

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Psihologija sporta i rekreacije

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:

(max. 20 karaktera)

3. Ciklus studija:

1

4. Bodovna vrijednost ECTS:

2

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

Nema

7. Ograničenja pristupa:

Studenti Odsjeka za psihologiju i Fakulteta za tjelesni odgoj i sport

8. Trajanje / semestar: 1 3**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

0

10. Fakultet:

Filozofski fakultet

11. Odsjek / Studijski program:

Psihologija

12. Odgovorni nastavnik:

dr.sc.Elvis Vardo, vanr.prof.

13. E-mail nastavnika:

elvis.vardo@unitz.ba

14. Web stranica:

www.ff.untz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Studenti će dobiti temeljna znanja iz psihologije sporta, steći uvid u ulogu psiholoških faktora trenažnog procesa, sportskom uspjehu i neuspjehu, te se upoznati sa osnovnim principima edukativnog i savjetodavnog rada u sportu.

16. Ishodi učenja:

Na osnovu programskih sadržaja i postavljenih ciljeva studenti će biti osposobljeni da:

-Doprinesu općoj kompetenciji za primjenu psiholoških spoznaja u rješavanju različitih problema u sportskom kontekstu

-Razviju neke specifične kompetencije koje mogu pomoći i u vlastitom profesionalnom prilagođavanju i budućem profesionalnom radu.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Definicija i predmet psihologije sporta. Specifični problemi psihologije sporta.

Komponente uspješnosti u sportskoj aktivnosti.

Percepcija, klasifikacija osjeta i opće karakteristike perceptivnih sistema. Pažnja i pažnja u sportu, kratkoročno i dugoročno pamćenje, procesi zaboravljanja.

Motivacijski kontrolni sistem, klasifikacija motiva, konfliktne situacije, načini reagovanja na frustraciju, motivacijska klima u sportu. Intrinzična i ekstrinzična motivacija u sportu i fizičkim aktivnostima.

Kognitivne sposobnosti, model procesiranja informacija, utjecaj kognitivnih sposobnosti na uspješnost u tjelesnom odgoju i sportu.

Uticaj osobina ličnosti na sportsku uspješnost: moralnost, anksioznost, inferiornost, superiornost, agresivnost.

Karakteristike ličnosti sportiste, utjecaj sportske aktivnosti na razvoj i promjene

osobina ličnosti. Grupni procesi i interakcija u sportskoj grupi. Uloga vođe u sportu. Psihološka priprema.

Poremećaji u ishrani kod sportista. Sagorijevanje sportista. Uloga psihologije u sportskoj rehabilitaciji.

18. Metode učenja:

Programski sadržaji se realiziraju kroz sljedeće forme nastave:

- Predavanja

U realizaciji predavanja koriste se sljedeće nastavne metode: metoda usmenog izlaganja, dijaloška metoda, metoda demonstracije i ilustracije, metoda pisanih radova, metoda rada na tekstu.

Oblici rada koji se koriste u nastavi u realizaciji sadržaja su: frontalni, grupni, rad u paru i individualni.

Oblici učenja koji se primjenjuju u nastavi su: iskustveno, organizaciono i samousmjereneno učenje.

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

Provjera znanja se obavlja kroz:

- Pismene dijelove ispita (dva puta u toku semestra)

- Pismeni ispit

Pismene provjere znanja se provode u toku semestra (sredinom semestra i na kraju semestra). Pitanja na pismenom dijelu ispita mogu biti u obliku esej-testa i ZOT-a. Uspjeh na pismenim provjerama znanja je sastavni dio sveukupnih postignuća studenta u toku semestra.

Provjera znanja se provodi na završnom, popravnom i završnom popravnom ispitu je u pismenoj formi. Provjeri znanja na završnom ispitu imaju pravo pristupiti studenti koji su odslušali i ovjerali semestar i uradili predispitne obaveze u toku semestra (pismeni dijelovi ispita, ostale predispitne aktivnosti).

20. Težinski faktor provjere:

- prisustvo na predavanjima 10 bodova
 - individualne aktivnosti na nastavi 20 bodova
 - pismeni dijelovi ispita 20 (10+10) bodova
- Ukupno za obaveze prije završnog ispita 50 bodova
- završni dio ispita 50 bodova.

Ukupni maksimalni broj bodova: 100. Konačna ocjena se formira po sljedećoj skali:

- 54-62 bodova ocjena šest (6)
- 63-72 boda ocjena sedam (7)
- 73-82 boda ocjena osam (8)
- 83-92 boda ocjena devet (9)
- 93-100 bodova ocjena deset (10)

21. Osnovna literatura:

1. Cox, R. (2005). Psihologija sporta: koncepti i primjene. Naklada Slap. Jastrebarsko.
2. Pajević, D. (2003). Psihologija sporta i rekreacije. Grafomark. Laktaši.

22. Internet web reference:

www.appliedsportpsych.org

23. U primjeni od akademske godine:

2022/2023

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV: