vodi.
9. Rad nogu za kraul i leđnu tehniku.
10. Rad ruku za kraul i leđnu tehniku.
11. Koordinacija kraul i leđnog plivanja.
12. Kolokvij II
13. Primijenjeno plivanje.
14. Štafetno plivanje.
15. Daljinsko plivanje.

18. Metode učenja:

Usmeno izlaganje uz upotrebu multimedijalnih sredstava za aktivno učenje i interakciju između studenata i predmetnog nastavnika i obratno. Dati prostora stalnom eksperimentisanju u nastavnom procesu u svrhu poboljšanja kvaliteta. Uz što češću demonstraciju podsticati interes za aktivno učenje i povezivanje teorije sa praksom. Insistirati na prezentaciji elemenata praktične nastave od strane studenata radi stvaranja samopouzdanja i sticanja navika odgovornog učenja uz diskusiju i komentare.

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

U 6-oj sedmici vježbi i predavanja studenti pismeno polažu prvi međuispit koji obuhvata do tada obrađenu tematiku sa predavanja i vježbi. Praktično ispit sadrži obrađene elemente tehnike koji imaju težinu za osvajanje maksimalno 8 bodova. Teorijski dio ispita je pismenog karaktera i sačinjavaju ga pitanja iz obrađene tematike, a za isti se može ostvariti maksimalno 8 bodova. Mogući broj ostvarenih bodova na prvom međuispitu je 16 bodova.

U 12-oj sedmici nastave studenti polažu drugi međuispit koji obuhvata obrađenu tematiku sa predavanja i vježbi od prvog međuispita do drugog dijela semestra. Ovaj međuispit struktuiran je kao i prvi uz predviđenu tematiku za isti, a takođe je i bodovni sistem isti. Oba testa polažu svi studenti istovremeno. U sklopu predispitnih obaveza studenti su dužni izraditi grupni seminarski rad (grupa od po 4 studenta) koji obuhvata odrađenu tematiku iz sadržaja nastavnog predmeta. Seminarski rad se u pisanoj formi predaje predmetnom nastavniku na pregled i ocjenu, a zatim se prezentira praktično. U izradi i prezentaciji grupnog seminarskog rada učestvuju svi studenti grupe, čije učešće se valorizira pojedinačno. Studenti praktično prezentuju seminarski rad kroz vođenje treninga. Za urađeni i prezentirani seminarski rad student može ostvariti 9 bodova. Također, za kontinuiranu aktivnost na predavanjima student može ostvariti 2 boda i 3 boda na vježbama u toku cijelog semestra, tj. student može ostvariti maksimalno 5 bodova. Završni ispit je praktični i teorijski (pismeni). Pravo izlaska na završni ispit imaju studenti koji su postigli pozitivan rezultat nakon pojedinačnih provjera najmanje 50% od predviđenih bodova. Na praktičnom ispitu student prikazuje tehničko-taktičke zadatke iz programa nastavnog predmeta obrađenog na vježbama tokom cijelog semestra. Praktični dio ispita se vrednuje sa maksimalnih 22 boda. Teorijski (pismeni) dio ispita se može položiti ukoliko student tačno odgovori na najmanje 50% zadatih pitanja. Maksimalan broj bodova koji student može ostvariti na teorijskom (pismenom) ispitu je 22. Ukupan broj bodova na praktičnom i teorijskom dijelu ispita iznosi maksimalno 24. Provjere znanja priznaju se kao kumulativni ispit ukoliko je postignuti rezultata pozitivan nakon svake pojedinačne provjere i iznosi najmanje 50% ukupno predviđenog i traženog znanja i vještina. Da bi student položio predmet mora ostvariti minimalno 54 kumulativna boda od čega minimalno 22 boda na završnom ispitu (11 praktični i 11 teorijski).

20. Težinski faktor provjere:

Ocjena na ispitu utvrđuje se na osnovu kriterija: prisutnost predavanjima (max.5) i vježbama (max.5), aktivnost studenta (max.5), I međuispit (max.16), II međuispit (max.16), seminarski rad i teorijska praksa (max.9), završni ispit teorijski (max.22) i praktično (max.22). Ocjena se utvrđuje prema skali ocjenjivanja na osnovu ostvarenih bodova: 0-53 (ocjena 5), 54-63 (ocjena 6), 64-73 (ocjena 7), 74-83 (ocjena 8), 84-93 (ocjena 9) i 93-100 (ocjena 10).

21. Osnovna literatura:

Biberović, A. (2005). Plivanje-totalna impresija FTOS, Tuzla.
Colwin, C.M. (2002).Breakthrough Swimming,United States:Human Kinnetics.
Counsilman, J.E. (1997).Nauka o plivanju,Sportska knjiga,Beograd.
Hahn, M. (2004).Schwimmen BLV. MUNCHEN.

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